



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا

ISSN (Print):- 1110-1237

ISSN (Online):- 2735-3761

<https://mkmgmt.journals.ekb.eg>

المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥



التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى نزيلات
المؤسسات الإصلاحية بمنطقة الرياض فى ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

إعداد

د/ ولاء بدوي محمد بدوي

أستاذ مشارك بقسم علم النفس الاكلينيكي

جامعة الملك خالد - جامعة المنوفية

Wlaabadawy320@yahoo.com

أ/ سارة غالب محسن الكثيري

طالبة دكتوراة بقسم علم النفس

كلية التربية - بجامعة الملك خالد

uniquesara@hotmail.com

المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥ م

المستخلص:

هدف البحث إلى الكشف عن العلاقة بين التشوّهات المعرفية ومعنى الحياة في ضوء استراتيجيات التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض، والتوصل لأفضل نموذج بنائي يفسر مسار العلاقات التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين التشوّهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض. اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي تحقيقاً لأهداف البحث، وتكونت عينة البحث من (٣٦٧) نزيلة من نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض، بتوسط عمر بلغ (٣٥.١٧) سنة، وانحراف معياري (٧.٥١)، حيث تم اختيارهن بالطريقة القصدية. استخدمت الباحثة مقياس التشوّهات المعرفية إعداد (Roberts, 2015) وقننه للبيئة العربية الخشان والمومني (٢٠٢٤)، ومقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي إعداد (Garnefski & Kraaij, 2007) وقننه للبيئة العربية عفانة (٢٠١٩)، ومقياس معنى الحياة إعداد الأبيض (٢٠١٠). أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التشوّهات المعرفية والتنظيم الانفعالي، وبين التشوّهات المعرفية ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة قوية ودالة إحصائياً بين التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في درجات التشوّهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغيرات مدة السجن والعمر والحالة الاجتماعية. وأظهرت النتائج وجود تأثير مباشر دال إحصائياً للتشوّهات المعرفية على معنى الحياة، ووجود تأثير مباشر دال إحصائياً للتشوّهات المعرفية على التنظيم الانفعالي، ووجود تأثير مباشر دال إحصائياً للتشوّهات المعرفية على معنى الحياة، كذلك وجود تأثير غير مباشر دال إحصائياً للتشوّهات المعرفية على معنى الحياة عبر الوساطة الجزئية للتنظيم الانفعالي، ووجود تأثير غير مباشر دال إحصائياً للتنظيم الانفعالي على التشوّهات المعرفية عبر تعزيز معنى الحياة، مما يكشف عن علاقة تبادلية بين تحسين معنى الحياة وتقليل التشوّهات المعرفية.

الكلمات المفتاحية: التشوّهات المعرفية- استراتيجيات التنظيم الانفعالي- معنى الحياة- نزيلات المؤسسات الإصلاحية.

Emotional regulation as a mediating variable between cognitive distortions and the meaning of life among female inmates of correctional institutions in the Riyadh region in light of some demographic variables

Abstract

The research aimed to reveal the relationship between cognitive distortions and the meaning of life in light of emotional regulation strategies as an intervening variable among female residents of residential institutions in the Riyadh region, and to arrive at the best structural model that explains the path of the direct and indirect effects of cognitive distortions, emotional regulation strategies, and the meaning of life among female residents of residential institutions in the Riyadh region. The researcher relied on the descriptive approach to achieve the research objectives. The research sample consisted of (367) female residents of residential institutions in the Riyadh region, with an average age of (35.17) years, and a standard deviation of (7.51), as they were selected intentionally. The researcher used the Cognitive Distortions Scale prepared by (Roberts, 2015) and standardized for the Arab environment by Al-Khashan and Al-Momani (2024), the Emotional Regulation Strategies Scale prepared by (Garnefski & Kraaij, 2007) and standardized for the Arab environment by Afana (2019), and the Meaning of Life Scale prepared by Al-Abyad (2010). The results showed a statistically significant negative correlation between cognitive distortions and emotional regulation, and between cognitive distortions and meaning of life among female inmates of residential institutions. There was also a strong and statistically significant positive correlation between emotional regulation and meaning of life. There were no statistically significant differences ($\alpha \leq 0.05$) in the scores of cognitive distortions and emotional regulation among female inmates of residential institutions according to the variables of length of imprisonment, age, and marital status. The results showed a statistically significant direct effect of cognitive distortions on meaning of life, a statistically

significant direct effect of cognitive distortions on emotional regulation, a statistically significant direct effect of emotional regulation on meaning of life, a statistically significant indirect effect of cognitive distortions on meaning of life through the partial mediation of emotional regulation, and a statistically significant indirect effect of emotional regulation on cognitive distortions through enhancing meaning of life, revealing a reciprocal relationship between improving meaning of life and reducing cognitive distortions.

Keywords: *Cognitive distortions, emotional regulation strategies, meaning of life, female inmates.*

أولاً: مقدمة البحث:

يمر الإنسان، ذكراً كان أو أنثى، بمحطات حياتية قد تكون قاسية إلى حدٍ تدفعه أحياناً إلى ارتكاب سلوكيات مخالفة للقانون، تقضي به إلى السجن لفترات تطول أو تقصر. وتُعد تجربة السجن من التجارب النفسية والاجتماعية العميقة الأثر في حياة الفرد، إذ تُحدث تغييرات جوهرية في شخصيته وفي نظرته إلى ذاته والعالم من حوله. ويزداد هذا الأثر عمقاً حين يتعلق الأمر بالمرأة في مجتمع محافظ كالبيئة السعودية، حيث تتقاطع الضغوط النفسية والاجتماعية مع وصمة العار المرتبطة بالسجن، ما يجعل التكيف مع الحياة داخل السجن وخارجه تحدياً نفسياً واجتماعياً معقداً.

تشير الدراسات إلى أن تجربة السجن تترك آثاراً نفسية متفاوتة بين الأفراد، فبينما قد تمر التجربة دون أثر لدى البعض، تعاني العديد من النزيلات من اضطرابات انفعالية ومعرفية طويلة المدى، نتيجة العزلة الاجتماعية، وفقدان الحرية، وضيق الخصوصية، والوصم المجتمعي، وهي سمات أساسية لبيئة السجن التي تُحدث تحولات في البنية النفسية والمعرفية للنزيلات (عبدالمولى، ٢٠٢٣). وقد أوضح القحطاني (٢٠١٩) أن النزلاء يتعرضون لصدمات نفسية شديدة، وتظهر عليهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، إلى جانب اضطرابات نفسية أخرى تتفاقم بفعل الاكتظاظ والعنف داخل المؤسسات الإصلاحية.

وفي السياق ذاته، أشار تقرير المنظمة الدولية للإصلاح الجنائي (٢٠١٨) إلى أن معدلات الاضطرابات النفسية بين النزلاء مرتفعة بصورة لافتة مقارنة بغيرهم، وأن النزيلات بوجه خاص أكثر عرضة للاضطرابات النفسية المعقدة المرتبطة بصدمات سابقة، كالعنف أو الاعتداء، مما ينعكس على إحساسهن بمعنى الحياة وهدفها.

تُعد التشوهات المعرفية cognitive distortions من أبرز المظاهر النفسية المرتبطة بالضغوط والصدمات، إذ تمثل أنماطاً غير منطقية أو سلبية في التفكير تؤدي إلى تفسيرات مشوهة للواقع، وتؤثر في الانفعالات والسلوكيات (Wolfe et al., 2024; Kuijper, 2023). ويرى بيك أن هذه التشوهات تقوم على افتراضات خاطئة يتبنّاها

الفرد، فتقوده إلى التعميم المفرط، وتوقع الأسوأ، والتركيز على جوانب الضعف وتجاهل مكامن القوة (الطراونة، ٢٠٢٣). وتبدو هذه الأنماط واضحة لدى النزليات اللواتي يعشن في بيئة مليئة بالضغوط النفسية والاجتماعية، مما يرفع من احتمالية اختلال توازنهن المعرفي والانفعالي (الهنائية وآخرين، ٢٠٢٤).

ومن جهة أخرى، يعد التنظيم الانفعالي من المهارات الأساسية التي تمكن الإنسان من التعامل مع مشاعره وضبط استجاباته الانفعالية في المواقف الصعبة. فهو يعكس قدرة الفرد على تعديل مشاعره السلبية وتبني استراتيجيات تساعد على التكيف وتحقيق التوازن النفسي (Di Giuseppe et al., 2022; رسلان وشعيب، ٢٠٢١). وتبرز أهمية التنظيم الانفعالي لدى النزليات، إذ يُسهم في تخفيف حدة التوتر والقلق وتحويل المشاعر السلبية إلى طاقة إيجابية تُمكنهن من التعايش داخل السجن، وإيجاد معنى لحياتهن رغم الظروف (العبهول، ٢٠٢٤. lwakabe et al., 2023):

أما معنى الحياة، فهو من المفاهيم الجوهرية التي تناولها "فيكتور فرانكل" Viktor Frankl في نظريته حول العلاج بالمعنى، مؤكداً أن الإنسان كائن يبحث عن غاية وهدف يسمو به فوق معاناته، وأن فقدان هذا المعنى يؤدي إلى شعور بالفراغ واليأس (الجهني، ٢٠١٤). ويرى فرانكل أن لكل إنسان مهمة فريدة في الحياة لا يمكن لغيره أن يؤديها، وأن إدراك هذه المهمة يمنحه القدرة على تجاوز الأزمات وإعادة بناء ذاته (Wong, 2014; Sadri Damirchi et al., 2020).

انطلاقاً من ذلك، تبرز أهمية دراسة العلاقات البنائية بين التشوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى نزليات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض، لفهم الآليات النفسية التي تحكم تفاعل هذه المتغيرات، واستكشاف الدور الذي يمكن أن تلعبه استراتيجيات التنظيم الانفعالي في التخفيف من آثار التشوهات المعرفية وتعزيز الإحساس بمعنى الحياة. يمثل هذا البحث محاولة لفهم التجربة الإنسانية للنزليات من منظور علمي وإنساني، يسعى فيما بعد إلى المساهمة في دعم برامج التأهيل النفسي والاجتماعي داخل المؤسسات الإصلاحية.

ثانيًا: مشكلة البحث:

يُعد السجن تجربة إنسانية بالغة التأثير في حياة الفرد، إذ يترك بصماته العميقة على الجوانب النفسية والاجتماعية والمعرفية للسجين، لاسيما المرأة. فحكم السجن له تأثير كبير على السجينة، إذ تشير هذه العقوبة العديد من الجوانب والآثار التي ينبغي الاهتمام بها ودراستها بعمق، خاصة في ظل ارتفاع معدلات الجرائم بشكل عام، وجرائم النساء بشكل خاص (شحادة، ٢٠٢٣). ولا شك أن وقوع المرأة في الانحراف والجريمة، وما يترتب عليه من عقوبة السجن، يمثل صدمة اجتماعية ونفسية كبيرة، لما يتعارض فيه هذا الوضع مع قيم المجتمع ومكانة المرأة بوصفها أمًا ومربية وقُدوة، وعنصرًا أساسيًا في بناء الأسرة وتربية الأبناء.

