الدور الوسيط لكل من الطموح والتشوهات المعرفية في العلاقة بين المناعة النفسية والتفكير المستقبلي لطلاب كلية الدراسات العليا للتربية بجامعة القاهرة [1]

د / هبة الله فاروق أحمد حسين [2]

مدرس علم النفس التربوي

كلية الدراسات العليا للتربية – جامعة القاهرة

مستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من مطابقة النموذج المقترح للعلاقات السببية بين المناعة النفسية (متغير مستقل)، والطموح، والتشوهات المعرفية(كمتغيرات وسيطة)، والتفكير المستقبلي(متغير تابع) لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بكلية الدراسات العليا للتربية – جامعة القاهرة، وبلغت عينة الدراسة(٤٠٠) طالب، وطالبة، بمتوسط عمري (٢٩,٥٧)، بإنحراف معياري (٥,٧٠)، وبلغ عدد الذكور (١٥٠) بنسبة (٣٧%) من حجم العينة، وبلغ عدد الإناث (٢٥٠) بنسبة (٦٣%) من حجم العينة، واستخدمت الباحثة الأدوات التالية مقياس المناعة النفسية إعداد الباحثة، ومقياس الطموح إعداد معوض عبد العظيم، ومقياس التشوهات المعرفية إعداد(Shanks., 2023) ترجمة الباحثة، ومقياس التفكير المستقبلي إعداد(كاظم كويطع، ٢٠٢٢)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: توجد مطابقة جيدة للنموذج المقترح، وبيانات عينة الدراسة، واستخدمت الباحثة الأسلوب الإحصائي نمذجة المعادلة البنائية تحليل المسار برنامج Amos v.22، عدم وجود تأثير مباشر دال إحصائيا للمناعة النفسية على الطموح عند مستوى دلالة(٠,١٨)، ووجود تأثير موجب مباشر دال إحصائيا بالمناعة النفسية على التشوهات المعرفية عند مستوى دلالة(٠٠٠)، يوجد تأثير موجب مباشر دال إحصائيا للطموح على التشوهات المعرفية عند مستوى دلالة(٠٠٠)، ووجود تأثير موجب مباشر دال إحصائيا للطموح على التفكير المستقبلي عند مستوى دلالة(٠,٠٥)، يوجد تأثير موجب مباشر دال إحصائيا للتشوهات المعرفية على التفكير المستقبلي عند مستوى دلالة(٠٠٠)، ونوقشت النتائج في ضوء الدراسات السابقة، والإطار النظري للدراسة.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية، الطموح، التشوهات المعرفية، التفكير المستقبلي.

---

[1] تم استلام البحث في ٢٠٢٤/٦/٣ وتقرر صلاحيته للنشر في ١ / ٧ /٢٠٢٤

[2] ت: ٠١٢٢٧٨٠١٢٤٠ Email:hebaallah5555@hotmail.com

مقدمة

لقد زاد الاهتمام في هذا العصر بدراسة الشخصية الإيجابية، والاهتمام بفرع علم النفس الإيجابي، والبحث، والتنقيب عن متغيرات هذا الفرع المهم من فروع علم النفس فكما أن هناك جهاز مناعة في جسم الإنسان، والذي يحميه من أي عوامل ضارة قد تضعف جسمه، وتمنع عنه الأمراض، والأوبئة هناك أيضا جهاز مناعة نفسي يقف حائل قوي لمقاومة المشاعر السلبية، والقلق، والتوتر، والضغط، والإرهاق النفسي فالجهازين المناعي العضوي، والنفسي يعملان معا لحماية الصحة النفسية، والجسمية ليتمتع الفرد بمناعة نفسية قوية، ويكون قادرا على المقاومة، وعدم التأثر بالتوتر، والقلق، والخوف، والصراع النفسي، والاكتئاب الذي قد يصيب الإنسان نتيجة ضغوط الحياة، ويلقي بالمشاعر المكبوتة السلبية جانبا، ويستطيع أن يكون أكثر نضجا، ويكون أكثر مرونة في التعامل مع الأحداث المختلفة، والمشكلات والسيطرة على الأفكار اللاعقلانية، والثقة بالنفس وكلها متطلبات لازمة لطالب الدراسات العليا خاصة مع ضغط العمل، والدراسة ،ومتطلبات الأسرة، ومحاولة التوفيق بينهم، ويزيد مستوى الطموح لديه، وتتلاشى التشوهات المعرفية، ويرتقي بتفكيره المستقبلي.

وإذا لم تتواجد هذه المناعة النفسية القوية يخر الطالب فريسة للصراعات النفسية، ويصبح أكثر شراسة داخليا، ولمن حوله، فقوة المناعة النفسية، أو ضعفها قائم على أسلوب الحياة التي نعيشها، ونعتاد عليه، ونستمر به، ولذا يجب على كل فرد منا متابعة مؤشرات قوة المناعة النفسية، أو ضعفها بنفسه، فدوام القلق، والتوتر، والغضب، والشعور بالذنب، والعصبية الزائدة، والمشاعر السلبية يجب أن يلاحظها الفرد كي لا تتمكن منه وتقلل، وتضعف من مناعته النفسية (عصام زيدان، ٢٠١٣).

تعد المناعة النفسية الدرع الواقي للإنسان بصفة عامة، ولطلاب الدراسات العليا بصفة خاصة، فهو ليس مفهوما نظريا فحسب، بل هي مجموعة من الآليات العملية، والعلمية التي تساعد الفرد على التكيف لمواجهة الضغوط التي تواجه أكاديميا، وشخصيا، وحياتيا، وتجعله أكثر قدرة في التحكم في انفعالاته، ويفكر تفكيرا إيجابيا، ويثق بذاته. (Kaur & Som, 2020)

ولذلك لابد أن يكون لطالب الدراسات العليا مناعة نفسية بالقدر الذي توقيه من الدخول في براثن الاكتئاب، والإحباط، والصراع النفسي، فكلما كانت مناعة الطالب النفسية عالية يستطيع أن يفكر بإيجابية، ويتواصل اجتماعيا بفاعلية، ويدير وقته بشكل أكثر حكمة، ويرعى ذاته، ويواجه التحديات، والصعاب بنفس راضية، فكما نعلم جميعا أن طالب الدراسات

العليا ليس طالبا عاديا، بل يواجه ضغوط كثيرة منها الضغوط الأكاديمية الشخصية، وكثرة التكاليف البحثية، وغيرها، والنجاح في عمله، وتطوير الأساليب المهنية لديه، فهذه كلها تحديات، وعليه أن ينجزها بثقة، وصبر، وعزيمة فالمناعة النفسية القوية تحمي الفرد من هذه الضغوط، وتجعله يتكيف بشكل فعال ليحقق التوازن في حياته، ويعززها، كما يخرج من التجارب الصعبة متعلما منها صبورا عليها، حيث تلعب المناعة النفسية دورا حاسما في الحفاظ على الصحة العقلية، والصحة النفسية خاصة إذا مر الطالب بأحداث مؤلمة، لذلك لا بد من تعزيز المناعة النفسية (Choochom et al., 2019).

ولأننا نعيش في عالم يتسم بالتحديات، والتغيرات المستمرة، يبرز جليا دور التفكير المستقبلي كمهارة حيوية ضرورية لطلاب الدراسات العليا لمواجهة هذه التحديات، وكيفية التعامل معها، وفهم الاتجاهات التي تواكب العصر، ومعرفة الفرص المتاحة أمامهم، والتعرف على كل ما هو جديد، لذا طالب الدراسات العليا أحوج ما يكون إلى تطوير مهارات التفكير المستقبلي لديه، في البحث العلمي حتى يواكب سوق العمل، ويكون على أتم استعداد لمواجهة أي مجهول، حيث يتطلب هذا النوع من التفكير مرونة عقلية، وإدراكية ليكون الطلاب قادرين على التكيف مع أي تطور جديد، والاستفادة من هذا التطور في مسيرتهم الأكاديمية، والمهنية

(Gazeley & Hinton, 2018)

ويعد التفكير المستقبلي من أهم المتغيرات النفسية واجبة الدراسة، لأنه من الضروريات التي يجب تنميتها لدى المتعلمين، وخاصة طلاب الدراسات العليا للاستعداد لمواكبة التقدم العلمي، والتكنولوجي، ولأن طالب الدراسات العليا أحوج ما يتخيل نفسه في المستقبل كيف يكون؟ وكيف ينمي قدراته، ويطور من مهاراته المهنية في ظل مهارات التفكير المستقبلي، والتحولات المجتمعية التي تطرأ مستقبلا، وتؤثر فيه، ويؤثر فيها، حيث يتطلب المستقبل التركيز على الباحث المبتكر المبدع ليساعد طلاب الدراسات العليا على إيجاد حلول للمشكلات القائمة لديهم، والمساهمة بهذه الحلول بفاعلية في مجتمعاتهم، وتخصصاتهم العلمية، كما يعد خطوة أساسية نحو التأثير الإيجابي، والتفاعل مع المجتمع.)

(Katayama et al.,2022)

وقد يعتقد البعض أن التفكير المستقبلي يتوقف فقط على مجرد التنبؤ بالأحداث القادمة إلا إنه أعمق من ذلك، لأنه يتعلق بتطوير مهارات، وقدرات الفرد ليستطيع أن يتعايش مع العالم المتغير كل ثانية، والتكيف مع الفرص الجديدة، والتحديات الناشئة من هذا التغيير،

كما يساعد التفكير المستقبلي الطلاب على التفكير النقدي، وكيفية تأثيرهم في مجتمعاتهم، ومجالاتهم العلمية، وعلى المستوى المهني، والشخصي حيث يتضمن مجموعة من المهارات المتنوعة المبنية على الماضي، والحاضر، ويعمل على تحليلها، والاستفادة منها في الوصول إلى تنبؤات مستقبلية لتطوير الذات، لتكسبه القدرة على التمييز بين الحقيقة، والمسلمات، والفروض، والرأي، والتصرف بمسئولية تجاه المشكلات الحياتية التي تواجههم

(ماجد عيسى، محمد عبد الرحمن ٢٠٢٣).

ويعد الطموح من أهم المتغيرات المرتبطة بالمناعة النفسية، والتفكير المستقبلي فإذا ضعفت المناعة النفسية، والتفكير المستقبلي ضعف مستوى الطموح، والعكس صحيح، فبدون وجود طموح لا يوجد تفكير في المستقبل، فالطموح يجعل طالب الدراسات العليا يفكر في النجاح، وكيفية تقدمه على المستوى الشخصي والمهني، فهو يعكس الرغبات العميقة نحو تحسين المستوى العلمي، والمهني، وخاصة عندما يواجه الطلاب تحديات مثل الضغوط الأكاديمية، والتكاليف البحثية، فالطموح يكون بمثابة دافع للبحث عن المعرفة، والتميز في مجالاتهم، والإسهام في تطوير المجتمع. (Finnemore & Jurkovich, 2020).

فالطموح ليس مجرد رغبة، بل هدف في مواجهة الصعاب، والصبر، والمثابرة، وتطوير القدرات الذاتية، فهو يعني قدرة الفرد على التخطيط السليم، وإدارة الوقت، وتنمية المهارات الحياتية لبناء مستقبل مشرق، لأنه يعد البوصلة التي توجه الطالب نحو التفكير الجيد، وتلهمه التفكير بإبداع، وابتكار فيصبح الطلاب قادة التغيير، وصناع مستقبل، فمستوى الطموح لدى الطالب يعد همزة الوصل بين الحلم، والحقيقة، والرغبة، والإنجاز، وبه يساهمون في رفعة الأمم، وتقدم البشرية، ويتجسد طموح طلاب الدراسات العليا في كل خطوة نحو العلم، والمعرفة بكل جهد، فالطموح يجعله باحثا علميا متميزا، ويعزز الطموح لدى طالب الدراسات العليا من خلال تحديد الأهداف بوضوح بطريقة واقعية، وواضحة، والتخطيط لتحقيق هذه الأهداف، والتفاؤل بتحقيقها، والثقة بالنفس ، والتعامل مع التحديات بعزيمة، وإصرار، والإستفادة من تجارب الآخرين لتجنب الوقوع في أخطاء مع الآخرين، والمشاركة في التكاليف، والأنشطة البحثية المختلفة، واكتساب مهارات جديدة.

(Oracion & Abina, 2021).

وهذا يخفض من التشوهات المعرفية التي تجعل الطالب محبطا، وغير قادرا على التفكير المستقبلي، وتنمية مهاراته، فالتشوهات المعرفية تجعل طالب الدراسات العليا عاجزا

عن التفكير المستقبلي، وتضعف المناعة النفسية، ومستوى الطموح لديه، وذلك لأن التشوهات المعرفية تعد نمط من أنماط التفكير الخاطئ تؤثر سلبا على السلوكيات، وعلى التصورات العقلية، وعلى العواطف، وتجعل الفهم مغلوط للأحداث بالنسبة لطالب الدراسات العليا، وتكون مصدر قلق، وإحباط خاصة مع التعميم الزائد لكل حادثة، أو رد فعل في اختبار ما، ورؤية الأمور بشكل مطلق إما جيدة، أو سيئة، والتركيز على السلبيات، وتجاهل أي إيجابيات في أي حادثة، كل هذا يؤثر تأثيرا سلبيا على الأداء الأكاديمي، وعلى الاهتمام بالذات، وعلى مستوى المناعة النفسية لدى الطلاب، فلا بد أن يفكروا تفكيرا موضوعيا، ويتحدثوا مع الآخرين بعيدا عن هذه التشوهات المعرفية النفسية، حيث تعد هذه التشوهات جزء لا يتجزأ من التحديات النفسية التي تواجه طالب الدراسات العليا، وعليه أن يتعلم كيف يتعامل معها بطريقة صحيحة محققا التوازن، والنجاح في تخطي هذه التشوهات. (Kostoglou & Pidgeon, 2016).

ويستنتج من هذا أن طلاب الدراسات العليا تقل دافعيتهم للتعلم، وطموحهم، والتفكير في المستقبل، وتقل المناعة النفسية لديهم إذا تكالبت تلك التشوهات عليهم، فهي تقف حجر عثرة نحو تحقيق طالب الدراسات العليا لأهدافه وطموحه.

مشكلة الدراسة:

يعد التفكير الخاطئ نمط من أنماط التفكير الذي يؤدي إلى الاضطرابات النفسية مثل القلق، والتوتر، والعصبية، والاكتئاب، وتغير الحالة المزاجية، ولا شك أن التشوهات المعرفية، والتي هي نمط من أنماط هذا التفكير تحد من قدرة طالب الدراسات العليا على التفكير في مستقبله، وطموحه بشكل أكثر فاعلية، حيث أشارت دراسة (نجوى عبد الله وآخرون،٢٠٢٣) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية، والتفكير المستقبلي لدى طلاب المرحلة الثانوية، لأنها تعيق التفكير الإيجابي، والإمكانيات، والفرص المتاحة لديهم ،من ناحية أخرى تعد المناعة النفسية مهارة حياتية تمكن الطلاب من مواجهة هذا النمط من الأفكار المشوهة، ومواجهة التحديات، وضغوط الحياة بشكل فعال، حيث أشارت دراسة(أسماء محمد،٢٠٢١) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية والمناعة النفسية لدى طلاب الجامعة، وهذه المناعة تعزز من قدرة الطلاب على مواجهة المشكلات، والمواقف الصعبة، والتغلب على تلك التشوهات، ووضع طموحات، وأهداف مستقبلية واقعية تتناسب مع قدراتهم، وإمكانياتهم، لذلك اقترحت الباحثة هذا النموذج، ومن الدراسات التي استندت عليها الباحثة في بناء النموذج المقترح.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

السؤال الأول: ما مدى مطابقة (ملاءمة) نموذج تحليل المسار المقترح للعلاقة بين المناعة النفسية (كمتغير مستقل)، الطموح، والتشوهات المعرفية (كمتغيرات وسيطة)، والتفكير المستقبلي (كمتغير تابع) لدى طلاب كلية الدراسات العليا للتربية– جامعة القاهرة؟

السؤال الثاني: هل توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للمناعة النفسية على الطموح، والتشوهات المعرفية؟

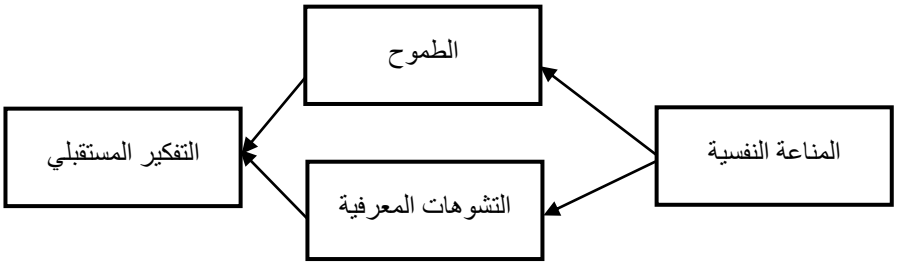
السؤال الثالث: هل توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للطموح على التفكير المستقبلي؟

السؤال الرابع: هل توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للتشوهات المعرفية على التفكير المستقبلي؟

والشكل التالي يوضح التصور المقترح لنموذج تحليل المسار المفترض للعلاقات بين متغيرات الدراسة الحالية:

شكل (١)[١]

النموذج المقترح للعلاقات بين متغيرات الدراسة



أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

١- فهم وتفسير العلاقة بين المناعة النفسية (كمتغير مستقل)، والطموح، والتشوهات المعرفية (كمتغيرات وسيطة)، والتفكير المستقبلي (كمتغير تابع) لدى طلاب الدراسات العليا في ضوء النموذج البنائي المقترح.

---

[١]. الشكل من إعداد الباحثة

٢- بناء بعض المقاييس المقننة لمتغيرات الدراسة، والتأكد من صدقها، وثباتها، حتى تمكن الباحثين من استخدامها في أبحاث مستقبلية لذات المتغيرات.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

١- يعد طالب الدراسات العليا محورا مهما في المجتمع، فهو باحث الغد، وعالم المستقبل، لذلك يجب أن يكون ذات تفكير مستقبلي إيجابي، ولديه طموح عالي.

٢- تلقي الدراسة الحالية الضوء على أهمية المناعة النفسية لدى طالب الدراسات العليا، والبعد عن الأفكار الخاطئة، والمحبطة.

٣- التفكير في المستقبل بإيجابية لبناء حياة متوازنة، وهادئة، والتعامل مع الضغوط اليومية بشكل أكثر مرونة، وفاعلية.

الأهمية التطبيقية:

١- تضيف الدراسة الحالية للأدبيات النفسية بعض المقاييس مثل: مقياس المناعة النفسية، ومقياس التشوهات المعرفية المترجم.

٢- تساعد الدراسة الحالية الباحثين في ربط متغيرات الدراسة بمتغيرات نفسية أخرى.

٣- تساعد الطالب (المعلم) في تحسين مهارات التفكير المستقبلي لديه، واستخدامها في البحث العلمي.

٤- رفع المناعة النفسية، والطموح، والبعد عن الأفكار المعرفية المشوهة عن طريق عمل دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس، والطلاب.

مصطلحات الدراسة

١- المناعة النفسية: Psychological Immunity

يقصد بها قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية، والإحباطات، والتهديدات والمخاطر، والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي، وضبط الانفعالات، والإبداع في حل المشكلات، وزيادة فعالية الذات، ونموها، وتركيز الجهد نحو الهدف، وتحدي الظروف، وتغييرها والتكيف مع البيئة(عصام زيدان، ٢٠١٣)

وتعرفها الباحثة بأنها قدرة طالب الدراسات العليا على التمتع بأكبر قدر من التفكير الإيجابي، والنضج الانفعالي، والتكيف، وتقاس المناعة النفسية إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس المناعة النفسية (إعداد الباحثة).

