

Mona Maghraby



بسم الله الرحمن الرحيم

مركز الشبكات وتكنولوجيا المعلومات

قسم التوثيق الإلكتروني



Mona Maghraby



جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
على هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغييرات





كلية التربية
قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي

برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي لتحسين إدارة الذات لدى معلمات رياض الأطفال

رسالة مقدمة من

الباحثة / عبير محمد عبد المنعم محمد

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
(تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي)

تحت إشراف

أ. د / سيد محمد صبحي

أستاذ الصحة النفسية

والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

د / إيمان لطفي إبراهيم

مدرس الصحة النفسية

والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

١٤٤٠ هـ / ٢٠١٩ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً

طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾﴾

[النحل: ٩٧]



كلية التربية
قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي

صفحة العنوان

عنوان الرسالة: برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي لتحسين إدارة الذات لدى معلمات

رياض الأطفال

اسم الطالبة: عبير محمد عبد المنعم محمد

الدرجة العلمية: درجة الدكتوراه في التربية (تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي)

القسم التابعة له: قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

الكلية: كلية التربية

الجامعة: جامعة عين شمس

سنة التخرج: ١٩٩٢

سنة المنح: ٢٠١٩



كلية التربية
قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي

رسالة دكتوراه

عنوان الرسالة: برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي لتحسين إدارة الذات لدى معلمات رياض الأطفال

اسم الطالبة: عبير محمد عبد المنعم محمد
الدرجة العلمية: درجة الدكتوراه في التربية (تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي)

لجنة الإشراف

أ. د. / سيد محمد صبحي

أستاذ الصحة النفسية

والإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة عين شمس

تاريخ المناقشة: / / ٢٠١٩

الدراسات العليا

أجيزت الرسالة بتاريخ: / / ٢٠١٩

ختم الإجازة

موافقة مجلس الجامعة

/ / ٢٠١٩

موافقة مجلس الكلية

/ / ٢٠١٩

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين حمداً كثيراً، والصلاة والسلام على سيدنا محمد خاتم النبيين، والمبعوث رحمة للعالمين عليه أفضل الصلاة والسلام...، يسعدني أن أتوجه بخالص الشكر والامتنان والعرفان بالجميل، للأستاذ الدكتور/ سيد محمد صبحي أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة عين شمس، وعميد كلية التربية النوعية الأسبق، فهو قيمة وقامة ورائد من رواد الصحة النفسية والإرشاد النفسي ليس في مصر فقط ولكن في العالم العربي كله، الأستاذ الفاضل الذي تشرفت بأن تتلمذت على يديه، ولتفضله بالإشراف على البحث وقدم كل العون والنصح والتوجيه وعلى ما أمدني به من غزير علمه ومنحه ثمين وقته وتحفيزه لي من أجل إنجاز هذا العمل المتواضع، أمد الله في عمره، ومتعته بتمام الصحة والعافية، وجزاه الله خير الجزاء.

كما يسعدني أن أتقدم بخالص الشكر والاحترام إلى الدكتورة/ إيمان لطفي إبراهيم مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة عين شمس، أستاذتي وأختي الفاضلة الأستاذة والأخت بكل معاني الكلمة لما تتمتع به من العلم والفكر والخلق، فقد كان لتوجيهاتها وإرشاداتها أكبر الأثر في إنجاز هذا العمل المتواضع، حيث كانت تنير لي الطريق وتفتح لي الأفق وتذل لي الصعاب ولأن كلمات الشكر لا توافيها حقها فإنني أدعو الله سبحانه وتعالى أن يمتعها بالصحة والعافية ويجازيها عني خير الجزاء.

كما يسعدني أن أتوجه بالشكر والعرفان إلى الأستاذين عضوي لجنة المناقشة، الأستاذة الدكتورة/ فيوليت فؤاد إبراهيم أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة عين شمس، والأستاذ الدكتور/ خالد عبد الرازق النجار أستاذ ورئيس قسم العلوم النفسية بكلية التربية للطفولة المبكرة جامعة القاهرة، لتفضلهما بقبول مناقشة الدراسة وتحملهما عناء مناقشة هذا البحث المتواضع جزاهم الله عني خير الجزاء.

كما أقدم كل الشكر والتقدير لكل المدرسين المساعدين والمدرسين والأستاذة في قسم الصحة النفسية لما قدموه من عون في تيسير السيل لإنجاز هذه الدراسة.