من هذا المنطلق، تبرز الحاجة الملحة إلى إجراء دراسات علمية متعمقة تتناول التأثيرات النفسية للسجن على النزيلات، خصوصًا في ظل ندرة الأبحاث الميدانية التي عالجت هذه القضية في البيئة السعودية. وفي هذا السياق، يسعى البحث الحالي إلى دراسة الآثار المترتبة على دخول المرأة السجن، والمتعلقة بثلاثة متغيرات نفسية جوهرية، هي: **التشوهات المعرفية، واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، ومعنى الحياة**، لما تمثله من محاور أساسية لفهم التكيف النفسي وجودة الحياة لدى السجينات.

وقد توصلت الدراسات السابقة التي تناولت **التشوهات المعرفية** لدى النزلاء والنزيلات إلى نتائج متعددة؛ حيث أظهرت دراسة غاري وآخرون (Garay et al., 2022) أن اضطرابات الشخصية تؤثر بنسبة ١٠٠% على التشوهات المعرفية لدى نزلاء مراكز الإصلاح، وأن هذه التشوهات تتسم بتغيرات نفسية متكررة، مثل ضعف السيطرة على الغضب وصعوبة التعبير عن العواطف والعجز في مهارات الاتصال وحل المشكلات وتدني احترام الذات. كما بينت دراسة شبير (٢٠١٨) أن مستوى التشوهات المعرفية لدى النزلاء في قطاع غزة كان متوسطًا، وأن ارتفاع أساليب التنشئة الاجتماعية السلبية يؤدي إلى زيادة التشوهات المعرفية. وأكدت دراسة السنيدي (٢٠١٣) وجود علاقة طردية بين

التشوهات المعرفية والانبساط والانطواء لدى نزلاء مراكز التأهيل النفسي من متعاطي المخدرات والمتعافين منه.

وفي السياق ذاته، أظهرت دراسة فريستاد وآخرين (Friestad et al., 2023) أدلة علمية تدعم انتشار التشوهات المعرفية والاضطرابات النفسية بين السجناء المحكوم عليهم. كما وجدت دراسة الهنائية والصوافية وجمعة (٢٠٢٤) أن درجة انتشار المخططات المعرفية اللاتوافقية المبكرة النشطة كانت متوسطة في جميع أبعاد المقياس، بينما توصلت دراسة العصار (٢٠٢٤) إلى أن التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة كانت بمستوى متوسط، مع ارتباط إيجابي بينها وبين أساليب التنشئة الاجتماعية السلبية. أما فيما يخص استراتيجيات التنظيم الانفعالي، فقد تناولتها عدة دراسات بينت تنوعها وتأثيرها في الصحة النفسية للنزلاء. فقد أشارت دراسة لاوس (Laws, 2018) إلى أن أماكن المؤسسات الإصلاحية تتسم ببيئة عاطفية فقيرة يغلب عليها القلق والخوف. وأوضحت دراسة الجبيلي (٢٠٢٠) وجود علاقة موجبة بين صعوبات التنظيم الانفعالي والتفكير الانتحاري. وأظهرت دراسة رحمان وآخرين (Rahmah et al., 2022) أن التنظيم الانفعالي يساهم في رفع مستوى المرونة النفسية لدى السجناء، في حين أكدت دراسة بوديكا-زيخ وآخرين (Bodecka-Zych, 2021) الدور المحوري للعوامل الانفعالية والاجتماعية في تشكيل الاستجابات الانفعالية والميل للسلوك العنيف، مما يستدعي تصميم برامج تأهيلية تراعي الفروق بين الجنسين. كما توصلت دراسة سوكماساري وسويتكنو (Sukmasari & Soetikno, 2024) إلى أن تحسين التنظيم الانفعالي يساهم في تعزيز التسامح ودعم التأهيل النفسي، وأن السجناء يواجهون تحديات نفسية ناتجة عن العزلة وفقدان الأدوار الأسرية، مما ينعكس سلباً على قدرتهم على تنظيم انفعالاتهم.

وأشارت دراسات أخرى مثل دراسة والش وآخرين (Walsh et al., 2011) إلى أن النساء اللواتي تعرضن لصدمات متعددة أظهرن صعوبات أكبر في التنظيم الانفعالي، بينما أظهرت دراسة كاراتزياس وآخرين (Karatzias et al., 2018) أن التعرض

المتكرر للصدمات يسهم في اضطراب التنظيم الانفعالي وزيادة احتمالية السلوك الإجرامي. وأكدت دراسة حسين (Hussain, 2022) أن ارتفاع الدعم الاجتماعي يرتبط باستخدام استراتيجيات تنظيمية تكيفية مثل إعادة التقييم الإيجابي، في حين أن انخفاضه يرتبط باستراتيجيات سلبية مثل اللوم الذاتي والتهويل.

أما الدراسات التي تناولت معنى الحياة لدى النزلاء والنزيلات، فقد كشفت عن تفاوت كبير في إدراك السجينات للمعنى والغاية من حياتهن. إذ توصلت دراسة فانهورين وآخرين (Vanhooren et al., 2016) إلى وجود تباين في مستوى معنى الحياة بين النزلاء، حيث أظهر ذوو المعنى المرتفع مستويات أقل من اليأس وأكثر إيجابية وتقديرًا للذات. وأكدت دراسة فانهورين وآخرين (٢٠١٧) أن فقدان المعنى يعد متنبئًا قويًا للضيق النفسي، فيما بينت دراسة تاليك وسكورونسكي (Talík & Skowronski, 2018) أن الشعور المرتفع بمعنى الحياة يرتبط باستخدام استراتيجيات دينية إيجابية. وأشارت دراسات أخرى مثل دراسة جانغ وآخرين (Jiang et al., 2022) وتاجليانيتي (Taglianetti, 2022) إلى أن السجناء الذين وجدوا غاية ومعنى لحياتهم داخل السجن أظهروا تكيفًا نفسيًا أكبر وقدرة أعلى على الصمود. كما أوضحت دراسة البلوي وحمد (٢٠٢٢) وجود علاقة طردية بين الصلابة النفسية ومعنى الحياة، فيما توصلت دراسة تشوكيميا سيفيلا وروتشا (Chuquimia Sivila & Rocha, 2024) إلى أن غالبية السجينات يُظهرن معنى حياة مستقرًا وسعيًا نحو الاستقلال النفسي رغم قيود السجن.

وبناءً على ما سبق، يسعى البحث الحالي إلى دراسة العلاقات والتأثيرات المتداخلة بين المتغيرات الثلاثة (التشوهات المعرفية، والتنظيم الانفعالي، ومعنى الحياة) (من خلال تنظيمها في نموذج بنائي يوضح العلاقات المتبادلة بينها لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض. فقد بينت الأدلة أن التشوهات المعرفية تؤثر على التنظيم الانفعالي عبر زيادة المشاعر السلبية وصعوبة التحكم بالانفعالات (Deperrois & Combailbert, 2022; Thurm et al., 2023) في حين يساعد التنظيم الانفعالي في تصحيح التشوهات المعرفية من خلال تعزيز التفكير العقلاني والمرونة النفسية

(Webb, 2019; Dastbaz et al., 2024; Hejazi et al., 2016) وتشير دراسات أخرى (Webb, 2019; رسلان وشعيب، ٢٠٢١) إلى أن التفكير المشوه يرتبط بضعف التنظيم الانفعالي وزيادة الاضطرابات النفسية، مما يبرز الحاجة إلى تدخلات تستهدف إعادة البناء المعرفي وتنمية التنظيم الانفعالي.

وأظهرت الدراسات (Sadri Damirchi et al., 2020; Shafiee et al., 2022; Cunha et al., 2016) أن التثوهات المعرفية تسهم في خفض الرضا عن الحياة وزيادة القلق والاكتئاب، بينما يسهم الشعور بالمعنى والهدف في تعزيز التفكير الإيجابي والمرونة النفسية ومواجهة الضغوط.

وقد تنوعت الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث الحالي لدى عينات أخرى، وما توصلت إليه هذه الدراسات من وجود علاقات ارتباطية بين متغيرات البحث الحالي مثل وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة، ووجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين تنظيم الانفعالات والتثوهات المعرفية (رسلان وشعيب، ٢٠٢١)، ووجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين التثوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي (حسن والزحيلي، ٢٠٢١)، ووجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين التثوهات المعرفية ومعنى الحياة (أحمد، ٢٠٢٠). فإن ذلك يدعم إجراء البحث الحالي لتناول النمذجة البنائية للعلاقات بين هذه المتغيرات لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية.

ومن خلال استعراض الباحثة للأدبيات ذات الصلة، يتضح وجود علاقات دالة بين التثوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي، وبين التثوهات المعرفية ومعنى الحياة، وكذلك بين التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة. ومع ذلك، تظل الدراسات الميدانية التي تناولت هذه المتغيرات في البيئة السعودية محدودة، كما تفتقر الأدبيات إلى نماذج بنائية تكاملية تجمع هذه المتغيرات الثلاثة في إطار واحد.

ومما سبق تتحدد مشكلة البحث الحالي في وجود فجوة بحثية واضحة تتمثل في: قلة الدراسات الميدانية على النزيلات السعوديات اللاتي يمثلن فئة حساسة تحتاج إلى دراسة نفسية متعمقة. وغياب الدراسات التي تربط بين التثوهات المعرفية، والتنظيم الانفعالي،

ومعنى الحياة ضمن نموذج بنائي موحد. ومن هنا، يسعى هذا البحث إلى سد هذه الفجوة من خلال بناء نموذج بنائي يوضح طبيعة العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين التشوهات المعرفية، واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض، بهدف فهم أعمق للآليات النفسية التي تحكم تكيفهن النفسي والاجتماعي، وتقديم رؤى علمية يمكن أن تسهم في تطوير برامج الدعم النفسي والتأهيل داخل المؤسسات الإصلاحية.

١-٣ أسئلة البحث:

يحاول البحث الحالي الإجابة عن التساؤلات الآتية:

١. ما العلاقة التشوهات المعرفية ومعنى الحياة والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية؟
٢. ما العلاقة بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة في ضوء استراتيجيات التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض؟
٣. هل توجد فروق في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية: (مدة السجن، الحالة الاجتماعية، العمر، المستوى الدراسي).

ثالثاً: أهداف البحث:

يحاول البحث الحالي تحقيق الهدف التالية:

١. الكشف عن العلاقة التشوهات المعرفية ومعنى الحياة والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية.
٢. الكشف عن العلاقة بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة في ضوء استراتيجيات التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض.

٣. تحديد دلالة الفروق في درجات التثوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي تبعًا لبعض المتغيرات الديموغرافية: (مدة السجن، الحالة الاجتماعية، العمر، المستوى الدراسي).

