

اضطراب كرب ما بعد الصدمة وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى عينة من المراهقين

إعداد

د/الشيمااء علي الدسوقي علي
مدرس علم النفس الإكلينيكي-كلية الآداب – جامعة قناة السويس

المخلص:

هدف هذا البحث إلي التعرف على اضطراب كرب ما بعد الصدمة وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى عينة من المراهقين، فقد أعتمدت الباحثة في خطوات البحث على المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) مراهقا (٥٠) للذكور و (٥٠) للإناث من طلاب الجامعة ، ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة باستخدام مقياس عبد الفتاح الخواجه ، ٢٠١١، بالنسبة لإضطراب كرب ما بعد الصدمة ،وقامت الباحثة بإعداد مقياس للتشوهات المعرفية ، ثم تم أستخراج الصدق والثبات للمقياسين كليهما .
وقد اسفرت نتائج هذا البحث عن :

١- لا يوجد فروق في اضطراب كرب ما بعد الصدمة بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين .

٢- لا يوجد فروق في التشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين

٣- توجد علاقة أرتباطية طردية دالة احصائيا بين إضطراب كرب ما بعد الصدمة و التشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين .

الكلمات المفتاحية : إضطراب كرب ما بعد الصدمة ، التشوهات المعرفية ، المراهقين.

Abstract**Post-traumatic stress disorder and its relationship to cognitive distortions among a sample of adolescents**

The aim of this research is to identify post-traumatic stress disorder and its relationship to cognitive distortions among a sample of adolescents. In the steps of the research, the researcher relied on the descriptive, correlational, comparative approach. The study sample consisted of (100) adolescents (50 males and 50 females). University, and to achieve the research objectives, the researcher used the Abdul Fattah Al-Khawaja scale, 2011, for post-traumatic stress disorder, and the researcher prepared a scale for cognitive distortions, then the validity and reliability of both scales were extracted.

The results of this research resulted in:

- 1-There are no differences in post-traumatic stress disorder between the female and male groups of adolescents
- 2-There are no differences in cognitive distortions between the female and male groups of adolescents.
- 3-There is a statistically significant positive correlation between post-traumatic stress disorder and cognitive distortions between the female and male groups of adolescents.

مقدمة :

يعد إضطراب كرب ما بعد الصدمة من فئات اضطرابات القلق حيث يعقب تعرض الفرد لحادث ضاغط نفسي أو جسمي غير عادي ، ومن السمات المهمة لهذا الاضطراب هي استرجاع الحدث و ذلك من خلال بعض الأحلام المزعجة أو بعض أنواع السلوكيات العنيفة أو بعض الاستجابات السيئة أو السلبية مثل محاولة الصمت أو عدم التحدث عن الأحداث التي تذكرهم بالصدمة و البعد عن الآخرين و الأرق أثناء النوم بالإضافة إلى زيادة القلق.

فهذه الأحداث الضاغطة التي مر بها الافراد تجعلهم لا يرون إلا نقاط الضعف و الأخطاء و الحوادث غير السارة ولا ينظر للمستقبل القريب إلا من زوايا مظلمة و متشائمة ، فهذه الاضطرابات تؤدي إلى أنماط التفكير الخاطئة لديهم وتتسبب في أدراكهم للأحداث والمواقف التي يتعرض لها في حياته بطريقة سلبية.

و بالتالي فإن تعرض الأفراد لإضطراب كرب ما بعد الصدمة يؤدي إلى أفكار الفرد المشوهة وتوقعاته وادراكاته السلبية والخطئة وتعد هي المسؤولة عن انفعالاته غير الملائمة والأنماط السلوكية المختلة وظيفيا لديه وهي المعيار الأساسي الذي يتحدد في ضوءه مدى تمتع الفرد

بالصحة النفسية أو المرض النفسي. وتؤدي إلى حد كبير إلى وجود أفكار مشوهة واعتقادات خاطئة يكونها الفرد عن ذاته وعن الآخرين وعن العالم المحيط به .
مشكلة البحث :

الإنسان منذ وجوده على وجه الارض وهو يتعرض إلى أحداث حياتية صادمة خلال مراحل حياته المختلفة، كالتعرض للإخفاق أو لحادث أليم له أو لأحد من أفراد أسرته أو رفاقه، مما يعرضه الى معاناة نفسية واجتماعية، وبعضهم تظهر لديه اعراض ضغط ما بعد الصدمة، كالإحساس بالألم والمعاناة والشعور بالظلم والخسارة والجرح والإصابة.
حيث ان الصدمة تحدث تأثيرات معرفية ووجدانية وسلوكية في الفرد، أطلق عليها اضطراب كرب ما بعد الصدمة ، و بدورها تؤدي الى توليد تشوهات معرفية لدى الافراد تتمثل في اخطاء في معالجة المعلومات بسبب النظر الى احداث الحياة الضاغطة في اطار سلبي يؤدي الى مشاعر سلبية كالحزن والغضب واليأس وقلق المستقبل والضيق والشعور بالألم.

(الخواجة ، ٢٠١١ ، ١٢٨)

لذا فهذه التشوهات المعرفية لها آثارا خطيرة في الغالب تؤدي الى التشاؤم والسلبية ، لأنها ترتكز دائما على جوانب النقص والفشل في شخصية الفرد، ويمكن عدها سبيلا الى الاضطرابات النفسية ، و تحد من ادراك الشخص للقيمة الحقيقية للأشياء والافراد المحيطين به حتى انها تجعله لا يرى سوى نقاط ضعفه ،اضافة الى توقع دائم للحوادث السيئة.

(القريشي ، ٢٠١٤ ، ٥٨٥)

ومما سبق يمكن القول إن تعرض المراهقين لاضطراب كرب ما بعد الصدمة يؤدي الى توليد تشوهات معرفية لديهم ، لذا بات من الضروري البحث عن وسائل من شأنها أن تعمل على مساعدة المراهقين في الابتعاد عن الاضطرابات والعصاب والاقتراب إلى الصحة النفسية، لذلك جاءت هذه الدراسة كمحاولة لإلقاء الضوء على متغيرات البحث نظرا لأهميتها.

ومن هذا المنطلق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية:

١- هل توجد فروق في اضطراب كرب ما بعد الصدمة بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين ؟

٢- هل توجد فروق في التشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين ؟

٣- ما طبيعة العلاقة بين اضطراب كرب ما بعد الصدمة والتشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين ؟

أهمية البحث :

أدى تعرض أغلب المراهقين لشتى أنواع الضغوط والحوادث الصدمية الى وقوع كثير منهم فريسة العديد من الامراض النفسية والجسمية والعقلية والاجتماعية ،وان كثير منهم باتوا يعانون من مظاهر وعلامات اضطرابات كرب ما بعد الصدمة التي أدت الى نشوء تشوهات معرفية تؤثر على الافتراضات الاساسية التي تكونت لديهم عن أنفسهم وعن الحياة تتمثل بخليط من مشاعر الفراغ والسأم والملل والعجز واللاجدوى، فالفرد عند تعرضه للحدث الصدمي فان هذه الافتراضات تتزلزل وتتهدم في لحظة الاعتداء عليه او على ذويه حيث يرى كل شيء يتغير أمام عينه وتتعرض صورته عن نفسه وعن العالم للتشوه ويحدث نوعا من التأقلم المشوه الذي يؤدي الى تثبيت افكار واتجاهات العدوان والانتقام وعدم الثقة في أي شيء فيتولد الغضب والعنف وانتظار لحظة الانتقام.

أهمية هذه الدراسة تكمن في تناولها لموضوع يعد ذا أهمية بالنسبة لمرحلة المراهقة، فالضغوط والأحداث الصادمة تترك أثرا وأعراضا ربما تطول عند الفرد، وان معرفة مدى تأثر المراهقين بها وعلاقة ذلك بالتشوهات المعرفية لديهم، الأمر الذي سيسهم في تقديم مؤشرات علمية لتلبية حاجات هؤلاء المراهقين مما سيؤدي الى تحسين التوافق النفسي والدراسي لهم.

ومن خلال ما سبق ذكره تتضح أهمية هذا البحث في:

- ١- تفيد وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ووزارة الصحة من اجل وضع الاستراتيجيات الوقائية والعلاجية لإضطراب كرب ما بعد الصدمة خاصة وفي مجال الصحة النفسية عامة.
- ٢- يمكن ان تستفيد من نتائج الدراسة المنظمات العربية والدولية ومنظمات المجتمع المدني من أجل اعداد البرامج التأهيلية والعلاجية والتدريبية للمصابين بأعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة.
- ٣- يمكن البناء على نتائج هذا البحث لتطوير برامج إرشادية وعلاجية قائمة على نظرية العلاج المعرفي من أجل مساعدة الافراد الذين يعانون من التشوهات المعرفية لإيجاد معنى وهدف في حياتهم من خلال خفض الاضطرابات الموجودة لديهم.

أهداف البحث:

- ١- التعرف علي الفروق في اضطراب كرب ما بعد الصدمة بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين .
- ٢- التعرف علي الفروق في التشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين

٣- معرفة طبيعة العلاقة بين اضطراب كرب ما بعد الصدمة والتشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين .

حدود البحث:

اقتصر البحث الحالي على طلاب الفرقة الأولى كلية الآداب جامعة الزقازيق للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣ .

مصطلحات البحث:

أولاً: مرحلة المراهقة **adolescence**.

تعد المراهقة مرحلة انتقال مهمة جداً في عمر الإنسان ، فالمراهق ليس طفلاً كما أنه ليس رجلاً فهو ينتقل من مرحلة يكون فيها معتمداً على الغير إلى مرحلة يعتمد فيها على نفسه ، وهي مرحلة تتسم بالثورة والقلق والصراع مليئة بالصعاب التي يكون فيها الفرد أحوج ما يكون للرعاية والتوجيه. (الشافعي ، ٢٠٠٩ : ١٣)

فالمراهقين الذين يعيشون في بيئة أسرية يسودها التفاعل بين أفرادها قد تحقق الاستقلال والتوجيه الاجتماعي والفكري والثقافي من خلال الأنشطة الاجتماعية التي يمارسونها داخل أسرهم أو مع جماعات الأقران ، حيث يتم تدعيم السلوك الاجتماعي الذي يعمل تنمية المهارات الاجتماعية وارتفاع مستوى الانجاز والكفاية الشخصية لديهم (Dingwall, etal., 2021,121)

ثانياً: اضطراب كرب ما بعد الصدمة **Post-traumatic Stress Disorder (PTSD)** :

هو مجموعة حوادث شديدة الوطأة على النفس مثل كارثة طبيعية أو حرب أو حادث مرعب، يترتب عليها اعراض مثل ارتجاج ذهني للصدمة والصور ، وافكار الشؤم المرتبطة بها ،اضافة الى خدر النفس مصحوب بانخفاض شعور الشخص بالعالم المحيط به.

(Clara-Sophie Heyne, etal., 2022,114)

التعريف الاجرائي للباحثة : الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته على فقرات

مقياس كرب ما بعد الصدمة أعداد ياسر الخواجة ٢٠١١ .

ثالثاً: التشوهات المعرفية **Cognitive Distortions** :

١- هو مصطلح يستخدم لوصف نمط من التفكير أو " حديث النفس " عن طريقة تفكير الفرد التلقائية عن احداث الحياة في اطار سلبي وتؤدي الى مشاعر سلبية مثل الحزن والغضب ، و اليأس و القلق.(Phillips ,etal., 2020 , 54)

التعريف الاجرائي للباحثة: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب مقياس التشوهات المعرفية اعداد الباحثة عام ٢٠٢٣.