والشكر كل الشكر لأفراد العينة وجميع زملائي في العمل تلك الشموع التي أنارت لي الطريق حتى توصلت من خلالها لنتائج الدراسة وأتمنى لهم كل التوفيق والسعادة في حياتهم.

كما أهدي هذا العمل إلى روح والدي ووالدتي رحمهما الله وغفر لهما وأسكنهما فسيح جناته.

ولا يفوتني أن أشكر رفيق الروح والعمر زوجي العزيز لما قدمه لي من عون ودعم دائم، وكذلك أبنائي ومساعدتهم ومساندتهم لي لما استقطعت من وقتهم، وكل الشكر والاحترام لإخوتي وأدعو الله أن يحفظهم جميعا ويمتعهم بالصحة والعافية هؤلاء من ذكرتهم من أصحاب الفضل، أما من أغفلتهم من غير قيد فهم أصحاب فضل وأولي الناس بالشكر والاعتزاز.

وفي نهاية حديثي أسجد لله سبحانه وتعالى شاكرة فضله ومنته على أن وفقني لبذل الجهد الذي أتممت به هذا العمل لوجهه الكريم وأن ينتفع به وأن يغفر لي ما به من تقصير أو أخطاء.

جزى الله الجميع عن خير الجزاء.... إنه سميع مجيب، والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أفضل المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الباحثة

مستخلص الدراسة

الاسم: عبير محمد عبد المنعم محمد

عنوان الدراسة: برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي لتحسين إدارة الذات لدى معلمات رياض الأطفال

هدف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي سلوكي لتحسين إدارة الذات لدى معلمات رياض الأطفال.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (٢٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال للعام ٢٠١٨/١٠٩ م وتم تقسيم عينة الدراسة بالتساوي إلى مجموعتين هما :

- المجموعة التجريبية (١٠) معلمات .

- المجموعة الضابطة (١٠) معلمات .

أدوات الدراسة :

وتتضمن أدوات الدراسة ما يلي:

- مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي للأسرة المصرية .

(إعداد / عبد العزيز الشخص: ٢٠١٣)

- مقياس إدارة الذات لمعلمات رياض الأطفال. (إعداد/ الباحثة)

- برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي سلوكي. (إعداد / الباحثة)

نتائج الدراسة:

أسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي لتحسين إدارة الذات لدى معلمات رياض الأطفال.

الكلمات المفتاحية : Key Words

إدارة الذات Self-Management

العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي

Rtional Emotive and Behavioral counseling

معلمة رياض الأطفال Kindergarten

م	البيان	الصفحة
١	أولاً: قائمة الموضوعات.	ح
٢	ثانياً: قائمة الجداول.	ك
٣	ثالثاً: قائمة الأشكال.	ل
٤	رابعاً: قائمة الملاحق.	ل

أولاً: قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
٨-١	الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة
٢	مقدمة.
٤	مشكلة الدراسة.
٥	هدف الدراسة.
٥	أهمية الدراسة.
٦	مصطلحات الدراسة.
٧	محددات الدراسة
١٠-٩	الفصل الثاني: الإطار النظري والمفاهيم الأساسية.
١٠	تمهيد.
١٠	المحور الأول: العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.
١٠	أولاً: نبذة تاريخية عن العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي .
١٢	ثانياً: تعريف العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.
١٤	ثالثاً: مبادئ العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.
١٥	رابعاً: أهداف العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.
١٧	خامساً: فنيات العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي .
٢٣	سادساً: الإستراتيجيات والخطوات والمتبعة في العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.
٢٥	سابعاً نقد نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.

الصفحة	الموضوع
٢٧	المحور الثاني: إدارة الذات:
٢٨	أولاً: مفهوم الإدارة.
٢٩	ثانياً: مفهوم إدارة الذات.
٣٣	ثالثاً: مبادئ تنمية إدارة الذات.
٤١	رابعاً: مكونات إدارة الذات.
٥٧	خامساً: إستراتيجيات وإجراءات إدارة الذات .
٦٤	سادساً: معوقات وميسرات إدارة الذات .
٦٥	سابعاً: مفاهيم متداخلة مع مفهوم إدارة الذات.
٧٣	ثامناً: النظريات المفسرة للإدارة الذات.
٧٩	المحور الثالث: معلمات رياض الأطفال
٧٩	أولاً: مرحلة معلمة رياض الأطفال.
٨٢	ثانياً معلمات رياض الأطفال.
٩٧	تعقيب عام على الإطار النظري والمفاهيم الأساسية.
١٣٠-١٠١	الفصل الثالث : دراسات سابقة
١٠١	تمهيد.
١٠١	المحور الأول : دراسات تناولت إدارة الذات وعلاقتها بمتغيرات أخرى.
١٠٧	المحور الثاني: دراسات تناولت برامج لتحسين إدارة الذات.
١١٣	المحور الثالث: دراسات تناولت معلمات رياض الأطفال .
١٢٩	تعقيب عام على الدراسات السابقة.
١٣٠	فروض الدراسة.
١٦٤-١٣١	الفصل الرابع : إجراءات الدراسة
١٦٢	تمهيد.
١٦٢	أولاً: منهج الدراسة.
١٦٢	ثانياً: عينة الدراسة.