رابعًا: أهمية البحث:

- يسعى البحث إلى سد فجوة بحثية واضحة تمثلت في غياب الدراسات العربية، والسعودية خصوصًا، التي تربط بين التثوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي ومعنى الحياة في بيئة المؤسسات الإصلاحية، رغم ما تشير إليه الأدبيات الأجنبية من أهمية هذه المتغيرات في تفسير التكيف النفسي وإعادة البناء المعرفي بعد الصدمة.
- يعد هذا البحث من الدراسات القليلة التي تناولت النزيلات في المؤسسات الإصلاحية السعودية، وتحديدًا في منطقة الرياض، في ضوء متغيرات نفسية عميقة مثل التثوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة، وهي متغيرات لم تُدرس من قبل ضمن نموذج واحد متكامل في البيئة المحلية.
- غياب التحليل المتكامل بين التثوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي ومعنى الحياة في نموذج تفسيري موحد؛ إذ ركزت معظم الدراسات على أحد المتغيرات دون دمجها في إطار بنائي شامل.
- تسهم النتائج في معرفة مستويات التثوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في السعودية، مما يساعد المعنيين في تخطيط وتنفيذ البرامج المناسبة للتعامل مع المستويات المرتفعة من التثوهات المعرفية، والمستويات المنخفضة من استراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة.
- قد يستفيد من نتائج هذا البحث القائمون على سجون النساء في المملكة العربية السعودية، كذلك مراكز الإصلاح والتأهيل في لفت انتباههم إلى ضرورة زيادة الاهتمام في هذه الفئة وتقديم مزيد من الرعاية لها.
- فتح آفاق بحثية جديدة أمام الباحثين، مما يمكنهم من تناول هذه المتغيرات بالبحث والتحليل من جوانب آخر أو باستخدام منهجية أخرى.

- فهم العلاقة بين هذه المتغيرات يمكن أن يساهم في إعادة دمج السجينات اجتماعياً بعد الإفراج، من خلال تعزيز معنى الحياة وتنمية مهارات التنظيم الانفعالي.
- قد تساعد نتائج البحث المؤسسات الإصلاحية والمؤسسات الإصلاحية في تصميم برامج تدخلية لتعزيز الصحة النفسية للسجينات، وتقليل السلوكيات الانفعالية السلبية.

خامساً: المفاهيم الإجرائية لمتغيرات البحث:

تضمن البحث المفاهيم التالية:

١. نزيلات المؤسسات الإصلاحية **prison inmates**:

نزيل المؤسسات الإصلاحية هو الشخص الذي يُحجز أو يُودع في مؤسسة عقابية أو إصلاحية بناءً على أحكام قضائية، حيث يتم فرض قيود على حريته لفترة زمنية محددة أو غير محددة" (American Sociological Association, 2015).

٢. التنظيم الانفعالي **Emotional Regulation**:

يعرف (Garnefski & Kraaij) في عفانة (٢٠١٩) استراتيجيات التنظيم الانفعالي بأنها: الطرق أو الأساليب المعرفية التي يستخدمها الأفراد بعد تعرضهم لمواقف أو أحداث سلبية من أجل تنظيم مشاعرهم وانفعالاتهم المرتبطة بتلك الأحداث. ويعرف التنظيم الانفعالي إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها النزيلات على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعتمد في البحث الحالي والمعد من قبل (Garnefski & Kraaij, 2007) وتقنين عفانة (٢٠١٩) للبيئة العربية والمعتمد.

٣. التشوهات المعرفية **Cognitive Distortions**:

يعرف روبرتس (Roberts) التشوهات المعرفية في الخشان والمومني (٢٠٢٤) بأنها "طرق متنوعة يعدّل بها الأفراد تجاربهم، مما يؤدي إلى تكوين تصورات ذاتية غير وظيفية، حيث أن هذه التشوهات هي منتجات معرفية ناتجة عن عمليات معالجة معلومات غير دقيقة تقوم على أنماط أو مرشحات معرفية سلبية، وهي ترتبط بأسلوب تفكير مضطرب يؤدي إلى تفسير منحرف للواقع".

وتعرف التشوهات المعرفية إجرائيا بالدرجة التي تحصل عليها النزيلات على مقياس التشوهات المعرفية إعداد روبرتس (Roberts, 2015)، وتقنين الخشان والمومني (٢٠٢٤) للبيئة العربية والمعتمد في البحث الحالي.

٤. معنى الحياة :Meaning of Life

يشير مفهوم معنى الحياة إلى النظام المعرفي الذي يكونه الفرد عن خبراته الشخصية التي مرت بحياته، حيث يشتمل نظام المعرفي على ثلاثة مكونات (معرفي، ودافعي، وجداني) (الأبيض، ٢٠١٠).

وتعرف معنى الحياة إجرائيا بالدرجة التي تحصل عليها النزيلات على مقياس معنى الحياة إعداد الأبيض (٢٠١٠) المعتمد في البحث الحالي.

سادساً: حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: انحصر البحث في دراسة العلاقات البنائية بين التشوهات المعرفية، استراتيجيات التنظيم الانفعالي، ومعنى الحياة".
- الحدود البشرية: نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض.
- الحدود الزمانية: تم التطبيق خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٤٤٦هـ.

الحدود المكانية: المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض وتتضمن صلاحية الرياض بالحائر بالرياض، ومديرية سجون منطقة الرياض التي يتبعها عدة وحدات/أقسام.

سابعاً: الإطار النظري:

البعد الأول: التشوهات المعرفية لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية:

التشوهات المعرفية هي أنماط غير عقلانية أو متحيزة من التفكير تؤدي إلى تفسيرات خاطئة للواقع، مما يؤثر سلباً على الشعور بالرفاهية النفسية والسلوكيات اليومية. ويعد مفهوم التشوهات المعرفية محوراً أساسياً في العلاج المعرفي السلوكي Cognitive Behavioral Therapy (CBT)، الذي وضعه آرون بيك في السبعينات من القرن

الماضي. وتشير هذه التشوهات إلى طريقة معالجة الأفراد للمعلومات بشكل غير دقيق، مما يدفعهم إلى إدراك مواقف الحياة بشكل مشوه يساهم في ظهور الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب، القلق، والضغط النفسية (Leclère et al., 2023).

وتعد التشوهات المعرفية Cognitive Distortions أنماط من التفكير غير العقلاني تؤدي إلى تفسير خاطئ أو مشوه للواقع، مما يؤثر سلبًا على المشاعر والسلوك، وقد قدم العديد من الباحثين تعريفات مختلفة لمفهوم التشوهات المعرفية، ومن أبرز هذه التعريفات للتشوهات المعرفية التعريف الأول من العمل الأصلي لبك (Beck, 1963, p325)، الذي عرّف التشوهات المعرفية بأنها: "وجود مفاهيم مشوهة وغير واقعية للفكر لدى الفرد".

وقدم بيك Beck سنة (١٩٧٦) مفهوم آخر لمصطلح التشوهات المعرفية في نظريته المعرفية التي تظهر أن هناك علاقة خطية بين التشويه المعرفي والاكتئاب، حيث سلط بيك Beck الضوء أيضًا على أن الأشخاص المصابين بالتشويه المعرفي لديهم رؤية مشوهة للأشياء والأشخاص والحياة (Yazdany & Ara, 2024). حيث عرف التشوهات المعرفية بأنها: "هي تفسيرات غير واقعية أو غير مرنة أو متطرفة للمعلومات ناجمة عن أخطاء منهجية في منطق الفرد، حيث أكد التشوهات المعرفية أن غالبًا ما تكون دليلاً على تحيز سلبي وتديم المعتقدات السلبية حول الذات فيما يتعلق بالعالم" (Beck, 1976, p 16).

ومن التعريفات الأكثر شيوعًا للتشوهات المعرفية تعريف (Clark et al., 1999, p31) الذي عرفها بأنها: "خطأ في تفكير الفرد ناتج عن معالجة معلومات متحيزة أو غير صحيحة". وهو يتشابه مع تعريف (Alloy & Abramson, 1988, p228) الذي عرف التشويه المعرفي بأنه: "حكم يتعارض مع بعض المقاييس المقبولة عمومًا للواقع الموضوعي".

ووفقًا (Liau et al., 1998, p 337) فإن التشوهات المعرفية هي: "مواقف أو أفكار أو معتقدات عقلانية تتعلق بسلوك الفرد أو سلوك الآخرين الاجتماعي". وهو يتلقى

مع تعريف (Blumenthal et al., 1999, p132) للتشوهات المعرفية بأنها: "المواقف والمعتقدات التي يستخدمها الجناة لإنكار التقليل من شأن سلوكهم وتبريره".

يتضح للباحثة من خلال مراجعة العريفات السابقة أن التشوهات المعرفية هي أخطاء منهجية في التفكير، تجعل الفرد يدرك الواقع بشكل مشوه، وأن التشوهات المعرفية هي أنماط تفكير غير عقلانية تؤدي إلى تفسير خاطئ للواقع، مما يؤثر سلبًا على المشاعر والسلوك، وتصحيح هذه التشوهات يمكن أن يعزز الصحة النفسية ويساعد الأفراد في العيش بوعي ومرونة معرفية أكبر.

والتشوهات المعرفية هي نمط من التفكير السلبي الذي يؤدي إلى تفسير غير دقيق للواقع، وهي تؤثر بشكل كبير على الصحة النفسية للفرد. هذه التشوهات ليست فقط أفكارًا غير دقيقة بل قد تصبح قناعات ثابتة تؤدي إلى سلوكيات غير صحية وعواطف سلبية، حيث تتميز التشوهات المعرفية بخصائص التالية (الزهراني، ٢٠٢٤؛ شندوخ ومزعل، ٢٠١٩؛ كيري ومذكور، ٢٠٢١)؛ Bruno, 2010; Friedman, 2023; (Sindhushri, 2024):

- التفكير الثنائي (التفكير الأسود/الأبيض) **Overgeneralization**: يتسم هذا النوع من التفكير بتقسيم الأمور إلى طرفين متطرفين، مثل "كل شيء أو لا شيء"، "أنا ناجح أو فاشل"، دون الاعتراف بالفروق أو التدرج بين الجوانب المختلفة للأمور، وهذا يؤدي إلى تقييم ذاتي قاسي أو رؤية مبالغ فيها للأحداث.
- التعميم المفرط **Overgeneralization**: يقوم الشخص بتعميم تجربة سلبية واحدة ليشمل كافة جوانب الحياة. مثلاً، إذا فشل الشخص في مشروع ما، يعتقد أنه سيفشل في كل شيء آخر في حياته. وهذا يؤدي إلى تنمية مشاعر اليأس والإحباط.
- التقليل من الإيجابيات **Downplaying the Positive**: يتجاهل الفرد الإنجازات أو الأمور الإيجابية في حياته ويقلل من قيمتها. مثلاً، إذا تلقت

مديحًا على عملك، قد تقول لنفسك: "هذا ليس مهمًا، أي شخص يمكنه فعل ذلك". وهذا يؤدي ذلك إلى شعور دائم بالعدم والشك بالنفس.

– التفكير الانتقائي (التركيز على السلبية) **Selective Thinking**

(Focusing on the Negative): التركيز فقط على الجوانب السلبية للأحداث أو المواقف، وتجاهل أي جوانب إيجابية. فمثلاً، إذا حصل الشخص على تقييم جيد في معظم جوانب عمله، لكنه خسر في جانب صغير، فقد يركز فقط على ذلك الجانب الخاطئ ويهمل باقي التقييمات.

– **الاستنتاج المتسرع Hasty Conclusions:** القفز ذوو التشويه المعرفي إلى الاستنتاجات دون وجود دليل كافٍ. مثلاً، إذا لم يرد شخص ما على مكالمة هاتفية، قد يعتقد الفرد فوراً أن الشخص لا يهتم به أو يكرهه. وهذا يسبب مشاعر القلق والخوف.

