



جامعة المنصورة
كلية التربية



التشوهات المعرفية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية

إعداد

المتولي فتح الله احمد متولي
تخصص صحة نفسية"

إشراف

أ.د / ليلى عبد العظيم متولي سيد
أستاذ الصحة النفسية المتفرغ
كلية التربية . جامعة المنصورة

أ.د / عصام محمد زيدان زيدان
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية . جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة

العدد ١٢٣ – يوليو ٢٠٢٣

التشوهات المعرفية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية

المتولي فتح الله احمد متولي

مقدمة :

تُعد مرحلة المراهقة من أهم الفترات النمائية التطورية في حياة الإنسان ، فهي مرحلة ببنية تفصل بين مرحلتَي الطفولة والرشد وتشهد تغيرات نمائية كبيرة، فهي بمثابة انتقال من عالم اللعب واللامسؤولية إلى عالم النضج والمسؤولية والتفكير في المستقبل ، ويُصبح المراهق تجريدياً ويميل لأن يكون تفكيره منطقياً ، لذا يُعد النمو المعرفي من أهم التطورات النمائية في مرحلة المراهقة ، وتفسير الإنسان وإدراكه للمواقف المختلفة هو الذي يحدد طريقة الاستجابة بناء على خبراته ومعرفته السابقة عنها ، فقد يكون إدراكه للمواقف منطقياً وبالتالي تُصبح استجاباته منطقيّة ، وقد يكون لديه تشوهاً معرفياً يؤدي إلى استجابات غير منطقيّة ، والتشوه المعرفي يعوق الإنسان في إدراكه ويؤدي إلى افتراضات خاطئة ويؤثر على اتخاذ القرار الصحيح (ابنسام السلطان، ٢٠٠٩).

وقد ظهر مفهوم التشوهات المعرفية Cognitive Distortion عام ١٩٧٢ على يد آرون بيك Aaron T. Beck من خلال أبحاثه عن الأعراض المعرفية للإكتئاب ، وتُعد هذه التشوهات بمثابة أفكار سلبية تؤثر سلباً في قدرة الفرد على التكيف ومواجهة أحداث الحياة ، وتترك آثاراً سلبية واضطراب واضح في شخصيته ، فالتشوهات تحد من قدرة الفرد على تقييم وتفسير خبراته، وما يتعرض له من أحداث ومواقف، وذلك بنشويه هذه الخبرات والأحداث والمواقف من أجل أن تكون متلائمة مع ما يحمله من بنى معرفية، فالفرد يعتقد أن ما يواجهه من مشكلات هي المسؤولية عن ما ينتابه من حزن ومشاعر يأس، وبناء عليها يواجه مشاعر الغضب لديه نحو ذاته والآخرين (Clark, 2002) .

وبالتالي فإن دراسة التشوهات المعرفية لدى فئة المراهقين أمر بالغ الأهمية لاسيما أن هذه التشوهات تشكل إعاقة في النمو في مختلف الجوانب ، ولا شك أن مستقبل البلاد وتقدم وبناء المجتمع منوط بالأدوار التي يقوم بها المراهقين، ولهذا فإن أي عملية تنموية تتجاهل الإنسان عموماً والمراهقين بصفة خاصة فهذا يعني أن مآلها الفشل، ومن هنا تأتي أهمية الدراسة الحالية .

مشكلة الدراسة :

يتفق كلا من بيك وأليس Beck & Ellis على أن المعارف الخاطئة أو المشوهة هي التي تسبب الاضطرابات الانفعالية والسلوكية ، وقد صاغ بيك Beck نظرية متكاملة فسر على أساسها حدوث الاضطرابات الانفعالية بصفة عامة في ضوء المعتقدات والآراء السلبية التي يحملها الشخص عن نفسه وعن العالم والمستقبل، وقد لاحظ الباحث من خلال عمله كاختصاصي نفسي في مدارس ثانوية ، وجود العديد من التشوهات المعرفية لدى المراهقين والتي ظهرت في سلوكياتهم اليومية ، منها ما يرتبط بمشكلات دراسية أو حياتية ، وبناء على ذلك جاءت الدراسة الحالية للإجابة عن الأسئلة التالية:

(١) ما مستوى التشوهات المعرفية لدى المراهقين من تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

(٢) هل تختلف التشوهات المعرفية حسب متغير الجنس لدى المراهقين من تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى مايلي :

(١) التعرف إلى مستوى التشوهات المعرفية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية .

(٢) التعرف إلى الفروق في التشوهات المعرفية لدى عينة البحث وفقاً لمتغير الجنس.

أهمية الدراسة

تتبنى أهمية هذه الدراسة من أهمية موضوعها وهو التشوهات المعرفية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية ، ويمكن توضيح هذه الأهمية من خلال نقطتين رئيسيتين:
أ. الأهمية النظرية:

وتمثل في كون موضوع الدراسة إضافة علمية في ميدان علم النفس الاكلينيكي والصحة النفسية ، وتكتسب هذه الدراسة أهمية من كونها تتناول فئة المراهقين تلك الشريحة المهمة في المجتمع والتي تشهد تغيرات نفسية وفسولوجية مقارنة بالمراحل الأخرى.

(ب) الأهمية التطبيقية:

- يؤمل من نتائج هذه الدراسة الكشف عن مدى حاجة المراهقين لخدمات الإرشاد النفسي داخل المدرسة ، وتوجيه جهود القائمين على العملية التعليمية نحو وقاية الطلاب من التشوهات المعرفية ، وتحديد العوامل الأكثر تأثيراً في حدوثها للعمل على إعداد البرامج الإرشادية المناسبة التي من شأنها الحد منها .

مصطلحات الدراسة:

التشوهات المعرفية Cognitive distortions

ويُعرفها الباحث بأنها أساليب تفكير خاطئة و معلومات ومعارف مغلوطة و مُحرفة تؤثر في إدراك الفرد وتفسيره للمواقف والأحداث من حوله، وتتأثر سلبًا على توافقه النفسي والاجتماعي ، وتزيد من قابليته للتعرض للاضطراب ، وهي الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على المقياس المستخدم في هذه الدراسة لقياس التشوهات المعرفية المتضمنة في الأبعاد الآتية:

- **البعد الأول:** التفكير الثنائي ويعني التطرف في الحكم على الأشياء وإدراك الأشياء حسب معايير لا درجات بينها وهو ما يعرف بالتفكير في الكل أو اللاشيء .
 - **البعد الثاني:** التفكير الكارثي ويعني توقع الكوارث وانشغال الفرد وقلقه الزائد من احتمال حدوث مخاطر ومصائب له وتوقعه لأسوأ الاحتمالات الممكنة للأحداث من حوله .
 - **البعد الثالث:** الشخصنة وهي أن يحمل الفرد نفسه دائما مسؤولية الأحداث ويجعل نفسه المسؤول الوحيد عنها وأن ينسب العيوب لنفسه .
 - **البعد الرابع:** التعميم ويعني محاولة الفرد تعميم نتائج الأحداث التي تحدث معه على وقائع أخرى قياسا عليها ، وتعميم مشاعره وخبراته على الآخرين .
 - **البعد الخامس:** التفكير المثالي وهو مغالاة الفرد فيما يضعه من أهداف ، ويلزم الفرد نفسه بأن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة بدون أخطاء.
- حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى أن الطالب لديه درجة عالية من التشوهات المعرفية، وتشير الدرجة المنخفضة إلى أن الطالب لديه درجة منخفضة من التشوهات المعرفية.
- حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى أن الطالب لديه درجة عالية من التشوهات المعرفية، وتشير الدرجة المنخفضة إلى أن الطالب لديه درجة منخفضة من التشوهات المعرفية.

محددات الدراسة

تحدد الدراسة الحالية بالمحددات التالية:

أولا: المحدد المنهجية:

منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي.

عينة الدراسة

تكونت العينة الأساسية من من طلاب المرحلة الثانوية والبالغ عددهم (١٢٠) طالبا منهم (٦٠) ذكور و (٦٠) إناث، طُبِّقَ عليهم مقاييس (التشوهات المعرفية - اضطراب الشخصية الحدية).

أدوات الدراسة

تتمثل فيما يلي:

مقياس التشوهات المعرفية (إعداد: الباحث).