٢-الطموح: Aspiration

يعرف لغة: بأنه الارتفاع، والسمو، وهو الرغبة في تحقيق الأهداف، والسعي وراء تحقيق هذه الأهداف، وتحدي الصعاب، والنظر بتفاؤل إلى الحياة لتحقيق هذه الأهداف بجد، ومثابرة. (بشرى علي، وجدان صاحب، ٢٠١٠)

ويعرفه معد المقياس بأنه شعور بالتفاؤل، والمقدرة على تحقيق الأهداف، وتحمل الإحباط في سبيل تحقيقها، وتقبل الجديد، ويقاس إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في ضوء إجابته على مقياس الطموح. (إعداد معوض عبد العظيم، في شارف خضر، ٢٠١٩)

٣- التشوهات المعرفية: Cognitive Distortions

تعرف بأنها أنماط من التفكير الخاطئ، وهذه الأفكار تتسم بالتحيز، واللا منطقية، وتؤثر في قدرة الفرد على مواجهة المشكلات، والمواقف الحياتية المختلفة، وتقلل من قدرته على تحقيق التوافق النفسي، والمهني، والأسري، ولهذا تضعف المناعة النفسية لدى الفرد، تجعله أكثر عرضة للأمراض النفسية. **(هادي كريري، ٢٠٢١)**

ويعرفه معد المقياس بأنه الأفكار الخاطئة التي تتمثل في مغالطة التغيير(الكمالية)، والتفكير الكارثي، التفكير بكل شيء أو لا شيء(التفكير الثنائي)، والتفكير بلغة الينبغيات(استخدام عبارات لا بد/ ينبغي)، وتقاس التشوهات المعرفية إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في ضوء إجابته على مقياس التشوهات المعرفية. (as cited in Shanks., 2023)(ترجمة الباحثة)

٤- التفكير المستقبلي: Future Thinking

يعرف بأنه مجموعة من المهارات، والتمثيلات الذهنية، والعمليات العقلية التي تمكن الفرد من التوقع الحدسي للأحداث المستقبلية، والتخطيط للمستقبل وتوقع الإيجابيات والسلبيات والتنبؤ بها. (زينب رزق، ٢٠١٧)

ويعرفه معد المقياس بأنه المهارات العقلية التي تشتمل على مهارة التنبؤ، ومهارة التوقع، ومهارة التصور الذهني، ومهارة التخطيط، ومهارة اتخاذ القرار، ويقاس إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التفكير المستقبلي(في كاظم كويطع، ٢٠٢٢)

الإطار النظري:

تمهيد

تناولت الباحثة في هذا الإطار نبذة عن متغيرات الدراسة وهي: تعريف المناعة النفسية، وخصائصها، ووظائفها ،والعوامل المؤثرة فيها، وأنواعها، وبعض النظريات المفسرة **لها**، ثم تناولت الباحثة تعريف الطموح، ومستوياته **وبعض النظريات المفسرة له، ثم تعريف التشوهات المعرفية، وأنماطها**، وبعض النظريات المفسرة لها، ثم تعريف التفكير المستقبلي، ومراحله، وأهميته، ومهاراته.

أولا: المناعة النفسية Psychological Immunity

تعرف بأنها نظام نفسي متكامل يجعل تجعل الفرد أكثر تحملا الضغوطات الحياتية والأزمات المختلفة ومقاومتها بصورة إيجابية(حسام علي، ٢٠٢١).

كما تعرف بأنها نظام وجداني يجعل الفرد أكثر قدرة على التمييز بين الإيجابيات، والسلبيات في المواقف المختلفة، وتقييم المخاطر لكي يتحمل الضغوط، والإنهاك النفسي. (Jaiswal et al., 2023)

ويقصد بها قدرة الفرد تحمل الآثار السلبية للمواقف الصعبة، والمشكلات، وتحمل العثرات وما ينتج عنها من مشاعر، وأفكار سلبية. (Hassan, 2021)

وقد تبنت الباحثة بعض أبعاد المناعة النفسية الأكثر أهمية في هذا البحث وهي: [التفكير الإيجابي، والنضج الانفعالي، والتكيف]

حيث يعرف **التفكير الإيجابي**: بأنه قدرة عقلية تساعد الفرد على توقع النتائج الجيدة عند المرور بالمشكلات، والمواقف المختلفة، والنظر إلى المستقبل بشكل أفضل، والتعامل مع المواقف الصعبة، والعقبات، والتحديات بشكل إيجابي. (Bóna, 2014)

كما يعرف **التكيف**: بأنه قدرة الفرد على التأقلم مع المواقف، والأحداث المختلفة، يعرف **النضج الانفعالي**: قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته، والتحلي بالصبر عند مواجهة المواقف المختلفة (سارة سيد، ٢٠٢٣).

❖ **خصائص نظام المناعة النفسية:**

يتمتع نظام المناعي النفسي ببعض الخصائص منها:

(١).عملياته غير مدركة. (٢).وقائي. (٣).تكيفي. (٤).لا إرادي. (٥). جوهري، وممكن أن

ينهار هذا النظام بسبب المشكلات والمواقف المختلفة وضعف قدرة الفرد على تحمل الضغوط والأعباء (سميرة إبراهيم وآخرون، ٢٠٢١).

❖ **وظائف جهاز المناعة النفسية:**

١. اختيار أساليب المواجهة المناسبة لحل المواقف والمشكلات وتخطي الصعوبات.
٢. إدراك النتائج الإيجابية في كل موقف يمر به الفرد.
٣. التصرف بنضج انفعالي تجاه الأحداث المؤلمة.
٤. القدرة التكيفية على احتواء الأحداث والمواقف المحزنة.
٥. تقوية آليات الدفاع النفسي.
٦. تدعيم وتقوية السلوك الناجح إعطاء تفسيرات عقلانية للمشاعر السلبية.

(عبير أبو الوفا، ٢٠١٨).

❖ **العوامل المؤثرة في المناعة النفسية:**

١) **النوم ليلا:** حيث أشارت الدراسات إلى أن قلة النوم كفيلة بإصابة الفرد ببعض الأمراض الجسدية، والنفسية وتقلل من مناعته.

٢) **الأسرة:** حيث أن الترابط الأسري، والدفء العائلي يقوي من مناعة الفرد النفسية، والانفصال بين الوالدين ،والتفكك الأسري يقلل من مناعته .

٣) **التفكير الإيجابي:** نحو الأحداث، والمواقف المؤلمة يقوي مناعة الفرد النفسية، والعكس صحيح.

٤) **الضعف الجسمي والمرض وتقدم العمر:** عوامل مؤثرة في تقوية، أو ضعف المناعة النفسية.

٥) **حالة الفرد المزاجية، والاجتماعية:** تقوي، أو تضعف الجهاز المناعي.

٦) **بيئة العمل:** المؤدية إلى التوتر، أو بيئة العمل المثمرة الإيجابية من شأنها تعزيز الجهاز المناعي. (هدى شحاته، ٢٠٢١)

❖ **أنواع المناعة النفسية:**

- **المناعة النفسية الطبيعية:** وهي موجودة في تكوين الفرد، وتساعده على تخطي المواقف الصعبة، والأزمات، وتحمل الإحباط ، والضغوط.
- **المناعة النفسية المكتسبة:** وتأتي من خلال تحمل الفرد للضغوط، والعثرات، والصعوبات،

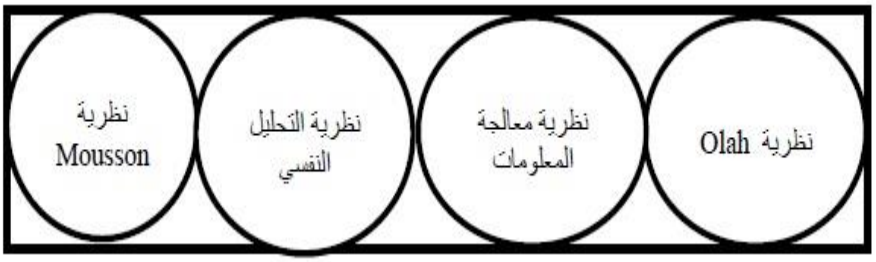
والألم

- النفسي فيكتسب مناعة تجعله أكثر قدرة على تحمل المواقف الصعبة القادمة.
- (Vargay et al., 2019)٠

❖ **بعض النظريات المفسرة للمناعة النفسية:**

شكل (٢)[١]

النظرية المفسرة للمناعة النفسية



لا: نظريةOlah

تستند نظرية Olah إلى مجموعة من الأبعاد وهي: [الأبعاد النفسية، والبيئية، والاجتماعية، والسلوكية، والانفعالية، والمعرفية وهذه الأبعاد مجتمعة هي التي تزود الفرد بالمناعة النفسية، والمقاومة التي تقي الفرد من التوتر، والقلق، والمشكلات التي تواجهه، وبدمج هذه الأبعاد تشكل منظومة نفسية للفرد متكاملة، ومتفاعلة مع بعضها البعض مكونة نظام يدعى **منظومة المناعة النفسية**، وتشكل شخصية الفرد، ولا تعتمد على بعد واحد فقط من هذه الأبعاد، بل جميع الأبعاد مجتمعة مكونة نظام مناعي بصدد رفع المناعة ضد أي تهديدات خارجية، أو داخلية، وتكون حاجز صد منيع ضد الشدائد، والمشكلات، والمواقف الصادمة، والأحداث الضاغطة التي تستهلك مناعة الفرد، وتجعلها هشة وضعيفة، كما تشير هذه النظرية إلى أن المناعة النفسية تتكون من ثلاث محاور رئيسية وهي:

- **المحور الأول:** ويتكون من النمو الذاتي، والتفكير الإيجابي، والاعتقاد.
- **المحور الثاني:** ويتكون من الرقابة الاجتماعية، والتحدي، والتغيير، والتأثير الذاتي، والقدرة على الإبداع ، وتحقيق الفرد لأهدافه، وقدرته على حل المشكلات.

(١) الشكل من إعداد الباحثة

- **المحور الثالث:** ويتكون هذا المحور من قدرة الفرد على السيطرة على الانفعالات، والاندفاع، وتنظيم الذات، **ثانيا**

: نظرية معالجة المعلومات:

مفاد هذه النظرية الأحداث الضاغطة، والتي تمثل تهديد للفرد فإنه يدركها على أنها معلومات جديدة تدخل إلى النمط الإدراكي الموجود، وهي غير مشفرة في النمط الإدراكي للفرد، وبالتالي فإنه غير مهيأ لاستقبال هذه الأحداث، والمشكلات، والمواقف الصادمة لأنها تقع خارج نطاق إدراكه، وخبرته المعتاد عليها، وتكون غريبة عليه، ولا يكون لديه القدرة على التعامل، التكيف معها، وبالتالي ينتابه القلق، والتوتر، ويظهر ذلك في سلوكه، ولكي يتمكن من إعادة توازنه مرة أخرى فإنه لا بد أن يدرك هذا الموقف إلى داخل نمط الإدراك عن طريق حلها، والتكيف معها، وإذا لم يتمكن من ذلك ستبقى في ذاكرة الفرد كخبرة سيئة، وضاغط شديد إذا ما تعرض لمواقف مماثلة يقع في براثن الاضطراب، والقلق، والتوتر، وبالتالي تقل مناعته النفسية. (هدى أبو الحمد وآخرون، ٢٠٢٠).

ثالثا: نظرية التحليل النفسي:

تعاملت هذه النظرية مع مفهوم المناعة النفسية تبعا لتحليل الشخصية عند فرويد Freud ، حيث تتكون الشخصية من (الهو–الأنا–الأنا الأعلى) عند فرويد Freud، **فالهو**: فالغرائز يولد بها الأفراد، ومنها الغرائز اللاشعورية، وهدفها الحصول على اللذة، والمتعة عن طريق الطاقة الغريزية؛ **والأنا**: تقوم بمواجهة الهو فهي منطقية وليس غريزية، وتقوم بإشباع الهو، والأنا، ولكنها قد تؤجل عملية الإشباع لتحقيق مبدأ الواقعية، ولإيجاد حل لتتجب المشكلات، وإنهاء التوتر، والقلق المواقف الضاغطة، أما **الأنا الأعلى**: فيمثل جانب الخلق، والضمير من شخصية الفرد، ودائما تجعل الفرد يشعر بتأنيب الضمير حيال المواقف الخلقية، حيث يرى فرويد Freud أن المناعة النفسية ترتبط بقوة الأنا، وقدرة الفرد على إيجاد التوازن بين (الهو–الأنا الأعلى) بعيدا عن التحيز، وأكثر واقعية، وترتبط بالمنطقية، مما يجعل الفرد أكثر توافقا مع مجتمعه، والبيئة المحيطة. (سليمان يوسف، هدى عسكر،٢٠٢١).

رابعا: نظرية Mousson:

استنتج Mousson هذه النظرية من أبحاث، ودراسات عن الأحداث الضاغطة الصادمة التي يتعرض لها الفرد، وخرج بنتائج منها أن هذه الأحداث تختلف من حدث إلى آخر بالنسبة لتأثيرها على الفرد، فالحدث الواحد يختلف تأثيره من فرد إلى فرد حسب مناعته، والمحور المهم في رد فعل الكائن الحي ليس الحدث نفسه، وتداعيات حدوث، وإنما كيفية مواجهة الفرد لهذا الحدث،

والتحكم في الآثار الناتجة عن هذه الأحداث، والمواقف الصادمة وما ينتج عنها من مشاعر القلق، والتوتر، والخوف، ومقاومتها حتى لا تؤثر على الجسم، ومناعته، وأوضحMousson أن هذه الأحداث تتسبب في إطلاق الدماغ (للأندروفين)، والتي قد يتسبب في منع رد الفعل المناعي لدى الأفراد ذوي الخبرة المحدودة في مواجهة الأحداث الصادمة، كما يرى أن هرمون (النورالأدرنالين) الذي يكون في الدماغ الأوسط ينخفض أيضا نتيجة الحدث الصدامي، وبالتالي تنخفض مقاومة الفرد للآثار المرضية الناتجة عن هذه الأحداث. (هدى أبو الحمد وآخرون).

ثانيا: الطموح: Aspiration

ويعرف بأنه الدافع، والحافز الذي يجعل الفرد يعمل بجد، ونشاط لتحقيق ما يسعى إليه من أهداف معتمدا في ذلك على قدراته، وخبراته فكلما زاد الفرد لتقديره لذاته زاد طموحه، والعكس.

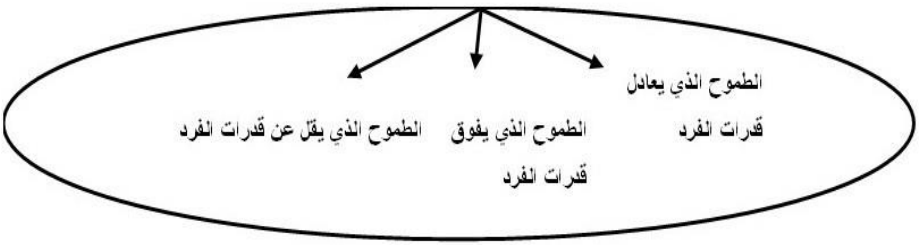
(مراد ياس وآخرون، ٢٠١٨).

وهو أيضا توقع الفرد للمستوى الذي يستطيع من خلاله تحقيق أهدافه في حدود قدراته، والتوقع المستقبلي بما سيكون عليه إذا تحققت هذه الأهداف(Jagannathan et al., 2020)

❖مستويات الطموح:

شكل (٢)[١]

مستويات الطموح



(إبراهيم سعد، ٢٠١٩)

❖النظريات المفسرة للطموح:

(١) الشكل من إعداد الباحثة

جدول (١)[١]

النظريات المفسرة للطموح

نظرية أدلر	نظرية ليكرت ليفين	نظرية اسكالونا(القيمة الذاتية)
نظرية إدلر من النظريات التي تشير بأن الإنسان كائن لا ينعزل عن البيئة المحيطة، فهو كائن اجتماعي لديه القدرة على التخطيط، والتوجيه لما يقوم به من جهد محققا ما يريد من أهداف، وأشارت النظرية إلى عدة مصطلحات تلعب دورا محوريا في حياة الفرد مثل: الذات الإبداعية التي تسعى إلى التفوق، والتي تعتبر من وجهة نظر إدلر محور شخصية الفرد منذ الطفولة، وحتى الوفاة، حيث يشير إدلر إلى أن جميع البشر على وجه الأرض لهم نزعة سلوكية من أجل التفوق، كما يشير بأن هذا التفوق غريزة في البشر لتحريك الفرد نحو الطموح، والإنجاز، وللتغلب على المشكلات العائقة له في سبيل تحقيق أهدافه	تشير هذه النظرية إلى أن هناك دوافع تدفع المتعلمين نحو التعلم، والتفوق حيث أشار ليكرت أن التفوق يجعل الفرد راضيا عن نفسه؛ مما يجعل مستوى الطموح لديه مرتفعا، وهذا مرتبطا بعامل النضج؛ فكلما كان الفرد أكثر نضجا كان أكثر كفاءة في تحقيق أهدافه، وطموحه، ومن العوامل أيضا المؤثرة في مستوى الطموح القدرة العقلية؛ فكلما كان الفرد له قدرة عقلية عالية كان أكثر نجاحا في تحقيق طموحه، وأشار ليكرت أن العقاب من العوامل المؤثرة على مستوى الطموح سلبا، والحوافز،والتعزيز يؤثر على مستوى الطموح إيجابا.	ترى هذه النظرية قيمة جميع الأشياء بالنسبة لكل فرد، فنحن ننظر للشيء الواحد بنظرة مختلفة، وبالتالي ننظر إلى النجاح، والفشل بنظرات مختلفة ،وهذه النظرة هي التي تحدد اختياراتنا، وبالتالي مستوى الطموح لدينا، حيث أشار اسكالونا أن الأفراد مختلفون في الميول، حيث تتراوح ما بين قوية، ومتوسطة، وضعيفة، وهذا الميل الذي يدفعهم إلى النجاح، والتفوق، ويجعل مستوى الطموح لديهم عاليا، لأنهم يخافون من الفشل، أو حتى احتمالية حدوثه، فالفشل يخفض القيمة الذاتية لديهم، ويقلل مستوى الطموح، كما أشار بأن هناك مستويات للفشل ما بين ضعيف، ومتوسط، وقوي، وهذا يؤثر على مستوى الطموح فجميع البشر يبتعدون عن أي مصدر من مصادر الفشل.

(بنيان القلادي، ٢٠١٨)

ثالثا: التشوهات المعرفية: Cognitive Distortions

(٢) الجدول من إعداد الباحثة

وتعرف بأنها سلوكيات عقلية تصدر من الأفراد نتيجة الأفكار الخاطئة فتحد من قدراتهم على التعايش،

كما تعرف بأنها أفكار مضطربة عقليا، ونفسيا، وغير منطقية تؤثر على الفرد سلبا، وتحد من قدرته على اتخاذ القرارات الصحيحة، ومواجهة المشكلات، والمواقف العصيبة (محمود رشيد، ٢٠١٧)

❖ **بعض أنماط التشوهات المعرفية:**

وتشتمل على تشوهات الفرد الفكرية الذاتية نحو ذاته، والآخرين، وعدم قدرة الفرد على إصدار الأحكام نحو ما يواجهه من مواقف، وتشمل أيضا التشوهات المعرفية المعادية للمجتمع، والتي تشتمل على تعميم الفرد لأفكار مشوهة على نفسه، وعلى المجتمع، وعدم القدرة على التصرف في المواقف،

والمشكلات المختلفة، ومن هذه الأنماط [التعميم الزائد، والكمالية، والتكهنات (التوقعات)، والمقارنة بالآخرين، والاستدلال الانفعالي، والتفسيرات الشخصية، ولوم الذات، ولوم الآخرين، والمبالغة، والتهويل، أو التهوين (Helmond et al., 2015) .