الصفحة	الموضوع
١٣٦	ثالثاً: أدوات الدراسة.
١٦٣	رابعاً: الأساليب الإحصائية.
١٦٤	خامساً: خطوات الدراسة.
١٨٤-١٦٥	الفصل الخامس : نتائج الدراسة ومناقشتها
١٦٦	تمهيد.
١٦٦	أولاً: نتائج التحقق من الفرض الأول .
١٧١	ثانياً: نتائج التحقق من الفرض الثاني .
١٧٦	ثالثاً: نتائج التحقق من الفرض الثالث .
١٨١	رابعاً: تعقيب عام على نتائج الدراسة .
١٨٤	خامساً: توصيات الدراسة والتطبيقات التربوية.
١٨٤	سادساً: الدراسات والبحوث المقترحة.
٢٢١-١٨٥	المراجع
١٨٦	أولاً: المراجع العربية
٢٠٥	ثانياً: المراجع الأجنبية
٣٠٢-٢٢٢	الملاحق
٣٠٨-٣٠٣	ملخص الدراسة باللغة العربية .
1-6	ملخص الرسالة باللغة الإنجليزية

ثالثا: قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
١	المتوسطات والانحرافات المعيارية لأعمار المعلمات ودرجاتهن فى القياس القبلى لمقياس إدارة الذات ومقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى .	١٣٤
٢	دلالة الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج ، وذلك على مقياس إدارة الذات كدرجة كلية وكأبعاد فرعية ومقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى .	١٣٥
٣	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذى تنتمى إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد لمقياس إدارة الذات .	١٤١
٤	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذى تنتمى إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس إدارة الذات، وذلك بعد حذف المفردات السلبية.	١٤٣
٥	الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس إدارة الذات والنتيجة من التحليل العاملى التوكيدى.	١٤٤
٦	مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس إدارة الذات وتفسيرها .	١٤٧
٧	معاملات ألفا لأبعاد مقياس إدارة الذات.	١٤٩
٨	معاملات التجزئة النصفية لأبعاد مقياس إدارة الذات.	١٥٠
٩	محتوى جلسات البرنامج الإرشادى .	١٦٠
١٠	بعض الإحصائيات الوصفية لنتائج معلمات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس إدارة الذات كدرجة كلية وكأبعاد فرعية.	١٦٧
١١	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات معلمات المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الارشادى ، وذلك على مقياس إدارة الذات كدرجة كلية وكأبعاد فرعية.	١٦٨
١٢	المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات المعلمات فى القياس البعدى لمقياس إدارة الذات	١٧٢
١٣	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادى ، وذلك على مقياس إدارة الذات كدرجة كلية وكأبعاد فرعية.	١٧٣
١٤	المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات معلمات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لمقياس إدارة الذات.	١٧٧
١٥	دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات معلمات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج فى القياسين البعدى والتتبعى ، وذلك على مقياس إدارة الذات كدرجة كلية وكأبعاد فرعية .	١٧٨

ثالثاً: قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الصفحة
١	المدى المثالي لمؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس إدارة الذات	١٤٨

رابعاً: قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	رقم الصفحة
١	مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي (إعداد عبد الشخص: ٢٠١٣)	٢٢٣
٢	مقياس إدارة الذات لمعلمات رياض الأطفال في صورته المبدئية.	٢٢٥
٣	مقياس إدارة الذات لمعلمات رياض الأطفال في صورته النهائية.	٢٣٠
٤	محتوى جلسات البرنامج الإرشادي.	٢٣٤
٥	أوراق عمل تم عرضها على أفراد العينة التجريبية أثناء تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي.	٢٧٢
٦	استمارات تقييم البرنامج	٢٩١
٧	وثائق الدراسة	٢٩٥

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- مقدمة
- مشكلة الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- مصطلحات الدراسة
- محددات الدراسة
- منهج الدراسة
- عينة الدراسة
- أدوات الدراسة
- الأساليب الإحصائية