ثانيا: المحددات الزمنية:

تم تطبيق أدوات الدراسة خلال العام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣.

ثالثا: المحددات المكانية:

تطبيق الدراسة الحالية على مجموعة من طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محافظة الدقهلية .

الإطار النظري :

انطلقت الثورة المعرفية في علم النفس على يد رواد المنظور المعرفي (ألبيرت أليس Ellis ، أرون بيك Beck، جورج كيلي Kelly) وغيرهم ، وقامت هذه الثورة المعرفية على أساس العلاقة الوثيقة بين المعرفة والإنفعال والسلوك فعندما يفكر الإنسان فهو ينفعل ويسلك ، وعندما ينفعل فهو يفكر ويسلك (ألفت كحلة، ١٩٩٨).

فالنظريات المعرفية تهتم بتفسير الفرد للأحداث والخبرات ، وتؤكد على فهم العمليات الوسيطة التي تجري داخل الفرد بداية من ظهور المثبرات واستجابة الفرد لهذه المثبرات ، ويذكر بيك " Back , بأن النظرية المعرفية تقوم على أسس فلسفية قديمة ، حيث أعتبر الفلاسفة القدماء أن فكرة الإنسان عن الأحداث ، وليست الأحداث نفسها هي المسؤولة عن اعتلال مزاجه ، فالمشكلات النفسية ترجع في المقام الأول إلى أن الفرد يقوم بتحريف الواقع بناء على مقدمات مغلوطة وافتراسات خاطئة وتنشأ هذه الأوهام عن تعلم خاطيء في إحدى مراحل نموه المعرفي (Beck,2000).

وتمتد الجذور الفلسفية للنظرية المعرفية إلى الفلسفة الإغريقية القديمة ، فالحوار السقراطي يقوم على تعبير سقراط عن جهله التام بالموضوع المطروح للنقاش مع محاوره وأنه يرغب في تعلم المعرفة منه ، ويشرع في وضع أسئلة تضع مسلمات محاوره موضع التساؤل، وعند نهاية

الحوار يكتشف المحاور الغياب الفعلي للمعرفة التي ادّعى امتلاكها في البداية ، فلقد أراد سقراط أن يعيد للحقيقة موضوعيتها ويبحث الفرد على الإبتعاد عن انطباعاته الذاتية وأحاسيسه الخاصة والتي قد تكون في الغالب خاطئة و يجانبها الصواب (عبد الستار إبراهيم، ٢٠٠٨).

وقد انبثقت من العقيدة الإسلامية أفكار لبعض العلماء المسلمين في نظرهم لدور التفكير في توجيه السلوك الإنساني وأثره في توافقه النفسي والاجتماعي ، فقد قال ابن القيم :النفس أشبه بالرحى الدائرة ، وأن ما يلقي إليها تطحنه وتخرج مادته وما يلقي إليها هو الخواطر التي إن صلحت كان الناتج عملاً صالحاً، وإن خبثت كان الناتج عملاً خبيثاً، وأوضح ابن القيم قدرة الأفكار إن لم يتم تغييرها على تحويل السلوك إلى عادات فالخواطر والوساوس تؤدي متعلقاتها إلى الفكر فيأخذها الفكر فيؤديها إلى التذكر ، فيأخذها التذكر فيؤديها إلى الإرادة ، فتأخذها الإرادة إلى الجوارح والعمل فتستحكم فتصير عادة ، فردّها من مبادئها أسهل من قطعها بعد قوتها وتمامها (ابن القيم ، ١٩٧٣)، وفي القرآن الكريم إشارات تؤكد أن ماعليه الإنسان من سعادة وشقاء ماهو إلا مسؤوليته ونتيجة لأفكاره ، وأنه في حال رغبة الإنسان في تغيير أحواله عليه أولاً أن يُغير من نفسه "إن الله لا يُغير ما بقوم حتى يُغيروا ما بأنفسهم" (الرعد ، ١١).

ويتمكن الفرد من تفسير الأحداث والمواقف الاجتماعية التي تحدث له أو من حوله من خلال المخزون المعرفي المتمثل في البنى المعرفية المبنية على خبراته وأفكاره ومعتقداته الخاصة ، حيث يتم معالجة أحداث الحاضر والمستقبل بناء عليها ، ولكن قد يحدث خلال معالجة المعلومات أخطاء أو تشوهات معرفية في الطريقة التي يفسر بها الفرد المعلومات والتي تنعكس بدورها سلباً على الفرد وعلى سلوكياته وذلك بسبب الطريقة التي يدرك بها نفسه والعالم المحيط به (Beck,1979).

ويرى (Cory, G. 2000) أن أليس Ellis ، والذي ينسب إليه العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي يؤكد على أن طبيعة الإنسان تتكون من جانبين هما جانب عقلائي يكون لدى الفرد من خلاله قدرته على التفكير المنطقي العقلاني السليم، وجانب لاعقلاني له دور رئيسي في تشويه أفكار الإنسان ومعتقداته ، وبالتالي يكون الإنسان عقلائي أو غير عقلائي أحياناً ، حين يفكر ويسلك بطريقة عقلانية يكون فعالاً وسعيداً ، وحين يفكر ويسلك بطريقة غير عقلانية يكون غير سعيد.

ولا يقتصر دور الإنسان على أن يكون مستجيباً لما يحدث حوله، بل يفكر ويكوّن إدراكاته الخاصة إزاء المثيرات الخارجية التي تواجهه، وأثناء عمليتي التفكير والإدراك ، فإن الإنسان

يشوه ويعمم ما يدركه تبعاً لما تقوده إليه إدراكاته وأفكاره الخاطئة، مما يسبب له الاضطرابات النفسية وسوء التوافق مع الآخرين ، وتعتمد النظرية المعرفية بشكل عام على الإفتراض القائل بأن "الناس لا يضطربون بسبب الأحداث ولكن بسبب المعاني التي يُفسرون بها هذه الأحداث، وهذه المعاني والتفسيرات مختلفة للفرد الواحد في المواقف المختلفة (ياسرة أبو هدرس، ٢٠١٥).

والتشوه المعرفي يعوق الإنسان في إدراكه وتفكيره ومن ثم يؤثر في قدرته على اتخاذ القرار الصحيح ، فالإنسان في هذه الحالة لديه من الأحكام السلبية والمعلومات التي لا يحكمها المنطق ، ويمكن القول أن معظم الأفراد يمارسون تشوهات معرفية في مواقف حياتية ، وأن الفروق فيما بينهم هي فروقاً في الدرجة وليست في النوع ، فالتشوهات المعرفية تيار من الأفكار الخاطئة غير المنطقية ، والتي تكون مبنية على توقعات وتعميمات ذاتية وعلى مزيج من الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل والاستنتاج التعسفي، والتجريد الانتقائي والتعميم الزائد ويطلق على التشوهات المعرفية ما يسمى بأخطاء التفكير *Thinking errors*، وهي أساليب تفكير غير منطقية وغير عقلانية تنشأ نتيجة للأفكار التلقائية السلبية ، وتُعرفها (إسلام العصار، ٢٠١٥) بأنها أخطاء في معالجة المعلومات يمارسها الأفراد وتُسبب لهم الشعور بالضيق والألم ومنها ، الاستنتاج التعسفي ، والتجريد الانتقائي ، والإفراط في التعميم ، والإفراط في التهويل أو التهوين، بينما تعرفها أشاريا وريلوجو (Acharya, & Relajo, 2017) بأنها "مجموعة من البنى المعرفية الخاطئة لدى الفرد والمبنية على خبرات سابقة سلبية لديه، والتي يكون فيها هذا الفرد غير قادراً على استخدام استراتيجيات فاعلة في معالجة المعلومات"، وأشار كل من (حسين غنامة ونصراوين، ٢٠٢٠) إلى أن التشوهات المعرفية منظومة من الأفكار الخاطئة المغلوطة و التي تؤدي إلى استنتاجات خاطئة في إدراك المواقف الواضحة ، مما يؤثر سلباً على قدرة الفرد على مواجهة ضغوط الحياة والتوافق النفسي والاجتماعي .