– **قراءة الأفكار Mind Reading:** الشخص ذو التشويه المعرفي يعتقد أنه يعرف ما يفكر فيه الآخرون، خاصة في الحالات الاجتماعية. مثلاً، قد يظن الشخص أن الآخرين يعتقدون أنه غير كفء أو ضعيف، رغم أنه لا يوجد دليل على ذلك. وهذه الخاصية تؤدي إلى القلق الاجتماعي والشعور بالعزلة.

– **المبالغة في التأثيرات السلبية Exaggeration of Negative Effects:** من خلال المبالغة في تقدير تأثير الأحداث السلبية أو المستقبلية، بحيث تصبح هذه الأحداث شيئاً هائلاً أو مروعاً. مثلاً، إذا حدثت مشكلة صغيرة، يعتقد الشخص أنها ستؤدي إلى كارثة.

– التفكير الشخصي (إلقاء اللوم على الذات) **Personal Thinking (Self-Blame)**

(Blame): الشخص ذو التشويه المعرفي يميل إلى لوم نفسه في كل حدث سلبي، حتى لو كانت الأسباب خارج إرادته. فمثلاً، إذا حدث شيء سيء في العمل، يعتقد الشخص أنه كان هو المسؤول الوحيد عن ذلك.

– **الفرضيات والافتراضات التلقائية Automatic Assumptions:** يقوم

الشخص بوضع افتراضات دون أن يكون لديه دليل كافٍ. مثلاً، يعتقد الشخص دائماً أنه سيخفق في أي مهمة جديدة قبل أن يبدأ بها. ويؤدي ذلك إلى منع الشخص من اتخاذ أي خطوات أو خوض تحديات جديدة.

– **المطالبة المستمرة بالكمال Constant Demand for Perfection:** يعتقد

الشخص ذو التشويه المعرفي أنه يجب أن يكون دائماً مثاليًا في كل شيء، ولا يقبل بأي خطأ أو فشل. ويمكن أن يؤدي ذلك إلى مشاعر القلق والإحباط عند مواجهة أي تحديات أو عوائق.

يتضح مما سبق أن التشوهات المعرفية تتميز غالباً ما تكون غير واقعية أو مبالغ فيها، مما يؤثر سلباً على تصورات الأفراد لذاتهم وللعالم من حولهم. علاج هذه التشوهات يتطلب الوعي بها وتحدي الأفكار غير المنطقية أو الضارة عن طريق تقنيات مثل العلاج المعرفي السلوكي (CBT)، والذي يساعد الأفراد على تغيير هذه الأنماط التفكير السلبية إلى أنماط أكثر واقعية ومتوازنة.

وقد توصلت الدراسات إلى أن أبرز أنواع التشوهات المعرفية الشائعة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية هي التالية (Brazão et al., 2015; Brazão et al., 2017; Laursen & Laws, 2017):

١. **التفكير الثنائي (الأبيض أو الأسود) Binary (black or white) thinking:**

رؤية الأمور بشكل مطلق، إما نجاح تام أو فشل تام، دون وجود حلول وسطية.

٢. **التعميم الزائد Overgeneralization:** تعميم الفشل أو النجاح في موقف واحد

على جميع المواقف المستقبلية.

٣. **التجريد الانتقائي (فلتر السلب) Selective abstraction (negativity**

filtering): التركيز فقط على الجوانب السلبية وتجاهل الإيجابيات.

٤. **التفكير الكارثي Catastrophic thinking:** توقع أسوأ النتائج دائماً وتضخيم

حجم المشكلة.

٥. لوم الذات أو الآخرين Self-blame or other-blame: تحميل النفس أو

الآخرين مسؤولية كل ما يحدث، حتى إن لم يكن للفرد دور مباشر.

٦. التفسيرات الشخصية Personal interpretations: تفسير الأحداث على أنها

موجهة ضد الفرد شخصياً دون دليل واقعي.

٧. التهوين أو التقليل من الإيجابيات Minimizing or downplaying

positives: التقليل من قيمة الإنجازات أو النجاحات وعدم الاعتراف بها

وقد بينت الدراسات أن نزيلات المؤسسات الإصلاحية أكثر عرضة لعدد من التشوهات المعرفية نتيجة للضغوط النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها قبل وأثناء فترة السجن، إذ ترتبط هذه التشوهات بمشاعر القلق، والاكتئاب، والعداونية، وضعف تقدير الذات (Babaie et al., 2021). كما أن البعض منهن قد يلجأ إلى آليات دفاع معرفية سلبية مثل الإنكار أو الإسقاط أو التبرير المفرط لسلوكياتهن، ووفقاً لدراسة (Laursen & Laws, 2017) فإن التشوهات المعرفية كانت منتشرة بين النزيلات، خاصة في صور مثل لوم الذات، والمبالغة في توقع الكوارث، والتفكير السلبي المتواصل.

البعد الثاني: التنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية:

التنظيم الانفعالي هو أحد المفاهيم الأساسية التي حظيت باهتمام متزايد في علم النفس خلال العقود الأخيرة، نظراً لدوره المحوري في حياة الأفراد على المستوى الشخصي والاجتماعي. يشير التنظيم الانفعالي إلى القدرة على إدارة العواطف والسيطرة عليها بشكل يحقق التوازن بين استجابة الفرد للمواقف المختلفة والحفاظ على استقراره النفسي. فالأفراد الذين يتمتعون بتنظيم انفعالي فعال يكونون أكثر قدرة على التكيف مع المتغيرات الحياتية وضغوطها (العبهول، ٢٠٢٤).

لذلك، أصبحت دراسة التنظيم الانفعالي محور اهتمام كبير في مجالات علم النفس، نظراً لدوره المحوري في تعزيز الصحة النفسية، وتقوية العلاقات الاجتماعية، وتحقيق الرفاهية العامة. تظهر الأبحاث أن القدرة على تنظيم الانفعالات ترتبط بالنجاح الأكاديمي، والمهنية، وحتى جودة الحياة بشكل عام، مما يعكس أهميته في مختلف مراحل

الحياة، وهو مهارة حياتية أساسية تُمكن الأفراد من تحقيق التوازن النفسي والنمو الشخصي في عالم مليء بالتحديات والتغيرات المستمرة (الكفاوين، ٢٠٢٤).

ولقد حظي مفهوم التنظيم الانفعالي Emotion Regulation بقدر كبير من الاهتمام في مجال علم النفس التربوي المعرفي، حيث يعتبر من المفاهيم الحديثة في المجال الانفعالي، لذلك قدمت العديد من التعريفات لهذا المفهوم فقد عرف (Thompson, 1994, p.44) التنظيم الانفعالي بأنه: "عملية خارجية وداخلية تتمثل مهمتها في مراقبة وتقييم وتحويل الاستجابات العاطفية على وجه التحديد من أجل تحقيق هدف".

وعرّف (Gross, 1998, p.273) التنظيم الانفعالي بأنه: "مجموعة من العمليات التي يستخدمها الأفراد للتأثير على طبيعة مشاعرهم، أو توقيت تلك المشاعر، أو الكيفية التي يعبرون بها عنها".

وعرف (Gratz & Roemer, 2004, p.45) التنظيم الانفعالي بأنه: "مفهوم يتضمن الوعي والفهم للانفعالات والقبول الانفعالي والقدرة على التحكم في السلوك الاندفاعي بما يتوافق مع الأهداف المرجوة عند التعرض للمشاعر السلبية وقدرة استراتيجيات تنظيم الانفعالات المناسبة على تنظيم الاستجابات الانفعالية".

وعرف (John & Gross, 2007, p.131) التنظيم الانفعالي بأنه هو: "انفعالات الفرد التي يتم تنظيمها وتعديلها تلقائياً، بوعي أو بغير وعي، بطرق مختلفة، مثل مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل العاطفية وتماشياً مع هذا الفهم".

أما (Sheppes et al., 2015, p.382) فعرفوا التنظيم الانفعالي بأنه هو: "عملية معقدة تتضمن اختيار وتنفيذ استراتيجيات محددة للتحكم في المشاعر بناءً على متطلبات الموقف أو الأهداف الشخصية".

أما (Rolston & Lloyd-Richardson, 2017, p3) فعرفا التنظيم الانفعالي بأنه: "مصطلح يستخدم لوصف قدرة الشخص على إدارة تجربة عاطفية والاستجابة لها بشكل فعال".

وعرف مظلوم (٢٠١٧، ص ١٤٨) التنظيم الانفعالي بأنه هو: "عملية تعديل وتأثير الفرد في نوع الانفعالات وشدتها واستمراريتها والتعبير عنها وكيفية معاشتها". في حين عرف (Farley et al., 2021, p125) التنظيم الانفعالي بأنه: "العمليات التي يستخدمها الأفراد لتعديل شدة ومدة المشاعر السلبية والإيجابية لتعزيز التكيف والرفاهية".

يتضح للباحثة مما سبق أن التعريفات السابقة تتفق على أن التنظيم الانفعالي يشمل مجموعة من العمليات التي تساعد الفرد على تعديل أو التحكم في مشاعره، سواء لتحقيق أهداف محددة أو للتكيف مع الظروف البيئية والاجتماعية المحيطة. ويستخدم الأفراد دون وعي استراتيجيات التنظيم الانفعالي للتعامل مع المواقف الصعبة عدة مرات طوال اليوم، حيث يستخدم معظمنا مجموعة متنوعة من استراتيجيات التنظيم الانفعالي ونكون قادرين على تطبيقها على مواقف مختلفة من أجل التكيف مع متطلبات بيئتنا، بعض هذه الاستراتيجيات صحية وبعضها ليس كذلك، واستراتيجيات التنظيم الانفعالي الصحية، مثل إدارة الإجهاد ببرنامج المشي، لا تسبب ضرراً، يمكن أن تساعد في تبديد المشاعر القوية، مما يسمح غالباً بفهم أكبر لما أدى إلى التجربة العاطفية (Rolston & Lloyd-Richardson, 2017).

وتتضمن استراتيجيات التنظيم الانفعالي نوعين من الاستراتيجيات: استراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية، واستراتيجيات التنظيم الانفعالي السلبية، وفيما يلي عرضاً لأهم هذه الاستراتيجيات:

أولاً: استراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية:

تنظيم الانفعالات هو عملية مستمرة تهدف إلى تنظيم المشاعر بما يتناسب مع السياق الاجتماعي والبيئي، وقد حدد الباحثون العديد من الاستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد لتنظيم انفعالاتهم، تتراوح هذه الاستراتيجيات بين تلك التي تتعامل مع الانفعالات بشكل مباشر أو غير مباشر، وتالياً أهم استراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية أو الفعالة

(مظلوم، ٢٠١٧؛ العبهول، ٢٠٢٤)؛ Aldao et al.، 2010; Gross, 2002; (Gross, 2015):

١) إعادة التقييم المعرفي Cognitive Reappraisal:

تعتبر هذه الاستراتيجية من أكثر الاستراتيجيات فعالية في التنظيم الانفعالي. وهي تتضمن إعادة تفسير المواقف العاطفية بشكل إيجابي أو محايد، مما يساعد في تقليل الاستجابة العاطفية السلبية. فعندما يواجه الفرد موقفاً محبطاً، قد يعيد تقييم الموقف على أنه فرصة للتعلم بدلاً من اعتباره فشلاً.