ولقد تبنت الباحثة في هذه الدراسة أربعة أنماط فقط، وهم:

التفكير بكل شيء، أو لا شيء(التفكير الثنائي):Dichotomous Thinking

ويعرف بأنه أحد أساليب التفكير المضطرب عقليا، ونفسيا، وصاحب هذا النمط من التفكير يكون عنده الأشياء إما بيضاء، أو سوداء، إيجابية، أو سلبية، ولا يدركوا أن الموقف الواحد قد يكون قد يحمل إيجابيات، وسلبيات معا، بل سلبيات فقط.

(هدى حسن، حنان محمد، ٢٠٢٣)

مغالطة التغيير:The fallacy of change

ويقصد بها أن يفكر الفرد في جميع المواقف تفكيرا مثاليا، ومن خصائص هؤلاء الأفراد يروا أنفسهم أفضل من الجميع لأنهم منضبطين اجتماعيا، ولديهم قدرة على المنافسة لأنهم ذووا كفاءة حسب اعتقادهم، ويحبون أن ينجزوا أعمالهم دون أخطاء. (عادل محمود، ٢٠١٥)

التفكير الكارثي:Catastrophic Thinking

هو تفكير مبالغ فيه في أمر قد يكون بسيطا يتمثل في توارد أفكار سوداوية لا أساس لها في الواقع تؤثر سلبا على صحة الفرد، وتصيبه باضطرابات نفسية مثل: القلق، والتوتر، ونوبات الهلع.(Rimawi & ALMasri, 2021)

التفكير بلغة الينبغيات (الحتميات):Thinking in terms of (imperatives)must/should

والمقصود بها أن يفكر الفرد بما ينبغي، أو يجب أن تكون عليه الأشياء، وتكون توقعات الفرد نحو الآخرين، والمواقف توقعات مثالية، فإذا ما اصطدم بالواقع شعر بالإحباط، والضيق الوجداني، واتهم نفسه بالفشل، وهذا يؤدي إلى الغضب من ذاته، ومن الآخرين المتسببين في عدم اكتمال تلك المثالية. (وفاء راوي، ٢٠٢١)

❖**النظريات المفسرة للتشوهات المعرفية:**([1])

نظرية أرون بيك: تفترض هذه النظرية أن التشوهات المعرفية نتاج الإفراط في التعميم، واندفاع الأفراد إلى إصدار الأحكام، وعدم فلترة الدماغ البشري من لما يستقبله من معلومات، وعدم التصرف بمنطقية تجاه الذات، والآخرين، والمجتمع، والتصنيف الخاطئ للمواقف، والأشخاص، والتفسيرات الشخصية المبنية على معلومات، وأفكار مشوهة، وعدم معالجة هذه المعلومات بشكل صحيح وفعال. (سماح أبو الخير وآخرون، ٢٠١١)
نظرية جورج كيلي: تقوم هذه النظرية على فرضية أن الإنسان كائن اجتماعي لديه قدرة على التفكير، وبناء فرضيات شخصية عن كل ما يدور حوله، وبالتالي لديه القدرة على التوقعات، واختيار السلوك المناسب لكل فعل، وموقف، وأيضا لديه قدرات، ومنطق يفكر به في تعديل اختياراته الخاطئة، والتي لا تتفق مع الواقع الذي نعيشه، وما يصادفه من مواقف، ومشكلات؛ فالسلوك الصادر من الفرد ناتج عن توقعات الفرد الفكرية، والمعرفية، والخبرات السابقة، وهذا السلوك قادرا على التنبؤ بحدوث أحداث معينة شبيهة لما حدثت في الماضي، وقد تكون هذه التنبؤات، والتوقعات مشوهة فيعممها الفرد على كل ما يحدث له، فضلا عن اتجاهاته وميوله، ومعتقداته . (Aydin & Ay, 20)
نظرية إليرت إليس: تشير هذه النظرية إلى أن التشوهات المعرفية التي يعاني منها الفرد نتاج أفكار لا منطقية، ولاعقلانية لديه، فهناك رغبات، وأمنيات يريدها الفرد أن تحدث، وإذا لم تحدث تسبب له إحباط، واضطرابات نفسية، وانفعالية، وتسيطر عليه أفكار بشأن أن كل ما يريد حدوثه لا بد أن

([1]) الشكل من إعداد الباحثة

يحدث؛ بل يجب أن يحدث، وكما هو مخطط له من قبل الفرد المشوه معرفيا، وهذا يرجع إلى عدم ثقة الفرد بنفسه، والتقليل دائما من شأنه، وعزو أفكاره، وسلوكياته الخاطئة إلى الآخرين، وتوجيه اللوم المستمر، والنقد لنفسه، ولكل من يعادي أفكاره المشوهة ،وهذا كله يساعد على عدم إدراك الفرد لما يدور في العالم الخارجي؛ فيصبح حبيسا لأفكاره المشوهة معرفيا، وبالتالي يكون عاجزا عن التفكير بشكل صحيح، وهذه الضغوط من شأنها أن تؤجج هذه الأفكار، وتجعلها مستمرة.

(ياسر حنفي، ٢٠٢٢)

رابعا: التفكير المستقبلي: Future Thinking

يعرف التفكير المستقبلي بأنه التفكير القائم على فهم الأحداث التي حدثت في الماضي للاستفادة منها في الأحداث المستقبلية، ويشتمل على مهارات منها التخطيط، والتنبؤ، والتوقع، واتخاذ القرار، والتخيل، وحل المشكلات (شيرين عبد الفتاح، ٢٠٢٢)

كما يعرف بأنه نوع من التفكير يتضمن مجموعة من المهارات العقلية التي تعتمد على معلومات من الماضي لتخدم الحاضر، ويستفاد منها في الحصول على توقعات، والتنبؤات لحلول مشكلات مستقبلية، وصياغة فرضيات جديدة (Shevorykin et al., 2019) .

وهو أيضا نوع من التفكير يتضمن نشاطا عقليا يستخدم من خلاله السيناريوهات التي تعطي تصورا لحلول المشكلات المستقبلية، واتخاذ القرار بشأن(Thong et al., 2021)

❖ **مراحل التفكير المستقبلي:Stages of Future Thinking**

الاستطلاع أو الاستكشاف:

وفي هذه المرحلة يبدأ الفرد في فهم، وتحليل كل ما يدور حوله لكي يستطيع وضع فرضيات، وبدائل لحل المشكلات التي تواجهه.

١. **التأمل:**

وهنا يضع الفرد السيناريو المستقبلي الذي يسير عليه حل المشكلة مستقبلا وفقا إمكانياته،وقدراته (Sheffer,2019).

٢.التخطيط:

وهنا يكتشف الفرد الثغرات، والفجوات التي تواجهه عند تطبيق السيناريو المستقبلي، وكيف يستطيع أن يسد هذه الفجوات؟! فهو يتحرى ما يستطيع فعله بين الواقع، والمأمول.

٢.التنفيذ:

وهنا يقوم بتنفيذ الخطوات السابقة، ويحدد ويقوّم نقاط الضعف، والقوة، ومؤشراته للتقييم.

(مروة محمد، ٢٠٢٢)

❖أهمية التفكير المستقبلي:The importance of Future Thinking

١.يحفز الفرد لتحقيق أهدافه.

٢.التنبؤ بالتحديات، والاستعداد لها.

٣.يعزز ثقة الفرد بنفسه بجعله إيجابيا لذاته، ولمجتمعه.

٤.يشجع على الابتكار، ووضع حلول للمشكلات غير مألوفة .(Mimura, 2022)

٥.يساعد الفرد في تنمية تفكير حل المشكلات.

٦.يجعل الفرد يتخذ قرارات صائبة حكيمة تؤثر بشكل إيجابي على مستقبله.

٧.ينمي مهارة الحدس لدى الأفراد، ومهارة التوقع المبنية على الماضي لتحسين المستقبل.

٨.يساعد الفرد على تحمل مسؤولياته اتجاه مهنته، وأسرته، ونفسه، ومجتمعه.

(Snider et al., 2016)

❖خصائص التفكير المستقبلي:Characteristics of Future Thinking

١.إكساب المتعلم القدرة على رسم الخطط المستقبلية، وتحليلها للوصول إلى النتائج المأمولة.

٢.النظرة المتعمقة المنظمة المنهجية في فهم المشكلات بناء على المعطيات المتوافرة، والسعي لحلها.

٣.استخدام مهارات التفكير العليا.

٤.السعي نحو الأفكار الجديدة، والتغيير الدائم، والمستمر.

٥.الوصف الدقيق للمشكلات، واتخاذ القرارات المناسبة بشأنها. Mazachowsky & Mahy, (2020)

❖مهارات التفكير المستقبلي:Future Thinking Skills

(١)

- **مهارة التنبؤ: Forecasting Skill**

تشير هذه المهارة إلى قدرة الفرد على استخدام المعلومات، والخبرات الســـابقة

التي حدثت في الماضي للتفكير فيما قد تفيد في المستقبل، وهي مهارة ضرورية في مختلف مجالات الحياة؛ لأنها تمكن الفرد من اتخاذ قرارات صائبة، وتمكنه من وضع الخطط الاستراتيجية المستقبلية بصورة تجعله يتنبأ بالنتائج، والحلول الممكنة. (هديل إبراهيم، ٢٠٢٣)

- **مهارة التوقع: Anticipation Skill**

تعد هذه المهارة من المهارات المهمة لدى المفكر المستقبلي فهي القدرة على توقع النتائج المحتملة للأحداث، وتتضمن هذه المهارة عدة مهارات مثل: القدرة على التواصل المجتمعي، واستقراء الأحداث، وتحليلها، والابتكار للخروج بصورة مستقبلية عن الأحداث المتوقعة(Botha,2016)

- **مهارة التصور الذهني (التخيل):Mental Visualization Skill (Imagination)**

تبنى هذه المهارة على التصورات الذهنية المستقبلية، وهي قدرة الفرد على توليد أفكار، ومفاهيم تحدث داخل العقل دون الحاجة لمدخلات حسية خارجية، ومن خصائص التخيل المستقبلي المرونة في توليد الأفكار، والوصول أحيانا إلى حلول ومقترحات خارج الصندوق، ولا يوجد في هذه المهارة أفكار خاطئة، وأفكار صائبة، بل يطلق الفرد العنان لوضع الرؤى، والأهداف بشكل إبداعي، وقد تكون هذه التخيلات حركية أو بصرية أو سمعية. (مها شوقي، ٢٠٢٣)

- **مهارة التخطيط: Planning Skill**

هذه المهارة من المهارات المهمة في جميع جوانب الحياة، ومن المهارات التي تساعد الفرد على تحقيق أهدافه بشكل أكثر فاعلية متجنبا التشتت في زحام الأفكار، وتهدف هذه المهارة إلى قراءة الأحداث، والوقائع، والقضايا التي حدثت في الماضي بغية الوصول إلى مؤشرات متوقعة قابلة للتحقق، والتحليل بشأن الأحداث المستقبلية. (علا علي، ٢٠١٩)

- **مهارة اتخاذ القرار: Decision Making Skill**

هذه المهارة تمكن الفرد من اختيار البديل الأمثل من بين بدائل متاحة، وهذا الاختيار يتم عن وعي عميق بما سوف يكون عليه هذا القرار مستقبلا، فقرار اليوم سيكون قرارا في الماضي، وله تأثير على مستقبل الفرد، لذا لا بد من اختيار البدائل التي تتناسب مع إمكانيات، وقدرات الفرد، وفي هذه المهارة يجب أن يحدد الفرد ما يريده بوضوح، ويجمع معلومات عنه، ويحلل هذه الاختيارات، ويتخذ القرار بشأنها، وينفذها، ثم يقيم النتائج، ولا مانع من استشارة الخبراء في هذا الأمر إن تطلب ذلك، وعند اتخاذ القرارات يجب تجنب العاطفة، واستنزاف الوقت في أفكار لا تفيد، ولا يمكن تحقيقها على أرض الواقع، ولا تناسب قدرات الفرد. (كاظم كويطع، ٢٠٢٢)

دراسات سابقة:

المحور الأول: المناعة النفسية: Psychological Immunity

١- دراسة (Feroz et al.,2020): "**العلاقة بين المناعة النفسية والرفاهية النفسية والأرق خلال فترة جائحة كورونا (١٩)** لدى طلاب الجامعة"، وكان الهدف منها التعرف على العلاقة بين المناعة النفسية والرفاهية النفسية والأرق خلال فترة جائحة كورونا (١٩) لدى طلاب الجامعة"، تكونت عينة الدراسة من (٣٩٤) طالبا، وطالبة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي الارتباطي، وتلخصت النتائج في: وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الأرق، والمناعة النفسية، والرفاهية النفسية، وتوجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية، والرفاهية النفسية عند مستوى دلالة (٠,٠١).

٢-دراسة (Essa,2020): " **نمذجة العلاقات بين المناعة النفسية واليقظة الذهنية والازدهار لدى طلبة الجامعة**"، والهدف الكشف عن نمذجة العلاقات بين المناعة النفسية واليقظة الذهنية والازدهار لدى طلبة الجامعة"، تكونت عينة الدراسة من (٣٩٤) طالبا، وطالبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وتلخصت النتائج في أن المناعة النفسية، واليقظة الذهنية متغيرات متنبئة بالازدهار.

٣-دراسة (Chen,2024): "**العلاقة بين المناعة النفسية والرفاهية النفسية والرضا الوظيفي لدى معلمو المدارس الإبتدائية**"، والهدف منها العلاقة بين المناعة النفسية والرفاهية النفسية والرضا الوظيفي لدى معلمو المدارس الإبتدائية"، تكونت عينة الدراسة من (١٤٠) طالبا، وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة دمنهور، (١٧١) ذكرا، (٣١٢) وأنثى، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتلخصت النتائج في: عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية، والرفاهية النفسية، وتوجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية، و الرضا الوظيفي عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

المحور الثاني: الطموح: Aspiration

١-دراسة (Karakış,2021): "العلاقة بين الطموح الوظيفي والتوافق المهني والدوافع لدى طلاب الجامعة"، وكان الهدف منها التعرف على العلاقة بين الطموح الوظيفي والتوافق المهني والدوافع لدى طلاب الجامعة "، تكونت عينة الدراسة من (٤٦٠) طالبا، وطالبة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وأشارت النتائج في وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الوظيفي، والتوافق المهني، ووجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الوظيفي، والدوافع.

٢-دراسة (Edwin et al.,2022): "العلاقة بين الطموح الأكاديمي وعدم اليقين الوظيفي لدى طلاب الجامعة"، وكان الهدف منها التعرف على العلاقة بين الطموح الأكاديمي وعدم اليقين الوظيفي لدى طلاب الجامعة"، تكونت عينة الدراسة من (٢٣٥٠٣) طالبا، وطالبة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي الارتباطي، وتلخصت النتائج في وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الأكاديمي، وعدم اليقين الوظيفي عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

٣-دراسة (Singh et al.,2022): "أثر الطموح في تحسين التحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة"، والهدف منها الكشف على أثر الطموح في تحسين التحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وشملت العينة على (٤٤) طالبا، وطالبة، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ذي المجموعتين التجريبية، والضابطة، حيث بلغت العينة التجريبية (٢٢) طالبا، وطالبة، والضابطة (٢٢) طالبا، وطالبة، وتلخصت النتائج في: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠١).

المحور الثالث: التشوهات المعرفية: Cognitive Distortions

١-**دراسة (Onal & Yalcın,2017)**: " **تنبؤ التشوهات المعرفية بالتسامح والرضا الذاتي لدى طلاب الجامعة**"، وكان الهدف منها الكشف عن تنبؤ التشوهات المعرفية بالتسامح والرضا الذاتي لدى طلاب الجامعة ، تكونت عينة الدراسة من (٥٢٧) طالبا، وطالبة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، وتم استخدام معادلة الانحدار، وتلخصت النتائج في: أن التشوهات المعرفية دورا في التنبؤ بالتسامح والرضا الذاتي لدى طلاب الجامعة.

٢-**دراسة (Sirin,2017)**: " **تنبؤ أنماط التعلق بالتشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة**"، والهدف منها الكشف عن تنبؤ أنماط التعلق بالتشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة ، تكونت عينة الدراسة من (٤١٣) طالبا، وطالبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وتم استخدام معادلة الانحدار، وتلخصت النتائج في: أن أنماط التعلق وأبرزها النمط التجنبي دورا في التنبؤ بالتشوهات المعرفية.

٣-**دراسة (El-Shokheby,2020)**: " **العلاقة بين التشوهات المعرفية الضغوط الأكاديمية لدى معلمات المرحلة المتوسطة قبل وأثناء العمل**"، والهدف منها التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية الضغوط الأكاديمية لدى معلمي المرحلة المتوسطة قبل وأثناء العمل ، تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وتلخصت النتائج في: في وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية و

والضغوط الأكاديمية.

المحور الرابع: التفكير المستقبلي: Future Thinking

١-دراسة (Busby Grant & Wilson ,2020): بعنوان "**أثر التصورات المستقبلية في تحسين جودة الحياة وتكافؤ الفرص لدى طلاب الجامعة**"، وكان الهدف منها التعرف على أثر التصورات المستقبلية في تحسين جودة الحياة وتكافؤ الفرص لدى طلاب الجامعة ، وشملت العينة على (١٩٧) طالبا، وطالبة، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ذي المجموعتين التجريبية، والضابطة، حيث بلغت العينة التجريبية (٩٩) طالبا، وطالبة، والضابطة (٩٨) طالبا، وطالبة، وتلخصت النتائج في: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

٢-كما أشارت **دراسة حسان عبد الله، عبد القادر أحمد(٢٠٢١) بعنوان "المرونة المعرفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى عينة من طلبة جامعة نجران"**، وكان الهدف منها التعرف على " المرونة المعرفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى عينة من طلبة جامعة نجران"، ودرجة الإسهام النسبي المرونة المعرفية بمهارات التفكير المستقبلي تكونت عينة الدراسة من (٣٤٢) طالبا، وطالبة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي الارتباطي، وكشفت النتائج عن: وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المرونة المعرفية وأبعادها، ومهارات التفكير المستقبلي وأبعاده، ووجود أثرذات دلالة إحصائية المرونة المعرفية في مهارات التفكير المستقبلي أدى طلاب الجامعة.

٣-**وهدفت دراسة (Asayama et al.,2024)** إلى: "**أثر التفكير المستقبلي في تحقيق الأهداف التعليمية لدى طلاب الجامعة**"، وشملت العينة على (٧٠)، (٢٨) طالبا، (٤٢) طالبة، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ذي المجموعتين التجريبية، والضابطة، حيث بلغت العينة التجريبية (٣٥) طالبا، وطالبة، والضابطة (٣٥) طالبا، وطالبة، وتلخصت النتائج في: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠١).

المحور الخامس: دراسات ربطت بعض متغيرات الدراسة بعضها البعض:

١- **دراسة الجوهرة ناصر(٢٠٢٠) بعنوان " فاعلية أنموذج مقترح قائم على دمج استراتيجيتي المحطات التعليمية والمحاكاة الحاسوبية في تدريس وحدة الديكور المنزلي في تنمية مهارات التفكير المستقبلي ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية**"، وكان الهدف منها " فاعلية أنموذج مقترح قائم على دمج استراتيجيتي المحطات التعليمية والمحاكاة

الحاسوبية في تدريس وحدة الديكور المنزلي في تنمية مهارات التفكير المستقبلي ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية"، تكونت عينة الدراسة من (٤٧) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، واستخدمت الباحثتان المنهج شبه التجريبي، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(٠,٠٥)على اختبار مهارات التفكير المستقبلي لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(٠,٠٥)على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لصالح المجموعة التجريبية.