ومفهوم التشوهات المعرفية من المفاهيم الأساسية في النظرية المعرفية والتي أكدت على وجود نمطين للإختلال الوظيفي المعرفي ، يتمثل الأول منهما في اختلال الأداء المعرفي أو العمليات المعرفية ، بينما يتمثل النمط الآخر في اختلال المحتوى المعرفي وهو ما يتناول التشوهات المعرفية ، وتُشير التشوهات المعرفية إلى تفكير أو استنتاج وهمي يؤدي إلى تطوير مُدركات وافتراضات وعواطف وأحكام سلبية في التعامل مع البيئة ، وتؤثر على سلوكيات الفرد واتجاهاته (ياسرة أبو هدرس، ٢٠١٥) ، كما أنها تعني الإستدلال غير المنطقي وسوء تفسير

الواقع بما يؤيد اعتقادات الفرد السلبية عن نفسه ، حيث يتضح في تضخيم أهمية الأحداث السلبية ، واستنتاج الفشل من مجرد واقعة أو قصور ثم تعميمه على رؤية الفرد لذاته وللعالم والمستقبل (ممدوحة سلامة ، ١٩٨٩).

ويرى كلارك (Clark, 2002) أن الفرد يستجيب للأحداث وفقاً لطريقة تفكيره وإدراكه للمواقف المختلفة، فإذا كان إدراكه وتفكيره منطقيًا، تكون استجاباته وسلوكياته منطقية، بينما إذا كان تفكيره يشوبه نوع من التشويه المعرفي، فإن استجاباته وسلوكياته تكون غير منطقية. فالتشوهات تحد من قدرة الفرد على تقييم وتفسير خبراته، وما يتعرض له من أحداث ومواقف، وذلك بتشويه هذه الخبرات والأحداث والمواقف من أجل أن تكون متلائمة مع ما يحمله من بني معرفية، فالفرد يعتقد أن ما يواجهه من مشكلات هي المسؤولية، والسبب الرئيس لما ينتابه من حزن ومشاعر يأس، وبناء عليها يوجه مشاعر الغضب لديه نحو ذاته والآخرين.

ويرى الباحث أنه يمكن تعريف التشوهات المعرفية بأنها أساليب تفكير خاطئة و معلومات ومعارف مغلوطة و مُحرفة تؤثر في إدراك الفرد وتفسيره للمواقف والأحداث من حوله، وتؤثر سلبيًا على توافقه النفسي والاجتماعي ، وتزيد من قابليته للتعرض للاضطراب .

الاتجاهات النظرية في تفسير التشوهات المعرفية :

التشوهات المعرفية من منظور التحليل النفسي

تُشير "كارين هورني" إلى أن العُصاب ينشأ من التعارض بين إمكانات الفرد وما يرغب في تحقيقه ، فالأحاديث الداخلية وما يردده الفرد لنفسه من ينبغيات لها دور كبير في نشأة واستمرار الاضطراب الانفعالي ، ويؤكد "سوليفان Sullivan" أن العلاقة وثيقة بين أفكار الفرد وصحته النفسية حيث تتحقق صحة الفرد النفسية بقدر دقة وصحة أفكار الفرد عن نفسه وعن الآخرين (Wolman, 1977).

المنظور السلوكي للتشوهات المعرفية .

أشار العديد من السلوكيين إلى العلاقة بين التفكير والسلوك ، حيث أن تعديل السلوك يؤدي إلى تعديل التفكير، فالمسترشد بعد تعديل سلوكه يُدرك مبالغاته الإنفعالية ، ويُدرك أن مخاوفه كانت تشويهاً للواقع ، ويبدأ في تغيير طريقة تفكيره واتجاهاته العقلية (أحمد الزعبي ، ٢٠٠٢).

التشوهات المعرفية وفقاً للمنظور المعرفي:

- نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي عند إليس:

تعتبر النظرية المعرفية أن التشوهات المعرفية هي أساس الاضطرابات النفسية ، أما الجانِب الوجداني فهو ثانوي (أحمد عكاشة، ١٩٩٨)، وتسعى النظرية المعرفية إلى تقليل ردود الفعل الإنفعالية والسلوكية عن طريق تعديل التشوهات المعرفية (Beck, Wright, Newman, & Liese, 1993) ، ويُعتبر "ألبرت إليس" من أشهر رواد الاتجاه المعرفي في علم النفس ، والذي كانت أبحاثه حول العلاج العقلاني الانفعالي ،

وقد كان نموذج العلاج العقلاني الانفعالي العامل الرئيس لدى بيك Beck لاحقاً ، والثورة المعرفية في العلاج النفسي وعلم النفس، والذي يستند إلى فكرة مؤداها أن الاضطراب نتيجة للتفكير غير العقلاني مثل التأكيد غير المنطقي الذي قد يعتقد الفرد بأنه "يجب أن يكون مرغوباً من كل الناس" ، والتضخيم مثل "إن فشلي بغيض بشكل هائل" (شعبان فضل، ٢٠٠٨) .

وفي عام (١٩٥٤) بدأ إليس أسلوبه العقلي الانفعالي ، حين رأى أن الخبرات العصابية المبكرة تستمر دون أن تنطفئ ، على الرغم من عدم تعزيزها لأن العصابيين يفرزون هذه الخبرات عن طريق التلقين الذاتي لأنفسهم وعن طريق رفضهم للعلاج ، لذا لجأ إلى تعليم المرضى كيف يغيرون تفكيرهم ليتفق مع الأسلوب العقلي في حل المشكلات ، ووجد أن ٩٠% من الذين عولجوا بهذه الطريقة قد أظهروا تقدماً ملحوظاً في حوالي عشر جلسات ، ثم طور إليس أسلوبه خلال سلسلة من المقالات عام ١٩٦٢ في كتابه " العقل والانفعال في العلاج النفسي " ، و قدم أيضاً كتاب " الحالة على طريقة العلاج العقلي الانفعالي (باترسون ، ١٩٩٢) .

واستندت القاعدة الفلسفية للعلاج العقلي العاطفي إلى مدارس فلسفية أسسها " زينون عام ٣٠٠ ق . م " لليونانيين والرومان ، وبرز أثنين من الفلاسفة كان لهم أثر كبير في تطور العلاج العقلي العاطفي الأول ابكتيوس الذي قال " أن الأشخاص تضطرب مشاعرهم ليس بسبب الأشياء المحيطة بهم وإنما بسبب نظرتهم إلى تلك الأشياء " ، والأخر هو الإمبراطور الروماني ماركوس (نادر الزيود ، ١٩٩٨) .

وأوضح إليس أن بعض الأفراد يتفاعلون مع الأحداث والأشخاص بتفضيلات ورغبات مثل "أرغب أن أكون محبوباً من الناس" ، ولكن بعض الأفراد تتحول لديهم هذه التفضيلات والرغبات إلى ينبغيات وضروريات فيعتقدون أن عليهم الوصول إلى درجة الكمال في إنجاز كل الأعمال ، وأن يكونوا محبوبين من كل الناس (Ellis, 1978) ، وقد صنف إليس Ellis الأفكار إلى نوعين وهما:

الأفكار المنطقية ، وهي الأفكار التي تلائم الواقع وإمكانياته ، وتجعل الفرد في حالة من الاتزان الانفعالي والاستقرار والتوافق النفسي والاجتماعي ، والأفكار اللامنطقية ، وهي الأفكار التي لا تلائم الواقع وإمكانياته ، وتؤدي بالفرد إلى اضطرابات نفسية (جمال عنب ، ٢٠٠٥).

ويرى ألبرت إليس Ellis أن الإنسان يولد ولديه الاستعداد للتصرف بالطريقتين العقلانية واللاعقلانية ، كما يرى بأن العلاج العقلاني الانفعالي من أكثر الطرق العلاجية الإنسانية ، فهو يرى بأن الإنسان يمكن أن يقبل نفسه فقط لأنه موجود ، وأنه قادر على أن يبتكر أهدافه بنفسه (نادر الزيود، ١٩٩٨) ، ويشير أيضاً إلى أن الإنسان يتمتع بالقدرة على التفكير بشكل عقلي مما يؤدي إلى شعوره بالكفاءة والسعادة ، إلا أنه يفكر في كثير من الأحيان بطريقة غير عقلية مما يؤدي إلى شعوره بالنقص والانزعاج ، وأوضح إليس معنى الأفكار اللاعقلانية بأنها تلك الأفكار الخاطئة والتي تتسم بعدم الموضوعية وتطغى عليها الأهواء الذاتية وتكون مبنية على الظن والاحتمالية والتعميم والتهويل والمبالغة غير الواقعية ، وتدفع إلى القلق والاضطرابات النفسية ، ومن خلال نظريته في العلاج العقلاني الانفعالي ذكر إليس أن الانفعالات والمشاعر لا تسببها الأحداث، ولكنها تحدث نتيجة للأفكار التي لدينا عن تلك الأحداث (Ellis, 1979).