الاطار النظري :

مفهوم المراهقة: The concept of Adolescence

المراهقة هي فترة حرجة تتسم بعدم الاستقرار والتقلبات النفسية والمزاجية والتي تبدأ في سن ١٣-١٤ سنة ، وتسمى بفترة العواصف والاستقلالية والخروج عن نطاق الأسرة كمحاولة لإثبات الذات وتكوين صورة للشخصية تكون مختلفة عن الطفولة . حيث انها "اعداد للرشد ، لأنها مرحلة تحل فيها اتجاهات الكبار وتصرفاتهم محل التصرفات الطفولية السابقة". (دسوقي ، ٢٠٠٢ ، ١٥)

أهمية المراهقة: Importance of Adolescence

تعد مرحلة المراهقة من أهم مراحل النمو وأكثرها تعرضاً للاضطرابات النفسية ، أما عن أهميتها فترجع إلى أن تكيف الفرد في هذه المرحلة إنما يكون أساس توافقه في مرحلة الرشد والكبر ، فالمشكلات والصعوبات التي يمر بها المراهق إنما تترك أثراً عميقاً في شخصيته فيما بعد ، أما عن تعرضها للمشكلات فترجع إلى أنها مرحلة تغيير سريع يطرأ على جسم المراهق وعقله ونفسه وعلاقاته الاجتماعية ، كما أنها مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرجولة ففيها يهجر المراهق عالم الأطفال ويدخل عالماً جديداً عليه هو عالماً مجهولاً يجهل معظم أسراره وخباياه ، ولذلك تحتاج هذه المرحلة إلى رعاية المحيطين به ، وإلى وعي المراهق بنفسه وفهمه لطبيعة ما يجري على جسمه من تغيرات وإلى معرفة المرحلة وخصائصها ، وتعتبر فترة مهمة في حياة الفرد والجماعة. (Jessica , etal.,2023, 55)

من هنا يتضح أهمية هذه المرحلة في تكوين شخصية الإنسان ، وهي مرحلة تغيير كلي وشامل وليست أزمة نمو ، وهي تنقل المراهق من فترة الطفولة إلى مرحلة الشباب والنضج وتشمل تغيرات كثيرة وسريعة وتأخذ من سمات الرشد ، وهي مرحلة انتقالية يجتهد فيها المراهق للخروج من الطفولة المعتمدة على الكبار ويبحث عن الاستقلال الذاتي الذي يتمتع به الراشدون فهو موزع النفس بين عالمي الطفولة والرشد ، ويحلوا للكثير تسمية المراهقة بمرحلة الولادة الجديدة أو العاصفة أو فترات الأزمة النفسية لأنها إحدى المراحل العمرية الحرجة في حياة الإنسان ، وهي فترة من فترات تكامل تكتشف فيها الذات وينقب فيها عن الهوية.

(سليمان ، ٢٠١٢ : ٨٥)

مطالب وتحديات مرحلة المراهقة:

يري (Lucina & Andres, 2022) أن هذه المرحلة تتطلب مطالب كثيرة والمراهق و من

مطالب النمو في هذه المرحلة ما يلي :

- (أ) تحقيق علاقات ناضجة مع الرفاق من الجنسين .
- (ب) تحقيق هوية الجنس .
- (ج) اتخاذ القرار فيما يتعلق بالمستقبل المهني .
- (د) تحقيق الاستقلال.
- (هـ) تنمية القيم والمعايير الخلقية. .

مراحل المراهقة :

المدة الزمنية التي تسمى "مراهقة" تختلف من مجتمع إلى آخر، ففي بعض المجتمعات تكون قصيرة، وفي بعضها الآخر تكون طويلة، ولذلك فقد قسمها العلماء إلى ثلاث مراحل، هي:

- ١- مرحلة المراهقة الأولى (١١-١٤ عاماً)، وتتميز بتغيرات بيولوجية سريعة.
- ٢ - مرحلة المراهقة الوسطي (١٥-١٨ عاماً)، وهي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية.
- ٣- مرحلة المراهقة المتأخرة (١٩-٢١)، حيث يصبح الشاب أو الفتاة إنساناً راشداً بالمظهر والتصرفات. (Bagwell et al., 2018 , 15)

النظريات المفسرة لمرحلة المراهقة: Explanatory theories of adolescence

هناك العديد من النظريات التي قامت بتفسير المراهقة و سنعرض بعض منها فيما يلي:

أولاً: النظرية البيولوجية : Biological Theory

وقد أرجع العلماء ردود الفعل الانفعالية العاطفية عند المراهق إلى طفرة النمو الجسمي وبزوغ الدافع الجنسي بشكل واضح وصريح والى النمو والتمايز الذي يحدث في قدراته العقلية بحيث يصبح الإطار المحيط به أضيق مما يتصوره المراهق مناسباً له وبحكم قدراته النامية نمواً واضحاً ، ومن هنا تحدث الأزمة وتتمثل الأزمة في أن المراهق يريد أن يخرج من الطفولة كلها ويريد أن ينطلق ويحقق ما يريده وما يشعر به دفعة واحدة في الوقت الذي يتغير فيكثير من جوانب الواقع المحيط

ثانياً: النظرية المعرفية: Cognitive theory

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن المراهقة تتميز بتطور البنيات المعرفية التي ترتبط بالتغيرات البيولوجية والجسمية ، فمرحلة المراهقة تبدأ بظهور الذكاء العملي الشكلي ، إذا تختلف

عملية التفكير في هذه المرحلة عن سابقتها وذلك لاستعمال المراهق التفكير المجرد والرمزي ،
وقدم جان بياجيه Geanpiaget أن من خصائص تفكير المراهق:

- ١- المرونة.
- ٢- الضبط.
- ٣- تفسير الظواهر وتحليلها.
- ٤- النظر فيما هو ممكن (الاحتمالات).

ثالثاً: النظرية السلوكية: Behavioral theory

تفسر سلوك المراهق على أنه نتاج تعلم الأدوار ، إذ تعتبر عملية التنشئة الاجتماعية مسؤولة عن سلوكه السوي أو انحرافه ، كما يقوم الفرد بنقل النماذج المكتسبة في حياته خلال تفاعله الاجتماعي ، إذ توجد استمرارية في سلوك الإنسان ، فإذا كان الفرد عدواني في طفولته فقد يستمر سلوكه عدواني في المراحل التالية (مرحلة المراهقة والرشد) ما لم يتعرض للتغيير الاجتماعي. (مبارك ، ٢٠١٢ ، ٣٢٧ - ٣٣٢)

رابعاً: نظرية التحليل النفسي: Psychoanalysis Theory

يعتبر فرويد Freud مرحلة المراهقة هي مرحلة إعادة تنشيط لتجارب ماضية قد عاشها الفرد ، ولابد العودة إلى الطفولة وتنشيط صراع أوديب والتحليلات المتعلقة بالهومات المرحمة والهومات القاتلة، ويرى فرويد لكي يتخلص المراهق من هذه الهومات لابد منه أن ينفصل عن والديه ، حيث يجد نفسه مجبراً عن الانفصال ، وهذا الأخير ينتج قلق وصراع لدي المراهق.
وضعت (أنا فرويد) ، بعض ديناميات نظرية التحليل النفسي للنمو في المراهقة ، فهي تعتقد في استمرارية النمو بسبب التغيرات البيولوجية التي يسببها البلوغ والتي تؤدي إلى نشاط الوظيفة الجنسية ، وقد تسبب الرغبة الجنسية المتزايدة لدى المراهق في تكرار الموقف الأوديب الذي يجب أن يحل بتكوين علاقات جنسية ملائمة بين الجنسين مثل تكوين صداقات مع الجنس الآخر .

خامساً: النظرية التفاعلية: Interactive theory

تركز هذه النظرية على التفاعل بين المحددات البيولوجية والاجتماعية والثقافية للسلوك والصعوبات التي يتعرض لها المراهق تعود إلى هذه المحددات في أن واحد فالعوامل البيولوجية وحدها لا تفسر سلوك المراهق ، وإنما تساهم في إيجاد أنماط من السلوك تميز مرحلة المراهقة فالنضج الجنسي والجسمي تنعكس آثارهما على مشاعر الفرد بالإضافة إلي أن ثقافة المجتمع لها دور في تحديد مدى قدرة المراهق على إشباع حاجاته ومطالبة الجديدة .

سادساً: نظرية التعلم الاجتماعي: Social learning Theory

يتأثر النمو في مرحلة المراهقة بالتعلم الاجتماعي ، ويمكن أن نذكر وجهة نظرها باختصار وهي : " أن الفرد يستطيع اكتساب سلوك جديد تحت شروط معينة من خلال التعلم المباشر

وملاحظة الآخرين" ، ويفسر أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي سلوك المراهقين علي أساس القمع الثقافي والتوقعات الاجتماعية ، ويفترضون : أن سلوك المراهقين نتيجة تربية الطفل التي تعلم أدوار معينة ، وبالتالي فإن عملية التنشئة أو التطبيع الاجتماعي هي المسؤولة عن نمو الفرد سواء كان سويماً أو منحرفاً ، إذ يظهر النمو من عملية التنشئة الاجتماعية في فترة الطفولة المبكرة ، ويظل مستمراً في المرحلة اللاحقة ، وعلي ذلك فإن النمو يكون مستمراً وهو يمثل حاصل عملية التنشئة الاجتماعية وليس حاصلًا لعملية النضج.

(Adams , etal, 2019 , 1091-1099)

و باستقراء ما سبق ترى الباحثة أن مرحلة المراهقة مرحلة سريعة وتشمل كافة جوانب شخصية الفرد، وأن المراهق يعاني من جملة من المشكلات متنوعة ومختلفة بتتبع الأسباب والعوامل المؤدية إليها وهي بحاجة إلى مساعدة وتفهم من طرف الأسرة والمحيطين به لتجاوز هذه

ثانيا: اضطراب كرب ما بعد الصدمة (PTSD) Post-traumatic Stress Disorder

تعد الاحداث الصدمية من الاسباب الرئيسة المؤدية للإصابة باضطراب كرب ما بعد الصدمة النفسية الخطرة التي تقع خارج نطاق الخبرة الانسانية كالحروب والحوادث المفجعة كحوادث سيارات وسقوط الطائرات والايذاء الجسدي ويحتاج الشخص المتعرض لهذه الاحداث جهودا كبيرة ومدة طويلة لإعادة تكييفه ، لهذا تبنت المؤسسات العلمية العالمية المتخصصة بتصنيف الاضطرابات النفسية لهذا الموضوع بعد الاعداد الكبيرة من الاصابات النفسية التي اعقبت الحروب والكوارث الطبيعية التي مرت بها الشعوب والامم على مدى سنين القرن العشرين فأفرزت عنوانا "خاصا " لاضطراب ما بعد الضغوط الصدمية التي يعاني منها المصاب.

(Annett, etal., 2023, 1066)

كما يتسم اضطراب كرب ما بعد الصدمة بمجموعة من السمات و هي :

١- مرور الشخص بخبرة او احداث تضمنت موتا حقيقياً او تهديداً بالموت او تهديداً لسلامة الشخص او الآخرين.