٢- دراسة أسماء محمد(٢٠٢١) **بعنوان " الإسهام النسبى للتشوهات المعرفية والدعم الاجتماعي الأكاديمي المدرك والتعاطف الذاتي في التنبؤ بالمناعة النفسية الأكاديمية لدي طلاب الجامعة**"، وكان الهدف منها الكشف عن" الإسهام النسبى للتشوهات المعرفية والدعم الاجتماعي الأكاديمي المدرك والتعاطف الذاتي في التنبؤ بالمناعة النفسية الأكاديمية لدي طلاب الجامعة"، تكونت عينة الدراسة من (٢٥٠) طالبا، وطالبة من طلاب الفرقة التانية لكلية التربية جامعة الفيوم، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي، وأسفرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية الأكاديمية و التشوهات المعرفية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية الأكاديمية وكل من الدعم الاجتماعي الأكاديمي المدرك، وأبعاده، والتعاطف الذاتي وأبعاده.

٣- **وهدفت دراسة (Özgöl et al.,2022) إلى التعرف على" الدور الوسيط للتشوهات المعرفية في التوقعات المستقبلية السلبية والقلق المهني لدى طلاب الجامعة**"، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦١) طالب، جامعيا، تراوحت أعمارهم ما بين (١٧-٣٦) عاما، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي الارتباطي، وأسفرت النتائج أن للتشوهات المعرفية دور وسيط في العلاقة بين التوقعات المستقبلية السلبية، وقلق المهنة.

٤- **دراسة نشوة عبد الله، أسماء أحمد(٢٠٢٣) بعنوان " تنمية مهارات التفكير الإيجابي وأثره في تحسين المناعة النفسية وخفض التشوه المعرفي لدى طالبات الجامعة**"، وكان الهدف منها التعرف على " تنمية مهارات التفكير الإيجابي وأثره في تحسين المناعة النفسية وخفض التشوه المعرفي لدى طالبات الجامعة"، تكونت عينة الدراسة من (٢٤) طالبة من طالبات الفرقة الثانية بقسم علم النفس التربوي بكلية البنات- جامعة عين شمس تراوحت أعمارهن من(١٩: ٢٠) عاما بمتوسط عمري(١٨,٣٣)، و انحراف معياري(٠,٧٠١)، واستخدمت الباحثتان المنهج شبه التجريبي، وتمثلت أدوات الدراسة في مقاييس التفكير الإيجابي، والمناعة النفسية، والتشوه المعرفي، بالإضافة إلى البرنامج التدريبي (إعداد الباحثتان)، وقد أظهرت

النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية من طالبات الفرقة الثانية علم النفس التربوي في القياسين القبلي، والبعدي على متغيرات الدراسة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية، والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وعدم فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتتبعي على متغيرات الدراسة.

٥- **دراسة نجوى عبد الله وآخرون (٢٠٢٣) بعنوان "التشوهات المعرفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادي الجديد"**، وكان الهدف منها التعرف على" التشوهات المعرفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادي الجديد"، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالب، وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوي العام تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-١٦) سنة بمتوسط عمري(١٦,٤)، وانحراف معياري(٠,٣٢) بمدرسة السادات الثانوية العسكرية، ومدرسة الثانوية بنات بإدارة الخارجة التعليمية بمحافظة الوادي الجديد للعام الدراسي /٢٠٢٢ ،٢٠٢٣، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠,٠١) بين كل من التشوهات المعرفية، والتفكير المستقبلي لدى عينة الدراسة.

التعليق على الدراسات:

أولاً : من حيث الموضوع و الهدف :

تنوعت أهداف الدراسات السابقة ففي **المحور الأول:** هدفت دراسة (**Feroz et al.,2020**) إلى التعرف على العلاقة بين المناعة النفسية والرفاهية النفسية والأرق خلال فترة جائحة كورونا (١٩) لدى طلاب الجامعة، ودراسة (**Essa,2020**) هدفت إلى نمذجة العلاقات بين المناعة النفسية واليقظة الذهنية والازدهار لدى طلبة الجامعة، كما أشارت دراسة (**Chen,2024**) العلاقة بين المناعة النفسية والرفاهية النفسية والرضا الوظيفي لدى معلمو المدارس الإبتدائية، أما **المحور الثاني:**فقد هدفت دراسة (**Karakış,2021**): العلاقة بين الطموح الوظيفي والتوافق المهني والدوافع لدى طلاب الجامعة، وهدفت دراسة (**Edwin et al.,2022**: العلاقة بين الطموح الأكاديمي وعدم اليقين الوظيفي لدى طلاب الجامعة، وهدفت دراسة (**Singh et al.,2022**): أثر الطموح في تحسين التحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، أما **المحور الثالث:** فهدفت **دراسة** (**Onal & Yalcın,2017**): تنبؤ التشوهات المعرفية بالتسامح والرضا الذاتي لدى طلاب الجامعة، كما هدفت دراسة (**Sirin,2017**): **تنبؤ**

أنماط التعلق بالتشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة، ودراسة (El-Shokheby,2020) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التشوهات المعرفية الضغوط الأكاديمية لدى معلمات المرحلة المتوسطة قبل وأثناء العمل، **والمحور الرابع:** فقد هدفت دراسة **(Busby Grant & Wilson 2020,.)**: إلى أثر التصورات المستقبلية في تحسين جودة الحياة وتكافؤ الفرص لدى طلاب الجامعة، كما هدفت دراسة **(Asayama et al.,2024)** إلى أثر التفكير المستقبلي في تحقيق الأهداف التعليمية لدى طلاب الجامعة، وهدفت **دراسة حسان عبد الله، عبد القادر أحمد(٢٠٢١)** إلى الكشف عن المرونة المعرفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى عينة من طلبة جامعة نجران، وجاء **المحور الخامس:** الربط بين متغيرات الدراسة، فقد هدفت **دراسة الجوهرة ناصر(٢٠٢٠)** إلى فاعلية أنموذج مقترح قائم على دمج استراتيجيتي المحطات التعليمية والمحاكاة الحاسوبية في تدريس وحدة الديكور المنزلي في تنمية مهارات التفكير المستقبلي ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية"، **ودراسة أسماء محمد(٢٠٢١)** إلى الإسهام النسبى للتشوهات المعرفية والدعم الاجتماعي الأكاديمي المدرك والتعاطف الذاتي في التنبؤ بالمناعة النفسية الأكاديمية لدي طلاب الجامعة، وكان الهدف في **دراسة(Özgöl et al.,2022)** التعرف على" الدور الوسيط للتشوهات المعرفية في التوقعات المستقبلية السلبية والقلق المهني لدى طلاب الجامعة"، والهدف من **دراسة نشوة عبد الله، أسماء أحمد(٢٠٢٣)** تنمية مهارات التفكير الإيجابي وأثره في تحسين المناعة النفسية وخفض التشوه المعرفي لدى طالبات الجامعة، كما هدفت **دراسة نجوى عبد الله وآخرون (٢٠٢٣)** إلى الكشف عن التشوهات المعرفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادي الجديد.

ثانيا:من حيث مراحل المشاركين في الدراسات :

في المحور الأول، والثاني، والثالث، والرابع، والخامس: اختارت الباحثة طلاب الجامعة، وذلك لمناسبة طبيعة العينة، وارتباطها بالبحث الحالي مع تعدد الجامعات والثقافات، حيث تم تطبيق منهجية الدراسات في دول مثل: الولايات المتحدة، الأمريكية، والصين، وتركيا، واليابان، ثم المرحلة الثانوية، كما في دراستي دراسة الجوهرة ناصر(٢٠٢٠)، ودراسة نجوى عبد الله وآخرون (٢٠٢٣).

فروض الدراسة:

- **الفرض الأول :** " توجد مطابقة بين النموذج المقترح وبيانات عينة الدراسة".
- **الفرض الثاني:** " توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للمناعة النفسية على الطموح،

والتشوهات المعرفية".

- **الفرض الثالث:** " توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للطموح علي التفكير المستقبلي، والتشوهات المعرفية ".
- **الفرض الرابع:** " توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للتشوهات المعرفية علي التفكير المستقبلي".

إجراءات الدراسة:

أولا: **المنهج المستخدم:** تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي.

ثانيا:**عينة الدراسة**:

أ- عينة التحقق من الخصائص السيكومترية:

تكونت عينة التحقق من الخصائص السيكومترية من (٣٠٠) من طلاب الدراسات العليا(الدبلوم العام) بكلية الدراسات العليا للتربية- جامعة القاهرة التربية للعام الدراسي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤، والجدول التالي يوضح بيانات عينة الدراسة:

جدول (٢)

يوضح بيانات عينة التحقق من الخصائص السيكومترية (ن= ٣٠٠)

المتغير		العدد	النسبة المئوية
النوع	الإناث	٢٥٠	٨٣٪
	الذكور	٥٠	١٧٪
	المجموع	٣٠٠	١٠٠٪
متوسط العمر		٢٩,٣١	
الانحراف المعياري		٦,١١	

وكما يتضح من جدول (٢) أن عينة الدراسة متنوعة من حيث النوع، حيث أنها تتكون من (٢٥٠) إناث بنسبة مئوية (٨٣%)، (٥٠) ذكور بنسبة مئوية (١٧%)، من طلاب الدبلومة العامة، ومتوسط عمر (٢٩,٣١)، وانحراف معياري (٦,١١٧).

ب- عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) من طلاب الدراسات العليا(الدبلوم العام) بكلية الدراسات العليا للتربية- جامعة القاهرة التربية للعام الدراسي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤، والجدول التالي يوضح بيانات عينة الدراسة:

جدول (٣)

يوضح بيانات عينة الدراسة (ن= ٤٠٠)

المتغير		العدد	النسبة المئوية
النوع	الإناث	٢٥٠	٦٣٪
	الذكور	١٥٠	٣٧٪
	المجموع	٤٠٠	١٠٠٪
متوسط العمر		٢٩,٥٧	
الانحراف المعياري		٥,٧٠	

وكما يتضح من جدول (٣) أن عينة الدراسة متنوعة من حيث النوع، حيث أنها تتكون من (١٤٠) إناث بنسبة مئوية (٧٠٪) ، (٦٠) ذكور بنسبة مئوية (٣٠٪) ، من طلاب الدبلومة العامة، ومتوسط عمر (٢٨,٣١) وإنحراف معياري (٥,١٩).

ثالثا: أدوات الدراسة:

١- **مقياس المناعة النفسية(إعداد الباحثة)**

هدف المقياس: يهدف المقياس إلى قياس المناعة النفسية لطلاب الدراسات العليا (الدبلوم العام) مكون من ثلاثة أبعاد، وقد تم إعداد المقياس بالاسترشاد بالمقاييس الموجودة في الأدبيات النفسية ذات الصلة مثل مقياس عصام زيدان(٢٠١٣) والذي يتكون من (٩) أبعاد: (التفكير الإيجابي، الإبداع، وحل المشكلات، ضبط النفس، والاتزان، الصمود والصلابة النفسية، فاعلية الذات، الثقة بالنفس، التحدي، والمثابرة، المرونة النفسية، والتكيف، التفاؤل). ومقياس المناعة النفسية (Choochom et al., 2019)، والذي يتكون من خمسة أبعاد: (التكيف، فاعلية الذات ، المثابرة، التفاؤل، حل المشكلات).

ب- **وصف المقياس:** تألف المقياس في صورته الأولية من (٢٤مفردة)، وثلاثة أبعاد(التفكير الإيجابي، التكيف، النضج الانفعالي)، دُرجت الاستجابة على المقياس باستخدام مقياس ليكرت الثلاثي، موافق "٣ درجات"، أحيانا "درجتان"، أرفض "درجة واحدة". والمفردات (٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ١٤، ١٨، ٢٠، ٢١) سالبة، وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (٢٤) و(٧٢) درجة.

ج- **عينة التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس:** حيث بلغ عدد أفراد هذه العينة (٣٠٠) طالباً، وطالبة من طلاب الدراسات العليا بكلية الدراسات العليا للتربية جامعة القاهرة للعام الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤، بمتوسط عمر (٢٩,٣١)، وإنحراف معياري (٦,١١).

د-الخصائص السيكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، كما يلي:

- **الصدق العاملي:**

تم التحقق بإستخدام التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات مقياس المناعة النفسية، وقد طُبق المقياس وعدد مفرداته (٢٤ مفردة) على (٣٠٠) طالب، وطالبة من طلاب الدراسات العليا، بكلية الدراسات العليا للتربية جامعة القاهرة للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م، واستبعدت المفردات ذات التشبعات الأقل من (٠,٣). كما تم إجراء اختبار Kaiser– Mayer– Oklin (KMO) للوقوف على كفاية حجم العينة للتحليل العينة وهو يساوي(٠,٤٧٣)، كما وجد اختبار Bartlett للتكوير دال احصائياً ($x2$=1163.280, DF=276, P=0.000<0.001) أي أن اختبار (KMO) أكبر من (٠,٦٠)، والدلالة الإحصائية لاختبار Bartlett تشير إلى أن البيانات مناسبة للتحليل العاملي الاستكشافي، ويمكن عرض نتائج التحليل العاملي في الجدول رقم (٤):

جدول (٤)

تشبعات مفردات مقياس المناعة النفسية بعد التدوير بإستخدام التحليل العاملي الاستكشافي

المفردات	العوامل		
	الأول	الثاني	الثالث
٢	.٦٣٧		
٩	.٥٠٧		
١٩	.٥٠٢		
٢١	.٤٨٦		
١٣	.٤٥٨		
١٥	.٤٠٢		
٨	.٣٨٩		
٢٢	.٣٣٠		
١١		.٧٠٤	
١٢		.٦١٥	
١٤		.٥٠٠	
١٠		.٤٨٢	
١٧		.٤١٧	
١٨		.٣٩٠	
٥			.٥٩٠
٤			.٥٦٧
١			.٥٥٥

٧			.٥٣١
٦			.٤٤٥
٢٠			.٣٩٥
٣			.٣٤٩
٢٣			.٣١٥
الجذر الكامن لكل عامل "القيمة المميزة"	٢,٦٠٨	٢,٠٩٥	١,٩٠٤
نسبة التباين المفسر لكل عامل	%٩,٣٥٨	%٩,٣٤٢	%٨,٨٣٠
نسبة التباين المفسر للمقياس ككل	%٢٧,٥٣٠		

يتضح من جدول (٤) ظهور ثلاثة عوامل متمايزة:

العامل الأول: التفكير الإيجابي: تشبع هذا العامل (٨) مفردات، وهم (٢، ٩، ١٩، ٢١، ١٣، ١٥، ٨، ٢٢)، حيث إمتدت تشبعات هذا العامل من (٠,٣٣٠: ٠,٦٣٧) وفسر هذا العامل (٩,٣٥٨%) من التباين الكلي المفسر، وبلغت قيمته المميزة (٢,٦٠٨).

العامل الثاني: التكيف: تشبع هذا العامل (٦) مفردات، وهم (١١، ١٢، ١٤، ١٠، ١٧، ١٨)، حيث إمتدت تشبعات هذا العامل من (٠,٣٩٠: ٠,٧٠٤). وفسر هذا العامل (٩,٣٤٢%) من التباين الكلي المفسر، وبلغت قيمته المميزة (٢,٠٩٥).

العامل الثالث: النضج الانفعالي: تشبع هذا العامل (٨) مفردات، وهم (٥، ٤، ١، ٧، ٦، ٢٠، ٣، ٢٣)، حيث امتدت تشبعات هذا العامل من (٠,٣١٥، ٠,٥٩٠). وفسر هذا العامل (٨,٨٣٠٪) من التباين الكلي المفسر، وبلغت قيمته المميزة (١,٩٠٤).

والمفردتان (١٦، ٢٤) تم حذفهم، وذلك لعدم تشبهم على أيا من عوامل المقياس. وبالتالي أصبح عدد مفردات مقياس المناعة النفسية بعد التحليل العاملي الاستكشافي (٢٢) مفردة.

وقامت الباحثة بعد ذلك بإجراء التحليل العاملي التوكيدي تأكيدا من العوامل المستخرجة من التحليل العاملي الاستكشافي، وكان على النحو التالي:

التحليل العاملي التوكيدي لمقياس المناعة النفسية:

تهدف هذه الخطوة إلى التحقق من صدق عوامل مقياس المناعة النفسية المستخرجة من التحليل العاملي الاستكشافي) وذلك باستخدام برنامج (22)Amos

جدول (٥)

الأوزان الانحدارية المعيارية، وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس المناعة النفسية، والناتجة من التحليل العاملي التوكيدي، ودلالتها الإحصائية.

العوامل	رقم المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
التفكير الإيجابي	٨	.٥٨٥	.١,٠٠٠	-----	-----	---
	١٣	٠,١٨٠	٠,٢٨٧	٠,١٣٠	٢,٢٠	٠،٠٢
	٢١	٠,١٣٤	٠,١٩١	٠,١٠١	١,٩٠	٠،٠٥
	٢	٠,٤٣١	٠,٧٧٤	٠,١٤٣	٥,٤٠	٠٠٠
	٩	٠,٦٨٤	١,١٤٨	٠,١٩٧	٥,٨٣	٠٠٠
	١٩	٠,٢١٤	٠,٣٦٧	٠,١٢٢	٣,٠٠	٠٠٠
التكيف	١٢	.٤٦٠	١,٢٢٠	٠,٣٠٩	٣,٩٤٧	٠٠٠
	١٨	٠,٣٤٤	.١,٠٠٠	-----	-----	---
	١٧	٠,٤٥٨	١,٣٧٣	٠,٣٨٨	٣,٥٤	٠٠٠
	١١	٠,٥١٠	١,٦٤٦	٠,٤٠٤	٤,٠٧	٠٠٠
	١٤	٠,٣٧٥	١,١٦٤	٠,٣١٩	٣,٦٥	٠٠٠
	١٠	٠,٥٣١	١,٥١٥	٠,٣٨٥	٣,٣	٠٠٠
النضج الانفعالي	٧	٠,٥٣١	٣,٣٣٧	١,٥٧	٢,١٢	٠,٠٣
	١	٠,٤١٦	٣,٠٧٨	١,٤٦	٢,٠٩	٠,٠٣
	٣	٠,٤١٥	٢,٨٢٤	١,٣٣	٢,١١	٠,٠٣
	٤	٠,٣٢٤	١,٧٥١	٠,٨٧٧	١,٩٩	٠,٠٤
	٥	٠,٥١٥	٣,٨٧٠	١,٨٢	٢,١٢	٠,٠٣
	٢٣	٠,١٥٤	١,٠٠٠	-----	-----	---

يتضح من الجدول رقم (٥) أن جميع مفردات المقياس كانت دالة عند مستويات مختلفة (٠،٠١)، (٠,٠٢)، (٠,٠٣)، (٠,٠٤)، (٠,٠٥)، وحذف التحليل التوكيدي المفردات (٦)، وذلك لأن دلالتها(٠,٠٨)، (١٥)، و دلالتها(٠,٨٠)، (٢٠)، ودلالتها(٠,٤٤)، (٢٢)، و دلالتها(٠,١٢)، ليصبح المقياس (١٨) مفردة.