٢) إعادة التركيز الإيجابي Positive Refocusing:

يشير إلى إعادة توجيه التفكير إلى الأمور الممتعة والسعيدة بدلاً من متابعة التركيز على الموقف الضاغط.

٣) التنظيم السلوكي Behavioral Regulation:

يتضمن هذا النوع من التنظيم الانفعالي تعديل السلوكيات التي تنشأ عن الانفعالات. قد يتضمن هذا النوع من التنظيم الانفعالي اتخاذ إجراءات عملية مثل الابتعاد عن مواقف أو أشخاص مسببين للضغط. فإذا كنت تشعر بالغضب، يمكنك مغادرة الغرفة أو ممارسة الرياضة للتخلص من التوتر.

٤) القبول Acceptance:

في هذه الاستراتيجية، يختار الأفراد قبول مشاعرهم بدلاً من محاولة تعديلها أو التخلص منها. يمكن أن يكون هذا فعالاً عندما لا تكون هناك فرص لتغيير الموقف، أو عندما تكون المشاعر مرتبطة بتجارب لا يمكن تغييرها. ومثال ذلك، قبول مشاعر الحزن بعد فقدان شخص عزيز دون محاولة إنكارها.

٥) التعبير العاطفي Expressive Suppression:

تتضمن هذه الاستراتيجية محاولة كبت أو قمع المشاعر والانفعالات. على الرغم من أنها قد تكون مفيدة في المواقف الاجتماعية حيث لا يمكن التعبير عن المشاعر بشكل

علمي، إلا أنها قد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على المدى الطويل مثل القلق أو الاكتئاب. ومثال ذلك: محاولة إخفاء مشاعر الغضب في العمل أو في المواقف الاجتماعية.

٦) التحويل العاطفي Emotional Transformation:

تتضمن هذه الاستراتيجية تحويل المشاعر السلبية إلى مشاعر إيجابية. على سبيل المثال: يمكن للفرد أن يحوّل مشاعر الإحباط إلى دوافع للعمل أو إلى طاقة إيجابية. ومثال ذلك: تحويل شعور القلق قبل مقابلة عمل إلى حافز للقيام بتحضير أفضل.

٧) التأمل الذاتي Self-Reflection:

يشمل ذلك التفكير في السبب الجذري للمشاعر والانفعالات وتحليلها من خلال منظور معرفي يساعد في فهمها. يمكن أن يساعد التأمل الذاتي في زيادة الوعي الذاتي وتحسين القدرة على التعامل مع المواقف العاطفية. ومثال ذلك: بعد تجربة محبطة، يمكن أن يفكر الفرد في السبب الحقيقي وراء مشاعره وكيف يمكن تعديل ردود الفعل المستقبلية.

٨) التنظيم العاطفي عبر الدعم الاجتماعي Social Support:

يشمل هذا البحث عن دعم اجتماعي من الأصدقاء أو العائلة لمساعدتك على التعامل مع المشاعر من خلال المناقشات مع الآخرين، يمكن أن يحصل الفرد على نصائح وإرشادات تساعد في التنظيم الانفعالي، و مثال ذلك: التحدث مع صديق مقرب بعد يوم عمل عصيب.

٩) إعادة التقييم الإيجابي Positive Reappraisal:

تتضمن هذه الاستراتيجية محاولة تحويل الأحداث السلبية إلى تجارب إيجابية. يقوم الأفراد بتفسير المواقف الصعبة بطريقة تجعلها تبدو أقل تهديداً أو أكثر فائدة. فمثلاً: بدلاً من رؤية حدث محبط كخسارة، قد يعيد الفرد تفسيره كفرصة لتحسين المهارات أو التعلم.

ثانياً: استراتيجيات التنظيم الانفعالي السلبية:

تشير استراتيجيات التنظيم الانفعالي السلبية غير الفعالة إلى الأساليب التي يستخدمها الأفراد للتعامل مع مشاعرهم وأفكارهم، ولكنها غالباً ما تؤدي إلى تفاقم المشاعر السلبية أو تزيد من صعوبة التعامل مع المواقف، فبعض هذه الاستراتيجيات تشمل

Beck & Weishaar, 2014; Nolen- ٢٠٢٣؛ محمد، ٢٠٢٤؛
:(Hoeksema & Morrow, 1991

(١) الإنكار Denial:

الإنكار هو محاولة تجاهل أو رفض مشاعر أو تجارب غير مريحة. بدلاً من مواجهة الواقع، ينكر الشخص المشكلة أو المشاعر السلبية التي يشعر بها. فعندما يواجه الفرد مشكلة في العمل، قد يرفض الاعتراف بها ويستمر في العمل كما لو أن الأمور على ما يرام (الكفاوين، ٢٠٢٤).

(٢) التشويش المعرفي Cognitive Dissonance:

يحدث عندما يعجز الفرد عن التوفيق بين معتقداته أو أفكاره المتناقضة. هذا يؤدي إلى خلق حالة من الارتباك أو التوتر العقلي، فإذا كان الشخص يعتقد أن العمل هو الأولوية القصوى ولكن لا يشعر بالتحفيز أو الرضا في عمله، فإنه يدخل في حالة من التشويش العقلي حول ما يجب أن يفعله.

(٣) التفكير المفرط Overthinking:

يتضمن التفكير المستمر في المشكلة أو الحدث بشكل مفرط، مما يؤدي إلى زيادة القلق والتوتر بدلاً من الحل الفعلي للمشكلة، فعندما يبالغ الشخص في التفكير في حدث معين أو كلمة قالها أحدهم، مما يجعله يشعر بالتوتر أو الأسى على مدى فترات طويلة (محمد، ٢٠٢٣).

(٤) التأجيل Procrastination:

التأجيل هو تجنب اتخاذ القرارات أو مواجهة المشاكل عن طريق تأجيلها أو تأخيرها. قد يؤدي هذا إلى زيادة الضغوط والقلق بمرور الوقت، فتأجيل أداء المهام المهمة بسبب الخوف من الفشل أو الشكوك الذاتية، مما يخلق مزيداً من القلق والإجهاد في النهاية.

٥) التعميم المفرط Overgeneralization:

يتضمن تعميم حدث واحد سلبي على جميع جوانب الحياة أو المواقف المستقبلية. هذه الاستراتيجية قد تجعل الفرد يعتقد أن كل شيء سيئاً أو لا يستحق المحاولة، إذا فشل الشخص في مهمة واحدة، فإنه يعتقد أنه سيفشل في كل شيء مستقبلاً.

٦) إلقاء اللوم على الآخرين Blame Shifting:

إلقاء اللوم على الآخرين أو الظروف بدلاً من التعامل مع المشاعر أو المواقف بشكل فعال. يؤدي هذا إلى عدم تحمل المسؤولية وعدم القدرة على معالجة المشاعر أو المشاكل. فإذا واجه الشخص مشكلة في علاقته الشخصية، فإنه يلوم الطرف الآخر بدلاً من تقييم سلوكه الشخصي (Nolen-Hoeksema & Morrow, 1991).

٧) لوم الذات Self-blame:

تشير إلى أفكار يضع الفرد فيها اللوم على نفسه إزاء ما اختبره، وهي أحد استراتيجيات التنظيم الانفعالي غير الفعالة التي تشمل تحميل الشخص نفسه المسؤولية عن الأحداث السلبية أو المشاعر الصعبة، حتى لو كانت هذه المسؤولية غير مبررة أو غير متناسبة مع الواقع. عادةً ما يرتبط لوم الذات بمشاعر القلق، الاكتئاب، والتوتر، ويمكن أن يكون له تأثيرات سلبية على الصحة النفسية والرفاهية العامة للفرد. في كثير من الأحيان، يميل الأفراد الذين يستخدمون لوم الذات إلى التركيز على أخطائهم وعيوبهم بدلاً من الاعتراف بالأسباب الخارجية أو السياقية التي قد تكون ساهمت في حدوث المشاكل.

٨) التفكير الكارثي Catastrophizing:

يتمثل في تكبير المشكلة أو التفكير في أسوأ السيناريوهات الممكنة، مما يؤدي إلى زيادة القلق والمشاعر السلبية. فإذا تأخر شخص عن موعد، قد يعتقد أنه سيتعرض للطرد أو أن جميع فرصه ستضيع بسبب هذا التأخير.

٩) الاستجابة السلبية Negative Reactivity:

عندما يرد الفرد بشكل سلبي أو حاد في المواقف العاطفية بدلاً من التحكم في ردود فعله، فالرد بعنف أو بطريقة هجومية على شخص آخر بسبب موقف يثير مشاعر الغضب أو الاستياء (Beck & Weishaar, 2014).

١٠) العزلة الاجتماعية Social Isolation:

قد يتجنب الفرد التفاعل الاجتماعي مع الآخرين عندما يشعر بالحزن أو التوتر، مما يزيد من مشاعر الوحدة والعزلة. فالبقاء بمفردك لفترات طويلة دون محاولة الانفتاح على الآخرين عندما تكون في حالة مزاجية سيئة.

١١) الاستسلام Helplessness:

استسلام الفرد لفكرة أنه لا يمكنه تغيير الوضع أو التحكم في مشاعره أو سلوكه، مما يعزز الإحساس بالعجز، فالتفكير في أنه لا جدوى من المحاولة لتحسين الأمور لأنه لا يوجد شيء يمكن تغييره.

١٢) المقارنة السلبية Negative Comparison:

مقارنة الذات بشكل مستمر مع الآخرين في جوانب سلبية، مما يؤدي إلى مشاعر النقص وعدم الرضا، فالتفكير في أن الآخرين يحققون نجاحات أفضل أو يعيشون حياة أكثر سعادة، مما يعزز مشاعر الفشل (محمد، ٢٠٢٣).

١٣) التوقعات السلبية Negative Expectancies:

التوقع بأن كل شيء سينتهي بشكل سلبي، مما يقلل من قدرة الفرد على استغلال الفرص أو اتخاذ خطوات إيجابية، فعندما يتوقع الشخص الفشل في كل مهمة يشرع فيها، مما يثبط همته ويمنعه من المحاولة.

البعد الثالث: معنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية:

يعد مصطلح معنى Meaning of life الحياة من أكثر المصطلحات التي نالت اهتماماً وتعريفاً من العلماء والباحثين، وذلك راجع لتنوع الخلفيات العلمية للعلماء والباحثين الذين اهتموا بدراسة هذا المفهوم.

ومن أقدم التعريفات التي قدمت لهذا المفهوم تعريف فرانكل (1963) الذي عرّف معنى الحياة بأنه: "البحث الإنساني عن غاية وقيمة ذات مغزى في الحياة، حيث يرى أن المعاناة والألم يمكن أن يكون لهما معنى إذا ارتبطا بهدف أو مهمة ذات أهمية شخصية للفرد" (Bailey, 2024, p2451).

أما باتسون وستانلي (Battista & Almond, 1973, p411): يُعرفان معنى الحياة بأنه: "الإحساس بالانسجام مع العالم من حول الفرد، والشعور بأن الحياة ذات هدف واضح ومفهوم، ما يمنح الفرد شعورًا بالسيطرة والتوجيه".