٢- تتضمن استجابة الشخص خوفاً جديداً واحساساً بالعجز والرعب ، وفي الاطفال يكون في صورة سلوك مضطرب.

٣- تعاد معايشة الحدث الصدمي بطريقة من الطرائق الآتية:

أ- تذكر الحدث بشكل متكرر ومقتحم وضاعط.

ب- استعادة الحدث بشكل متكرر وضاعط في الاحلام.

ج- الشعور وكأن الحدث الصدمي عائد.

٤- التفادي المستمر لأي مثيرات مرتبطة بالحدث ، اضافة الى خدر عام في الاستجابات.

٥- يسبب هذا الاضطراب ضغطاً اكلينيكيّاً واضحاً يؤدي الى تدهور في الانشطة الاجتماعية أو الوظيفية.

(Nadeen , etal., 2023, 518-526)

اعراض كرب ما بعد الصدمة:

- ١- اعادة الحدث الصدمي مثل الافكار الدخيلة ، الكوابيس ، تذكر الحدث.
- ٢- فرط التيقظ وتتضمن معناة الفرد من اضطرابات في النوم ، وصعوبة التركيز ، والتهيج ، والاستجابة المبالغ فيها.
- ٣- نوبات الهلع كالخوف الشديد مصحوبا بضيق في التنفس ، والتعرق ، والدوخة ، وتسارع دقات القلب.
- ٤- الاعراض الجسدية الالم المزمن والصداع والام في المعدة ، ضيق او حرقة في الصدر ، وتقلص العضلات او الالام في الظهر.
- ٥- مشاعر عدم الثقة ، ضعف الثقة في الاخرين وضعف التفكير ، وعد العالم مكانا خطيرا .
- ٦- الاكتئاب ، والقلق ، والحزن ، وتقلب المزاج ، وفقدان الاهتمام ، وعدم التمتع بالأنشطة ، الشعور بالذنب والحجل ، أو اليأس من المستقبل.
- ٧- وجود الذكريات المتكررة للحدث الصدمي ، والاحلام المخيفة ، او الشعور بوقوع وتكرار الحدث الصدمي. (Francois, etal., 2023, 550-559)

النظريات الخاصة باضطراب كرب ما بعد الصدمة :

١- نظرية التحليل النفسي:

ينظر منهج التحليل النفسي الى الصراعات اللاشعورية التي ترجع الى مرحلة الطفولة انها السبب في الاضطرابات النفسية ، وعموما فإن المنظرين النفسيين اعتمدوا هذه الفكرة في تفسيرهم اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية.

فالحدث الصدمي يمكن أن يجعل الفرد يشعر بأنه مرتبك تماما ، ويسبب له الفرع والانهاك ،ولان ردود الفعل هذه تكون مؤلمة فإن الفرد يلجأ الى كبت الافكار الخاصة بالحادث الصدمي أو قمعها عمدا، غير أن حالة الانكار هذه لا تحل المشكلة ، لأن الفرد لا يكون قادرا على أن يجعل المعلومات الخاصة بالحادث الصدمي تتكامل مع معلوماته الاخرى ، وتشكل جزءا من الاحساس بذاته.(مجيد ، ٢٠١٢ ، ٢٣)

٢- النظرية السلوكية:

من المعروف ان العلماء السلوكيين يؤكدون على العوامل البيئية في تحديد السلوك الذي يخضع لقانون واحد هو التعلم، ووفقا للمنهج الاشرطي في اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية فإن الاشرط الكلاسيكي في زمن وجود حادث صدمي، يتسبب في اكتساب الفرد استجابة خوف شرطية لتنبئه طبيعي غير مشروط . فالتوجه الاشرطي مصيب من حيث أنه يتنبأ بأن المستوى العالي من القلق الناجم عن تنبيه مرتبط بحادث صدمي يقود فعلا الى سلوك تجنبى لمثل هذا التنبئه لدى المرضى باضطراب ما بعد الضغوط الصدمية ، الا انه لا يزودنا بتفصيلات عما يحدث، فضلا عن انه لا يقول لنا لماذا يصاب بعض الافراد باضطراب ما بعد الصدمة لدى تعرضهم لحادث صدمي ، فيما لا يصاب به اخرون تعرضوا للحادث نفسه.

(Dian, etal., 2022, 152-157)

٣- النظرية المعرفية:

يقوم المنظور المعرفي على افتراض ان الاضطرابات النفسية ناجمة عن تفكير غير عقلاي بخصوص الذات واحداث الحياة والعالم بشكل عام. فالاحداث الصدمية تهدد بخصوص مفهومنا للأمان وما هو آمن . وان الحدود بين الامان والخطر افتراضاتنا العادية ، تصبح غير واضحة فيقود هذا الى تكوين بنية كبيرة للخوف في الذاكرة بعيد المدى. وان الافراد الذين تكون لديهم بنية الخوف هذه سوف يمرون بخبرة نقص القدرة على التنبؤ وضعف السيطرة على حياتهم ، وهذان هما السبب في حصول مستويات عالية من القلق.

(foa, etal., 2021, p155-158)

ومما سبق ترى الباحثة انه لا يمكن الاعتماد على نظرية معينة دون أخرى وانما الاخذ بجميع النظريات فاضطراب كرب ما بعد الصدمة كما يرى فرويد يرجع الى العصاب والصراعات اللاشعورية في مرحلة الطفولة نتيجة التربية المتزمتة والتسلط والحرمان .. الخ ، في حين يرى السلوكيين بأن البيئة الضاغطة المتمثلة بالأحداث الصادمة هي المسؤولة عن سلوك الاضطراب، أما أصحاب النظرية المعرفية فيرون أن سبب الصدمة يعود الى التفكير غير العقلاي في مواجهة الحدث الصادم ومن ثم النظرة السلبية تجاه الواقع.

التشوهات المعرفية Cognitive distortions

إن النظرية المعرفية تعتمد في أساسها علي الافتراض القائل حول أن الأفراد من مختلف صنوفهم لا يصيبهم الاضطراب بسبب الأحداث التي تحصل لهم لكن السبب الرئيسي هو تفسيرهم الخاطى للأحداث والمعلومات الخاطئة التي سوف يستنتجونها عن تلك الأحداث ، ويرى ألبرت أليس وآرون بيك أن هذه الاضطرابات تعتمد وبشكل كبير على معتقدات فكرية خاطئة لأنها تكون معرفة الفرد عن نفسه وعن الأشخاص والعالم الذي يحط به.

(Shreyas & Ravi , 2023, 1044)

نموذج آرون بيك للتشوهات المعرفية Aron Beck Cognitive Theory :

لقد افترض بيك بوجود ثلاث مستويات داخل النموذج المعرفي الا وهي (المعتقد المركزي ، والمعتقد الاوسط والافكار التلقائية) ، خلال موقف معين فان المعتقدات الموجودة داخل الفرد تؤثر في احساس الشخص ومن ثم فستؤثر في انفعالات وسلوك الفرد ، وفي نهاية المطاف تؤدي الى التغيير الوظيفي. (بيك ، ٢٠٠٠ ، ٥٥)

وفيما يأتي شرح لهذه المكونات الثلاثة:

- ١- **المعتقدات المركزية:** تتعلق هذه المعتقدات عن الافكار الاساسية التي يكونها الفرد عن ذاته والناس الاخرين والعالم المحيط به ، وانها مفاهيم بلغت من العمق درجة لا يصل اليها الاشخاص حتى بأنفسهم في الغالب ، اذ ينظر الفرد حيال هذه الافكار على انها حقيقة مجردة ، وفي ذلك يفترض بيك أن المعتقدات السلبية في هذا المكون تقع تحت قسمين :
 - معتقد العجز والضعف.
 - معتقد الكراهية.

تنشأ هذه المعتقدات خلال طفولة الفرد اثناء مواجهته لمواقف عديدة ، وان هذه المعتقدات السلبية تنمو في لحظات الضغط النفسي فقط ، وهي على العكس من الافكار التلقائية ، وان هذه المعتقدات المركزية هي المستوى الجوهرى للاعتقاد.

- ٢- **المعتقدات الوسطى:** يتأثر نمو المعتقدات الوسطى بالمعتقدات المركزية ، اذ تتكون المعتقدات الوسطى من القواعد والافتراضات التي كونتها المعتقدات المركزية ، وهي تؤثر على ادراك الفرد للمواقف وطريقة التفكير ، فالقوالب الفكرية (المعتقدات المركزية) سوف تؤثر على المعتقدات الوسطى التي بدورها سوف تؤثر في الافكار التلقائية

- ٣- **الافكار التلقائية:** اطلق آرون بيك على الافكار والصور التي تطرأ لا اراديا عند تدفق الوعي الشخص باسم الافكار التلقائية ، وان ما يرادفها من المعاني العامة عبارة (الاشياء التي تخبر بها نفسك). (جي ، ٢٠١٢ ، ٥٥)

حيث أن الأفكار التلقائية هي التي تكون مع الفرد بشكل ثابت خلال تقدمه في حياته اليومية ، أما الأفكار التي تصيب الفرد بالسوء (الافكار السلبية) فهي التي تستثير انفعالات غير مناسبة ، يصدقها الانسان ويعتبرها حقيقة غير انه في الواقع لا يوجد دليل موضوعي يؤيد هذا النوع من الافكار .

حيث أنه خلال مدة عمل بيك مع المرضى وجد أنهم قد تبينوا مدى واسعا من الافكار السلبية ، اطلق عليها بيك اسم الافكار التلقائية ، هي التي تحدد الطريقة التي يفسر بها الافراد حادثة معينة اصابتهم بنوع من اليأس ، هذا التفسير الخاطئ سوف يؤدي الى ظهور افكار الية تساعد في التقييم العرفي للموقف الذي يتصف بسوء التكيف للحدث ، ومن ثم يؤدي الى استجابة ودانية. (الهييتي ، ٢٠١٨ ، ١٤)

إن علماء النفس المعرفيين امثال بيك ، ميكينوبوم ، اليس ، كيلي ، نوهوا الى ان الأفكار المغلوطة تتركز حول ثلاث آليات رئيسة طبقا للنمط المعرفي وهي :

١- الثالوث المعرفي The Cognitive Triad:

يتكون هذا الثالوث من عناصر معرفية تحث المعالج من النظر الى الاتي (النظرة السلبية الى العالم ، النفس ، المستقبل)

٢- المخططات المعرفية Cognitive Schemas:

ان التفكير قد اخذ المرتبة الاولى في النظريات المعرفية ، فكل شخص فكرة او افكار ثابتة مخزونة لديه في بنائه المعرفي ، فالابنية المعرفية حسب تصور ميكينوبوم " جانب تنظيمي للتفكير الذي يتخذ شكلا منظما يوجه من خلاله الاستراتيجيات واختبار الافراد " ، فهو بمثابة المدير يدير مخطط التفكير ويحدد وقت استمرارها او تعديلها .

هذه المخططات هي خطط مجردة تعمل كموجات للعقل ، كإطار منظم لحل المشكلات ، وان كل فرد سوف يتشكل لديه مدى واسعا من المخططات التي ستساعده في تكوين ادراك عام للعالم المحيط به.