جدول (٦)

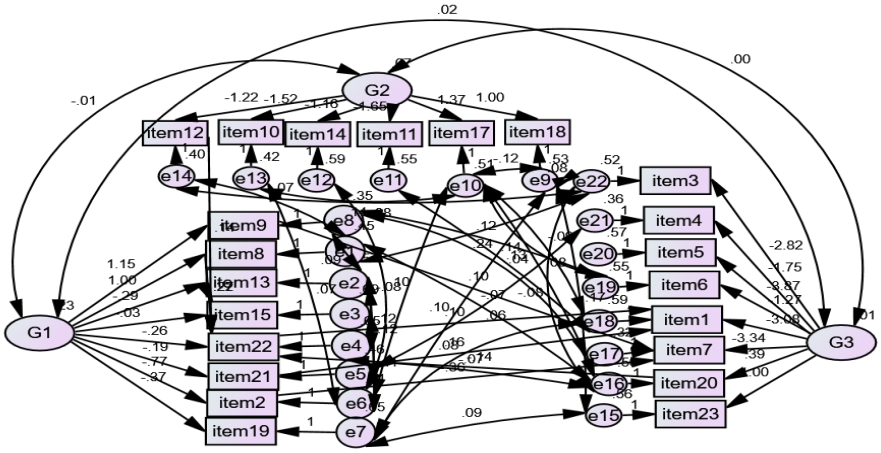
بعض مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح في مقياس المناعة النفسية

مؤشرات جودة المطابقة	القيمة	المدى المثالي
كا^2 (CMIN) Chi-Square	٣٨٩,٢٩٤	
مستوى الدلالة	٠،٠٠٠	أن تكون غير دالة إحصائيا
درجات الحرية DF	١٧١	
النسبة بين كا^2 إلى درجات حريتها	٢,٢٧٧	المدى المثالي في الفترة من ١ إلى ٣
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٠	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشرRMR	٠,٠٣	كلما اقتربت من صفر كانت في المدى المثالي
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٧٤	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر RMSEA	٠,٠٦٥	كلما اقتربت من صفر كانت في المدى المثالي

يتضح من جدول (٦) قبول نموذج التحليل العاملي التوكيدي، والذي يؤكد على وجود ثلاثة عوامل كامنة، وهي: التفكير الإيجابي، التكيف، النضج الانفعالي، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة والتي تقع في مداها المثالي، كما أن الشكل رقم (٣) يوضح البنية العاملية المقترحة لمقياس المناعة النفسية برنامج Amos(22) ، كالتالي:

شكل (٣)

الصدق التوكيدي لمقياس المناعة النفسية



الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس المناعة النفسية:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لمفردات العوامل الناتجة من التحليل العاملي الاستكشافي، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة، والدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه، ثم حساب ، ومعاملات ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس، والجدول رقم (٧) يوضح قيم معاملات الارتباط:

جدول (٧)

الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد مقياس المناعة النفسية بالدرجة الكلية للبعد، ومعاملات ارتباط الدرجة (**) دال عند مستوى (٠,٠١)

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
٨	٠,٥١**	١٢	٠,٥٩**	٧	٠,٤٣**
١٣	٠,٥٢**	١٨	٠,٥٥**	١	٠,٥٧**
٢١	٠,٥٧**	١٧	٠,٥٣**	٣	٠,٤٧**
٢	٠,٥٣**	١١	٠,٥٢**	٤	٠,٥١**
٩	٠,٥٤**	١٤	٠,٥٩**	٥	٠,٦٠**
١٩	٠,٥٧**	١٠	٠,٥٧**	٢٣	٠,٤٣**
الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس	(٠,٦٣)**	(٠,٥٥)**		(٠,٧٢)**	

يتضح من جدول (٧) أن عدد مفردات مقياس المناعة النفسية في صورته النهائية (١٨) مفردة. **البعد الأول:** التفكير الإيجابي(٦) مفردات، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٥١، ٠,٥٧)، وهي جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، والدرجة الكلية للبعد بالدرجة الكلية للمقياس(٠,٦٣)**، و**البعد الثاني:** التكيف (٦) مفردات، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٥٢، ٠,٥٩)، وهي جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) والدرجة الكلية للبعد بالدرجة الكلية للمقياس (٠,٥٥)**، **والبعد الثالث:** النضج الانفعالي(٦) مفردات، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٦١، ٠,٤٣)، وهي جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، والدرجة الكلية للبعد بالدرجة الكلية للمقياس (٠,٧٢)**، مما يشير إلى الإتساق الداخلي لمفردات هذه الأبعاد، والمقياس ككل.

الثبات:

للتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباك وبلغ قيمته (٠,٦٢)، كما تم التحقق من ثبات الأبعاد: حيث بلغ بعد التفكير الإيجابي(٠,٥٩)، وبعد التكيف(٠,٥٧)، وبعد النضج الانفعالي(٠,٥١). وجاءت جميع معاملات الثبات مناسبة، مما يشير إلى ثبات المقياس.

٢- مقياس الطموح (إعداد معوض عبد العظيم، في شارف خضر، ٢٠١٩)

أ- **الهدف من المقياس:** يهدف المقياس إلي قياس مستوى الطموح التي طلاب الجامعة.

ب- وصف المقياس: يتألف المقياس من (٣٦) مفردة، موزعة على (٤) أبعاد: **التفاؤل**، ومفرداته (٧، ٤، ١١، ١٢، ١٩، ٢١، ٢٢، ٢٦، ٣٢،٣٤، ٣٦)، **القدرة على وضع الأهداف**، ومفرداته (١، ٢، ٣، ٥، ٨، ١٠، ١٣، ١٤، ١٦، ١٧)، **وتقبل الجديد**، ومفرداته (١٥، ٢٤، ٢٨، ٣٠، ٣١، ٣٣، ٣٧)، **تحمل الإحباط**، ومفرداته (٦، ٩، ١٨، ٢٠، ٢٣، ٢٥)، ويتم الاستجابة لها وفق لمقياس ليكرت الرباعي يمتد من (دائما، أحيانا، غالبا، نادرا) تأخذ درجات (٤، ٢، ٣، ١) وبذلك تتراوح الدرجة علي المقياس من (٣٦ – ١٤٤).

ج- الخصائص السيكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، كما يلي:

الصدق العاملي التوكيدي لمقياس الطموح:

تهدف هذه الخطوة إلى التحقق من صدق الطموح كما موضح بالجدول:

جدول (٨)

الأوزان الانحدارية المعيارية، وغير المعيارية لتشبعات الأبعاد على لمقياس الطموح، ودلالتها الإحصائية.

العوامل	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
التفاؤل	.٣٧٣	.٧٦٣	.٢٠٩	٣,٦٥٣	٠٠٠
القدرة على وضع الأهداف	.٤٠١	.٩٠٤	.٢٣٨	٣,٧٩٥	٠٠٠
تقبل الجديد	.٥٩٢	٢,٥٥٨	.٦٥٨	٣,٨٨٨	٠٠٠
تحمل الإحباط	٤٧٦,	.١,٠٠٠	---	---	---

يتضح من جدول (٨) الأوزان الحضارية المعيارية وغير المعيارية لشبعات أبعاد مقياس الطموح، وهي دالة عند (٠٠٠).

جدول (٩)

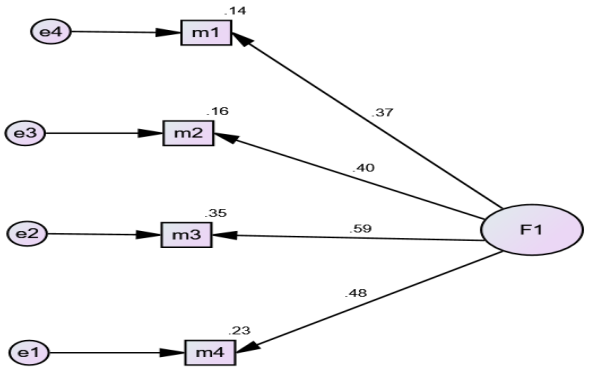
بعض مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح في مقياس الطموح

مؤشرات جودة المطابقة	القيمة	المدى المثالي
كا٢ Chi-Square (CMIN)	.٧٧١	
مستوى الدلالة	٠,٦٨٠(غير دالة)	أن تكون غير دالة إحصائيا
درجات الحرية DF	٢	
النسبة بين كا٢ إلى درجات حريتها	.٣٨٥	المدى المثالي في الفترة من ١ إلى ٣
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٩	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٩	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر RMSEA	٠,٠٠	كلما اقتربت من صفر كانت في المدى المثالي
مؤشر NFI	٠,٩٨	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر AIC	١٦,٧٧	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
	المشبع ٢٠,٠٠	
مؤشر ECVI	٠,٠٥٦	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
	المشبع ٠,٠٦٧	
مؤشر CAIC	٥٤,٤٠	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
	المشبع ٦٧,٠٣	

يتضح من جدول (٩) مؤشرات جودة المطابقة لمقياس الطموح، والتي تقع في مداها المثالي.

شكل (٤)

الصدق التوكيدي لمقياس الطموح



الإتساق الداخلي لأبعاد مقياس الطموح:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لمفردات مقياس الطموح، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ، ومعاملات ارتباط

الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس والجدول رقم (٧) يوضح قيم معاملات الارتباط:

جدول (١٠)

الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد مقياس الطموح بالدرجة الكلية للبعد، ومعاملات ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس ن= (٣٠٠).

التفاؤل		القدرة على وضع الأهداف		تقبل الجديد		تحمل الإحباط	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
٧	٠,٣٧**	١	٠,٣٥٢**	١٥	٠,٣٢١**	٦	٠,٥٣٥**
٤	٠,٣٢٩**	٢	٠,٣٩١**	٢٤	٠,٤٠٤**	٩	٠,٣٨٥**
١١	٠,٣٤٧**	٣	٠,٣٤٠**	٢٨	٠,٤٩٠**	١٨	٠,٤٦١**
١٢	٠,٣٠١**	٥	٠,٣٩٦**	٢٩	٠,٥٠٩**	٢٠	٠,٣٤٣**
١٩	٠,٣٩٧**	٨	٠,٣١٤**	٣٠	٠,٥٥٩**	٢٣	٠,٣٠٤**
٢١	٠,٣٧٢**	١٠	٠,٤٢٥**	٣١	٠,٣٩١**	٢٥	٠,٤٠٠**
٢٢	٠,٣٠٨**	١٣	٠,٣٣٣**	٣٣	٠,٣٢٢**		
٢٦	٠,٤٠٥**	١٤	٠,٣٤٢**	٣٥	٠,٣٥٠**		
٢٧	٠,٣٢٤**	١٦	٠,٣٢٢**				
٣٢	٠,٣٠٥**	١٧	٠,٣٨٢**				
٣٤	٠,٣٥٩**						
٣٦	٠,٣٥٦**						
الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس	(٠,٦٢)**	(٠,٥٦)**		(٠,٦٠)**		(٠,٤٧)**	

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) أن جميع قيم معاملات الارتباط لبعد التفاؤل تراوحت من (٠,٣٠١إلي ٠,٤٠٥)، وهي قيم دالة عند مستوى(٠,٠١)، وقيم معاملات الارتباط لبعد القدرة على وضع الأهداف تراوحت من (٠,٣١٤ إلي ٠,٤٢٥)، وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط لبعد تقبل الجديد من (٠,٣٢٢إلي ٠,٥٥٩)، وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط لبعد تحمل الإحباط من (٠,٣٠٤إلي ٠,٤٦١) وهي قيم دالة عند مستوى ٠,٠(٠,٠١)، مما يشير إلي الاتساق الداخلي لمفردات هذه العوامل، **والدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس** على التوالي (٠,٦٢)**،(٠,٥٦)**،(٠,٦٠)**،(٠,٤٧)**، وهي جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلي الاتساق الداخلي للمقياس ككل.

٣- **الثبات:** للتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباك وبلغ قيمته

(٠,٦١)، وهو يعتبر معامل ثبات مقبول.

كما تم التحقق من ثبات الابعاد : حيث كان ثبات بعد التفاؤل (٠,٦٧)، وثبات بعد أشك قدرة على وضع الأهداف (٠,٦٢)، وبعد تقبل الجديد(٠,٦٢)، وبعد تحمل الإحباط (٠,٥١)، وهي معاملات ثبات مقبولة.

مقياس التشوهات المعرفية :(as cited in John Shanks., 2023)(ترجمة الباحثة)

أ- **الهدف من المقياس:** يهدف المقياس إلي قياس التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة.

ب- **وصف المقياس:** يتألف المقياس من (١٧) مفردة، على (٤) أبعاد: مغالطة التغيير، والتفكير الكارثي، والتفكير بكل شيء، أو لا شيء(التفكير الثنائي)، التفكير بلغة الينبغيات(استخدام كلمات لا بد/ ينبغي)، ويتم الاستجابة لها وفق لمقياس ليكرت السباعي يمتد من "غير أوافق تماما" إلى" لا أوافق تماما" تأخذ درجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥،٦، ٧) وبذلك تتراوح الدرجة علي المقياس من (١٧ – ١١٩).

ج- **الخصائص السيكومترية للمقياس:**

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، كما يلي:

١-**الصدق:** استخدمت الباحثة طريقتين لحساب الصدق:

أ-**التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات المقياس (الصدق العاملي):**

هدفت هذه الخطوة إلى الكشف عن البنية العاملية وتحديد العوامل المتمايزة فيه، وقد طُبق المقياس على (٣٠٠) طالبًا، وطالبة للدراسات العليا. واُستخدم التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات المقياس (١٧) مفردة بطريقة المكونات الأساسية، وبطريقة التدوير المتعامد، واستبعدت المفردات ذات التشبعات الأقل من (٠,٣)، كما تم إجراء اختبار (KMO) Kaiser– Mayer– Oklin للوقوف على كفاية حجم العينة للتحليل وهو يساوي(٠,٥٨٩)، كما وجد اختبار Bartlett للتكوير دال احصائيًا (*x2*=1432.449, DF=136, P=0.000<0.001) أي أن اختبار (KMO) أكبر من (٠,٦٠) والدلالة الإحصائية لاختبار Bartlett تشير إلى أن البيانات مناسبة للتحليل العاملي الاستكشافي، وقد أسفر التحليل عن ظهور(٤) عوامل، وحذف المفردة (٢) ليصبح المقياس (١٦) مفردة بدلا من (١٧).

جدول (١١)

مفردات مقياس التشوهات المعرفية بالعوامل المشتقة بعد التدوير باستخدام التحليل العاملى الاستكشافى

المفردات	١	٢	٣	٤
١٢	٠,٤٨٩			
١٦	٠,٥٥٩			
١٧	٠,٨٥٩			
٩	٠,٧٩٧			
٨	٠,٥٨٦			
١٥		٠,٨٥٩		
١٤		٠,٧٥٨		
١٣		٠,٦٤٠		
٣			٠,٧١٦	
٤			٠,٦٩٦	
١٠			٠,٥٥٢	
١١			٠,٥٠٩	
٦				٠,٧١٧
٧				٠,٦٤٧
٥				٠,٥٩٧
١				٠,٣٢٥
القيمة المميزة لكل عامل	٣,٠٩١	١,٩١٣	١,٩٠٤	١,٥٥٨
نسبة التباين المفسر لكل عامل	١٦,٢١٤%	١٣,٠٩١%	١٠,٩٣٤%	٩,٥٦٦%
التباين المفسر للمقياس ككل	٤٩,٨٠٥%			

يتضح من جدول (١١) ظهور أربعة عوامل:

العامل الأول: مغالطة التغيير، ومفرداته: (١٢، ١٦، ١٧، ٩، ٨) إمتدت تشبعاتها من(٠,٤٨٩ : ٠,٨٥٩)، وفسر هذا العامل(**١٦,٢١٤%**) من التباين الكلي، و بلغت قيمته المميزة (**٣,٠٩١**).

العامل الثاني: التفكير الكارثي، ومفرداته: (١٥، ١٤، ١٣) امتدت تشبعاتها من (٠,٦٤٠ : ٠,٨٥٩)، و فسر هذا العامل (**١٣,٠٩١%**) من التباين الكلي، و بلغت قيمته المميزة (**١,٩١٣**).

العامل الثالث: التفكير بكل شيء، أو لا شيء(التفكير الثنائي)، ومفرداته: **(٣، ٤، ١٠، ١١)**

إمتدت تشبعاتها من (٠,٥٠٩ : ٠,٧١٦)، وفسر هذا العامل (١٠,٩٣٤%) من التباين الكلي، و بلغت قيمته المميزة (١,٩٠٤).

العامل الرابع: التفكير بلغة الينبغيات(استخدام كلمات لا بد/ ينبغي)، ومفرداته: (٦، ٧، ٥، ١) **إمتدت تشبعاتها من (٠,٣٢٥ : ٠,٧١٧)، وفسر هذا العامل (٩,٥٦٦%) من التباين الكلي، و بلغت قيمته المميزة (١,٥٥٨)، وتم حذف المفردة رقم (٢) لعدم تشبعها على أي عامل من العوامل.**

وقامت الباحثة بعد ذلك بإجراء التحليل العاملي التوكيدي للتأكد من العوامل المستخرجة من التحليل العاملي الاستكشافي، وذلك بستخدام برنامج Amos(22)

جدول (١٢)

الأوزان الانحدارية المعيارية، وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة لمقياس التشوهات المعرفية ، والناتجة من التحليل العاملي التوكيدي، ودلالتها الإحصائية.

العوامل	رقم المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
مغالطة التغيير	٨	٣١٨,٠	.١,٠٠٠	-----	-----	---
	٩	٠,٤٦٥	١,١٣١	٠ .٢٣٤	٤,٨٢	٠٠٠
	١٢	٠,٩٣٦	٢,٨٨٣	٠,٥٢٥	٥,٤٩	٠٠٠
	١٦	٠,٦٥٨	١,٩٨١	٠,٣٥٧	٥,٥٥	٠٠٠
	١٧	٠,٤٣٧	١,٠٣٥	٠,٢٢٣	٤,٦٣	٠٠٠
التفكير الكارثي	١٣	.٤٥٧	٠,٥٨١	٠,٠٨٤	٦,٩٣	٠٠٠
	١٤	٠,٥٨٣	٠,٧٠٩	٠,١١٨	٦,٠١	٠٠٠
	١٥	٠,٨٨٨	.١,٠٠٠	-----	-----	---
العوامل	رقم المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
التفكير بكل شيء، أو لا شيء(التفكير الثنائي)	٣	٠,٠٥٤	.١,٠٠٠	-----	-----	---
	٤	٠,٧٩٠	١٦,٤١٩	٦,٣٢	٢,٥٩	٠٠٠
	١٠	٠,٢٤٤	٤,٣٦٥	١,٣٨	٣,١٥	٠٠٠
التفكير بلغة الينبغيات	٥	٠,٠٥٣	٠,٥٢٣	٢,١٥	٢,٤٣	٠,٠١
	٦	٢,٥٢	٢٣,٢٣٥	٩,٩٠	٢,١٤	٠,٠٣
	٧	٠,١١٣	.١,٠٠٠	-----	-----	---

يتضح من الجدول رقم (١٢) أن جميع مفردات المقياس كانت دالة عند مستويات مختلفة (٠٠٠)، (٠,٠١)، (٠,٠٣)، وحذف التحليل التوكيدي المفردات غير الدالة وهي:(١)، ودلالتها(٠,١٣)، (١١) ودلالتها(٠,٨٧)، ليصبح المقياس (١٤) مفردة.