وعاد فرانكل (1982، ص ١٣-١٤) وقدم تعريفاً آخر لمعنى الحياة حين عرفها بأنه: "حالة يسعى الإنسان للوصول إليها لتضفي على حياته قيمة ومعنى يستحق العيش من أجله، وتحدث نتيجة لإشباع دافعه الأساسي المتمثل بإرادة المعنى. وهي حالة تجعل الإنسان غير قادر على العيش في نفس الوقت من دون الوصول لمعرفة هذا المعنى الذي يشبع هذا الدافع الأساسي نحو الحياة".

في المقابل فإن مايرز وديينر (Myers & Diener, 1995, p10-11) يشيران إلى أن معنى الحياة يتجلى في: "الشعور بالرضا عن الحياة، والقدرة على تحديد أهداف ذات قيمة، إذ إن السعي وراء تحقيق هذه الأهداف يمنح الحياة اتجاهاً واضحاً وهدفاً أسمى".

ويصف ريكر (Reker, 2000, p51) معنى الحياة بأنه: "الشعور الشخصي الذي يجعل الفرد يرى الحياة على أنها ذات غاية وقيمة، وهو يتشكل من خلال التفاعل مع الخبرات اليومية، حيث يركز على الأبعاد النفسية والاجتماعية المؤثرة في إدراك المعنى".

ويرى سليجمان (Seligman, 2002, p21) أن معنى الحياة مصطلح يتمثل في الشعور بالانتماء إلى شيء أكبر من الذات، والسعي وراء أهداف تتجاوز المصالح الشخصية، وهو أحد المكونات الأساسية للرفاهية النفسية في نظريته المعروفة باسم النظرية الموجّهة نحو السعادة.

وعرف مولاهايلوفيتش وآخرين (Mulahalilović et al., 2022, p1026) معنى الحياة بأنه: "إطار معرفي-عاطفي متغير، يمكن الوصول إليه مباشرة من خلال التقييم الذاتي بناءً على احتياجات الفرد وقيمه".

وعرف كلاشينكوف وآخرين (Kalashnikova et al., 2022, p85) معنى الحياة من خلال المعنى الشخصي للحياة الذي هو عبارة عن: "بناء علائقي يشير إلى الروابط التي تربط حياتنا بسياق أعلى".

يتضح للباحثة أن هذه التعريفات توضح التنوع في المفهوم، حيث يركز بعض الباحثين على الأهداف والغايات الشخصية، بينما يركز آخرون على الانسجام مع المجتمع أو العالم، حيث تظهر هذه التعريفات أن معنى الحياة يساهم في تعزيز الشعور بالرضا والرفاهية النفسية، ويرتكز هذا المعنى على إيجاد التوازن بين الذات والآخرين، وبين الحاضر والمستقبل.

وقد قسم الباحثون معنى الحياة لثلاثة مكونات أساسية نذكرها فيما يلي (بوحلاسي، ٢٠٢٤؛ السكافي، ٢٠١٨؛ Maneka, 2023):

١. المكوّن المعرفي Cognitive component:

يُشير هذا المكوّن إلى الأفكار، والمعتقدات، والقيم التي يحملها الفرد حول الحياة ومعناها. يشمل هذا الجانب وعي الفرد بأهدافه في الحياة، وفهمه لدوره في المجتمع، وإدراكه للغايات التي يسعى إلى تحقيقها. ويؤدي هذا المكون دوراً مهماً في توجيه سلوك الفرد وصياغة رؤيته للعالم من حوله، كما يساهم في تحديد الأولويات التي تمنحه الشعور بالمعنى والقيمة في الحياة.

٢. المكوّن الوجداني Affective component:

يركّز هذا المكوّن على المشاعر والانفعالات المرتبطة بتجارب الحياة ومعناها، يشمل ذلك الشعور بالسعادة، والرضا، والطمأنينة، والإنجاز عند تحقيق الأهداف، كما يرتبط بالشعور بالانتماء، والتقدير الذاتي، والإحساس بالقيمة الذاتية، وهذا الجانب يعكس

المشاعر الإيجابية أو السلبية التي يعيشها الفرد نتيجة تصوره لمعنى حياته، وهو جزء أساسي في تعزيز الصحة النفسية والتوازن العاطفي.

٣. المكوّن السلوكي Behavioral component:

يتمثل هذا المكوّن في الأفعال والسلوكيات التي يقوم بها الفرد لتحقيق معنى الحياة. يتجلى في اتخاذ القرارات، والسعي نحو الأهداف، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، والمساهمة في مساعدة الآخرين، ويعكس هذا الجانب قدرة الفرد على تحويل معتقداته ومشاعره إلى أفعال ملموسة، مما يساهم في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، وتعزيز الشعور بالإنجاز والرضا عن الذات.

تعمل هذه المكونات الثلاثة بشكل متكامل، حيث تؤثر المعتقدات (المكوّن المعرفي) على المشاعر (المكوّن الوجداني)، التي بدورها تدفع الأفراد إلى القيام بسلوكيات (المكوّن السلوكي) تتماشى مع رؤيتهم لمعنى الحياة، مما يحقق الشعور بالرضا والسعادة. وتحسين معنى الحياة هو هدف يسعى إليه الأفراد لتعزيز شعورهم بالرضا، السعادة، والتوازن النفسي. ويشير الباحثون في مجال علم النفس الإيجابي إلى عدة طرق يمكن من خلالها تحسين معنى الحياة (الحراشة، ٢٠١٧). وهناك العديد من الطرق لتحسين معنى الحياة لدى الأفراد على اختلاف حاجاتهم يمكن إبراز أهمها في الطرق الآتية:

١. الإرشاد النفسي:

يعد الإرشاد النفسي أحد الركائز الأساسية في تعزيز معنى الحياة لدى الأفراد ومساعدتهم على التغلب على ضغوط الحياة. فهو يستهدف، من خلال عملياته وإجراءاته المتنوعة، الوصول إلى معنى أعمق للحياة يعيشه الفرد، مما يساهم في تحقيق أعلى مستويات النضج والصحة النفسية، والكفاية، والسعادة، والتوافق النفسي.

٢. تحديد الأهداف الشخصية والسعي لتحقيقها:

يُعدّ تحديد الأهداف الشخصية من أهم الوسائل لتعزيز معنى الحياة، حيث يساعد الأفراد على الشعور بالإنجاز والرضا. وقد أشارت دراسة إيمونز (Emmons, 2003) إلى أن وضع أهداف واضحة وذات مغزى يساهم في زيادة الشعور بالسعادة والإشباع

الشخصي، ويؤدي إلى تحسين الصحة النفسية على المدى الطويل. إن الأهداف المرتبطة بالقيم الشخصية تمكّن الأفراد من العيش بوعي وتوجيه طاقاتهم نحو تحقيق غايات أكبر.

٣. تعزيز العلاقات الاجتماعية الإيجابية

تلعب العلاقات الاجتماعية الإيجابية دورًا محوريًا في تعزيز معنى الحياة. الشعور بالانتماء والدعم الاجتماعي يمد الأفراد بمصادر جديدة للمعنى والقيمة، فالحاجة إلى الانتماء هي حاجة أساسية للفرد، وأن تلبية هذه الحاجة يساهم في تعزيز الشعور بالمعنى. تعزيز العلاقات مع الأسرة، والأصدقاء، والمجتمع الأوسع يُثري معنى الحياة ويقلل من مشاعر الوحدة (بوحلاسي، ٢٠٢٤).

٤. ممارسة الامتنان والتقدير

الامتنان هو أداة فعالة في تحسين معنى الحياة، حيث يعزز الوعي بالجوانب الإيجابية في الحياة اليومية. تشير دراسة إيمونز وماك كولوتش (Emmons & McCullough, 2003) إلى أن الأشخاص الذين يمارسون الامتنان بانتظام يتمتعون بمستويات أعلى من الرضا عن الحياة، ولديهم شعور أقوى بالمعنى. يمكن ممارسة الامتنان من خلال كتابة يوميات الامتنان أو التعبير عن التقدير للأشخاص المقربين.

٥. تنمية الوعي الذاتي والتأمل

التأمل واليقظة الذهنية (Mindfulness) يساعدان الأفراد على العيش في اللحظة الحالية وفهم أعمق لمعنى الحياة، فالتأمل يقلل من القلق والتوتر، ويعزز الشعور بالرضا والتقبل، مما يساهم في تحقيق معنى أعمق للحياة، ومن خلال التأمل، يصبح الفرد أكثر وعيًا بأفكاره ومشاعره، وهو ما يعزز الشعور بالسيطرة على الحياة (الحراشة، ٢٠١٧).

٦. المشاركة في الأنشطة التطوعية ومساعدة الآخرين

الانخراط في الأنشطة التطوعية يعزز الشعور بالمعنى والقيمة الذاتية. حيث يُشير شوارتز (Schwartz, 2010) إلى أن مساعدة الآخرين تساهم في تعزيز الشعور بالانتماء والقيمة الشخصية، خاصة عندما يشعر الفرد بأنه يحدث تأثيرًا إيجابيًا في حياة الآخرين.

٧. تحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية

يُعتبر التوازن بين العمل والحياة الشخصية من أهم عناصر تحسين معنى الحياة. فالإفراط في العمل على حساب الأنشطة الشخصية والاجتماعية يؤدي إلى الشعور بالإرهاق والفراغ. أشارت دراسة جرينهاوس وباول (Greenhaus & Powell, 2006) إلى أن التوازن بين العمل والحياة يساهم في زيادة الشعور بالمعنى، خاصة عندما يكون الفرد قادرًا على تحقيق الانسجام بين الأدوار المختلفة في حياته.

٨. تطوير مهارات التكيف مع الضغوط والمحن

التكيف مع المحن والضغوط الحياتية يعزز الإحساس بالمعنى، حيث يكتسب الفرد القوة من تجاربه الصعبة، حيث يرى فرانكل (٢٠٠٧) أن العثر على معنى حتى في الظروف الصعبة يمكن الأفراد من تجاوز المحن. وقد أكد في كتابه الشهير "الإنسان يبحث عن معنى" أن القدرة على إيجاد معنى في المعاناة تضيء شعورًا بالغاية والهدف.

٩. تحقيق النمو الشخصي والتعلم المستمر

النمو الشخصي وتعلم مهارات جديدة يعززان الشعور بالتقدم والإنجاز، مما يزيد من معنى الحياة، فالنمو الشخصي هو أحد الأبعاد الرئيسية للرفاهية النفسية، وأن الأفراد الذين يسعون إلى التطور الشخصي يعيشون حياة أكثر غنى ومعنى.

١٠. اتباع القيم والمبادئ الشخصية

العيش وفقًا للقيم الشخصية والمبادئ الأخلاقية يساهم في الشعور بالمعنى، حيث يشعر الأفراد بأن حياتهم تتماشى مع ما يؤمنون به، فالقيم الجوهرية تلعب دورًا أساسيًا في تشكيل أهداف الفرد واتخاذ قراراته، مما يعزز شعوره بالرضا والانسجام النفسي (Schwartz, 1992).