(Jacqueline, Craig & Emily ,2022, 1245-1248)

٣- التشوهات المعرفية Cognitive Distortions

حسب الواجهة التي ينظر بها المعالجون المعرفيون حول معتقدات الفرد انها تبدأ خلال الطفولة المبكرة بعدها تتطور تدريجيا خلال الحياة ، ففي خبرات الطفولة المبكرة المعتقدات التي يكونها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به يؤدي الى تكوين معتقدات مثل (أنا محبوب ، انا كفؤ) هذه تمثل الخبرات الايجابية ، على العكس منهم تتولد عندهم خبرات سلبية تساعد في تكوين معتقدات خاطئة مثل (أنا مكروه ، غير كفؤ) فحين يستهزئ أحد المدرسين بطالب معين يؤدي ذلك الى تكوين معتقدات مشروطة مثل (اذا لم تعجب أعمالي الاخرين ، فلا قيمة لي) مثل هذه المعتقدات قد تصبح قاعدية للفرد وتبنى على أثرها أبنية معرفية خاطئة ، لذلك فإن العمليات المعرفية التي تدعم الأبنية المعرفية تظهر ايضا الأخطاء المبكرة في التفكير ، هذه الأفكار المحرفة

قد اطلق عليها بيك اسم التشوهات المعرفية ، اذ تظهر عندما تكون عمليات الإنتاج والمعالجة المعرفية ذات دقة قليلة أو غير كفؤة. (العصار ٢٠١٥، ١٥)

أنواع التشوهات المعرفية :

هناك أنواع عديدة للتشوهات المعرفية منها التقسيمات الآتية:

١ - تفكير الكل أو اللاشيء (التفكير الثنائي) All-or-Nothing Thinking

في هذا النوع من التفكير يأخذ الفرد الآتي (أن يكون كل شيء تاما على وجه الدقة والقياس أو عكس ذلك) مثال ذلك إما أن احصل على علامة كاملة أو سأرسل.

التجريد الانتقائي Selective Abstraction

يختار بعض الافراد في احيان عديدة فكرة مشوهة تستخلص من حدث واحد ليدعم بها تفكيرهم السلبي، فعلى سبيل المثال قد يختار لاعب كرة البيسبول المشهور هنري لويس آرون (Henry Louis Aaron) صاحب الضربات المشهورة حدثا معينا ويسهب في الحديث عنه، كل هذا ليظهر انه مكتئب.

التنبؤ السلبي Negative Prediction

قد يعتقد بعض الناس بأن شيئا سلبيا سيحدث او على وشك الحدوث دون ان يدعموا ذلك بأدلة يمكن أن يعد ذلك تنبؤا سلبيا، فمثلا عندما يتوقع أحد الطلبة بأنه سيفشل في الامتحان على الرغم من أن درجاته السابقة كانت عالية، يكون استنتاجنا ان تنبؤه كان سلبيا لعدم وجود دليل قاطع. (جي ، ٢٠١٢، ٥٥)

إضفاء صفة الفاجعة او الكارثة Catastrophizing

إن يأخذ أحد الناس حدثا واحدا يهتمون به ويبالغون في نتائجه بشكل غير طبيعي من حيث مزاياه وعواقبه فمثلا، رجل ذاهب لمقابلة عمل ما في احدى الدوائر، فيقول في نفسه، أنا أعلم بأنه حين أقابل المدير سأنفوه بأشياء غريبة، ستشكل خطرا على قبولي في الوظيفة، مما يحول الاجتماع البسيط الذي يتعلق بالوظيفة الى كارثة مروعة كأن يقول أنا فاشل في المقابلات وسأرفض ولن أقبل في الوظيفة.

المبالغة في التعميم Overgeneralization

إن حدثا سلبيا بسيطا قد يشوه تفكير الفرد من خلال المبالغة في التعميم، فمثلا عندما يقوم طالب بتأدية امتحانه الاول في مادة الكسور بشكل سيء، فقد يبني فكرة خاطئة في دراسته بانه لا يصلح للرياضيات، هذا التعميم الخاطئ قد يؤثر في سلوك الفرد في المستقبل.

إطلاق التسميات وخطأ التسميات Labeling and Mislabeled

يطور بعض الاشخاص وجهات نظر سلبية عن ذواتهم من خلال اطلاق تسميات مغلوبة على الذات مستتدين بذلك على بعض الاخطاء, فعندما يتصرف شخص اصابه الارباك مع مجموعة من الناس قد يهيئ له الآتي (انا لا املك الشعبية الكافية للتحدث مع الناس, أنا خاسر) بدلا من القول إنه قد شعرت بالارتباك عندما كنت اتحدث مع تلك المجموعة هذه التسميات الخاطئة قد تكون عند بعض الاشخاص إحساسا غير دقيق بذاتهم الحقيقية.

التعظيم والتهويل او التبسيط والتقليل Magnification or Minimization

قد يهول بعض الاشخاص امورا سيئة قاموا بها لا تستحق ان تذكر, او ان يقللوا قيمة امور جيدة قاموا بها, هذا التهويل او التتقيص الذي في غير محله قد يكون عند هؤلاء الافراد الشعور بالدونية والشعور بالاكنتاب, رياضي مصاب برض في قدمه يستنتج بأن مشواره الرياضي قد انتهى للابد.

الشخصنة Personalization

هو النظر نحو الامور أو الكلام أو الحوادث بشكل شخصي أو قصدي, فمثلا صادف أن في حفلة زيد من الناس أن أمطرت السماء, فان ذلك الشخص سيكون فكرة خاطئة في نفسه حول أن هذا المطر لم يكن الا ليمنع الزفاف, بالرغم من ان المطر خارج عن ارادته. يرى الباحث ان هذه المغالطات والاطاء التي تحدث لتفكير الناس تؤدي وببساطة الى شعور الافراد بالضيق والدونية والاكنتاب, فالاستنتاجات التي يكونها الاشخاص عن ذواتهم والآخرين سلاح ذو حدين فإما ان يقودهم الى السعادة وراحة البال, او الى الاضطراب والقلق الغير مبرر واجهاد الفكر بأمر خاطئة من الاساس.(Amanda, etal. ,2022,1024-1028)

ومما سبق تستنتج الباحثة ان نموذج بيك تعامل مع الحياة النفسية للفرد بثلاثية متكاملة تتضمن الافكار والمشاعر والسلوكيات ، وان هذه العناصر الثلاثة تتفاعل مع بعضها بعضا دون ان يكون لاحد منها الاسبقية على الاخر ، وان الانسان يتعلم كيفية تفكيره من خلال الاخرين المهمين في حياته لا سيما في مرحلة الطفولة ، فالخبرات التي يعيشها تشكل القاعدة لأنماط تفكيره وادراكه لذاته وللأحداث التي يمر بها في حياته .

دراسات سابقة:

المحور الأول: دراسات تناولت اضطرابات كرب ما بعد الصدمة لدي المراهقين .

المحور الثاني: دراسات تناولت التشوهات المعرفية لدي المراهقين

أولاً: دراسات تناولت اضطرابات كرب ما بعد الصدمة لدي المراهقين .

دراسة (Rohn,etal 2019)

هدفت إلى التعرف على أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدي عينة من المراهقين وقد تكونت عينة الدراسة من (٨٠٠) من المراهقين, وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي و تم تطبيق (مقياس كرب ما بعد الصدمة), وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في اضطراب ما بعد الصدمة لدي المراهقين.

دراسة (Moos,etal 2020)

حيث هدفت إلى التعرف على مستوى كرب ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين وقد استخدمت الدراسة أداتين مقياس كرب ما بعد الصدمة ومقياس الأفكار اللاعقلانية, وقد اعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي المقارن كمنهج للدراسة, وبلغت عينة الدراسة (٣٥٧) مراهقاً ومراهقة, وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية بين الدرجة الكلية لمقياس كرب ما بعد الصدمة وبين الدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية و عدم وجود فروق لصالح متغير الجنس.

دراسة (Anna etal.2021)

حيث هدفت الدراسة إلى التعرف تقييم اعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدي عينة من المراهقين, وقد تمت الدراسة على عينة بلغت (١٨٤) مراهقا ممن تعرضوا لأحداث صادمة, وتم استخدام مقياس كرب ما بعد الصدمة, وتوصلت الدراسة إلى أنه لا يوجد تأثير كبير لكرب ما بعد الصدمة علي المراهقين , كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد اضطراب ما بعد الصدمة وفقاً لمتغيرات العمر والجنس والمهنة.

دراسة (Elbert,etal 2022)

حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن تقييم اعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى عينة من المراهقين ممن تعرضوا لاحداث صادمة, وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٥) مراهقا واستخدمت

الدراسة المنهج الوصفي التحليلي واستخدمت الدراسة استبانة لجمع البيانات, وقد توصلت الدراسة إلى أن المراهقون يعانون من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة بصورة مرتفعة .

دراسة Timothy,etal 2023

هدفت الدراسة الى تعرف مدى انتشار اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية (من حيث كونه اضطراب جزئي او كامل او عدمه) لدى مجموعة من المراهقات والكشف عن نوع الاضطراب (حاد ، مزمن، متأخر) ، تم استعمال مقياس لقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة وتكونت العينة من (٣٠٠) مراهقة ، واسفرت نتائج الدراسة الى تعرض (١١٨) مراهقة لاضطراب كرب ما بعد الصدمة بشكل كامل واصابة (٣٧) مراهقة لاضطراب كرب ما بعد الصدمة بشكل جزئي في حين لم يعاني بقية المراهقات من اضطراب كرب ما بعد الصدمة ، أما من حيث نوعية الاضطراب لل (١١٨) مراهقة أعلاه فقد ظهرت اصابة مراهقة واحدة باضطراب ما بعد الضغوط الصدمية الحاد واصابة (١١٥) مراهقة باضطراب الضغوط ما بعد الصدمية المزمن ، واصابة مراهقتين باضطراب ما بعد الضغوط الصدمية المتأخرة.

دراسة john ,etal 2023

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى المراهقين تبعاً لمتغير الجنس بالإضافة الى العلاقة الارتباطية بين المتغيرين ، وبلغ عدد افراد العينة (١٢٠) طالبا وطالبة من المراهقين ، وتم استخدام مقياس لقياس الاحداث الصدمية ، واسفرت النتائج أن افراد العينة بشكل عام لا يعانون من اضطراب ما بعد الضغوط ، وكذلك لا توجد فروق في الجنس لكل من المراهقين في اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

الدراسات السابقة للتشوهات المعرفية:

دراسة Odact ,etal (2018)

حيث هدفت الدراسة إلى دراسة التشوهات المعرفية لدي عينة من المراهقين ، وتألقت عينة البحث من ١١٧مراهق و ١٤٦ مراهقة ، و تم استخدام مقياس التشوهات المعرفية للمراهقين، و استخدم تحليل الانحدار المتعدد ، معامل ارتباط بيرسون لتحليل البيانات، وأشارت النتائج إلى معاناة هؤلاء المراهقين من التشوهات المعرفية ، وأن التشوهات المعرفية ذات علاقة ارتباطية سالبة بمغير الجنس في اتجاه المراهقات.

دراسة Celik &Odac(2019)

حيث هدفت الدراسة الي تقييم أبعاد التشوهات المعرفية لدي عينة من المراهقين في ماليزيا و تكونت عينة البحث من ٤١٨ طالب وطالبة من المراهقين، منهم ٢٦٠ طالبة ، ١٥٨ طالب ، و

تم استخدام اختبار التشوهات المعرفية وتم تحليل البيانات باستخدام معادلة بيرسون، واختبار ت، وأشارت النتائج انه لا توجد فروق دالة احصائيا بين ابعاد مقياس التشوهات المعرفية لدي عينة الدراسة ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند ٠,٥٠ في التشوهات المعرفية تعزى لمتغير الجنس في اتجاه الذكور .