جدول (١٣)

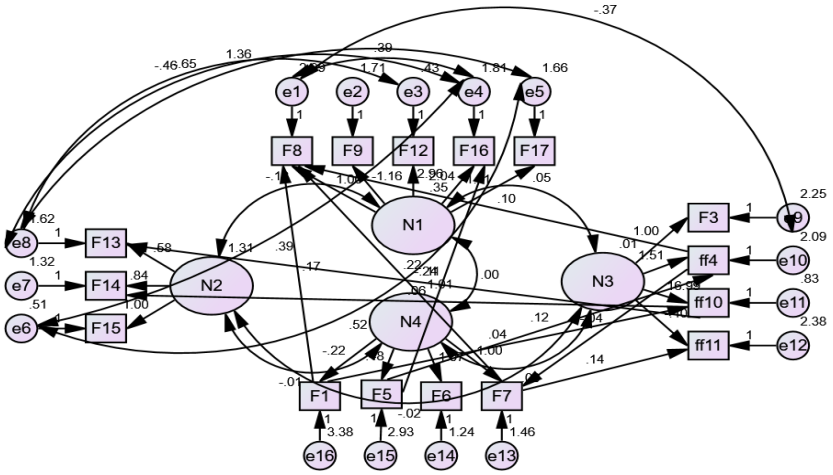
بعض مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح في مقياس التشوهات المعرفية

مؤشرات جودة المطابقة	القيمة	المدى المثالي
كا٢ Chi-Square (CMIN)	١٥٦,٤٥٩	
مستوى الدلالة	٠٠٠ (دالة)	أن تكون غير دالة إحصائيا
درجات الحرية DF	٨٠	
النسبة بين كا٢ إلى درجات حريتها	١,٩٥	المدى المثالي في الفترة من ١ إلى ٣
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٤	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٤	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر RMSEA	٠,٠٥	كلما اقتربت من صفر كانت في المدى المثالي
مؤشرNFI	٠,٩٠	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشرECVI	٠,٨٩٨	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
المشبع	٠,٩١٠	
مؤشر CAIC	٥٣١,٨٧١	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
المشبع	٩١١,٧١٤	
مؤشرAIC	٢٦٨,٤٥٩	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
المشبع	٢٧٢,٠٠٠	
مؤشر TLI	٠,٩٢	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر AGFI	٠,٩٠	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي

يتضح من جدول (١٣) مؤشرات جودة المطابقة لمقياس التشوهات المعرفية، والتي تقع في مداها المثالي.

شكل (٥)

الصدق التوكيدي لمقياس التشوهات المعرفية



الإتساق الداخلي لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لمفردات مقياس التشوهات المعرفية، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ومعاملات ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس والجدول رقم (٧) يوضح قيم معاملات الارتباط:

جدول (١٤)

الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد مقياس التشوهات المعرفية بالدرجة الكلية للبعد، ومعاملات ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس ن= (٣٠٠).

مغالطة التغيير		التفكير الكارثي		التفكير الثنائي		التفكير بلغة الينبغيات	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
٨	**٠,٦٧	١٣	**٠,٧٦	٣	**٠,٦٦	٥	**٠,٥٧
٩	**٠,٣٥	١٤	**٠,٨٠	٤	**٠,٦٦	٦	**٠,٦٦
١٢	**٠,٦١	١٥	**٠,٨٣	١٠	**٠,٦٥	٧	**٠,٦١
١٦	**٠,٦٨						
١٧	**٠,٣٣						
الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس	**(٠,٥٤)	**(٠,٤٦)		**(٠,٥٦)		**(٠,٤٥)	

** دال عند (٠,٠١)

يتضح من جدول (١٤) أن جميع قيم معاملات الارتباط لبعد مغالطة التغيير تراوحت من (٠,٣٣إلي ٠,٦٨)، وهي قيم دالة عند مستوى(٠,٠١)، وقيم معاملات الارتباط لبعد التفكير الكارثي تراوحت من (٠,٧٦ إلي ٠,٨٣)، وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط لبعد التفكير الثنائي من (٠,٦٥إلي ٠,٦٦)، وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط لبعد التفكير بلغة الينبغيات من (٠,٥٧إلي ٠,٦٦) وهي قيم دالة عند مستوى ٠,٠(٠,٠١)، مما يشير إلي الاتساق الداخلي لمفردات هذه العوامل، **والدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس** على التوالي (٠,٥٤)**،(٠,٤٦)**،(٠,٥٦)**،(٠,٤٥)**، وهي جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلي الاتساق الداخلي للمقياس ككل.

٣- **الثبات:** للتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباك وبلغ قيمتــه (٠,٦٥)، وهو يعتبر معامل ثبات مقبول.

كما تم التحقق من ثبات الابعاد : حيث كان ثبات بعد مغالطة التغيير (٠,٥٩)، وثبــات بعــد التفكير الكارثي (٠,٥٣)، وبعد التفكير الثنائي (٠,٦١)، وبعد التفكير بلغة الينبغيات (٠,٥١)، وهي معاملات ثبات مقبولة.

مقياس التفكير المستقبلي (إعداد زهراءعزيز، في كاظم كويطع، ٢٠١٩)

أ- الهدف من المقياس: يهدف المقياس إلي قياس مهارات التفكير المســتقبلي لــدى طلبــة الجامعة.

ب- وصف المقياس: يتألف المقيــاس مــن (٣٠) موقــف (مفــردة)، موزعــة علــى (٥) مهارات(أبعاد) وهي: **مهارة التوقع، ومفرداتها** (١، ٦، ١٣، ١٦، ٢١، ٢٦)، **ومهــارة التنبــؤ، ومفرداتها** (٣، ٧، ١٧، ١٨، ٢٨)، **ومهارة التصور الذهني (التخيل)، ومفرداتها** (٨، ١١، ١٤، ١٩، ٢٢، ٢٣)، **ومهارة التخطيط، ومفرداتها** (٢، ٤، ٩، ١٢، ٢٤، ٢٧، ٢٩)، **ومهارة اتخــاذ القرار، ومفرداتها** (٥، ١٠، ١٥، ٢٠، ٢٥، ٣٠)، ويتم الاستجابة لها وفق لمقياس ليكرت الثلاثي يمتد من (موافق، أحيانا، غير موافق) تأخذ درجات (٣، ٢، ١) وبذلك تتــراوح الدرجــة علــى المقياس من (٣٠ - ٩٠).

ج- الخصائص السيكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، كما يلي:

الصدق العاملي التوكيدي لمقياس التفكير المستقبلي:

تهدف هذه الخطوة إلى التحقق من صدق التفكير المستقبلي كما موضح بالجدول:

جدول (١٥)

الأوزان الانحدارية المعيارية، وغير المعيارية لتشبعات الأبعاد على لمقياس التفكير المستقبلي، ودلالتها الإحصائية.

العوامل	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
مهارة التوقع	.٣٤٣	.١,٠٠٠	---	---	---
مهارة التنبؤ	.٢٥٧	.٧٤٣	.١٤٧	٥,٠٥٨	٠٠٠
مهارة التصور الذهني (التخيل)	.١٦٩	.٤٤٣	.١١٩	٣,٧٢١	٠٠٠
مهارة التخطيط	١٧٨,	.٥٨٥	.١٥١	٣,٨٦٧	٠٠٠
مهارة اتخاذ القرار	٣٤٢,١	٦٢٠,٩	٧٣٣,٣	٢,٥٧٧	٠٠٠

يتضح من جدول (١٥) الأوزان الحضارية المعيارية وغير المعيارية لشبعات أبعاد مقياس التفكير المستقبلي، وهي دالة عند (٠٠٠).

جدول (١٦)

بعض مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح في مقياس التفكير المستقبلي

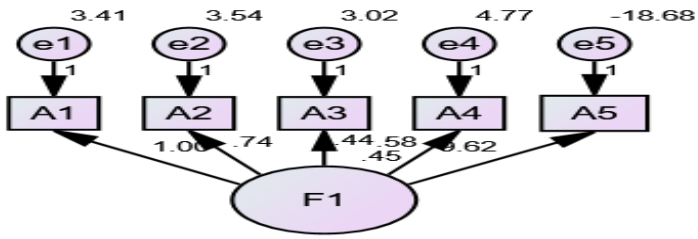
مؤشرات جودة المطابقة		القيمة	المدى المثالي
كا٢ Chi-Square (CMIN)		٣٤,٧	
مستوى الدلالة		٠,١٩(غير دالة)	أن تكون غير دالة إحصائيا
درجات الحرية DF		٥	
النسبة بين كا٢ إلى درجات حريتها		٤٦,١	المدى المثالي في الفترة من ١ إلى ٣
مؤشر حسن المطابقة GFI		٠,٩٩	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر المطابقة المقارن CFI		٠,٩٨	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر RMSEA		٠,٠٤	كلما اقتربت من صفر كانت في المدى المثالي
مؤشرات جودة المطابقة		**القيمة**	**المدى المثالي**
مؤشر NFI		٠,٩٥	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر IFI		٠,٩٨	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر TLI		٠,٩٦	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر AIC	المشبع	٢٧,٣٤	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
		٣٠,٠٠	
مؤشر ECVI	المشبع	٠,٠٩١	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
		٠,١٠٠	
مؤشر CAIC	المشبع	٧٤,٣٨	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
		١٠٠,٥٥	

يتضح من جدول (١٦) مؤشرات جودة المطابقة لمقياس التفكير المستقبلي، والتي تقع في مداها

المثالي.

شكل (٦)

الصدق التوكيدي لمقياس التفكير المستقبلي



الإتساق الداخلي لأبعاد مقياس التفكير المستقبلي

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لمفردات مقياس التفكير المستقبلي، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ، ومعاملات ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس والجدول رقم (٧) يوضح قيم معاملات الارتباط:

جدول (١٧)

الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد مقياس التفكير المستقبلي بالدرجة الكلية للبعد، ومعاملات ارتباط الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس ن= (٣٠٠).

مهارة التوقع		مهارة التنبؤ		مهارة التصور الذهني		مهارة التخطيط		مهارة اتخاذ القرار	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٩	٣	**٠,٤٨	٨	**٠,٣٧	٢	**٠,٣٢	٥	**٠,٤٧
٦	**٠,٣٤	٧	**٠,٧٣	١١	**٠,٣٥	٤	**٠,٥٤	١٠	**٠,٤٦
١١	**٠,٣٧	١٧	**٠,٧٥	١٤	**٠,٨٢	٩	**٠,٣٤	١٥	**٠,٣٥
١٣	**٠,٣٢	١٨	**٠,٨٣	١٩	**٠,٤٨	١٢	**٠,٣٥	٢٠	**٠,٣١
١٦	**٠,٣٨	٢٨	**٠,٧٠	٢٢	**٠,٤٢	٢٤	**٠,٥٤	٢٥	**٠,٥٥
٢١	**٠,٦٩			٢٣	**٠,٨٢	٢٧	**٠,٦٤	٣٠	**٠,٥٠
٢٦	**٠,٣٤					٢٩	**٠,٦٤		
الدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس	(٠,٤٢)**	(٠,٦٠)**		(٠,٥٠)**		(٠,٤٠)**		(٠,٤٨)**	

** دال عند (٠,٠١)

يتضح من جدول (١٧) أن جميع قيم معاملات الارتباط لبعد **مهارة التوقع** تراوحت من

(٠,٣٢إلي ٠,٦٩)، وهي قيم دالة عند مستوى(٠,٠١)، وقيم معاملات الارتباط لبعد **مهارة التنبؤ** تراوحت من (٠,٤٨ إلي ٠,٨٣)، وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط لبعد **مهارة التصور الذهني** من (٠,٣٥إلي ٠,٨٢)، وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط لبعد **مهارة التخطيط** من (٠,٣٢إلي ٠,٦٤) وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط لبعد **مهارة اتخاذ القرار** من (٠,٣١إلي ٠,٥٥) وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلي الاتساق الداخلي لمفردات هذه العوامل، **والدرجة الكلية للأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس** على التوالي (٠,٤٢)**،(٠,٦٠)**،(٠,٥٠)**،(٠,٤٠)**، (٠,٤٠)**وهي جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلي الاتساق الداخلي للمقياس ككل.

٢- **الثبات:** للتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباك وبلغ قيمته (٠,٧٥)، وهو يعتبر معامل ثبات مناسب.

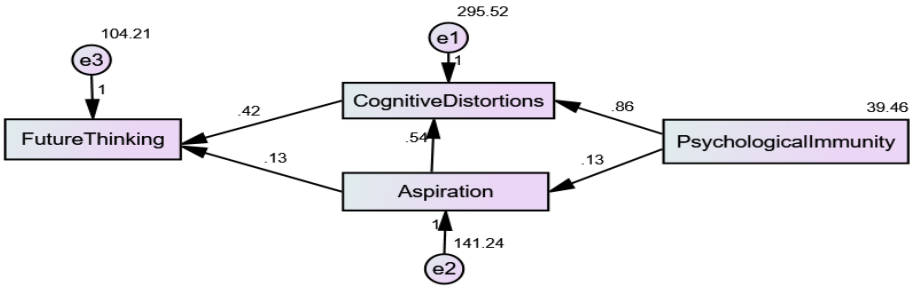
نتائج الدراسة ومناقشتها:

نتائج الفرض الأول ومناقشته: والذي ينص على : " توجد مطابقة بين النموذج المقترح، وبيانات عينة الدراسة".

يعرض الشكل (٧) نموذج تحليل المسار الذي تم اقتراحه من قبل الباحثة، للعلاقات بين متغيرات الدراسة، وتم التحقق من مطابقة هذا النموذج المقترح للبيانات محل الدراسة باستخدام الحزمة الإحصائية (AMOS 22)، وقد أُجرى هذا التحليل استناداً إلى طريقة الأرجحية القصوى.

شكل (٧)

نتائج التحليل الإحصائي للنموذج تحليل المسار والذي يمثل المناعة النفسية (متغير مستقل)، والطموح، والتشوهات المعرفية (متغيرات وسيطة)، والتفكير المستقبلي (متغير تابع).



والجدول (١٨) يلخص نتائج التحليل الإحصائي لهذا النموذج:

جدول (١٨)

نتائج التحليل الإحصائي لنموذج تحليل المسار المقترح، والذي يمثل المناعة النفسية (متغير مستقل)، والطموح، والتشوهات المعرفية (متغيرات وسيطة)، والتفكير المستقبلي (متغير تابع) (ن= ٤٠٠)

المسارات			الوزن المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
المناعة النفسية	←	الطموح	٠,٠٦	٠,١٢٧	٠,٠٩٥	١,٣٤	غير دالة عند ٠,١٨
المناعة النفسية	←	التشوهات المعرفية	٠,٢٨	٠,٨٦٥	٠,١٣٧	٦,٢٩	دالة عند ٠٠٠
الطموح	←	التشوهات المعرفية	٠,٣٣	٠,٥٥٤	٠,٠٧٢	٧,٥١	دالة عند ٠٠٠
الطموح	←	التفكير المستقبلي	٠,١٤	٠,١٢٨	٠,٠٤٦	٢,٨٠	دالة عند ٠,٠٥
التشوهات المعرفية	←	التفكير المستقبلي	٠,٩٦	٠,٤٢٢	٠,٠٢٨	١٤,٨٩	دالة عند ٠٠٠

يتضح من جدول (١٨) الأوزان المعيارية، والأوزان غير المعيارية، والخطأ المعياري، والنسبة الحرجة، ومستوى الدلالة، حيث بلغ الوزن المعياري **لتأثير المناعة النفسية على الطموح** (٠,٠٦)، والوزن الانحداري غير المعياري (٠,١٢٧)، والخطأ المعياري(٠,٠٩٥)، والنسبة الحرجة(١,٣٤)، والدلالة (٠,١٨)، كما بلغ الوزن المعياري لتأثير **المناعة النفسية على التشوهات المعرفية** (٠,٢٨)، والوزن الانحداري غير المعياري (٠,٨٦٥)، والخطأ المعياري (٠,١٣٧)، والنسبة الحرجة (٦,٢٩)، بمستوى دلالة (٠٠٠)، والوزن المعياري **للطموح على التشوهات المعرفية** (٠,٣٣)، والوزن الانحداري غير المعياري (٠,٥٥٤)، والخطأ المعياري(٠,٠٧٢)، والنسبة الحرجة(٧,٥١)، بمستوى دلالة (٠٠٠)، وبلغ الوزن المعياري **لتأثير الطموح على التفكير المستقبلي** (٠,١٤)، والوزن الانحداري غير المعياري (٠,١٢٨)، الخطأ المعياري (٠,٠٤٦)، والنسبة الحرجة (٢,٨٠) بمستوى دلالة (٠,٠٥)، الوزن المعياري **للتشوهات المعرفية على التفكير المستقبلي** (٠,٩٦)، والوزن الانحداري غير المعياري (٠,٤٢٢)، الخطأ المعياري (٠,٠٢٨)، والنسبة الحرجة (١٤,٨٩) بمستوى دلالة (٠٠٠).

جدول (١٩)

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج تحليل المسار المقترح، وتفسيرها.

مؤشرات جودة المطابقة		القيمة	المدى المثالي
كا٢ Chi-Square (CMIN)		٨٢,٣	
مستوى الدلالة		٠,٠٥(دالة)	أن تكون غير دالة إحصائيا
درجات الحرية DF		١	
النسبة بين كا٢ إلى درجات حريتها		٨٢,٣	المدى المثالي في الفترة من ١ إلى ٣
مؤشر حسن المطابقة GFI		٠,٩٩	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر المطابقة المقارن CFI		٠,٩٩	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر RMSEA		٠,٠٨	كلما اقتربت من صفر كانت في المدى المثالي
مؤشر NFI		٠,٩٨	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر IFI		٠,٩٩	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر TLI		٠,٩٤	كلما اقتربت من ١ كانت في المدى المثالي
مؤشر CAIC	المشبع	٦٦,٧٥	أن تكون قيمة هذا المؤشر أقل من أو تساوي نظيرتها للنموذج المشبع
		٦٩,٩١	

يتضح من جدول (١٩) تطابق نموذج تحليل المسار مع بيانات الدراسة، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة، والتي كانت أغلبها في مداها المقبول.

نتائج الفرض الثاني ومناقشته: " توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للمناعة النفسية على الطموح، والتشوهات المعرفية "، حيث أشارت نتائج الدراسة الحالية إلي:

١- عدم وجود تأثير مباشر دال احصائيًا للمناعة النفسية على الطموح.