ويرى الباحث أن أحد أبرز أنواع عدم الاتساق والتشوه في خصائص الشخصية لدى المراهقين هي التشوهات المعرفية ، وتشكل التشوهات المعرفية الحدية خطورة شديدة على الطلبة ، حيث يترتب عليه العديد من المخاطر والاضطرابات ، وعليه فإن التدخل الوقائي والإرشادي والاهتمام بالجوانب النفسية للمراهقين يُصبح ضرورة حتمية ، وعاملاً مهماً في بناء المجتمع ، فالفرد المضطرب لا يمكن أن يُصبح عضواً فاعلاً ومنتجاً في مجتمعه ، وفي ضوء ما تقدم يجد الباحث ضرورة إجراء الدراسة على الطلاب المراهقين ، نظراً لما تتميز به هذه المرحلة من طبيعة خاصة ترتبط بتشكيل شخصية الفرد.

الدراسات السابقة

قام إبراهيم (٢٠١٣) بدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين التشوه المعرفي وقلق الكلام لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، وتكونت عينة الدراسة من ٩٦ تلميذاً من المرحلة الإعدادية في التعليم العام وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التشوه المعرفي وقلق الكلام لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، وهدفت دراسة السندي (٢٠١٣) إلى معرفة التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمة الانبساط والانطواء لدى متعاطي المخدرات والمتعافين منها ، وتكونت العينة من ١٢٧ فرد ، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين التشوهات المعرفية والانبساط والانطواء ، وأجريت دراسة الشمري (٢٠١٣) بهدف التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية والعدوى

الانفعالية والشخصية الهدمية ، ، وكانت العينة ٤٠٠ طالب وطالبة ، وأظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية بين المتغيرات الثلاثة ، ووجود التشوهات المعرفية لدى الجنسين ذكور وإناث ، وأجريت دراسة أحمد (٢٠١٤) لمعرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية وقلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية لدى عينة من الشباب الجامعي، وتكونت العينة من ٣٢١ طالب وطالبة ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية بين التشوهات المعرفية وكلًا من قلق المستقبل والأعراض الاكتئابية ، وهدفت دراسة العصار (٢٠١٥) إلى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين ودراسة العلاقة بينهما ، والكشف عن الفروق التي تُعزى لمتغيري الجنس ومرحلة المراهقة ، وتكونت العينة من ٦٢٢ طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية ، وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين ، وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية ومعنى الحياة تُعزى لمتغيري الجنس ومرحلة المراهقة ، وهدفت دراسة عبد الحميد (٢٠١٦) إلى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالإساءة اللفظية ، وتكونت العينة من ٢٩٨ طالب وطالبة ، وأظهرت النتائج أن أبعاد التشوهات المعرفية هي ، الاستدلال الاعتباطي ، التجريد الانتقائي، التعميم الزائد ، التسمية أو فقد التسمية ، لوم الذات ، التفكير القائم على الاستنتاج ، وقد جاء مستوى التشوه المعرفي على الأبعاد السابقة متوسط ، وهدفت دراسة أبراهيم (٢٠١٧) إلى معرفة العلاقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والتشويهاً المعرفية عند تلاميذ التعليم الثانوي والكشف عن تأثير متغير الجنس في كلا المتغيرين ، وتكونت العينة من ١٥٠ طالب وطالبة ، وتم تطبيق استبيان المخططات غير المتكيفة واستبيان التشويهاً المعرفية ، وأظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والتشويهاً المعرفية ، وهدفت دراسة هارون (٢٠١٧) إلى التنبؤ بالاضطرابات النفسية من خلال بطارية قياس التشوهات المعرفية ، وتحديد مدى اختلاف التشوهات المعرفية باختلاف نوع الاضطرابات النفسية ، وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من ٩٠ مفردة ، و٥٧ من الإناث، و١٣٣ من الذكور، وأظهرت النتائج إمكانية التنبؤ ببعض الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب والوسواس القهري من خلال مقياس التشوهات المعرفية ، كما أسفرت النتائج عن إعداد بطارية مقياس التشوهات المعرفية ، وجاءت دراسة (Deal & Willams, 1988) بعنوان الدور الوسيط للتشوهات المعرفية بين ضغوط الحياة والاكتئاب لدى المراهقين ، وتكونت عينة الدراسة من ١٠٣ طالب ، وأسفرت النتائج أن هناك ارتباط بين الضغوط الحياتية الشخصية للفرد وعدد المواقف الضاغطة التي تعرض لها، وأن المقياس الخاصة بالتشوهات المعرفية

جميعها دالة إحصائياً مع الاكتئاب ، وأجريت دراسة (Marton, Churchard, & Kutcher, 1995) لتحديد الفروق في التشوهات المعرفية بين المراهقين المكتئبين وغير المكتئبين ، وتم تطبيق مقياس الاتجاهات المختلة ، ومقياس التشويه المعرفي على ثلاث مجموعات من المراهقين عددهم ١٥١ موزعين كما يلي ، مكتئبين عيادياً ٦٩ ، غير مكتئبين وبدون اضطرابات نفسية أو ذهانية ٤٨ ، ومجموعة غير عيادية ٣٤ ، وأسفرت النتائج عن ارتفاع التشوهات المعرفية لدى المراهقين المكتئبين ، وارتبط التعافي من الاكتئاب بانخفاض كبير في التشوهات المعرفية ، وهدفت دراسة ألفارو باريجا وآخرون (Barriga, et al,2000) إلى الكشف عن التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية لدى المراهقين ، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة تجريبية من المحكوم عليهم بالسجن وأخرى ضابطة من طلاب المرحلة الثانوية كلا منهما يتكون من ٦٦ فرد ، وأوضحت النتائج أن الأفراد المحكوم عليهم بالسجن لديهم مستوى مرتفع من التشوهات المعرفية والمشكلات السلوكية أكثر من العينة الضابطة طلاب المرحلة الثانوية، وهدفت دراسة أووستيرميزر (Oostermeijer,2008) إلى معرفة العلاقة بين العدوان الاستباقي والعدوان التفاعلي والتشوهات المعرفية ، وتكونت عينة الدراسة من المراهقين وعددهم ١٥١ ، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط قوي بين التشوهات المعرفية والعدوان الاستباقي لدى المراهقين ، وهدفت دراسة شوك (Shook,2010) إلى معرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية والعوامل السلوكية والنفسية وبعض المتغيرات الصحية ، وتكونت العينة من ٣٨٥ من المترددين على مركز الصحة واللياقة البدنية ، وأظهرت النتائج أن الأفراد الذين يعانون من السمعة المفرطة لم يحصلوا على مستوى أعلى من التشوهات المعرفية.

التعقيب على الدراسات السابقة :

تناولت الدراسات السابقة متغير الدراسة وعلاقته بالعديد من المتغيرات الأخرى ، ومن المتغيرات التي تم دراسة علاقتها بالتشوهات المعرفية ، الاكتئاب ، تقدير الذات ، أساليب المعاملة الوالدية ، أنماط التعلق ، معيقات الإبداع ، اضطراب الشخصية النرجسية ، وتتميز الدراسة الحالية بتناولها موضوع التشوهات المعرفية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية ، وتستفيد الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في جوانب عديدة منها ، أدوات الدراسة ، والاستفادة من الدراسات السابقة في مناقشة النتائج وتفسيرها .

فروض الدراسة:

من خلال الاستفادة من الدراسات السابقة والأدبيات التي تناولت متغيرات الدراسة، يمكن تحديد وصياغة الفرض الذي تسعى الدراسة الحالية إلي التحقق من مدي صحتها بالقبول أو الرفض، في الفرض التالي:

توجد فروق دالة إحصائية في التشوهات المعرفية حسب متغير الجنس لدى المراهقين من تلاميذ المرحلة الثانوية .