دراسة Ruppie,etal.(2022)

هدفت الدراسة الى تقييم التشوهات المعرفية لدى المراهقين البالغ عددهم (٦٦٢) طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية والجامعية تبعا لطريقة العينة الطبقية المنتظمة في المرحلة الثانوية والطريقة العشوائية البسيطة في الجامعات ، واستخدم مقياس التشوهات المعرفية، وكانت النتائج تشير الى ان مستوى التشوهات المعرفية كان منخفضا بشكل عام ، و بينت عدم وجود علاقة دالة احصائيا في ابعاد التشوهات المعرفية ، كما اظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية في التشوهات المعرفية تعزى للجنس في اتجاه الذكور .

Srina,etal.(2023)

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة من المراهقين ، وبلغ عدد العينة (١٩٧) طالبا وطالبة من المراهقين، واعتمدت الدراسة علي استخدام مقياس التشوهات المعرفية ، واسفرت النتائج أن التشوهات المعرفية كانت دالة بشكل عام ولكن غير دالة تبعا لمتغير الجنس .

تعقيب علي الدراسات السابقة:

بالنظر إلي ما تم عرضه من الدراسات السابقة بالنسبة لإضطراب كرب ما بعد الصدمة ، وجدت الباحثة أن أغلب نتائج الدراسات السابقة قد اتفقت مع نتائج البحث الحالي مثل دراسة مثل دراسة (جون وآخرون، ٢٠٢٣) ودراسة (آنا و آخرون ، ٢٠٢١) و اختلفت مع دراسة (تيمبوثلي و آخرون ، ٢٠٢٣) ، اما بالنسبة للدراسات السابقة التي تناولت متغير التشوهات المعرفية فقد اتفقت نتائج البحث الحالي مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة (روبي و آخرون، ٢٠٢٢) ولكنها تختلف مع دراسة (أودكت ، ٢٠١٨) و(سرينا و آخرون ٢٠٢٣)

فروض الدراسة :

١- لا توجد فروق دالة احصائيا في متغير اضطراب كرب ما بعد الصدمة بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين .

٢- لا توجد فروق دالة احصائيا في متغير التشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين.

٣- توجد علاقة ارتباطية طردية بين اضطراب كرب ما بعد الصدمة و التشوهات المعرفية لدي مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين.

إجراءات البحث:

منهج البحث :

استخدمت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، ويعد هذا المنهج ملائماً لطبيعة البحث وأهدافه، الذي يسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة، ومن ثم وصفها، وبالنتيجة يعتمد دراسة الظاهرة على ما توجد عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً.

عينة البحث:

- تكونت عينة البحث الحالي من (١٠٠) من المراهقين (٥٠) للإناث و (٥٠) للذكور حيث تراوحت اعمارهم ما بين (١٧:١٩) وكان ثمة عدد من المتغيرات الديموجرافية التي أمكن عزل تأثيرها لاحداث التكافؤ بين أفراد العينة ، و هي :

خصائص العينة :

- من حيث المستوى التعليمي : حيث إن جميع المراهقين من طلاب الفرقة الأولى قسم (اللغة الإنجليزية -اللغة العربية) بكلية الآداب جامعة الزقازيق و بالتالي فقد تم التكافؤ في المستوى التعليمي .

- من حيث الحالة الاجتماعية : فقد تم التكافؤ بين المجموعتين في الحالة الاجتماعية (المجموعتان من غير المتزوجين).

وصف عينة البحث

تجانس أفراد العينة الذكور / الإناث من حيث السن:

جدول (١) يبين متوسط أعمار المراهقين الذكور و الإناث والانحراف المعياري وقيمة "ت"

المجموعة	ن	م	ع	د.ح	قيمة ت	مستوى الدلالة
الذكور	٥٠	٦١,١	٤,٥٢	٥٨	,٢١٣	غير دالة
الإناث	٥٠	٦٠,٨	٦,٢٤			

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق بين متوسط أعمار المجموعتين مما يدل على تجانس أفراد العينة من حيث السن.

ب- تجانس أفراد العينة الذكور و الإناث من حيث نسبة الذكاء.

جدول (٢) توزيع عينة الدراسة من حيث درجة الذكاء.

النوع	عدد المراهقين	درجة الذكاء
ذكور	٢٥	من ٨٤ إلى ١١٢
	٢٥	من ٨٤ إلى ١١٧
إناث	٢٥	من ٨٣ إلى ١١٠
	٢٥	من ٨٣ إلى ١١٠

يتضح من الجدول السابق أنه تتراوح درجات أفراد العينة ذكور وإناث على مقياس الذكاء ما بين ٨٣ إلى ١١٧.

فيما يلي جدول رقم (٣) يوضح تجانس أفراد العينة من حيث الذكاء.

جدول (٣) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين المراهقين من المجموعتين (الذكور / الإناث) على مقياس ستانفورد بينيه للذكاء.

المجموعة	ن	م	ع	د.ح	قيمة ت	مستوى الدلالة
الذكور	٥٠	١٠٤,١	٦,٦	٥٨	,٠٦٤	غير دالة
الإناث	٥٠	١٠٤,٢	٩,٣			

يتضح من الجدول السابق رقم (٤) عدم وجود فروق بين متوسط درجات ذكاء أفراد المجموعتين مما يدل على تجانس العينة الذكور و الإناث من حيث نسبة الذكاء.

ج- تجانس أفراد العينة الذكور و الإناث من حيث المستوى الثقافي الاقتصادي الاجتماعي:

جدول رقم (٥) يبين التجانس بين المجموعتين على المستويات الثقافي الاقتصادي الاجتماعي والدرجة الكلية.

المستوى	المجموعة	ن	م	ع	ح.د	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثقافي	الذكور	٥٠	٣٦,٨	١,٣	٥٨	١,٣	غير دالة
	الإناث	٥٠	٣٧,٥	٢,٣			
الاقتصادي	الذكور	٥٠	٧١,٥	٢,١	٥٨	٠,٤	غير دالة
	الإناث	٥٠	٧١,٨	٤,٤			
الاجتماعي	الذكور	٥٠	١٥,٦	٢,٤	٥٨	٠,٦	غير دالة
	الإناث	٥٠	١٥,٢	٢,٥			
الكلية	الذكور	٥٠	١٢٣,٩	٣,٩	٥٨	٠,٤	غير دالة
	الإناث	٥٠	١٢٤,٦	٥,٩			

يتضح من الجدول السابق رقم (٥) عدم وجود فروق بين متوسط درجات المراهقين بالمجموعتين الذكور و الإناث على المستويات الثقافية - الاقتصادي - الاجتماعي، وهذا يعني تجانس أفراد العينة من حيث المستوى الثقافي الاقتصادي الاجتماعي.

- كما أن جميع أفراد العينة يعيشون مع والديهم وليس لديهم أي تاريخ وراثي للمرض أو الإعاقة .
أدوات البحث:

نظراً لطبيعة البحث الحالي فقد تطلب الأمر توافر أداتين تتوفر فيهما الخصائص السيكومترية لتحقيق أهداف البحث وهي:

الآداة الأولى : مقياس التشوهات المعرفية (اعداد الباحثة) :

حيث تم إعداد مقياس التشوهات المعرفية لقياس التشوهات المعرفية لدى المراهقين حيث تم الاستفادة من الاطار النظري للبحث، في تحديد البنية الاساسية للمقياس .
- كما أطلعت الباحثة علي عدد من المقاييس و البحوث السابقة المرتبطة بهذا المجال للاستفادة منها في اعداد المقياس الحالي ، منها دراسة كل من اسلام أسامة العصار، ٢٠١٥ ، و يونج و اخرون ٢٠١٩ و بيرين ٢٠٢٠ وغيرها .
- ونظر لان هذه المقاييس لا تقي بالغرض من البحث الحالي وتختلف في أبعادها وخصائصها، عن خصائص عينة البحث وهدفه، فقد تم تحديد الافكار المستخدمة في

المقياس، وهي العشرة افكار الاكثر تكرارا في البحوث السابقة كما يلي: تفكير الكل أو لا شيء ، الشخصنة واللوم، التفكير الكارثي، الينبغيات، التجريد الانتقائي، التعميم الذائد، التهويل أو التهوين، العناوين المضلله، الاستنتاج العشوائي، الحكم الانفعالي .

- كما تم صياغة مفردات المقياس وقد روعي أن تكون العبارات واضحة ومحددة المعنى خالية من الغموض أو التعقيد، ولقد تم تحديد الاستجابة بالاستجابة الخماسية نظرا لدقتها وملائمتها للمرحلة العمرية، وتم صياغة التعليمات، يليها العبارات، ولكل منهما خمس استجابات و هي ، ابداء، نادرا، احيانا ، غالبا، دائما و اعطيت لهذه الاستجابات الدرجات (١-٢-٣-٤-٥) على الترتيب؛ حيث تم شرح فكرة المقياس، وطريقة الاجابة عليه في ورقة الاجابة التي يكتب فيها الطالب بياناته من حيث الاسم "اختياري"، التخصص، النوع، وتم التويه أنها محاطه بالسرية التامة، والتبنيه لعدم ترك أي عبارة دون اجابة عليها، ومراعاة إكمال البيانات بدقة.

الصورة المبدئية للمقياس: يتكون المقياس في صورته المبدئية من ٥٨ عبارة تقيس ١٠ أبعاد فرعية لمقياس التشوهات المعرفية.

صدق و ثبات مقياس التشوهات المعرفية (اعداد الباحثة):

١- **العرض علي المحكمين (صدق المحكمين) :** تم عرض الصورة المبدئية للمقياس على سبعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بكلية التربية، وكلية الآداب- جامعة الزقازيق، و طلب منهم توضيح ما يلي: تحديد مدى تناسب مواقف المقياس للأبعاد التي يقيسها و مدى ملائمتها لعينة البحث ، و مدى مناسبة صياغة العبارات.

وتحديد ما إذا كانت العبارة موجبة أم سالبة ووضع أي ملاحظة يرونها مناسبة، وقد تم الاستفادة من آراء المحكمين في تعديل و صياغة بعض المفردات وحذف بعض العبارات التي لا تنتمي للبعد أو المكررة في المعنى، وكانت أرقام العبارات السالبة (١٧، ٢٩، ٤٤، ٤٦، ٥٦) ويتم عكس تقديراتها

تم تطبيق المقياس بعد عرضه على سبعة من المحكمين من اساتذة في علم النفس ، والصحة النفسية- في صورته المبدئية من ٥٨ عبارة على عينة حساب الخصائص السيكومترية المكونة من ٥٠ من المراهقين ، وتم حساب الصدق، والثبات .

٢- الصدق الظاهري : : تم حساب صدق المقياس الحالي و مقياس التشوهات المعرفية اعداد (لمياء

عبد الرازق ٢٠١٥) علي عينة التفتين ن = ٣٠ فبلغ معامل الارتباط ٠,٧٣.