يتضح من جدول (١٨) أنه لا يوجد تأثير مباشر للمناعة النفسية على الطموح، حيث بلغ الوزن المعياري(٠,٠٦) ، وهو تأثير غير دال احصائيًا عند (٠,١٨). مما يشير إلي عدم تحقق هذا الفرض، وهذا يفسر أن المناعة النفسية بأبعادها، وهي التفكير الإيجابي، والتكيف، والنضج الانفعالي (إعداد الباحثة)، ومقياس الطموح(إعداد معوض عبد العظيم، في شارف خضر، ٢٠١٩)، وأبعاده التفاؤل، والقدرة على وضع الأهداف، تقبل الجديد، وتحمل الإحباط ، فنجد أن التفكير الإيجابي، والتفاؤل وجهان لعملة واحدة، وإذا كان التفكير الإيجابي لدى الفرد منخفضا كان صعبا على الفرد التكيف مع الظروف المحيطة، وقلت قدرته على وضع أهدافه، والتأقلم مع كل ما هو جديد، وبالتالي يحدث الإحباط ويقل النضج الانفعالي لدى الفرد، وهذا ما يفسر نتيجة الفرض، ولابد من الفرد أن يتكيف مع الظروف المحيطة حتى يستطيع وضع أهدافه، كما لا بد أن يكون ناضجا انفعاليا حتى يتقبل كل ما هو جديد، ويتحمل الإحباط، ومن هذا المنطلق

وجدت الباحثة أن أغلب الطلاب في مرحلة الدراسات العليا لديهم طموح، وآمال كثيرة، بالرغم من عدم وجود مناعة نفسية مرتفعة لديهم تساعدهم على رفع مستوى الطموح، فلقد وجدت الباحثة مثلا أن هناك طلاب منفصلين أسريا، والبعض منهم يعيش حالة من الضيق النفسي، ومحبطين، ومناعتهم النفسية تكاد تكون منخفضة، وبالرغم من ذلك لديهم طموح بأن ينتهوا من مرحلة الدبلوم العام، والانتقال إلى الدبلوم الخاص، والبحث عن عمل كمعلم، ورفع مستوى الطموح بتكملة الدراسات العليا وصولا إلى مرحلة الدكتوراه، فهذا طموح عالي بالرغم من انخفاض المناعة النفسية لديهم، فالطموح يساعد في تحقيق التوازن النفسي للفرد، ويجعله أكثر تركيزا في تحقيق أهدافه، ويقوي الصحة النفسية لدى الفرد، ويعمل على بناء شخصية متزنة، ومجتهدة تؤمن بقدراتها، وبتأثيرها في المجتمع، فالأشخاص الطموحين يكونون أكثر قدرة على العطاء للمجتمع، وارتفاع مستوى الطموح يساعدتهم في تحسين ظروفهم المحيطة بهم، كما يجعل الفرد معتمد على ذاته واثقا بنفسه متحمسا لتحقيق أهدافه، فهذا يدل على إنه ليس شرطا أن يكون لدى الفرد مناعة نفسية عالية حتى يكون لديه طموح، والعكس صحيح ليس شرطا للطموح العالي أن يكون هناك مناعة نفسية، فقد يولد من الفرد الذي لديه مناعة نفسية منخفضة طموحا عاليا، ويتخذ ظروفه السيئة لبنة في بناء، وتحقيق طموحه، وهذا يتفق مع نتائج دراسة (Edwin et al.,2022)، والتي تنص على وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الأكاديمي، وعدم اليقين الوظيفي عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، واتفقت أيضا نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Karakış,2021)، والتي أشارت أهم نتائجها: وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الوظيفي، والدوافع، كما أوضحت دراسة (Feroz et al.,2020) وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الأرق، والمناعة النفسية، والرفاهية النفسية.

٢- وجود تأثير موجب مباشر دال احصائيا للمناعة النفسية على التشوهات المعرفية".

يتضح من جدول (١٨) أنه يوجد تأثير موجب مباشر دال احصائيا للمناعة النفسية على التشوهات المعرفية (٠,٢٨) ، وهو تأثير دال إحصائيا عند (٠٠٠)، مما يشير إلى تحقق من صحة الفرض الثاني. وهذا يفسر أن للمناعة النفسية دورا في مقدار ما يكون لدى الفرد من تشوهات معرفية، فإذا كان الفرد مفكرا إيجابيا، و متكيفا مع البيئة المحيطة، وناضجا انفعاليا كلما اتضحت الصورة أمامه، وبدأ يدرك الأمور على حقيقتها، فلا يوجد مغالطة في تصوراته، ولا يفكر تفكيرا كارثيا، ويصبح ذات تفكير أحاديا، وليس ثنائيا، ومدرك لواقعه، ولامكانياته، وقدراته، وبذلك لا تكون طريقة تفكير سوداوية، بل تفكير معتدل، ويعلم أن هناك ما يواجهه في الحياة من تقلبات، ومشكلات يجب أن يقف صامدا حتى يستطيع حلها، ولا يفكر

بمنطق أن كل شيء سيء، أو كل شيء جيد، بل قد يستطيع أن يستخرج من الأشياء السيئة شيئا إيجابيا يكون سببا في فتح أفاق جديدة نحو مستقبله.

وإتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (Onal & Yalcın,2017) ، والتي أشارت أهم نتائجها إلي أن التشوهات المعرفية دورا في التنبؤ بالتسامح والرضا الذاتي لدى طلاب الجامعة. كما إتفقت مع نتائج دراسة (Sirin,2017)، والتي أشارت نتائجها إلي أن: أن أنماط التعلق، وأبرزها النمط التجنبي دورا في التنبؤ بالتشوهات المعرفية، كما أتفقت مع نتائج دراسة (El–Shokheby,2020): والتي أشارت نتائجها إلي أن: وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية، و والضغوط الأكاديمية، كما أوضحت دراسة (Feroz et al.,2020) وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية، والرفاهية النفسية عند مستوى دلالة (٠,٠١)، ودراسة (Essa,2020)، أشارت نتائجها في أن المناعة النفسية، واليقظة الذهنية متغيرات متنبئة بالازدهار، ودراسة (Chen,2024) وكان من ضمن النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية، و الرضا الوظيفي عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، كما أوضحت دراسة أسماء محمد(٢٠٢١) وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية الأكاديمية، والتشوهات المعرفية.

نتائج الفرض الثالث ومناقشته: **" توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائيًا للطموح علي التشوهات المعرفية، والتفكير المستقبلي ".**

وأشارت نتائج الدراسة الحالية إلى:

١- **وجود تأثير موجب مباشر دال إحصائيًا للطموح علي التشوهات المعرفية (٠,٣٣)** وهو دال إحصائيًا عند مستوى (٠٠٠) مما يشير إلى تحقق الفرض الثالث. وهذا يفسر أن الطموح هو الدافع الذي يدفعنا لنحقق أهدافنا بنجاح، ونطور أنفسنا باستمرار، والطموح هنا ليس الطموح المادي فقط، بل الطموح الأكاديمي، والاجتماعي، والثقافي، وغيرها من الطموحات، والفرد الذي لديه طموح، وأهداف في الحياة بطبيعة الحال لكي يحققها لا بد أن تتلاشى لديه التشوهات المعرفية حتى يستطيع أن يفكر تفكيرا صحيا، وسليما لأن التشوهات المعرفية ما هي إلا أنماط من التفكير الخاطئ، وردود فعل مبالغ فيها، وسلبية تنظر فقط إلى الجانب السلبي الذي يؤدي باستمرار إلى الاكتئاب، والأمراض النفسية التي تؤثر، ولا شك على مستوى طموح الفرد، فالفرد الذي لديه تشوهات معرفية سيكون لديه حتما رؤية ضبابية في رؤية أهدافه، وطموحه، وتحقيقها على قدر إمكانياته، وقدراته، وذلك لوجود خلل في

التفكير يحجبهم عن النظر في ما يستطيع فعله ليحقق ما يريد، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (Edwin et al.,2022)، والتي تنص على وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الأكاديمي، وعدم اليقين الوظيفي عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، دراسة (Karakış,2021)، والتي أشارت أهم نتائجها: وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الوظيفي، والدوافع، ونتائج دراسة (Sirin,2017)، التي أشارت نتائجها إلي أن أنماط التعلق، وأبرزها النمط التجنبي دورا في التنبؤ بالتشوهات المعرفية، كما اتفقت مع نتائج دراسة (El–Shokheby,2020): والتي أشارت نتائجها إلي أن: وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية، و والضغوط الأكاديمية.

٢- وجود تأثير موجب مباشر دال إحصائياً للطموح علي التفكير المستقبلي(٠,١٤)، وهو دال إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٥)، مما يشير إلى تحقق الفرض الثالث. وهذا يفسر ما ذكرناه في الفرض السابق بأن الطموح هو الدافع الذي يدفعنا لنحقق أهدافنا بنجاح، ونطور أنفسنا باستمرار، وطالما نتحدث عن الطموح، والنجاحات وتحقيق الأهداف فبالطبع لا بد أن يسبق ذلك ذلك مهارات كي يستطيع الفرد أن يحقق الطموحات الذي يتمناها، وهذا كله يتعلق بالتفكير المستقبلي الذي يضم مهارات مثل: مهارة التوقع، والتنبؤ، والتخطيط، واتخاذ القرار، والتصور الذهني، والتفكير بشكل استراتيجي حول التطلعات المستقبلية الإيجابية الذي يريد أن يحققها الفرد، فالقدرة على تخيل ما يحدث في المستقبل، مع الإرشاد والتوجيه الصحيح، يجد الفرد نفسه محققا لطموحاته، فالتفكير المستقبلي يساعد الفرد على التفكير بشكل أفضل، ويسعى لتطوير قدراته، وتزيد لديه المحفزات القوية نحو مستقبل أفضل، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه دراسة (Busby Grant & Wilson ,2020)، والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في أثر التصورات المستقبلية في تحسين جودة الحياة وتكافؤ الفرص لدى طلاب الجامعة، ودراسة (Asayama et al.,2024)، والتي أشارت أهم نتائجها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في أثر التفكير المستقبلي في تحقيق الأهداف التعليمية لدى طلاب الجامعة، ونتائج دراسة حسان عبد الله، عبد القادر أحمد(٢٠٢١) التي أشارت نتائجها إلي وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المرونة المعرفية وأبعادها، ومهارات التفكير المستقبلي، وأبعاده، ووجود أثرذات دلالة إحصائية المرونة المعرفية في مهارات التفكير المستقبلي أدى طلاب الجامعة، ودراسة الجوهرة ناصر

(٢٠٢٠)، حيث أظهرت نتائجها فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) على اختبار التفكير المستقبلي لصالح التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لصالح التجريبية.

نتائج الفرض الرابع ومناقشته: " **توجد تأثيرات مباشرة دالة احصائياً للتشوهات المعرفية علي التفكير المستقبلي**".

يتضح من جدول (١٧) أنه يوجد تأثير موجب مباشر دال احصائيا للتشوهات المعرفية علي التفكير المستقبلي (٠,٩٦) ، وهو تأثير دال إحصائيا عند (٠٠٠)، مما يشير إلى تحقق من صحة هذا الفرض، وهذا يفسر ما ذكرناه آنفا بأن التشوهات المعرفية اعتقادات للفرد مشوهة سواء عن نفسه، أو عن ما يدور حوله، وغالبا تكون هذه الاعتقادات غير منطقية، وتؤثر على اتخاذ قرارات سليمة حاضرا، أو مستقبلا، فالتفكير الكارثي، والنظر إلى الأمور بشكل مطلق بدون اعتبارات أن هناك أشياء إيجابية، وأخرى سلبية، والتقليل من الإيجابيات، والنظر على السلبيات فقط، والتفكير الثنائي وغيرها من التشوهات، فهذا من شأنه أن يعيق الفرد عن التفكير في المستقبل، فكيف يفكر الفرد في المستقبل، ولديه تشوهات معرفية تجعله يفكر بشكل صحيح فمهارات التوقع، التنبؤ، واتخاذ القرار، والتخطيط كلها من مهارات التفكير المستقبلي التيرتلزم أن يكون الفرد واعيا، وناضجا بما يكفي حتى يستطيع أن يصل إلى أهدافه. وهذا مما توصلت إليه هذه النتيجة مع ما أشار إليه دراسة (Busby Grant & Wilson ,2020)، والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في أثر التصورات المستقبلية في تحسين جودة الحياة وتكافؤ الفرص لدى طلاب الجامعة، ودراسة (Asayama et al.,2024)، والتي أشارت أهم نتائجها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في أثر التفكير المستقبلي في تحقيق الأهداف التعليمية لدى طلاب الجامعة، ونتائج دراسة حسان عبد الله، عبد القادر أحمد(٢٠٢١) التي أشارت نتائجها إلي وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المرونة المعرفية وأبعادها، ومهارات التفكير المستقبلي، وأبعاده، ووجود أثرذات دلالة إحصائية المرونة المعرفية في مهارات التفكير المستقبلي أدى طلاب الجامعة، دراسة (Onal & Yalcın,2017) ، والتي أشارت أهم نتائجها إلي أن التشوهات المعرفية دورا في التنبؤ بالتسامح والرضا الذاتي لدى طلاب الجامعة. كما إتفقت مع نتائج دراسة (Sirin,2017)، والتي أشارت نتائجها إلي أن: أن أنماط التعلق، وأبرزها النمط التجنبي دورا في التنبؤ

بالتشوهات المعرفية، واتفقت النتائج مع دراسة (Ozgol et al.,2022)، حيث أسفرت نتائجها بأن للتشوهات المعرفية دورا وسيطا في العلاقة بين التوقعات المستقبلية السلبية، القلق المهني، ودراسة نجوى عبد الله وآخرون(٢٠٢٣)، وكانت نتائجها وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية التفكير المستقبلي.

خلاصة نتائج الدراسة:

أولا: عدم وجود تأثير مباشر دال احصائياً للمناعة النفسية على الطموح.

ثانيا: وجود تأثير موجب مباشر دال احصائيا للمناعة النفسية على التشوهات المعرفية.

ثالثا: وجود تأثير موجب مباشر دال إحصائياً للطموح علي التشوهات المعرفية.

رابعا: وجود تأثير موجب مباشر دال إحصائياً للطموح علي التفكير المستقبلي.

خامسا: يوجد تأثير موجب مباشر دال احصائيا للتشوهات المعرفية علي التفكير المستقبلي.

التوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالمناعة النفسية للفرد بصفة عامة، والطلاب بصفة خاصة.
- الحد من التشوهات المعرفية لدى الطلاب، والعمل على تصحيح المفاهيم، والمعتقدات الخاطئة، وغير المنطقية.
- اعداد برامج تدريبية لكي تؤهل الطلاب لاستثمار مهاراتهم، وقدراتهم بما يفيدهم مستقبلا.
- تشجيع الطلاب على رفع مستوى الطموح لديهم، وخاصة في البحث العلمي.

الدراسات المقترحة:

١- فعالية برنامج قائم على المناعة النفسية لخفض التشوهات المعرفية لطلاب الدراسات العليا.

٢- أثر برنامج قائم على مهارات التفكير المستقبلي في تنمية مستوى الطموح، و وخفض التشوهات المعرفية لطلاب الدراسات العليا.

٣- الإسهام النسبي للتفكير المستقبلي في مستوى الطموح، والمناعة النفسية.

٤- فاعلية برنامج قائم على تنمية المناعة النفسية ومستوى الطموح لطلاب الدراسات العليا.

المراجع العربية:

إبراهيم محمد سعد(٢٠١٩). التفاؤل ومستوى الطموح وعلاقتهما باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلاب الدراسات العليا بالجامعة، *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية*

والنفسية، ٢٩ (١٠٤)، ١ – ٥٠.

أسماء حمزة محمد(٢٠٢١). الإسهام النسبي للتشوهات المعرفية والدعم الاجتماعي الأكاديمي المدرك والتعاطف الذاتي في التنبؤ بالمناعة النفسية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٥ (٣)، ١٨٧– ٢٩٩.

الجوهرة محمد ناصر(٢٠٢٠). فاعلية إنموذج مقترح قائم على دمج استراتيجيتي المحطات التعليمية والمحاكاة الحاسوبية في تدريس وحدة الديكور المنزلي في تنمية مهارات التفكير المستقبلي ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، *مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية*، (١١)، ٩٧– ١٣٤.

بشرى حسين علي، وجدان عناد صاحب(٢٠١٠). أساليب التفكير وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طالبات قسم رياض الأطفال كلية التربية الأساسية. *مجلة كلية التربية الأساسية*، (٦٣)، ٢٧٩– ٣٣٠.

بنيان باني القلادي(٢٠١٨). الذكاء الاجتماعي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل، *المجلة الدولية للبحث في التربية وعلم النفس*،٦ (١)، ٥٥ –٨٦.

حسام زكي علي(٢٠٢١). فاعلية الإرشاد البنائي الذاتي في تنمية المناعة نفسية لطلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، (٦٨)،١– ٥٤.

حسان علي عبد الله، عبد القادر محمد أحمد(٢٠٢١). المرونة المعرفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى عينة من طلبة جامعة نجران، مجلة جامعة الملك عبد العزيز– الآداب والعلوم الإنسانية،٢٩(٦)، ٤٧٩ –٥١٢.

رانيا خميس الجزار(٢٠١٨). المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي، مجلة البحث العلمي في التربية،١٥(١٩)، ٤٩٣ – ٥٣٥.

زينب شعبان رزق(٢٠١٧). أثر الحالة المزاجية المستحثة الموجبة والسالبة على التفكير المستقبلي "المحاكاة والتوقعات" لدى عينة من طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٧(٩٦)،١٧٧– ٢١٩.

سارة محمد سيد(٢٠٢١). علاقة المناعة النفسية بقلق المستقبل وإدارة الذات لدى طالبات الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، (٣٣)، ١٧٥- ٢٢٠.

سليمان عبد الواحد يوسف، هدى ملوح عسكر(٢٠٢١). المناعة النفسية وفق تصور عبد الوهاب كامل: دراسة عاملية عبر ثقافية، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (١٢٩)، ٤٥٩ – ٤٩٠.

سماح أبو السعود أبو الخير، محمد المرشدي المرسي، كوثر إبراهيم رزق، عبد الناصر أنيس رمضان(٢٠١١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلاب كلية التربية، مجلة القراءة والمعرفة، (١١٧)، ٥٨ –٩٧.

سميرة محمد إبراهيم، محمد السيد عبد الرحمن السيد، مني أحمد محمد(٢٠٢١). المناعة النفسية وعلاقتها بالأعراض الاكتئابية لدى عينة من طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، (٦٨)، ١- ١٦.

شارف الخضر، كنيوة مولود، (٢٠٢١). الذكاء الانفعالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دراسة ميدانية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بورقلة، [رسالة ماجستير] ، جامعة قاصدي مرباح ، الجزائر.

شرين شحاتة عبد الفتاح(٢٠٢٢). برنامج في التكنولوجيا الخضراء لتنمية التفكير المستقبلي والحس العلمي لدى طلاب كلية التربية، *مجلة كلية التربية*، ٣٨ (١)، ١ –٦٠.

عادل محمد محمود(٢٠١٥). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاتجاه نحو التعصب والعنف لدى طلاب الجامعة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*،٢٥ (٨٧)، ٢١ –٥٥.

عبير أحمد أبو الوفا(٢٠١٨). ميكانيزمات الدفاع لدى مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية من طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي ، (٥٣)، ٢٩- ٨٨.

عصام محمد زيدان(٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها، *مجلة كلية التربية*، (٥١)، ٨١١– ٨٨٢.

علا عبد الرحمن علي(٢٠١٩). فعالية برنامج تدريبي قائم على عادات العقل في تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى معلمات الروضة، *مجلة دراسات الطفولة*،٢٢ (٨٥)، ٦٣ – ٧٧.

كاظم محسن كويطع(٢٠٢٢). الدافعية العقلية وعلاقتها مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الجامعة،

ماجد محمد عيسى، محمد خليفة عبد الرحمن(٢٠٢٣). فعالية التدريس الاستراتيجي في تنمية القيم البيئية والتفكير المستقبلي لدى طالبات الخدمة الاجتماعية ، *مجلة كلية التربية*، *١٠٩*، ٣٠٣– ٣٤١.

محمود عبد المجيد رشيد (٢٠١٧). *دور الجامعات في علاج التشوهات المعرفية ونشر ثقافة الوسطية والتسامح لدى طلبتها: دراسة ميدانية*[بحث مقدم]. المؤتمر العلمي الدولي: أزمة الفهم وعلاقتها بظاهرة التطرف والعنف وزارة الأوقاف والشئون الدينية والجامعة الإسلامية بغزة – كلية أصول الدين ، غزة، فلسطين.

مراد أحمد ياس، عمر عبد الله حسين، محمد إبراهيم فيصل(٢٠١٨). علاقة استراتيجية التعلم والاستذكار بمستوى الطموح لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، *مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية*، ٤ (١٧)، ١١١ – ١٢١.

مروة خميس محمد(٢٠٢٢). التفكير المستقبلي، *مجلة وزارة التربية والتعليم، إدارة التخطيط والبحث التربوي* ٥٩ (١)، ٦٩ –٧٨.