أدوات الدراسة

مقياس التشوهات المعرفية (إعداد: الباحث)

يهدف هذا المقياس إلى قياس التشوهات المعرفية لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية ، وقد قام الباحث بإعداد هذا المقياس بهدف توفير مقياس يتفق وطبيعة عينة الدراسة وأهدافها، وقد استطاع الباحث من خلال استقرائه للأدبيات النفسية ومقاييس التشوهات المعرفية التوصل إلى الأبعاد التالية:

- البعد الأول: التفكير الثنائي: ويعني التطرف في الحكم على الأشياء وإدراك الأشياء حسب معايير لا درجات بينها وهو ما يعرف بالتفكير في الكل أو اللاشيء .
- البعد الثاني: التفكير الكارثي: ويعني توقع الكوارث وانشغال الفرد وقلقه الزائد من احتمال حدوث مخاطر ومصائب له وتوقعه لأسوأ الاحتمالات الممكنة للأحداث من حوله .
- البعد الثالث: الشخصية: وهي أن يحمل الفرد نفسه دائما مسؤولية الأحداث ويجعل نفسه المسؤول الوحيد عنها وأن ينسب العيوب لنفسه .
- البعد الرابع: التعميم: ويعني محاولة الفرد تعميم نتائج الأحداث التي تحدث معه على وقائع أخرى قياسا عليها ، وتعميم مشاعره وخبراته على الآخرين .
- البعد الخامس: التفكير المثالي: وهو مغالاة الفرد فيما يضعه من أهداف ، ويلزم الفرد نفسه بأن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة بدون أخطاء ، وبناء علي ما سبق فإن مقياس التشوهات المعرفية في صورته الأولية يتكون من (٢٥) عبارة، حيث تتراوح الدرجات على مقياس التشوهات المعرفية من (٧٥) درجة إلى (٢٥) درجة، حيث تدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع التشوهات المعرفية، بينما تمثل الدرجة المنخفضة انخفاض التشوهات المعرفية.

الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية:

تم حساب الكفاءة السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية وفقا لما يلي:

أولاً: الصدق:

١- الصدق العاملي:

من خلال التحليل العاملي للمقياس تم معرفة تشبعات العوامل المشتركة على مقياس التشوهات المعرفية وقد أسفر التحليل العاملي لعبارات المقياس عن تشبعها على عامل واحد وقد أعتمدت المحكات الآتية من أجل تحديد العوامل.

محك كايزر لتحديد عدد العوامل المستخلصة وهو محك يحدد استخلاص العوامل التي يقل جذرها الكامن عن الواحد الصحيح.

محك كاتل وهو طريقة بيانية ويطلق عليها اسم (Scree Plot). الاحتفاظ بالعوامل التي تشبع عليها ثلاثة أبعاد على الأقل.

وقد روعي في انتقاء الأبعاد وفي تصنيفها على العوامل المحكات الآتية أن يكون تشبع البعد على العامل الذي ينتمي له (0,30) أو أكثر كما اقترح جيلفورد. إذا كان البعد يتمتع بتشبع أكثر من (0,30) على أكثر من عامل، فيعد منتمي للعامل الذي يكون تشبعه عليه أعلى وبفارق (0,10) على الأقل عن أي عامل آخر.

وقد تم حساب درجة تشبع كل بعد من أبعاد المقياس على العوامل الأساسية، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية لتباين المصفوفة العاملية، ونتيجة لذلك تم استخلاص عامل واحد وتم تقسيم التشبعات على العوامل كالآتي:

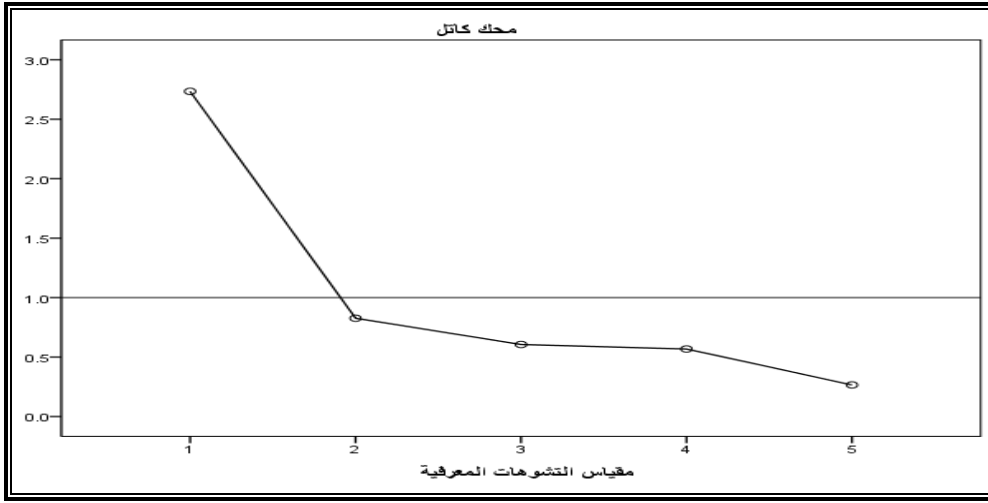
تشبعات صفرية (أقل من 0,30)، تشبعات متوسطة (± 0,30 - أقل من ± 0,40)، تشبعات عالية (± 0,40 - أقل من ± 0,50)، تشبعات كبرى (± 0,50 فأعلى) كما يتضح من جدول (1).

جدول (1)

صدق البناء باستخدام معادلة التحليل العاملي (الاستكشافي) لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية

الأبعاد	قيم التشبع بالعامل	نسب الشبوع
التفكير الثنائي	0,901	0,346
التفكير الكارثي	0,734	0,812
الشخصنة	0,721	0,539
التعميم	0,719	0,519
التفكير المثالي	0,589	0,518
الجذر الكامن	2,734	
نسبة التباين	54,683	

يستخلص الباحث من جدول (1) تشبع أبعاد مقياس التشوهات المعرفية على عامل واحد، وبلغت نسبة التباين (54,683)، والجذر الكامن (2,734) وقيمة الجذر الكامن أكبر من الواحد الصحيح وفقاً لمحك كايزر مما يعني أن هذه أبعاد المقياس التي تكون هذا العامل تعبر تعبيراً جيداً عن عامل واحد هو مقياس التشوهات المعرفية الذي وُضع المقياس لقياسه بالفعل.



شكل (1)

التمثيل البياني للجذر الكامن للعامل المكون لمقياس التشوهات المعرفية

٢- صدق البناء باستخدام معادلة التحليل العاملي (التوكيدي):