ثانيا الثبات :

الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارات والدرجات الكلية للمقياس، والنتائج كما توضحها الجدول التالي

جدول (٦) معاملات الارتباط لمقياس التشوهات المعرفية ن = ٥٠

الرقم	معامل الارتباط						
١	٠,١٧٥	١٦	*٠,٢٩٧	٣١	*٠,٣١٧	٤٦	*٠,٢٩٦
٢	**٠,٤١٢	١٧	*٠,٤٤٤	٣٢	**٠,٤٥١	٤٧	**٠,٣٥٣
٣	**٠,٥١١	١٨	**٠,٤٦٧	٣٣	**٠,٣٨٨	٤٨	**٠,٣٦٧
٤	*٠,٣٠٩	١٩	٠,٠٥٨	٣٤	**٠,٣٢٩	٤٩	**٠,٤٠٨
٥	**٠,٤٣٣	٢٠	*٠,٣٨٩	٣٥	*٠,٣٨٩	٥٠	*٠,٤٣١
٦	**٠,٣٧٦	٢١	٠,١٧٢	٣٦	*٠,٢٩٨	٥١	**٠,٤٨٤
٧	*٠,٢٨٨	٢٢	*٠,٢٩٩	٣٧	**٠,٤٧٦	٥٢	**٠,٥٩٨
٨	**٠,٣٣٨	٢٣	*٠,٤٠٤	٣٨	**٠,٣٥٣	٥٣	٠,٠٨٥
٩	*٠,٢٩٨	٢٤	*٠,٣١٧	٣٩	**٠,٣٤٢	٥٤	**٠,٣٨٦
١٠	**٠,٣٤٧	٢٥	*٠,٤٥٥	٤٠	*٠,٢٩٦	٥٥	**٠,٣٣٩
١١	**٠,٤٣١	٢٦	*٠,٣١٤	٤١	٠,١١٣	٥٦	*٠,٢٩٧
١٢	٠,١٣٩	٢٧	*٠,٢٩٣	٤٢	**٠,٣٦١	٥٧	٠,١٢٥
١٣	**٠,٤٣٨	٢٨	**٠,٣٣٩	٤٣	**٠,٥٨٨	٥٨	**٠,٣٨١
١٤	**٠,٤١٤	٢٩	٠,١٣٩	٤٤	**٠,٤٢١		
١٥	**٠,٤٦٨	٣٠	*٠,٤١٩	٤٥	*٠,٣٢٢		

* دال عند مستوي ٠,٥٠ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، عدا ٩ عبارات، و أرقامها: (٥٧، ٥٣، ٤١، ٢٩، ٢١، ١٩، ١٧، ١٢، ١٠) وقد تم حذفهم.

٢- الثبات : بعد حذف العبارات تم حساب معاملات الارتباط للمقياس كما في الجدول التالي:

جدول (٧) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التشوهات

المعرفية ن = ٥٠

م	ابعاد مقياس التشوهات المعرفية	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
١	تفكير الكل او لاشيء	** ٠,٠٥٤٠
٢	الشخصنه و اللوم	** ٠,٦٨٤
٣	التفكير الكارثي	** ٠,٦٩١
٤	الينبقيات	** ٠,٣٣٩
٥	التجريد الانتقائي	** ٠,٦٦٥
٦	التعميم الزائد	** ٠,٧٥٨
٧	التحويل او التهوين	** ٦٤٧,٠
٨	اضفاء العناوين	** ٠,٧٣٩
٩	الاستنتاج العشوائي	** ٠,٦٠٩
١٠	الحكم الانفعالي	** ٠,٣٤٧

* دال عند مستوي ٠,٥٠ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً

٢- تم استخراج الثبات للمقياس عن طريق التجزئة النصفية وعن طريق الفا كرونباخ - لعينة مكونة من (٥٠) مراهقا.

أ- ثبات التجزئة النصفية : حيث تبين ان معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية هو (٠,٦٩) وبعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون بلغ (٠,٨١)

جدول (٨) معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس التشوهات المعرفية

ن = ٥٠

المتغير	معامل ارتباط سبيرمان براون
التشوهات المعرفية	٠,٨١

ب- ثبات الفا كرونباخ : معامل كرونباخ الفا فقد بلغ (٠,٩١) وهو معامل ثبات عالي يمكن الركون اليه.

جدول (٩) معامل ثبات الفا كرونباخ لمقياس التشوهات المعرفية ن=٥٠

المتغير	ثبات الفا كرونباخ
التشوهات المعرفية	٠,٩١

- لقد تبين صدق و ثبات جميع العبارات عدا تسع عبارات ، ومن الاجراءات السابقة للصدق والثبات، تم حذف ٩ عبارات غير ثابتة وغير صادقة هي: ٥٧, ٥٣, ٤١, ٢٩, ١, ١٢, ١٧, ١٩, ٢١ وأصبحت الصورة النهائية (٤٩) بند.

جدول (١٠) عدد عبارات مقياس التشوهات المعرفية في الصورة النهائية

المعرفية ن=٥٠ مراهقا

م	ابعاد مقياس التشوهات المعرفية	عدد العبارات	ارقام المفردات
١	تفكير الكل او لاشيء	٦	٤٨-٤٤-٣٨-٣١-٢٣-١٥
٢	الشخصنه و اللوم	٤	٤٥-٣٢-٩-١
٣	التفكير الكارثي	٤	٢٤-١٦-١٠-٢
٤	الينبغيات	٤	٣٩-٣٣-٢٥-٣
٥	التجريد الانتقائي	٥	٤٠-٣٤-٢٦-١٧-١١
٦	التعميم الزائد	٧	٤٦-٤١-٢٧-١٨-١٢-٤٩-٤٦
٧	التهويل او التهوين	٧	٤٢-٣٥-٣٠-٢٨-١٩-٥-٤٧
٨	العناوين المضلله	٥	٣٦-٢٩-٢٠-١٣-٦
٩	الاستنتاج العشوائي	٤	٤٣-٢١-١٤-٧
١٠	الحكم الانفعالي	٣	٣٧-٢٢-٨
=ك			٤٩

الآداة الثانية: اضطراب كرب ما بعد الصدمة. اعداد عبد الفتاح الخواجه ٢٠١١

من خلال اطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات والمقاييس السابقة والتي تناولت موضوع اضطراب كرب ما بعد الصدمة استخدمت الباحثة مقياس (الخواجة ٢٠١١) ويتكون المقياس بصورته النهائية من (٦٩) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات هما: مجال الاعراض الوجدانية لضغط ما بعد الصدمة (٢٣) فقرة ومجال الاعراض المعرفية لضغط ما بعد الصدمة (٢٣) فقرة و مجال الاعراض السلوكية لضغط ما بعد الصدمة (٢٣) فقرة.

طريقة تصحيح المقياس:

قامت الباحثة بحساب الدرجة الكلية للمفحوص على المقياس عن طريق جمع درجات فقراته البالغة (٦٩) فقرة، وقد وضع امام كل فقرة خمسة بدائل للاستجابة (دائما ،غالبا ، احيانا نادرا ، ابد) وقد اعطيت عند التصحيح للفقرات الدرجات (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) على التوالي ،وبذلك يحصل المستجيب للمقياس على اعلى درجة (٣٤٥) وأوطأ درجة (٦٩).

تعليمات المقياس:

للتأكد من مدى وضوح فقرات المقياس ومدى وضوح التعليمات ، تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٥٠) من المراهقين و كانت جميع العبارات واضحة بالنسبة لجميع افراد العينة. .

صدق وثبات مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

صدق المحكمين :

لمعرفة مدى صلاحية الفقرات في مقياس اضطرابات كرب ما بعد الصدمة والتي أعدت لقياسه ،عرضت الفقرات بصورتها الاولية والبالغ عددها (٦٩) فقرة على (٧) محكمين من المتخصصين في علم النفس، وطلب منهم تقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما أعدت لأجله، وقد اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (٨٠%) فاكثر من آراء المحكمين وقد حصل على موافقة غالبية المحكمين على طبيعة بدائل الاجابة.

- تمييز الفقرات :

قامت الباحثة بالتحقق من قدرة الفقرة على التمييز باستخدام المجموعتين المتطرفتين وذلك من خلال عينة التحليل الإحصائي ، حيث تم ترتيب الدرجات الكلية لأفراد العينة بصورة تنازلية من أعلى درجة الى أقل درجة وتم اختيار أعلى (٢٧%) من الدرجات لتكون المجموعة العليا وأوطأ (٢٧%) من الدرجات لتكون المجموعة الدنيا ، ثم استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين متساويتين لاستخراج التمييز ، واتضح أن هناك فقرات لم تكن مميزة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٨٢) لان قيمتها التائية المحسوبة أقل من القيمة الجدولية (١,٩٨) والجدول (١١) يوضح ذلك:

جدول (١١)