١١. تعزيز الإيمان الروحي أو الديني

إن الروحية والمعتقدات الدينية تمنح الأفراد شعورًا أعمق بالمعنى، حيث يرون الحياة كجزء من خطة أوسع وأشمل. يُنظر إلى الدين والروحانية على أنهما مصدر للأمل والطمأنينة، خاصة في أوقات الأزمات (الحراشة، ٢٠١٧).

يتضح للباحثة مما سبق عرضه أن تحسين معنى الحياة ليس عملية تلقائية، بل يتطلب جهداً واعياً في السعي وراء الأهداف، وبناء العلاقات، وممارسة الامتنان، وتنمية مهارات التكيف، وكل هذه الطرق تعزز شعور الفرد بالغاية والاتصال بحياته الشخصية والاجتماعية. من خلال تطبيق هذه الاستراتيجيات، يمكن للأفراد الوصول إلى حالة من الرضا والسعادة النفسية، والعيش في انسجام مع قيمهم الشخصية ومجتمعهم.

البعد الرابع: نزيلات المؤسسات الإصلاحية:

تعد نزيلات المؤسسات الإصلاحية فئة مجتمعية تتسم بتحديات فريدة، حيث تتأثر حياتهن بمجموعة من الظروف الاجتماعية، النفسية، والاقتصادية التي قادتتهن إلى الإقامة داخل المؤسسات الإصلاحية. ومن هنا تأتي أهمية إجراء دراسات متخصصة تهدف إلى فهم أعمق لهذه الفئة، تسليط الضوء على احتياجاتهن، وتحليل العوامل التي تؤثر على سلوكهن وإعادة تأهيلهن داخل المجتمع بعد قضاء فترة العقوبة (العابدى وعدوان، ٢٠٢٠). يقصد بالنزيل حسب دراسة بدر (١٩٩٨) هو كل فرد يثبت اتهامه في إحدى الجرائم ويصدر ضده حكم قضائي نهائي بعقوبة سالبة للحرية. ولم يعد يطلق على نزلاء المؤسسات العقابية لفظ سجين، وذلك ليتناسب مع أهداف المؤسسة الحديثة ألا وهي إصلاح النزلاء وتأهيلهم حيث أن لفظ النزلاء يكون مفيداً من الناحية النفسية وأكثر شمولية ونوعاً من احترام آدمية النزلاء، حيث يعطيهم معنى يفيد بوجود من يخدمهم ويساعدهم على العودة مرة أخرى للطريق السليم.

وعرفت الجمعية الأمريكية لعلم الاجتماع (American Sociological Association, 2015) النزيل بأنه الشخص الذي يُحجز أو يُودع في مؤسسة عقابية أو إصلاحية بناءً على أحكام قضائية، حيث يتم فرض قيود على حريته لفترة زمنية محددة أو غير محددة".

في حين عرف الأنصاري (٢٠٢٠) النزيل بأنه هو الشخص الذي يقضي فترة عقوبة أو إعادة تأهيل في منشأة رسمية مثل السجون أو مراكز التأهيل، ويخضع لنظام محدد يهدف إلى تقويم السلوك وإعادة إدماجه في المجتمع.

ويرى بيكر وآخرين (Baker et al., 2021) أن النزيل هو الفرد الذي يتلقى خدمات أو يخضع لقيود في مؤسسات مغلقة مثل المؤسسات الإصلاحية أو المستشفيات النفسية، نتيجة أحكام قانونية أو قرارات إدارية".

ونزيلات المؤسسات الإصلاحية في بيئة السجن، قد تتعرض النزيلات لضغوط نفسية كبيرة، مما يجعل التنظيم الانفعالي مهارة ضرورية للتكيف مع الظروف المحيطة بهن، فالنزيلات اللاتي يتمتعن بمهارات تنظيم انفعالي قوية يكنّ قدرات على التعامل مع مشاعر القلق والغضب والاكتئاب بشكل أكثر فعالية، وهذا التنظيم لا يسهم فقط في تحسين الحالة النفسية، بل يساعد أيضًا في تعزيز العلاقات مع الزميلات والمشرفات، مما يخلق بيئة أكثر دعمًا وصحة (الهاشمية، ٢٠٢١).

تشير الأدبيات إلى أن التنظيم الانفعالي لدى النزيلات غالبًا ما يتأثر بعوامل عدة؛ منها طبيعة الجريمة المرتكبة، ومدة العقوبة، والوضع الأسري والاجتماعي، ومستوى الدعم النفسي والاجتماعي المتاح. وتظهر دراسات مثل دراسة (Choi, Kim & Park, 2023) أن النزيلات اللواتي يفنقن إلى استراتيجيات تنظيم انفعالي مناسبة يكنّ أكثر عرضة لاضطرابات القلق والاكتئاب والسلوك العدواني مقارنة بغيرهن، كما أن الاعتماد على استراتيجيات سلبية مثل الكبت أو التجنب الانفعالي يرتبط بمشكلات نفسية أكبر داخل بيئة السجن.

وتشير الدراسات إلى أن نزيلات المؤسسات الإصلاحية يواجهن صعوبات كبيرة في التنظيم الانفعالي، وذلك بسبب الضغوط النفسية والاجتماعية الناتجة عن فقدان الحرية، وصعوبات التكيف مع بيئة السجن، وما يرافقها من وصمة اجتماعية وشعور بالعزلة، فقد أظهرت دراسة الهاشمية (٢٠٢١) في سلطنة عمان أن نزيلات السجن يعانين من صعوبات في التنظيم الانفعالي، ما يؤثر سلباً على صحتهم النفسية وسلوكياتهن داخل السجن

ومن هنا، تبرز أهمية دمج برامج تدريبية علاجية تعزز من مهارات التنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية، لا سيما تلك المبنية على العلاج المعرفي-

السلوكي (CBT) أو برامج العلاج الجدلي السلوكي (DBT) التي أثبتت فعاليتها في تدريب النزليات على تقنيات مثل إعادة التقييم المعرفي، وتنظيم الاستجابات الانفعالية، والتعبير الانفعالي الآمن. ووفقاً لدراسات حديثة، فإن تعزيز التنظيم الانفعالي يساهم في تحسين الصحة النفسية وجودة الحياة لدى النزليات، ويقلل من معدلات المشكلات السلوكية داخل السجن، كما يعزز من فرص إعادة الدمج المجتمعي بعد انتهاء العقوبة (Sadatnadab & Ramezani, 2017).

وتتضمن استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى نزليات المؤسسات الإصلاحية تقنيات مثل التأمل، والتمارين البدنية، والكتابة التعبيرية، وهذه الأنشطة تساعد النزليات على التعامل مع المشاعر السلبية وتخفيف التوتر (Laws, 2019). على سبيل المثال: يمكن أن يساهم الكتابة عن المشاعر في تخفيف العبء النفسي وتعزيز الفهم الذاتي، بالإضافة إلى ذلك، فإن مشاركة نزليات المؤسسات الإصلاحية في برامج الدعم النفسي والتدريب على المهارات الاجتماعية توفر لهن الأدوات اللازمة لتحسين تنظيم انفعالاتهن، وهذه الاستراتيجيات تعزز من قدرتهن على إدارة المشاعر بشكل فعال، مما يساهم في تحسين نوعية حياتهن داخل السجن ويعد خطوة نحو التعافي عند الإفراج عنهن (الجبيلي، ٢٠٢٠).

ويمكن أن يتخذ معنى الحياة بالنسبة لنزليات المؤسسات الإصلاحية شكلاً مختلفاً يتجاوز القيود المفروضة عليهن، فالعديد منهن يبحثن عن الأمل والتغيير، حيث تمثل فرصة لإعادة تقييم حياتهن، وقد تتضمن هذه العملية التفكير في الأخطاء السابقة والسعي نحو تحقيق التوبة، وبالنسبة لبعض النزليات، تصبح الحياة داخل السجن وسيلة لبناء مهارات جديدة أو اكتساب التعليم، مما يمنحهن شعوراً بالهدف والتوجه نحو مستقبل أفضل، وهذا السعي نحو التغيير يساهم في تعزيز شعورهن بالكرامة والقدرة على السيطرة على مصيرهن (البلوي وحمد، ٢٠٢٢).

وتشير أبحاث علم النفس الإيجابي إلى أن معنى الحياة يرتبط بالقدرة على مواجهة الأزمات، وأن الأشخاص الذين يجدون معنى في حياتهم يكونون أكثر قدرة على التكيف

مع الضغوط (Steger, 2012). في سياق النزيلات، وجدت دراسات أن تعزيز معنى الحياة لدى النزيلات يرتبط بانخفاض معدلات الاكتئاب واليأس، وزيادة الدافعية لإعادة التأهيل (Hochstetler et al., 2010).

وتشير الدراسات إلى أن معنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية يرتبط بمدى قدرتهن على التكيف مع واقع السجن، وتصوراتهن المستقبلية، ومدى دعم الأسرة والمجتمع لهن، فضلاً عن منظومتهن القيمية والدينية. وبيّنت دراسة أنصاريان وآخرين (Ansarian et al., 2021) أن ارتفاع معنى الحياة لدى النزيلات كان مرتبطاً بشكل إيجابي بمستويات الأمل، والقدرة على التكيف النفسي، والتفاؤل، كما أن النساء اللواتي يملكن مستوى أعلى من معنى الحياة يكن أقل عرضة للأعراض النفسية السلبية أثناء فترة السجن.

ثامناً: دراسات سابقة:

أجريت العديد من الدراسات التي تناولت متغيرات البحث الحالي على نزلاء المؤسسات الإصلاحية وعلاقتها مع بعضها لبعض، فقد تناولت دراسة برازاو وآخرين (Brazão et al., 2015) فعالية برنامج معرفي سلوكي جماعي في تقليل التشوهات المعرفية والمخططات الأساسية لدى السجناء الذكور. تضمنت العينة مجموعتين من السجناء (تجريبية وضابطة)، واستخدمت أدوات مثل مقياس الإدراكات الغاضبة (Angry Cognitions Scale) واستبيان المخططات (Young Schema Questionnaire). أظهرت النتائج أن المجموعة التي خضعت للتدريب أظهرت انخفاضاً ملحوظاً في التشوهات المعرفية بعد البرنامج مقارنة بالمجموعة الضابطة، مع تغيرات سريرية إيجابية في استجابات الغضب والتفسير العدوانية للمواقف. وخلصت الدراسة إلى أن التدخلات المعرفية السلوكية الجماعية فعالة في إعادة بناء التفكير لدى السجناء، مما يحد من السلوكيات المعادية للمجتمع.