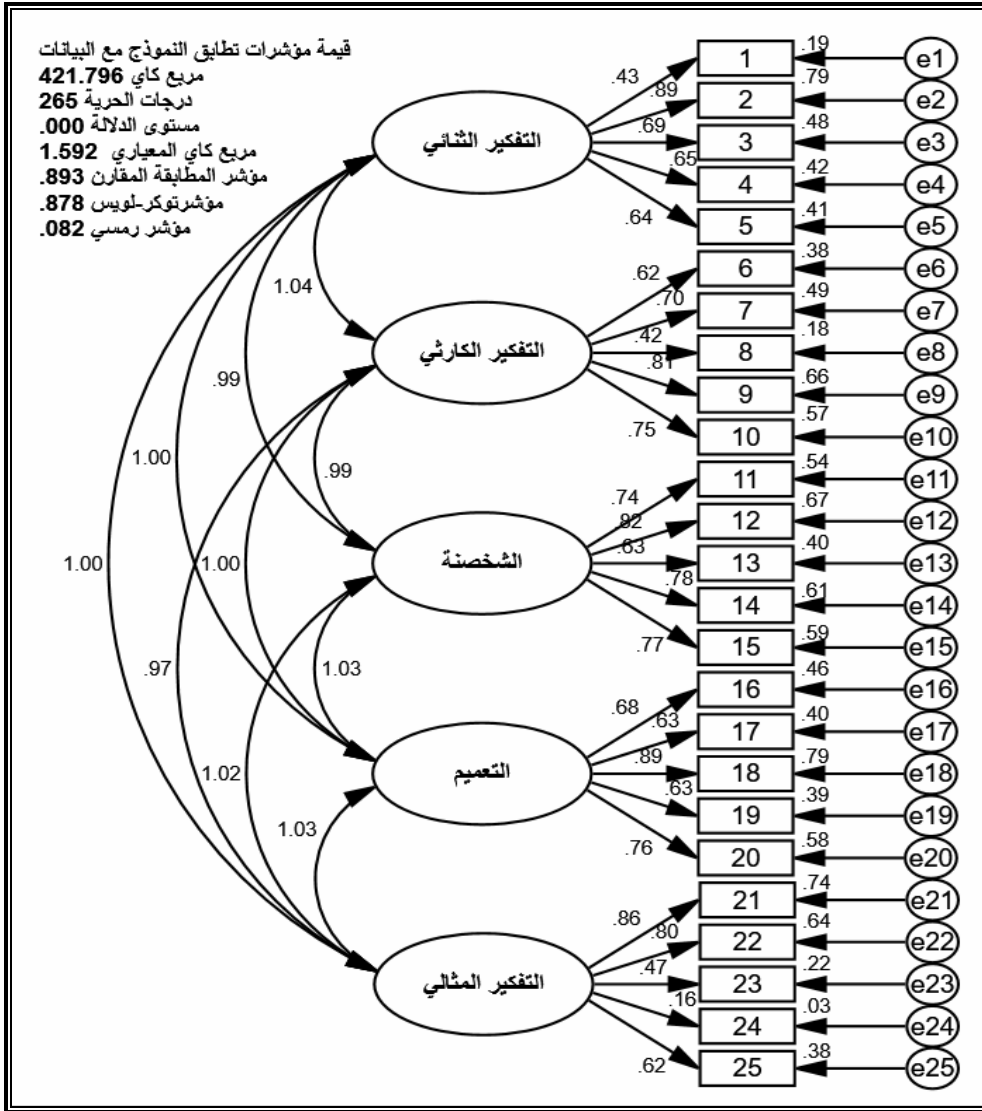
وهي حساب الصدق العاملي للمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام البرنامج الإحصائي (AMOS 26)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام، حيث تم افتراض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس التشوهات المعرفية تنظم حول خمسة عوامل كامنة .

وقد حظي نموذج العامل الكامن لمقياس التشوهات المعرفية على مؤشرات حسن مطابقة

جيدة.

- صدق البناء باستخدام معادلة التحليل العاملي (التوكيدي):

وهي حساب الصدق العاملي للمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام البرنامج الإحصائي (AMOS 26)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام، حيث تم افتراض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس التشوهات المعرفية تنظم حول خمسة عوامل كامنة كما هو موضح بالشكل (٢):



شكل (٢)

نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس التشوهات المعرفية

وقد حظي نموذج العامل الكامن لمقياس التشوهات المعرفية على مؤشرات حسن مطابقة جيدة، حيث كانت قيمة (مربع كاي = 421,796) ودرجة حرية = (265) ومؤشر رمسي $RMSEA = (0,082)$ وهذا يدل إن نموذج يتمتع بمؤشرات مطابقة جيدة ويوضح الجدول (٢) نتائج التحليل العائلي التوكيدي لأبعاد المقياس:

جدول (٢)

ملخص نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعياري لتقدير التشبع	قيم "ت" ودلالاتها الإحصائية
التفكير النقدي	١	٠,٤٣	٠,١٩	**٦,٥٦٦
	٢	٠,٨٩	٠,٧٩	**٤,٦٢٣
	٣	٠,٦٩	٠,٤٨	**٦,٣٩٩
	٤	٠,٦٥	٠,٤٢	**٦,٤٦٦
	٥	٠,٦٤	٠,٤١	**٦,٥٢٢
التفكير الكارثي	٦	٠,٦٢	٠,٣٨	**٦,٤٣١
	٧	٠,٧٠	٠,٤٩	**٦,٤٨٦
	٨	٠,٤٣	٠,١٨	**٦,٥٦٩
	٩	٠,٨١	٠,٦٦	**٥,٧٨٦
	١٠	٠,٧٥	٠,٥٧	**٦,٢٢٤
التخصصية	١١	٠,٧٤	٠,٥٤	**٦,٣٦٠
	١٢	٠,٨٢	٠,٦٧	**٦,٠١٧
	١٣	٠,٦٣	٠,٤٠	**٦,٥٢٥
	١٤	٠,٧٨	٠,٦١	**٦,١٨٦
	١٥	٠,٧٧	٠,٥٩	**٦,٢٢٣
التعميم	١٦	٠,٦٨	٠,٤٦	**٦,٤٣٩
	١٧	٠,٦٣	٠,٤٠	**٦,٤٧٩
	١٨	٠,٨٩	٠,٧٩	**٥,٠٧٥
	١٩	٠,٦٣	٠,٣٩	**٦,٥٩٧
	٢٠	٠,٧٦	٠,٥٨	**٦,٤٢٥
التفكير المثالي	٢١	٠,٨٦	٠,٧٥	**٥,٢٥٨
	٢٢	٠,٨٠	٠,٦٤	**٥,٩٦٩
	٢٣	٠,٤٧	٠,٢٢	**٦,٦١٢
	٢٤	٠,١٧	٠,٠٣	**٦,٦٦٧
	٢٥	٠,٦٢	٠,٣٨	**٦,٥٨٥

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢) أن نموذج العامل الكامن قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق جميع العبارات المشاهدة لمقياس التشوهات المعرفية، ومن هنا يمكن القول إن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى قدمت دليلاً قوياً على صدق البناء التحتي لهذا المقياس، وأن التشوهات المعرفية عبارة عن خمسة عوامل كامنة تنتظم حولهما العوامل الفرعية (٢٥ عبارة) المشاهدة لهم.

٣- صدق المحك:

تم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات أفراد العينة على المقياس الحالي (إعداد الباحث) ودرجاتهم على مقياس التشوهات المعرفية لـ أبو هلال (٢٠٢٠) كمحك خارجي وكانت قيمة معامل الارتباط (٠,٦٢١) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) على عينة قوامها (١٠٠) من طلاب المرحلة الثانوية، مما يدل على صدق المقياس الحالي.
ثانياً: الثبات:

تم حساب ثبات مقياس التشوهات المعرفية بالطرق التالية:

١- طريقة إعادة التطبيق:

وتم ذلك بحساب ثبات مقياس التشوهات المعرفية من خلال إعادة التطبيق بفواصل زمني قدره أسبوعين وذلك على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية، وتم استخراج معاملات الارتباط بين درجات العينة باستخدام معامل بيرسون (Pearson)، وبيان ذلك في الجدول (٣):

جدول (٣)

نتائج ثبات التشوهات المعرفية بطريقة إعادة التطبيق

الأبعاد	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني
التفكير الثنائي	**٠,٨٢٥
التفكير الكارثي	**٠,٦٩٥
الشخصنة	**٠,٧٥٥
التعميم	**٠,٨١١
التفكير المثالي	**٠,٨٣٦
الدرجة الكلية	**٠,٨٠٩

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١

٢- طريقة معامل الفا لكرونباخ:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفا لكرونباخ. ويبين جدول (٤) قيم ثبات المقياس باستخدام معادلة الفا لكرونباخ:

جدول (٤)

قيم ثبات مقياس التشوهات المعرفية باستخدام معادلة الفا لكرونباخ

الأبعاد	ألفا لكرونباخ
التفكير الثنائي	٠,٨٠١
التفكير الكارثي	٠,٧٦٣
الشخصنة	٠,٧٩٨
التعميم	٠,٧٧٦
التفكير المثالي	٠,٧٨١
الدرجة الكلية	٠,٨٠٩

يتضح من خلال جدول (٤) أنَّ معاملات الثبات مرتفعة، مما يعطى مؤشرًا جيدًا لثبات المقياس، وبناء عليه يمكن العمل به.

٣- طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية باستخدام كل من معادلة سبيرمان- براون وجتمان - ويبين جدول (٥) معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس التشوهات المعرفية:

جدول (٥)

معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس التشوهات المعرفية

الأبعاد	سبيرمان بران	جيتمان
التفكير الثنائي	٠,٨٣٢	٠,٧٢٥
التفكير الكارثي	٠,٨١٤	٠,٧٦٥
الشخصنة	٠,٧٩٦	٠,٧١٤
التعميم	٠,٨٢٥	٠,٧٦٢
التفكير المثالي	٠,٨٣٤	٠,٧٧١
الدرجة الكلية	٠,٨٤٣	٠,٧٧١

يتضح من جدول (٥) أنَّ معاملات ثبات المقياس الخاصة بكل بعد من أبعاده بطريقة التجزئة النصفية سبيرمان - براون متقاربة مع مثيلتها طريقة جتمان، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات في قياسه للتشوهات المعرفية.