القوة التمييزية لفرقات مقياس كرب ما بعد الصدمة

مستوى الدلالة	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ن	مستوى الدلالة	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ن
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
دالة	٥,٥٣١	١,١٩٠	٢,٥٩	١,٢٥٣	٤,١١	٤	دالة	٤,٦٢٨	٠,٣٧٠	١,٠٩	١,٥٢٢	٢,٠٢١	١
دالة	٤,٦٧٢	١,٠٩٦	١,٦٦	١,٣٢١	٢,٩٠	٥	دالة	٥,٤٨٩	٠,٦٣٠	١,٤٢	١,٣١٩	٢,٦٦	٢
غير	١,٥١١	١,٤٣٦	٢,٧١	١,٤٥٢	٣,١٩	٦	دالة	٧,٣١٣	٠,٧٩٠	١,٩٠	١,٣٢١	٣,٦٤	٣
دالة	٦,٢١٨	١,١١٦	٢,١٤	١,٢٩٧	٣,٧٨	39	دالة	٣,٦٨٩	٠,٨٣٣	١,٥٠	١,٦٤٠	٢,٥٤	٧
دالة	٥,١٢٢	١,١٧٢	٢,٤٥	١,٢٥٤	٣,٨٠	40	دالة	٧,٠٠١	١,١٧٣	٢,٥٢	١,١٣٢	٤,٢٨	٨
دالة	٥,٣٩٢	١,٢٢١	٢,١٤	١,٢٨٦	٣,٦١	41	دالة	٣,٠٤٥	١,١١٠	١,٧١	١,٣٨٢	٢,٥٤	٩
دالة	٦,١٨٢	٠,٩٨٥	١,٨٣	١,١٢٧	٣,٢٦	42	دالة	٤,٧٦٨	١,١٦٦	١,٨٣	١,٥١١	٣,٢٣	١٠
دالة	٦,٢٢٧	١,١٠٧	٢,٥٧	١,١٥١	٤,١١	43	دالة	٦,٤٠٠	٠,٨٧٨	١,٧٦	١,١٧٩	٣,٢١	11
دالة	٩,٥٤٧	١,٩٢٨	١,٩٢	٠,٩٩٧	٣,٩٢	44	دالة	٢,٤٤٢	٠,٤٣٧	١,١٦	١,١٨٥	١,٦٤	12
دالة	٧,٢٩٧	٢,٤٧٩	٢,٤٧	٠,٩٩٩	٤,٠٢	45	دالة	٦,٢٣٤	٠,٨٧٨	١,٦٤	١,١٩٧	٣,٠٧	13
دالة	٥,٦٣٣	١,١٤٣	١,٩٠	١,٤٣٥	٣,٥٠	46	دالة	٥,٠٢٠	١,٢٤٥	٢,٢٣	١,٤٨٢	٣,٧٣	14
دالة	٨,٣٣٤	١,٢٨٤	٢,٣٥	٠,٩٠٩	٤,٣٨	47	دالة	٣,٩٤٩	١,٢٤٨	٢,٦١	١,٢٩٣	٣,٧١	15
دالة	٥,١٩٣	١,٢٣٣	٢,١١	١,٣٢٧	٣,٥٧	48	دالة	٣,٢٤٠	١,٠٨٦	٢,٥٤	١,٣٦٢	٣,٤٠	16
دالة	٦,٧٥٩	٣,٠٩٥	٣,٠٩	٠,٦٦٠	٤,٦١	49	دالة	٢,٢٥٤	١,٤٠١	٢,٢٨	١,٤٠٥	٢,٩٧	17
دالة	٧,٦٩٥	٠,٨٥٤	٢,٣٨	١,٠١٠	٣,٩٥	50	دالة	٣,٩٩٢	١,١٢٢	١,٩٠	١,٣٩٧	٣,٠٠	18
دالة	٣,٩٦٧	١,٠٤٢	١,٧١	١,٣٠٧	٢,٧٣	51	دالة	٢,٦٣٩	١,٢٢٣	٢,٣٣	١,٤١٠	٣,٠٩	19
دالة	٤,٦٣٢	١,٢٦٧	٢,١٦	١,٣٥٦	٣,٥٠	52	دالة	٥,١٤٧	١,١٠٥	١,٧٣	١,٣٠٣	٣,٠٩	20
دالة	٥,٣٣٨	١,٠٩٠	٢,٠٧	١,٣,١١	٣,٤٧	53	دالة	٣,١٣١	١,٦٢٧	٢,٧١	١,٥٠٦	٣,٧٨	21
دالة	٥,٩٣٨	١,٢٧٩	١,٧٨	١,٤٠١	٣,٥٢	54	دالة	٢,٤٩٩	١,٢٦٨	٢,٠٤	١,٤٨٦	٢,٨٠	22
دالة	٨,١١	٠,٧٨١	١,٧٨	١,١٧٢	٣,٥٤	55	دالة	٦,٨٥٣	٠,٧٤٠	١,٥٠	١,٢٠٩	٣,٠٠	23
دالة	٦,٢٧٥	١,٢٤٧	٢,١٦	١,٢٢١	٣,٨٥	56	دالة	٣,٤٣٣	٠,٥٠٥	١,١٩	١,٤٨٩	٢,٠٢	24
دالة	٤,٣٩٣	١,١٢٩	٢,٤٢	١,٢٥٢	٣,٥٧	57	دالة	٣,٩٢٢	١,٣٠٣	٢,٩٠	١,٤٠٩	٤,٠٧	25
دالة	٥,٠٥٢	١,٠٦٠	٢,٤٠	١,٢٢٣	٣,٦٦	58	دالة	٢,٩٧٠	١,٣٩٣	٣,٣٥	١,٣٩٧	٣,٢٦	26
دالة	٧,٠٠٤	٠,٧٩٣	١,٨٣	١,٣٤٧	٣,٥٢	59	دالة	٤,٢٨٨	٠,٩٤٣	١,٨٠	١,٤٠٣	٢,٩٢	27
دالة	٢,٦٩٨	١,٣٤٧	٢,٤٥	١,٣٢١	٣,٢٣	60	دالة	٥,٧٣٤	١,٣٤٧	٢,١١	١,٣١٦	٣,٧٨	28
دالة	٦,٠٧٧	١,١٨٥	٢,٠٩	١,٤٥٧	٣,٨٥	61	دالة	٨,١٣٧	١,٠٣	٢,٣٥	٠,٨٩٤	٤,٠٧	29
دالة	٣,٤٤٠	١,٣١١	٢,٢٨	١,٢٨٨	٣,٢٦	62	دالة	٦,٥٩٠	١,١٥١	١,٨٨	١,٢٣٠	٣,٥٩	30
دالة	٧,٥١٣	0.٩٠٥	١,٧٦	١,٢٧١	٣,٥٧	63	دالة	٥,٧٥٩	١,٠٧٢	٢,١٤	١,٠٨٧	٣,٥٠	31
دالة	٣,٥٢٩	١,٣٥٨	٢,٣٥	١,٣٦٢	٣,٤٠	64	دالة	٤,٧٥١	١,٢٠٩	٣,٠٠	١,٠٣٣	٤,١٦	32
دالة	٤,١٤٥	١,١٣٠	٢,٤٥	١,٤٧٨	٣,٦٤	65	دالة	8.538	٠,٨٤٣	2.14	٠,٩٤٣	٣,٨٠	33
دالة	٣,٠٧٦	١,٢٨٨	٢,٢٦	١,٣٣٥	٣,١٤	66	دالة	7.157	١,٠١٨	2.71	٠,٨٩٨	٤,٢١	34
دالة	٣,٨١١	١,١٤٣	٣,٢٣	0.٩٦٧	٤,١١	67	دالة	5.614	0.961	2.04	١,٢٧١	٣,٤٢	35
دالة	٢,٢٧٩	١,٢٣٢	٣,٤٢	١,٠٥٩	٤,٠٠	68	دالة	٢,٣٧١	١,٥٨٤	٣,٣٠	١,٣٥٠	٤,٠٧	36
دالة	٤,٢٠٨	0.٧٣٠	٢,٩٥	0.964	٣,٧٣	69	غير	١,٨٦٠	١,٤٦٦	٣,٥٩	١,٢٢١	٤,١٤	37
							دالة	٦,٧٣٠	١,٠٩٤	٢,١٤	١,١٧٣	٣,٨٠	38

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية :

إن حساب الصدق التجريبي أكثر أهمية من صدقها المنطقي الذي يكون معرضاً للأخطاء نتيجة تأثيره إلى حد كبير بالأراء الذاتية للخبراء. وقد وجدت الباحثة انه من المناسب حساب صدق الفقرات للمقياس باستخدام المحك الداخلي وهو الدرجة الكلية للمقياس، عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، وقد اتضح ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس اضطرابات كرب ما بعد الصدمة بدلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) وكانت هناك الفقرة (٣٧) ضعيفة الارتباط بالدرجة الكلية وكما هو موضح في الجدول (١٢)

جدول (١٢)

قيمة معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	ت								
.368**	٥٧	.447**	٤٣	.545**	٢٩	.371**	١٥	.437**	١
.385**	٥٨	.607**	٤٤	.459**	٣٠	.342**	١٦	.501**	٢
.543**	٥٩	.478**	٤٥	.453**	٣١	.253**	١٧	.560**	٣
.277**	٦٠	.455**	٤٦	.400**	٣٢	.342**	١٨	.509**	٤
.465**	٦١	.581**	٤٧	.605**	٣٣	.308**	١٩	.374**	٥
.273**	٦٢	.455**	٤٨	.510**	٣٤	.448**	٢٠	.204*	٦
.507**	٦٣	.503**	٤٩	.449**	٣٥	.328**	٢١	.341**	٧
.275**	٦٤	.595**	٥٠	.277**	٣٦	.287**	٢٢	.481**	٨
.385**	٦٥	.383**	٥١	.185*	٣٧	.532**	٢٣	.279**	٩
.268**	٦٦	.445**	٥٢	.491**	٣٨	.341**	٢٤	.411**	١٠
.308**	٦٧	.464**	٥٣	.528**	٣٩	.345**	٢٥	.514**	١١
.202*	٦٨	.470**	٥٤	.449**	٤٠	.289**	٢٦	.231**	١٢
.310**	٦٩	.542**	٥٥	.489**	٤١	.351**	٢٧	.505**	١٣
		.448**	٥٦	.454**	٤٢	.486**	٢٨	.411**	١٤

ثانيا : الثبات : تم استخراج الثبات للمقياس عن طريق التجزئة النصفية وعن طريق الفا

كرونباخ لعينة مكونة من (٥٠) مراهقا.

أ- ثبات التجزئة النصفية : حيث تبين ان معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية هو

(٠,٧٦) وبعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون بلغ (٠,٨٩)

ب- ثبات الفا كرونباخ : معامل كرونباخ الفا فقد بلغ (٠,٩٠) وهو معامل ثبات عالي يمكن الركون اليه.

التطبيق النهائي:

بعد استخراج الصدق و الثبات، أصبح المقياسان جاهزين للتطبيق النهائي، وقد تم ذلك على عينة البحث المؤلفة من (١٠٠) من المراهقين من طلبة كلية الآداب جامعة الزقازيق خلال الترم الثاني للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣.

الوسائل الإحصائية:

- ١- معامل ارتباط بيرسون.
- ٢- معادلة سيبرمان- براون للتجزئة النصفية.
- ٣- استخدم الاختبار التائي
- ٤- معادلة كرونباخ الفا لاستخراج الثبات

عرض النتائج:

سوف تعرض الباحثة النتائج وتفسيرها ومناقشتها واستنتاجاتها وتوصياتها ومقترحاتها، كما يلي:
الفرض الأول :

" لا توجد فروق دالة احصائيا في متغير اضطراب كرب ما بعد الصدمة بين مجموعتي الإناث و الذكور من المراهقين ". ولأجل تحقيق هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة لاستخراج النتائج ، والجدول (١٣) يوضح ذلك:

جدول (١٣)

نتائج الاختبار التائي المحسوب والنظري لمقياس اضطرابات كرب ما بعد الصدمة

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
١٠٠	١٨٩,٩٨٠٠	٣٥,٢٢٤٨١	٢٠١	٩٩	٣,١٢٨-	غير دالة

يتضح من النتائج أعلاه عدم وجود فرق دال احصائيا في متغير اضطراب كرب ما بعد الصدمة ، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلي أن أفراد العينة بالرغم من الضغوطات التي يواجهونها اثناء حياتهم إلا أنهم أستطاعوا التكيف نتيجة استخدام استراتيجيات للتعامل مع هذه الضغوط إضافة الى ان الدعم الاجتماعي وتماسك العلاقات الاجتماعية وإتساعها يشكل حزاما آمنا يحمي

الفرد ويخفض من حدة الإضطراب ، كما أن لغياب هذا الدعم أو ضعفه يفاقم من تأثير الصدمة
(Annett, etal., 2023)

وقد اتفقت النتائج مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة (جون وآخرون، ٢٠٢٣) ودراسة
(آنا و آخرون ، ٢٠٢١) و اختلفت مع دراسة (تيمبوثي و آخرون ، ٢٠٢٣)
الفرض الثاني:

" لا توجد فروق دالة احصائية في متغير التشوهات المعرفية بين مجموعتي الإناث" و الذكور من
المراهقين. ولأجل تحقيق هذا الفرض استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة لاستخراج النتائج

وكما موضح في الجدول (١٤)

جدول (١٤)

نتائج الاختبار التائي المحسوب والنظري لمقياس التشوهات المعرفية

العيبة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
١٠٠	١٠٢,٣٤٠٠	١٢,٩٨٨١٢	١٠٦	٩٩	٨,٩٧٧-	غير دالة

تشير النتائج أعلاه إلى عدم وجود فرق دال احصائيا ، وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أن انخفاض
التشوهات المعرفية يرجع إلى التنشئة الاجتماعية الايجابية خلال مرحلة الطفولة المبكرة لكون
التشوهات المعرفية تبدأ من هذه المرحلة ، عندما تبدأ المخططات المعرفية بالتكون من خلال
الوالدين بشكل اساسي والافراد المحيطين بالطفل والتفاعل مع البيئة المحيطة فإذا كانت البيئة
ايجابية ومنطقية بالتفكير كان المخططات المعرفية لدى الفرد خالية من التشوهات المعرفية ، وهذا
ما اكد عليه (Amanda, etal. ,2022)

حيث ان المخططات المعرفية تعمل كموجهات للفرد وتبدأ بالتشكل منذ الطفولة المبكرة من خلال
الوالدين ، وان المعتقدات المركزية المتمثلة بالأفكار عن الذات والناس والعالم هي الاساس الذي
تبنى عليه المعتقدات الاخرى (الوسطى والتلقائية) ، وأنها تنمو في مرحلة الطفولة ، و أكد (جي
٢٠١٢) على أن المعتقدات الوسطى تتأثر بالمعتقدات المركزية ويعززها المجتمع من خلال
المدرسة والاصدقاء ، وهذه النتيجة تتفق مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة (روبي و
آخرون، ٢٠٢٢) و (سيليك و أوداك ، ٢٠١٩) ولكنها تختلف مع دراسة (أودكت ، ٢٠١٨)
(سرينا و آخرون ٢٠٢٣)

الفرض الثالث:

التعرف على العلاقة الارتباطية بين اضطرابات كرب ما بعد الصدمة وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى افراد العينة ،وقد استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون في المعالجة وتبيين وجود ارتباط دال والجدول (١٥) يوضح ذلك.