مها علي شوقي(٢٠٢٣). مستقبل التصميم الصناعي في ضوء مهارات التفكير المستقبلي، الجمعية العربية للحضارة والفنون الإسلامية، (٢٥٦)، ٣٠٤ –٣١٤.

نجوى أحمد عبد الله، نجاة عدلي توفيق، أحمد عبد الله رشيدي (٢٠٢٣). التشوهات المعرفية وعلاقتها التفكير المستقبلي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادي الجديد، *المجلة العلمية*، (٤٦)، ١٤٠ –١٧٤.

نشوة عبد المنعم عبد الله، أسماء عبد المنعم أحمد(٢٠٢٣). تنمية مهارات التفكير الإيجابي

وأثره في تحسين المناعة النفسية وخفض التشوه المعرفي لدى طالبات الجامعة، *المجلة التربوية*، ٢ (١٠٥)، ٨٦٨ –٩٤٣.

هادي ظافر كربري(٢٠٢١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بإدمان الإنترنت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة الإرشاد النفسي، (٦٥)،٩١– ١٤٧.

هدى السيد شحاتة(٢٠٢١). التفاؤل وعلاقته بالمناعة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة، المجلة التربوية، ٩٢، ١٤٢٧– ١٤٩٥.

هدى شعبان حسن، حنان أحمد محمد(٢٠٢٣). فعالية برنامج الإرشاد بالواقع لخفض التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة، حولية كلية الآداب،١٢(١)، ١٧٣ – ٢٥٤.

هدى محمود أبو الحمد، هويدة حنفي محمود، إيمان اليماني قطب (٢٠١٨). المناعة النفسية وعلاقتها الطمأنينة الانفعالية والهوية الثقافية لدى طلاب الدبلوم المهنية بكلية التربية– جامعة الإسكندرية، [رسالة ماجستير] ، جامعة الإسكندرية، مصر

هديل أحمد إبراهيم(٢٠٢٣). فاعلية نموذج مكارثي4MAT في تنمية التفكير المستقبلي لدى طالبات الأحياء بجامعة أم القرى، *مجلة القراءة والمعرفة*، (٢٥٦)، ٣٣٧ –٣٦٥.

هناوي حسن محمد(٢٠٢٢). المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية ورضا الحياة لدى خريجي الجامعة في مدينة السليمانية، *مجلة كوردستان للدراسات الاستراتيجية* ، ٥٩، ١٢٧– ١٥١.

وفاء رشاد راوي(٢٠٢١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي بس والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة، *مجلة كلية رياض الأطفال*، (١٨)، ٣٩٢ – ٥٠٠.

ياسر عبد الله حنفي(٢٠٢٢). الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية لدى عينة طلبة كلية التربية جامعة أم القرى، *مجلة بحوث عربية في مجالات التربية النوعية*، (٢٨)، ٩٥ –١٤٦.

ترجمة المراجع العربية :

Ibrahim Muhammad Saad (2019). Optimism and the level of ambition and their relationship to strategies for coping with stress among university graduate students, *Egyptian Journal of Psychological Studies, 29* (104), 1 – 50.

Asmaa Hamza Muhammad (2021). The relative contribution of cognitive distortions, perceived academic social support, and self-compassion in predicting academic psychological resilience among university students, *Egyptian Journal of Psychological Studies*, *15*(3), 187–299.

Al-Jawhara Muhammad Nasser (2020). The effectiveness of a proposed model based on integrating the strategies of educational stations and computer simulations in teaching the home decoration unit in developing future thinking skills and the level of academic ambition among female secondary school students, *Journal of Educational Sciences and Human Studies*, (11), 97- 134.

Bushra Hussein Ali, Wijdan Enad Sahib (2010). Thinking styles and their relationship to the level of ambition among female students in the Kindergarten Department, College of Basic Education. *Journal of the College of Basic Education*, (63), 279-330.

Bunyan Bani Al-Qaladi (2018). Social intelligence and its relationship to the level of ambition among Hail University students, *International Journal of Research in Education and Psychology*, *6* (1), 55-86.

Hossam Zaki Ali (2021). The effectiveness of self-structural guidance in developing the psychological resilience of university students, *Journal of Psychological Counseling*, (68), 1-54.

Hassan Ali Abdullah, Abdul Qadir Muhammad Ahmed (2021). Cognitive flexibility and its relationship to future thinking skills among a sample of Najran University students, *King Abdulaziz University Journal - Arts and Humanities*, *29* (6), 479 -512.

Rania Khamis Al-Jazzar (2018). Psychological immunity among university students and its relationship to moral intelligence and

academic performance, *Journal of Scientific Research in Education*, *15* (19), 493-535.

Zainab Shaaban Rizk (2017). The effect of induced positive and negative moods on future thinking "simulations and expectations" among a sample of university students, *Egyptian Journal of Psychological Studies*, *27*(96), 177-219.

Sarah Muhammad Sayed (2021). The relationship of psychological immunity to future anxiety and self-management among female university students, *Egyptian Journal of Psychological Studies*, (33), 175-220.

Soliman Abdel Wahed Youssef, Hoda Mallouh Askar (2021). Psychological immunity according to Abdel Wahab Kamel's conception: a global, cross-cultural study, *Arab Studies in Education and Psychology*, (129), 459-490.

Samah Abu Al-Saud Abu Al-Khair, Muhammad Al-Murshidi Al-Morsi, Kawthar Ibrahim Rizk, Abdel Nasser Anis Ramadan (2011). Cognitive distortions and their relationship to superstitious thinking among students of the College of Education, *Journal of Reading and Knowledge*, (117), 58-97.

Samira Muhammad Ibrahim, Muhammad Al-Sayed Abdel Rahman Al-Sayed, Mona Ahmed Muhammad (2021). Psychological immunity and its relationship to depressive symptoms among a sample of university students, *Egyptian Journal of Psychological Studies*, (68), 1-16.

Sharif Al-Khader, Kanwa Mouloud, (2021). *Emotional intelligence and its relationship to the level of ambition among students of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities, a field study of students of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities in Ouargl*a, [Master's thesis], Kasdi Merbah University, Algeria.

Sherine Shehata Abdel Fattah (2022). A program in green technology to develop future thinking and scientific sense among students of the College of Education, *Journal of the College of Education*, *38* (1), 1-60.

Adel Muhammad Mahmoud (2015). Cognitive distortions and their relationship to the tendency toward fanaticism and violence among university students, *Egyptian Journal of Psychological Studies*, *25*(87), 21-55.

Abeer Ahmed Abu Al-Wafa (2018). Defense mechanisms among university students with high and low psychological immunity, *Journal of Psychological Counseling*, (53), 29-88.

Essam Mohamed Zidan (2013). Psychological immunity, its concept, dimensions, and measurement, *Journal of the College of Education*, (51), 811-882.

Ola Abdel Rahman Ali (2019). The effectiveness of a training program based on habits of mind in developing future thinking skills among kindergarten teachers, *Journal of Childhood Studies*, *22* (85), 63-77.

Kazem Mohsen Kwaita (2022). Mental motivation and its relationship to future thinking skills among university students.

Majed Muhammad Issa (2013). The effectiveness of strategic teaching in developing environmental values and future thinking among female social work students, *Journal of the College of Education*, *109*, 303- 341.

Mahmoud Abdel Majeed Rashid (2017). The role of universities in treating cognitive distortions and spreading a culture of moderation and tolerance among their students: a field study [submitted research]. International Scientific Conference: The crisis of understanding and its relationship to the phenomenon of extremism and violence, Ministry of Endowments and Religious Affairs and the Islamic University of Gaza - Faculty of Fundamentals of Religion, Gaza, Palestine

Murad Ahmed Yas, Omar Abdullah Hussein, Muhammad Ibrahim Faisal (2018). The relationship of the learning and recall strategy to the level of ambition among students of the College of Physical Education and Sports Sciences, Anbar University, *Journal of Physical and Sports Sciences*, *4*(17), 111-121.

Marwa Khamis Muhammad (2022). Future Thinking, Journal of the Ministry of Education, *Department of Educational Planning and Research 59* (1), 69-78.

Maha Ali Shawqi (2023). The future of industrial design in light of future thinking skills, Arab Society for Islamic Civilization and Arts, (256), 304-314.

Najwa Ahmed Abdullah, Najat Adly Tawfiq, Ahmed Abdullah Rashidi (2023). Cognitive distortions and their relationship to future thinking among secondary school students in New Valley Governorate, *Scientific Journal*, (46), 140-174.

Nashwa Abdel Moneim Abdullah, Asmaa Abdel Moneim Ahmed (2023). Developing positive thinking skills and its impact on improving psychological immunity and reducing cognitive distortion among female university students, *Educational Journal, 2*(105), 868-943.

Hadi Dhafer Karbari (2021). Cognitive distortions and their relationship to Internet addiction in light of some demographic variables, *Journal of Psychological Counseling*, (65), 91-147.

Hoda Al-Sayed Shehata (2021). Optimism and its relationship to psychological immunity among a sample of university students, *Educational Journal, 92*, 1427-1495.

Hoda Shaaban Hassan, Hanan Ahmed Muhammad (2023). The effectiveness of the reality counseling program to reduce cognitive distortions among university students, *College of Arts Yearbook, 12* (1), 173-254.

Hoda Mahmoud Abu Al-Hamad, Howaida Hanafi Mahmoud, Iman Al-Yamani Qutb (2018). *Psychological immunity and its relationship to emotional reassurance and cultural identity among professional diploma students at the Faculty of Education* - Alexandria University, [Master's Thesis], Alexandria University, Egypt.

Hadeel Ahmed Ibrahim (2023). The effectiveness of McCarthy's 4MAT model in developing future thinking among female biology students at Umm Al-Qura University, *Journal of Reading and Knowledge*, (256), 337-365.

Hanawi Hassan Muhammad (2022). Psychological immunity and its relationship to social support and life satisfaction among university graduates in the city of Sulaymaniyah, *Kurdistan Journal of Strategic Studies*, *59*, 127-151.

Wafa Rashad Rawi (2021). Cognitive distortions and their relationship to academic resilience and psychological well-being among female students of the College of Early Childhood Education, *Kindergarten College Journal*, (18), 392-500.

Yasser Abdullah Hanafi (2022). Psychometric properties of the cognitive distortions scale among a sample of students from the College of Education, Umm Al-Qura University, *Arab Research Journal in the Fields of Specific Education*, (28), 95-146.

المراجع الأجنبية :

Asayama, A., Nagamine, M., Kainuma, R., Tang, L., Miwa, S., & Toyama, M. (2024). The Effect of Episodic Future Thinking on Learning Intention: Focusing on English Learning Goal-Relevant Future Thinking in University Students 1, 2. *Japanese Psychological Research.*

Aydin, B. T., & Ay, I. (2023). Investigating the Relationship between Bullying Coping Strategies and Cognitive Distortions in Adolescent. *International Education Studies*, *16*(6), 10-20.

Bóna, K. (2014). *An exploration of the psychological immune system in Hungarian gymnasts* (Master's thesis).

Botha, A. (2016). Developing executive future thinking skills. In International Association for Management of Technology (IAMOT) Conference Proceedings (pp. 951-972).

Busby Grant, J., & Wilson, N. (2021). Manipulating the valence of future thought: The effect on affect. *Psychological Reports*, *124* (1), 227-239.

Edwin, M., Pulse, H., Alhiyari, N., Salvatierra, D., Martin, C., & Gaglio, R. (2022). The Impact of Academic Aspirations and Career Uncertainty on Students' College Outcomes. *Journal of College Access*, *7* (2), 30-49.

El-Shokheby, A. (2020). Investigating the Relationship between Cognitive Distortions and Academic Stress for Intermediate School Teachers before and during Work. *International Journal of Higher Education, 9* (5), 46-59.

Essa, E. (2020). Modeling the relationships among psychological immunity, mindfulness and flourishing of university students. *International Journal of Education*, *13*(1), 37-43.

Chen, Z. (2024). Primary school teachers are immune: a journey in the sea of psychological well-being, buoyancy, and engagement. *BMC psychology*, *12* (1), 86

Choochom, O., Sucaromana, U., Chavanovanich, J., & Tellegen, P. (2019). Model of self-development for enhancing psychological immunity of the elderly. *The Journal of Behavioral Science*, *14*(1), 84-96.

Feroz, S., Khalid, S., & Jaffery, M. (2020). Consequences of COVID-19 Pandemic on Sleep, Psychological Immunity, and Wellbeing; Synchronized Lifestyle Modification Program: A Journey of Hope. *Journal of Professional & Applied Psychology*, *1*(2), 86-92.

Finnemore, M., & Jurkovich, M. (2020). The politics of aspiration. *International Studies Quarterly*, *64*(4), 759-769.

Gazeley, L., & Hinton-Smith, T. (2018). The 'success' of looked after children in higher education in England: Near peer coaching,'small steps' and future thinking. *Higher Education Research & Development*, *37*(5), 952-965.

Hassan, A.(2021). A Causal Model of the Mutual Relationships Between Academic Bullying, Suicidal Thinking, and Psychological Immunity Among University Students, *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)12* (3), 4298-4309.

Helmond, P., Overbeek, G., Brugman, D., & Gibbs, J. (2015). A meta-analysis on cognitive distortions and externalizing problem behavior: Associations, moderators, and treatment effectiveness. *Criminal justice and behavior*, *42*(3), 245-262.

Jagannathan, K., Arnott, J., Wyborn, C., Klenk, N., Mach, K., Moss, R., & Sjostrom, K. (2020). Great expectations? Reconciling the aspiration, outcome, and possibility of co-production. *Current Opinion in Environmental Sustainability*, *42*, 22-29.

Jaiswal, A., Das, S., Arya, Y. K., Verma, S. K., & Singh, T. (2023). Behavioral Immune System, Psychological Immune System, and General Psychophysical Health during COVID-19 Pandemic: A Qualitative Exploration. *Mind and Society, 12*(01), 41-51.

Karakış, Ö. (2021). Relationship between professional engagement, career development aspirations and motivation towards the teaching profession of prospective teachers. *Participatory Educational Research, 8*(2), 308-329

Katayama, N., Nakagawa, A., Umeda, S., Terasawa, Y., Abe, T., Kurata, C., & Mimura, M. (2022). Cognitive behavioral therapy effects frontopolar cortex function during future thinking in major depressive disorder: A randomized clinical trial. *Journal of Affective Disorders*, *298*, 644-655.

Kaur, T., & Som, R. (2020). The predictive role of resilience in psychological immunity: A theoretical review. *Int. J. Curr. Res. Rev*, *12*, 139-143.

Kostoglou, S., & Pidgeon,joA. (2016). The cognitive distortions questionnaire: psychometric validation for an Australian population. *Australian Journal of Psychology*, *68*(2), 123-129.

Mazachowsky, T., & Mahy, C. (2020). Constructing the Children's Future Thinking Questionnaire: A reliable and valid measure of children's future-oriented cognition. *Developmental Psychology*, *56*(4), 756.

Onal, A., & Yalcın, İ. (2017). Forgiveness of others and self-forgiveness: The predictive role of cognitive distortions, empathy, and rumination. *Eurasian Journal of Educational Research, 17*(68), 97-120.

Oracion J,. & Abina, I. (2021). The Mediating Effect of Students' Attitude to Student Career Aspiration and Mathematics Achievement. *Journal of Research and Advances in Mathematics Education*, *6*(3), 158-173.

Özgöl, M., Sahin, M., & Sarikaya, I. (2022). Mediating Role of Cognitive Distortions in Negative Future Expectations That Are Affecting Occupational Anxiety. *Journal of Educational Leadership and Policy Studies*, *6*(2), n2.

Rimawi, O., & ALMasri, H. (2021). Relationship between cognitive distortions and decision-making skills among Al-Quds University students. *Humanities & Social Sciences Reviews*, *9*(1), 57-68.

Shanks, J. (2023). Relationships Between Shame, Cognitive Distortions and Positive Relationships with Others Among Young Adults, and Changes in Shame Resulting from an Intervention Focusing on Cognitive Distortions

Sheffer, C. (2019). Primed for health: Future thinking priming decreases delay discounting. *Health Behavior and Policy Review, 6* (4), 363-377**.**

Shevorykin, A., Pittman, J. C., Bickel, W. K., O'connor, R. J., Malhotra, R., Prashad, N., & Sheffer, C. E. (2019). Primed for health: Future thinking priming decreases delay discounting. *Health behavior and policy review*, 6(4), 363-377.

.Singh, G., Loomis, C., Dimakos, C., O'Malley, B. Y., Lamont, S., Pelletier, J., ... & Peters, R. (2022). It Takes Less than a Village to Influence Educational Aspirations and Attainment. *The European Educational Researcher, 5*(2), 177-199.

Sirin, H. (2017). The Predictive Power of Adult Attachment Patterns on Interpersonal Cognitive Distortions of University Students. *Educational Research and Reviews*, *12*(18), 906-914.

Snider, S., LaConte, S., & Bickel, W. (2016). Episodic future thinking: Expansion of the temporal window in individuals with alcohol dependence. *Alcoholism: clinical and experimental research*, *40*(7), 1558-1566.

Thong, C., Cotoranu, A., Down, A., Kohler, K., & Batista, C. (2021). Design innovation integrating deep technology, societal needs, radical innovation, and future thinking: a case study of the CBI A3 program. *CERN IdeaSquare Journal of Experimental Innovation*, *5*(1), 32-39.

Vargay, A., Józsa, E., Pájer, A., & Bányai, É. (2019). The characteristics and changes of psychological immune competence of breast cancer patients receiving hypnosis, music or special attention. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 20*(2), 139-158.

Whiteman, S., Kramer, L., Petri, J., & Weathers, F. (2019). Trauma type and suicidal ideation: The mediating effect of cognitive distortions. *Traumatology, 25*(4), 262.

The mediating role of both ambition and cognitive distortions in the relationship between psychological immunity and future thinking for students Faculty of Graduate Studies for Education at Cairo University.

By

DR/Hebaallah Farouk Ahmed Hussein
Lecturer of Educational Psychology
Department of Educational Psychology
Faculty of Graduate Studies for Education- Cairo University

Abstract:

The current study aimed to verify the conformity of the proposed model of causal relationships between psychological immunity (independent variable), aspiration, cognitive distortions (as mediating variables), and future thinking (dependent variable) among a sample of graduate students at the Graduate School of Education - Cairo University. The study included (400) male and female students, with an average age of (29.57) with a standard deviation of (5.70), and the number of males reached (150), representing (37%) of the sample size, and the number of females reached (250), representing (63%) of the sample size. The researcher uses the following tools: the Psychological Immunity Scale, prepared by the researcher, the aspiration Scale, prepared by Moawad Abdel Azim, the Cognitive Distortions Scale, prepared by (Shanks., 2023), translated by the researcher, and the Future Thinking Scale, prepared by (Kazem Kwaita, 2022). The results of the study reached: There is a good fit with the proposed model and the study sample data, The researcher used the statistical method, structural equation modeling, path analysis, and Amos v.22 program, there is no direct, statistically significant effect of psychological immunity on aspiration at a significance level of (0.18), and there is a direct positive, statistically significant effect of psychological immunity on cognitive distortions at a significance level of (000), There is a direct positive, statistically significant effect of aspiration, On cognitive distortions at a significance level of (000), and there is a direct, statistically significant positive effect of aspiration on future thinking at a significance level of (0.05), There is a direct, statistically significant positive effect of cognitive distortions on future thinking at a significance level of (000), and the results were discussed in In light of previous studies, and the theoretical framework of the study

Keywords: Psychological immunity, Aspiration, Cognitive distortions, Future thinking.