ثالثاً: الاتساق الداخلي:

١- الاتساق الداخلي للمفردة مع الدرجة الكلية للبعد:

وذلك من خلال درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكمترية للأدوات بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية والجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد التابع لها

على مقياس التشوهات المعرفية (ن = ١٠٠)

التفكير المثالي		التعميم		الشخصنة		التفكير الكارثي		التفكير الثنائي	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٠,٥٦٤	١	**٠,٥٧٢	١	**٠,٤٠١	١	**٠,٣٩٥	١	**٠,٥٨٤	١
**٠,٥٨٥	٢	**٠,٤١٨	٢	**٠,٤٢١	٢	**٠,٥٢٤	٢	**٠,٤٢١	٢
**٠,٤٧١	٣	**٠,٣٦٢	٣	**٠,٥٧٩	٣	*٠,٢٠٥	٣	**٠,٦٢٥	٣
**٠,٥١٤	٤	**٠,٣٨٧	٤	**٠,٥٢٤	٤	**٠,٦٢٥	٤	**٠,٣٦٢	٤
*٠,٢١٢	٥	**٠,٤٣٢	٥	**٠,٣١١	٥	**٠,٥٤٢	٥	*٠,٢١٠	٥

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١ * دالة عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من جدول (٦) أنَّ كل مفردات مقياس التشوهات المعرفية معاملات ارتباطها موجبة ودالة إحصائياً عند مستويين (٠,٠١، ٠,٠٥)، أي أنَّها تتمتع بالاتساق الداخلي.

٢- الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية:

تم حساب معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد. ويوضح جدول (٧) معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس، والدلالة الإحصائية:

جدول (٧)

معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية، والدلالة الإحصائية (ن = ١٠٠)

الأبعاد	١	٢	٣	٤	٥	الكلية
التفكير الثنائي	-					
التفكير الكارثي	**٠,٥٧٣	-				
الشخصنة	**٠,٥٢٩	**٠,٤٢٧	-			
التعميم	**٠,٤٦٥	**٠,٥٢٢	**٠,٤٨١	-		
التفكير المثالي	**٠,٦٢٤	**٠,٥٨٩	**٠,٥٠٧	**٠,٦٣٢	-	
الدرجة الكلية	**٠,٥١٩	**٠,٤٩٣	**٠,٥١١	**٠,٥٢٦	**٠,٤٩٣	-

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١

أوضحت النتائج في جدول (٧) أن معاملات الارتباط لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية من خلال المصفوفة الارتباطية، كلها قيم مرتفعة.

الصورة النهائية للمقياس:

وهكذا، تم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس، والصالحة للتطبيق، وتتضمن (٢٥) مفردة، بحيث تكون أعلى درجة كلية يحصل عليها المفحوص هي (٧٥)، وأدنى درجة هي (٢٥)، وتمثل الدرجات المرتفعة أشد مستوى للتشوهات المعرفية بينما تمثل الدرجات المنخفضة مستوى منخفض للتشوهات المعرفية.

خطوات الدراسة وإجراءاتها

- ١- قام الباحث بتحديد مشكلة دراسته في صورة أسئلة قابلة للإجابة.
- ٢- قام الباحث بتجميع الإطار النظري لدراسته والدراسات السابقة وتنظيمها وتلخيصها وعرضها.
- ٣- قام الباحث بصياغة فروض دراسته استناداً إلى الإطار النظري والدراسات السابقة.
- ٤- قام الباحث بتحديد مواصفات عينة دراسته.
- ٥- قام الباحث بتحديد وتصميم أدوات الدراسة والاطمئنان إلى كفاءتها السيكومترية.
- ٦- قام الباحث بتطبيق أدوات الدراسة على العينة وتصحيح الاستجابة وتحويلها إلى درجات قابلة للمقارنة واستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البيانات.
- ٧- قام الباحث بعرض نتائج دراسته.
- ٨- قام الباحث بمناقشة وتفسير نتائج الدراسة وصياغة التوصيات والمقترحات البحثية.
- ٩- قام الباحث برصد وكتابة مصادر الدراسة.

الأساليب الإحصائية

تم إجراء المعالجة الإحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها بالأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط لبيرسون (Pearson)،
- التحليل العاملي.
- اختبار (ت).

وذلك من خلال حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة اختصاراً

ب.SPSS.

نتائج الدراسة:

ينص فرض الدراسة على أنه " توجد فروق دالة إحصائية في التشوهات المعرفية حسب متغير الجنس لدى المراهقين من تلاميذ المرحلة الثانوية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام اختبار (ت) T-test للمجموعتين، والجدول

(٨) يوضح ذلك:

جدول (٨)

الفروق في درجة التشوهات المعرفية بين الذكور والإناث (ن = ١٢٠)

مستوى الدلالة	قيمة ت	الإناث ن = ٦٠		الذكور ن = ٦٠		الأبعاد
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠,٠١	٢٠,٣٨٥	١,٠٨	١٣,٣٣	١,٤٧	٨,٥٣	التفكير الثنائي
٠,٠١	٢٣,٤٢٦	١,١٩	١٣,٢٧	١,٦٤	٧,١٣	التفكير الكارثي
٠,٠١	١٩,٢٧٧	٠,٩٤	١٢,٧٣	١,٦٢	٨,٠٧	الشخصنة
٠,٠١	١٧,٩٣٤	١,٠٣	١٣,١٣	١,٠٨	٩,٦٧	التعميم
٠,٠١	٢٠,٢٦٨	٠,٩٥	١٢,٦٧	١,٥٤	٧,٩٣	التفكير المثالي
٠,٠١	٥٩,٦١٢	١,٧٦	٦٥,١٣	٢,٥٤	٤١,٣٣	الدرجة الكلية

يتبين من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور

والإناث من تلاميذ المرحلة الثانوية في اتجاه الإناث في التشوهات المعرفية كدرجة كلية وكأبعاد

فرعية، حيث كانت قيم (ت) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبذلك يكون الفرض الثاني

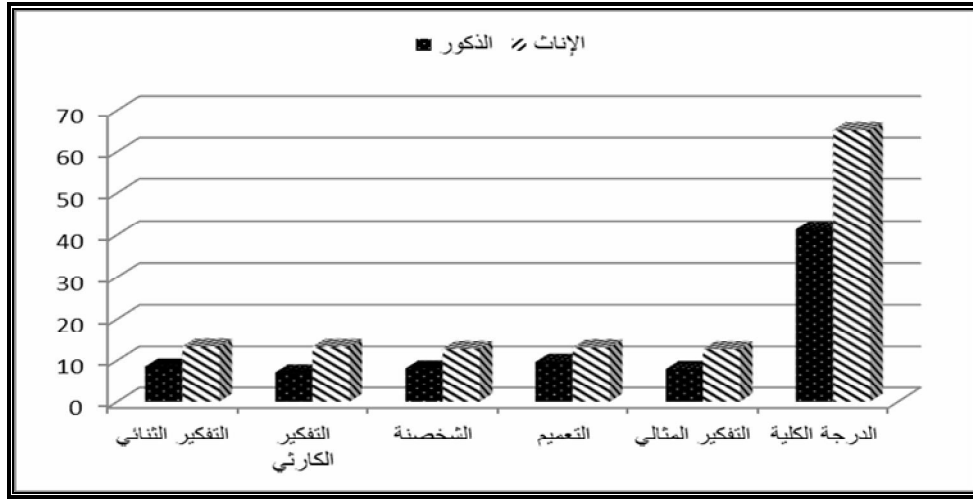
لِلدراسة قد تحقق بجميع الأبعاد.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة أميمة مصطفى، ٢٠٠٦ التي أسفرت نتائجها عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة (ذكور وإناث)، دراسة سليمان، ٢٠١٦ التي أسفرت نتائجها عن وجود اختلاف في التشوهات المعرفية على بُعد لوم الآخرين يُعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، دراسة الجراح ، ٢٠١٩ التي أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر الجنس في التشوهات المعرفية لصالح الذكور.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة هبة صلاح مصيلحي، ٢٠٠٥ التي أسفرت نتائجها عن أنه لا توجد فروق دالة بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية، دراسة العصار، ٢٠١٥ التي أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية ومعنى الحياة تُعزى لمتغيري الجنس ومرحلة المراهقة.