جدول (١٥)

العلاقة بين اضطرابات ما بعد الضغوط الصدمية والتشوهات المعرفية لدى افراد العينة

المتغيرات	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة ٠,٠٥
اضطراب ما بعد الصدمة	١٠٠	٠,٣٣٢	دالة
التشوهات المعرفية			

ونلاحظ من الجدول أعلاه وجود علاقة ايجابية طردية دالة للمراهقين على المقياسين ، بمعنى أنه كلما زادت اضطرابات كرب ما بعد الصدمة زادت التشوهات المعرفية لدى المراهقين ، وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الأحداث والمواقف الصادمة التي تعرض لها المراهقين والتي انعكست على الناحية النفسية والاجتماعية والشخصية ، أدت الى ظهور تغيرات نفسية وفسولوجية وسلوكية بالنسبة لهؤلاء المراهقين ، تنوعت اشكالها حسب طبيعة استقبالها من قبل المراهقين وحسب قدرة الدفاع النفسي لديهم ولذلك فإن من ضمن هذه الانعكاسات كانت (التشوهات المعرفية, Francois, etal., 2023)، فالفرد في حالات الضغوط الصدمية تتميز بالمبالغة في تفسير المواقف مما يؤدي الى إثارة مشاعر من الخوف والتوتر ،وقد يؤدي ذلك في النهاية الى تفكير كارثي وهو احد مظاهر التشوهات المعرفية ، ومن ناحية أخرى فإن التشوهات المعرفية قد تسبب معاناة الفرد من القلق ،وذلك حينما يتصور أن الآخرين أقل موضوعية وعدلا، وهذا التصور يجعلهم يعتقدون أن تفسيرات الافراد خاطئة.

(Phillips,etal.,2020)

التوصيات:

- ١- تنظيم ورش عمل او دورات تدريبية بشكل دوري للطلبة تستهدف تنمية القدرة على تجنب الصدمات و التعامل مع الضغوط التي يواجهونها بشكل ايجابي.
- ٢- تقديم برامج وقائية لتنمية المهارات الشخصية التي تقوي بدورها البناء النفسي للفرد ومن ثم مواجهة المشكلات بصورة ايجابية بلا أي تشوهات المعرفية.
- ٣- الافادة من أدوات البحث الحالي في تفعيل دور المعالجين النفسيين و الاختصاصيين النفسيين في كافة مؤسسات الدولة لتشخيص الحالات المتطرفة من العنف المدرسي والتسويق الاكاديمي والتمرد والاضطرابات ووضع استراتيجيات مناسبة للتعامل معها في الوقت المناسب.

المقترحات:

- ١- دراسة الصدمات النفسية وعلاقتها بمتغيرات اخرى كالتمرد النفسي، الصحة النفسية ، الاداء الوظيفي، الاخفاق المعرفي.
- ٢- دراسة التشوهات المعرفية وعلاقتها بمتغيرات اخرى كسوء التوافق الزوجي ، قلق التصور المعرفي، واضطراب التشويه الجسمي و أزمة الهوية.

المراجع:

الهيثي، تيسير (٢٠١٨) البناء المعرفي وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى الطلبة النازحين، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة الانبار.

القرشي ، ختام (٢٠١٤) التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية.

العصار، اسلام (٢٠١٥) التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين ، رسالة ماجستير ،الجامعة الاسلامية .

الخواجة ،عبد الفتاح (٢٠١١) الوحدة النفسية وعلاقتها باضطراب ضغط ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس ،مجلة جامعة الشارقة للعلوم الانسانية والاجتماعية، مجلد ٨، العدد ١ .

الشافعي ، ناصر (٢٠٠٩): فن التعامل مع المراهقين مشكلات وحلول، القاهرة، دار البيان.
بيك ، ارون (٢٠٠٠) العلاج المعرفي السلوكي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة عادل مصطفى ،القاهرة ، دار الافاق العربية.

جي ، هوفمان (٢٠١٢) العلاج المعرفي السلوكي المعاصر ،ترجمة مراد عيسى ، القاهرة ، دار الفجر للنشر والتوزيع .

دسوقي ، كمال (٢٠٠٢) . ذخيرة علوم النفس ، القاهرة ، مؤسسة الاهرام .

سليمان ، سناء (٢٠١٢): مشكلة الخجل الاجتماعي لدى الصغار والمراهقين والكبار، القاهرة، عالم الكتاب.

مجيد، سوسن (٢٠١١) اضطرابات الضغوط ما بعد الصدمة التي يعاني منها اعضاء هيئة التدريس في الجامعات ، مجلة الفتح ،العدد السابع والاربعون.

مبارك ،أحمد (٢٠١٢): علم النفس الأسري، الكويت، مكتبة الفلاح.

References

Amanda, Berk , Arielle , Simona & Kaplan (2022) Optimized short-forms of the Cognitive Distortions Questionnaire, [Journal of Anxiety Disorders](#) , v92 , pp1024-1028.

Annett , Olha , Svitlana , Antje , Lisa , Vladyslava , Liudmyla.(2023) War-related stressors and ICD-11 (complex) post-traumatic stress disorders in Ukrainian students living in Kyiv during the Russian-Ukrainian war, [Psychiatry Research](#) , v330, pp1066-1068.

Adams, Rya , Hoffman, Dobson & Nielsen (2019). Ego identity status, conformity behavior and personality in late adolescence. *Journal of personality & Social psychology*, v47, pp1091- 1099.

Anna , Marques , Lablance, , Wingarden, Greenberg, , Traeger& Keshaviah (2021). Post-traumatic stress disorder: Classification, diagnosis, treatment, *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, v8, pp163- 174.

Bagwell, Molina, Kashdan, Pelham & Hoza (2018). Anxiety and Post-traumatic stress disorder in Adolescents with Childhood Attention Deficit/Hyperactivity Disorder , *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, v14, n3, pp15-18.

Celik, & Odacı (2019). Evaluating the dimensions of cognitive distortions among a sample of adolescents in Malaysia .*Children and Youth Services Review*, Vol. 35, No. 1, pp505–508.

Clara Sophie Heyne , Maria , Ronnie & Danny Horesh . (2022). Prevalence and risk factors of birth-related posttraumatic stress among parents: A comparative systematic review and meta-analysis, [Clinical Psychology Review](#), v 94, pp1 14.

Dingwall, Chalk & Martin(2021). T2 relaxometry in the extremely-preterm brain at adolescence , *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, v11 n2 p121.

Dian, Hong Chen , Mei Bai & Chih-Ming Cheng(2022). Parental post-traumatic stress disorder and increased risk of chronic pain conditions and major psychiatric disorders in their offspring , [General Hospital Psychiatry](#) , v 79, pp152-157

Elbert, Liao, Knoesen, Deng, , Tang, , Castle& Bookun (2022).Evaluating the symptoms of post-traumatic stress disorder in a sample of adolescents who were exposed to traumatic events t. *Social Psychiatry Epidemiol*, 45, (10),pp463- 971.

Foa , Skeketee & Olasov (2021) . cognitive Behavioural conceptualizations of post-traumatic stress disorder. *Behaviour Therapy*, v8, pp155-158

Francois , Gernier , Fabrice , Arbogast , Bastien , Lequesne & Olivier (2023). Post-traumatic stress disorder symptoms and quality of life among older patients with cancer during the COVID-19 pandemic, [Journal of Geriatric Oncology](#) , v 14, pp550-559.

Jacqueline, Craig& Emily(2022). Changes in affective and cognitive distortion symptoms of depression are reciprocally related during cognitive behavior therapy, [Behaviour Research and Therapy](#) v166, pp1245-1248.

Jessica , Tiffany , Buthmann, Coury & Ian .(2023) . Early life stress, sleep disturbances, and depressive symptoms during adolescence: The role of the cingulum bundle. [Developmental Cognitive Neuroscience](#), v3, pp55-58.

- John, Arslan, Cossun, Dilmac, Biilent; Hamarta& Erdal (2023): Symptoms of post-traumatic stress disorder among a sample of adolescents Social Behavior and Personality, 37 (6), 791-800.
- Lucina & Andres. (2022) Developmental Considerations for Understanding Perceptions and Impacts of Identity-Related Differences: Focusing on Adolescence , [Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging](#), v7, pp 1209-1211.
- Moos, Mayvilles, Katz, Gipson & Cabral (2020). The level of post-traumatic stress and irrational thoughts among adolescents. Journal of Child and Family Studies, 8,(3),pp 357- 362.
- Nadeen , Leigh, Bayan & Dardas (2023). The feasibility and preliminary efficacy of narrative exposure therapy on post-traumatic stress disorder among Syrian refugees in Jordan, [International Journal of Nursing Sciences](#) , v 10 , pp518-526.
- Odaci, Kalkan& Karasu (2018). Cognitive distortions in a sample of adolescents: Cognitive Errors. International Journal of Special Education, Vol. 24, No. 3. 57-62.
- Phillips, Wilhelm, Koran, LDidi, Fallon & Feusher, (2020). Cognitive Distortions: Some Key issues for DSM-V. Depressive and Anxiety, 27, p54
- Rohn, Megan, Kelly, Kristy, Dalrymple, Mark Zimmerman , Katharine &Phillips (2019): A comparison study of Post-traumatic stress disorder, Psychiatry Research ,v11 ,pp 109- 116.
- Ruppie , Peter , Burke & Phillips (2022): Cognitive distortions and Thinking errors, American Sociological Review, Vol. 56, No. 6. pp. 836-849.
- Srina, Ruffulod, Phillips & Menard (2023). Cognitive distortions , Distorted thought and Irrational thinking In adolescents severity. International Journal Eating Disorder, v39, pp11- 19.
- Shreyas & Ravi (2023). Association between cognitive distortions and problematic internet use among students during the COVID-19 pandemic, [Children and Youth Services Review](#),v155, pp1044-1049
- Timothy, Angela , Alice , Sawyer, Idan, Stefan & Hofmann (2023): Post-traumatic stress disorder among those who have been exposed to traumatic events r, journal of Anxiety Disorders ,v27, pp 684-691.