ويمكن تفسير ذلك الاختلاف مع نتائج الدراسة الحالية باختلاف طبيعة العينة والبيئة الاجتماعية والتغيرات الاجتماعية والتكنولوجية والتي قد تنعكس علي وجود فروق في التشوهات المعرفية بين الذكور والإناث .

ويرى الباحث أنه يمكن تفسير وجود تشوهات معرفية في معظم أبعادها في اتجاه الإناث في ضوء طبيعة التربية والنظرة الاجتماعية للذكور والإناث ، إذ إن نظرة المجتمع للإناث ونظرتهم لأنفسهم، يتم غرسها منذ الطفولة، فينمو الفرد على أفكار معينة قد تؤدي إلى تكوين تشوهات معرفية إضافة إلى أن الذكور أكثر عرضة للاحتكاك، والتفاعل مع المجتمع، فضلاً عن اختلاف الأدوار والمسؤوليات والأعباء الملقاة على كاهل الذكور، مثل: الزواج، والعمل، والحصول على مكانة اجتماعية متميزة في مجتمعه، كما أن الأفكار المشوهة لدى الإناث قد تكسبهم رؤية غير واقعية حول نظرتهم إلى ما يمتلكون من مهارات وقدرات شخصية، قد تؤدي إلى التحكم غير السوي بها، وعدم توظيفها بصورة فاعلة مع متطلبات البيئة الضاغطة، كما أن طبيعة الأنثى التي يغلب عليها الجانب الوجداني حيث تتأثر غالبية قراراتها بانفعالاتها وتعتمد علي مشاعرها على العكس من الذكر الذي يكون أكثر قدرة على التحكم في عواطفه وانفعالاته في كثير من المشكلات والأحداث التي يتعرض لها في الواقع ويميل إلى تحليل المواقف بشكل عقلائي ومنطقي والشكل (٣) يوضح ذلك:



شكل (٣)

الفروق في درجة التشوهات المعرفية بين الذكور والإناث

ثانياً: توصيات الدراسة

يوصى الباحث استناداً إلى ما كشفت عنه الدراسة الحالية بما يلي:

- (١) التركيز من خلال برامج التوعية الإعلامية على مخاطر التشوهات المعرفية.
- (٢) إقامة ندوات ومناقشات في المدارس والجامعات يمكن من خلالها خفض التشوهات المعرفية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- (٣) استخدام الإرشاد والعلاج السلوكي والمعرفي في تعديل التشوهات المعرفية.

ثالثاً: بحوث مقترحة

يقترح الباحث بعض الموضوعات البحثية منها:

- (١) برنامج معرفي سلوكي لخفض التشوهات المعرفية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- (٢) العلاقة بين التشوهات المعرفية واضطرابات الشخصية الحدية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية "دراسة دينامية".

المراجع

- ١- ابتسام السلطان (٢٠٠٩)، التطور الخلفي للمراهقين، الأردن، دار صفاء للنشر والتوزيع.
- ٢- أحمد الزغبى (٢٠٠٢)، الإرشاد النفسي نظرياته، اتجاهاته، مجالاته، ط١، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

-
- ٣- أحمد هارون (٢٠١٧)، بطارية مقاييس أخطاء التفكير والتشوهات المعرفية ، ط١، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر .
- ٤- آرون بيك (٢٠٠٠). العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية. (ترجمة: عادل مصطفى). القاهرة: دار الأفاق العربية.
- ٥- آرون بيك (٢٠٠٠). العلاج المعرفي السلوكي المعاصر (الحلول النفسية للمشكلات النفسية) ترجمة، مراد عيسى، مصر، دار الفجر للنشر والتوزيع.
- ٦- إسلام العصار (٢٠١٥). التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة . رسالة ماجستير منشورة . الجامعة الإسلامية، غزة فلسطين.
- ٧- ألفت كحلة (١٩٩٨).العلاج المعرفي السلوكي و العلاج السلوكي عن طريق التحكم الذاتي لمرضى الاكتئاب، القاهرة، إيريك للطباعة والنشر والتوزيع.
- ٨- بسمة الشريف (٢٠٠٦). أثر برنامج توجيه جمعي لتعديل التشوهات المعرفية، في خفض الاكتئاب وتحسين مستوى التكيف لدى طالبات المرحلتين الأساسية والثانوية، أطروحة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- ٩- جمال ابراهيم عنب (٢٠٠٥). مستوى الشعور بالاعتراف والتشويه المعرفي لدى المعلمين المتقاعدين والعاملين وغير العاملين وحاجاتهم الارشادية . رسالة ماجستير . كلية التربية ، جامعة المنصورة.
- ١٠- حسين كمال غنامة ، معين نصرأوين. (٢٠٢٠). التشوهات المعرفية وعلاقتها بقلق الامتحان والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة سخنين. مجلة العلوم التربوية والنفسية.
- ١١- خالد السندي (٢٠١٣). التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمة الانبساط والانطواء لدى متعاطي المخدرات والمتعافين منها. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية، الرياض.
- ١٢- رياض نايل العاسمي (٢٠١٥). العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بين النظرية والممارسة. الطبعة الأولى . عمان الاردن : دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع .
- ١٣- سونيا دراوشة (٢٠١٨). معيقات الإبداع وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى الطلبة المتفوقين. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك.
-

-
- ١٤- شعبان محمد فضل (٢٠٠٨). العلاج المعرفي السلوكي " الاستراتيجيات والتقنيات ".
بنغازي الطبعة الأولى . دار الكتب الوطنية.
- ١٥- عبد الستار إبراهيم(٢٠٠٨). علم النفس الاكلينيكي في ميدان الطب النفسي .مكتبة الانجلو
المصرية .القاهرة .الطبعة الرابعة
- ١٦- فيصل الحارثي، (٢٠١٣) ، التشوهات المعرفية وعلاقتها بالعدوان لدى عينة من مدمني
المخدرات بمستشفى الأمل بجدة ، جامعة الملك عبد العزيز .
- ١٧- نبيل سفيان (٢٠٠٤) . المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي. القاهرة: إيتراك للنشر
والتوزيع، الطبعة الأولى.
- ١٨- ياسرة أبو هدروس(٢٠١٥).فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى النظرية المعرفية لبيك في
تعديل التشوهات المعرفية لدى عينة من المتزوجات وأثره على التوافق الزوجي لديهن ،
مجلة رسالة التربية وعلم النفس .
- ١٩- ياسمين أبو هلال (٢٠٢٠). أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة
النجاح الوطنية. المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث-مجلة العلوم التربوية والنفسية.
- 20- Acharya, S., & Relajo, D. (2017). Examining the role of cognitive distortion and parental bonding in depressive symptoms among male adolescents: A randomised crossover trial. *Journal of Innovation in Psychology, Education and Didactics*, 21(1), 7-20.
- 21- Ardakani, A & Naseri, A (2018). Effectiveness of Test Time on Anxiety and Cognitive Distortions in Students Sepidan Branch Islamic Azad University. *American Journal of Psychology and Cognitive Science*.
- 22- Barriga, A. (2000). Cognitive distortions and problem behaviors in adolescents. *Criminal Justice and Behavior*,
- 23- Clark, L. (2002). Help for emotions: Managing anxiety, anger, and depression.(2nd ed.).New York:ParentsPress.Dynamic Psychiatry, 23 (1), 153-166.
- 24- Oostermeijer, S., Smeets, K.. C., Jansen, L.M.C., Jambroes, T., Rommelse, N. N. J., Scheepers, F.E., Buitelaar, J. K., Popma, A., 2017 "The Role of self-serving cognitive distortions In Reactive and proactive Aggression", *Criminal Behavior and Mental Health*, 27(5),
- 25- Wolman, B. B. (Ed.). (1977). *International Encyclopedia of Psychiatry, Psychology, Psychoanalysis & Neurology* (Vol.10).Produced for Aesculapius Publishers by Van Nostrand Reinhold Company.
-