الدراسات العربية:

هدفت دراسة شبير (٢٠١٨) التعرف إلى مستوى التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة النزلاء من المتطرفين فكريا في قطاع غزة، وكذلك معرفة أساليب التنشئة الاجتماعية لدى أفراد العينة ودراسة العلاقة بين التشوهات المعرفية وأساليب التنشئة لدى أفراد العينة. توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها: إن مستوى التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة من المتطرفين فكريا في قطاع غزة تقريبا يعتبر متوسطا حسب معيار الوزن النسبي، وأن مستوى أساليب التنشئة الاجتماعية السلبية لدى أفراد العينة من المتطرفين فكريا في قطاع غزة تقريبا منخفضا حسب معيار الوزن النسبي. كلما ارتفعت أساليب التنشئة الاجتماعية السلبية كلما أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى التشوهات المعرفية وأبعاده التالية (التفكير الثنائي، الاستنتاج الاعباطي، لوم الذات والآخرين، المقارنات المجحفة، الإفراط في التعميم والإيجابية) لدى أفراد العينة من المتطرفين فكريا في قطاع غزة، والعكس صحيح. قامت الدوسري (٢٠١٨) بإجراء دراسة تهدف إلى دراسة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والصلابة النفسية لدى عينة من السجينات في مدينة الرياض، مع مراعاة تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية مثل العمر، الجنسية، مدة الإقامة في السجن، والمستوى التعليمي، وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج مهمة، منها عدم وجود فروق دالة إحصائياً للصلابة النفسية حسب متغير مدة الإقامة في السجن والمستوى التعليمي، ووجود فروق لصالح متغير السن في الأفكار اللاعقلانية، ووجود فروق لصالح متغيري الجنسية والعمر في الصلابة النفسية، بالإضافة إلى وجود علاقة سالبة بين الصلابة النفسية والأفكار اللاعقلانية.

هدفت دراسة الدحادحه وآخرين (٢٠١٩) إلى تشخيص واقع الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى السجناء المحكوم عليهم بقضايا الإرهاب والتطرف الفكري في المؤسسات الإصلاحية الأردنية. اعتمدت الدراسة على منهج وصفي تحليلي، حيث تم تطبيق مقياس (Davis, Eshelman & McKay) تم التطبيق على عينة عشوائية بلغت ٣٣٧ سجيناً من ثلاث مؤسسات عقابية. كشفت النتائج عن ارتفاع

مستوى الأفكار اللاعقلانية بين أفراد العينة، مع وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغيرات العمر (لصالح من تقل أعمارهم عن ٣٥ عاماً)، والشعور بالذنب (لصالح غير الشعورين بالذنب)، والحاجة للإرشاد النفسي (لصالح المحتاجين للإرشاد)، والعمل (لصالح ذوي العمل السابق)، والمؤهل العلمي (لصالح حملة الثانوية العامة فما دون).

وهدف دراسة القحطاني (٢٠١٩) إلى التعرف على الفروق في معنى الحياة بين النزليات وغير النزليات في المتغيرات الديموغرافية (الحالة الاجتماعية - المستوى التعليمي - المستوى الاقتصادي)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين معنى الحياة ومستوى التدين لدى النزليات. ويوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين معنى الحياة ومستوى التدين لدى غير النزليات. ولا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين النزليات وغير النزليات على مقياس معنى الحياة.

وهدف دراسة الجبيلي (٢٠٢٠) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين صعوبات التنظيم الانفعالي والتفكير الانتحاري والكشف عن إمكانية التنبؤ بالتفكير الانتحاري من خلال صعوبات التنظيم الانفعالي لدى نزلاء دار الملاحظة الاجتماعية بمدينة الرياض والدمام. وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي. وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) نزلياً، وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي: وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، وأبعاده (عدم القبول، الأهداف، الاندفاع، الاستراتيجيات) ودرجاتهم على مقياس التفكير الانتحاري. تسهم الدرجة الكلية لصعوبات التنظيم الانفعالي في التنبؤ بالتفكير الانتحاري لدى نزلاء دار الملاحظة الاجتماعية.

وهدف دراسة حنيش Haneesh (2020) إلى معرفة مستوى معنى الحياة والصلابة النفسية والعلاقة بينهما لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين من سجون الاحتلال في محافظة نابلس، ولتحقيق هدف الدراسة تكونت استبانة من تم تطوير (٩٧) فقرة، وزعت على (١٨٠) فرداً. أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة إيجابية دالة إحصائياً على معنى الحياة والصلابة النفسية. كما أظهرت النتائج درجة عالية للاستجابات على

الدرجة الكلية لمعنى الحياة. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha < 0.05$) بين متوسطات الاستجابات حول معنى الحياة والصلابة النفسية تعزى إلى (عمر السجين، والحالة الاجتماعية).

وهدف دراسة البلوي (٢٠٢٣) الى تقييم تجارب السجناء في قطاع غزة، وركزت على كيفية تأثرهم بفترات السجن وجرائمهم السابقة وما شهدوه من تجارب مؤلمة، مثل الشعور بالخسارة والذنب والعار. استخدم المنهج النوعي من خلال مقابلات عميقة، وتكونت عينة البحث من ١٠ سجناء. أظهرت الدراسة أن الدعم الاجتماعي والعاطفي كان مفتاحاً لتجاوز مشاعر اليأس، وأن بناء معنى جديد للحياة ساعدهم على النمو الشخصي رغم القيود. بينت الدراسة أن السجناء بدأوا يشعرون بالمسؤولية عن ردود أفعالهم تجاه الظروف الصعبة، مع إدراك أن لديهم القدرة على التحكم في تجربتهم رغم السجن.

وهدف دراسة الصالحي (٢٠٢٤) إلى الكشف عن قلق المستقبل والأمن النفسي وانعكاسهما على الرضا عن الحياة من وجهة نظر عينة من النزلاء المقبلين على الخروج من المؤسسات الإصلاحية في محافظتي القدس وبيت لحم. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢) نزيل من كلا الجنسين. أظهرت النتائج أن واقع قلق المستقبل لدى عينة النزلاء لكلا الجنسين يشير إلى حالة من قلق المستقبل. والتي تمثلت بالقلق من المجهول، ثم يليه قلق الانفصال والتعلق بالمكان، القلق من التشرد، قلق العودة للعيش في كنف الأهل، فقدان المأوى والعائد المادي وقلق الوصمة الاجتماعية.

وهدف دراسة العصار (٢٠٢٤) التي أجريت في قطاع غزة إلى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى السجناء المتطرفين فكرياً وعلاقتها بأساليب التنشئة الاجتماعية. تكونت عينة الدراسة من ٤٠ سجيناً. أظهرت النتائج وجود مستويات متوسطة من التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة؛ كما أظهر تحليل العلاقة بين التشوهات وأساليب التنشئة الاجتماعية وجود ارتباط إيجابي، حيث ارتفعت التشوهات المعرفية مع زيادة أساليب التنشئة الاجتماعية السلبية والعكس صحيح. وأشارت الدراسة إلى أن التشوهات المعرفية تشمل أبعاداً مثل التفكير الثنائي والاستنتاج الاعباطي ولوم الذات والآخرين، مما

يشير إلى حاجة ملحة لتدخلات إصلاحية تربوية تعزز تعديل أنماط التفكير والسلوك لدى النزلاء للحد من التطرف الفكري وتحسين التفاعل الاجتماعي لديهم.

في دراسة أجرتها الهاشمية (٢٠٢٥)، هدفت إلى تقييم فاعلية برنامج إرشادي مبني على مهارات العلاج السلوكي الجدلي لتحسين صعوبات التنظيم الانفعالي لدى نزليات السجن المركزي في سلطنة عمان. تكونت العينة من ١٢ نزيلة واستخدمت الدراسة المنهج المختلط التتابعي التفسيري (كمي ونوعي)، اعتمدت على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي (DERS) وتصميم برنامج إرشادي مع مقابلات شبه منظمة. أظهرت النتائج تحسناً كبيراً في التنظيم الانفعالي وانخفاض الصعوبات الانفعالية بعد تطبيق البرنامج، مما يعزز من قدرة السجينات على التعامل النفسي السليم في بيئة السجن.

الدراسات الأجنبية:

في دراسة أخرى في أجراها Rahmah et al (٢٠٢٢) في سجن النساء في سورابايا بإندونيسيا، حللت العوامل المرتبطة بالمرونة النفسية والتنظيم الانفعالي والدعم الاجتماعي لدى ١١٥ نزيلة. استخدمت الدراسة المنهج الارتباطي التحليلي واستعانت بالاستبيانات لتحليل تأثير التنظيم الانفعالي والدعم الاجتماعي والوصمة على المرونة. أظهرت النتائج أن التنظيم الانفعالي والدعم الاجتماعي يزيدان من المرونة، في حين أن الوصمة الاجتماعية تقللها، مما يؤكد أهمية البرامج الإصلاحية التي تعزز المهارات الانفعالية للسجينات.

درس Verhülsdonk et al (2023) في بحثهم الفروق المعرفية بين السجناء المسنين والمرضى النفسيين في المؤسسات العلاجية القضائية في ألمانيا. شملت العينة ٥٧ سجيناً و٣٤ نزيلة من الفئة العمرية (٦٠ عاماً فأكثر)، واستخدمت أدوات التقييم المعرفي مثل اختبار الحالة العقلية المصغر (MMSE) واختبار الوظائف التنفيذية (FAB, TMT). أظهرت النتائج أن نسبة من ٤٢% إلى ٦٤% من المشاركين يعانون من ضعف إدراكي عام، بينما تراوحت معدلات الضعف التنفيذي بين ٢٢% و ٧٠%. لم تُسجل فروق واضحة بين السجناء والمرضى في الإدراك العام، لكن المرضى أظهروا

ضعفًا أكبر في الوظائف الجبهية (Frontal functions). وأوصت الدراسة بضرورة إدماج الفحوص العصبية النفسية الروتينية في خطط إعادة التأهيل والتقييم قبل الإفراج. هدفت دراسة فريستاد وآخرين (2023) Friestad et al. إلى تقديم نظرة شاملة وتقييم جودة الأدلة العلمية المتعلقة بانتشار والخصائص النفسية والبدنية للاضطرابات النفسية والتشوهات المعرفية بين السجينات المحكوم عليها. شملت الدراسة مراجعة ٤ دراسات شاملة و ٣٩ دراسة منفردة توافقت مع معايير الشمول، حيث وجدت أن الاضطرابات النفسية كانت محور الغالبية، مع انتشار واضح لتعاطي المخدرات خاصة بين النساء، والذي كان أعلى نسبيًا مقارنة بالرجال في البيئة السجنية. كما كشفت الدراسة عن نقص في الأدلة المحدثة بخصوص التعداد المرضي (وجود أكثر من اضطراب صحي في نفس الوقت).

وهدف دراسة لأوس (2019) Laws تحليل الكيفية التي يتحول بها كبت المشاعر والانفعالات داخل المؤسسات الإصلاحية إلى مظاهر من العنف أو الألم النفسي لدى السجناء والسجينات وتأثير ذلك على تنظيم الانفعالات لديهن. تم تطبيق المنهج النوعي التحليلي باستخدام مقابلات معمقة مع نزلاء ونزيلات في سجون بريطانية مختلفة. أظهرت النتائج أن الكبت الانفعالي لا يقتصر على كونه استجابة تكيفية مؤقتة، بل يصبح نمطًا نفسيًا مستمرًا ينعكس في السلوك العدواني والآلام الجسدية والعاطفية. فالسجناء غالبًا ما يُخفون مشاعر الخوف أو الضعف حفاظًا على صورتهم أمام الآخرين، لكن هذا القمع المستمر يؤدي إلى تراكم توتر داخلي يظهر في شكل نوبات غضب أو عنف تجاه الذات أو الآخرين.

أجرى Talik & Skowronski (2018) دراسة بهدف هو تحليل الاختلافات في الاستراتيجيات الدينية للتعامل مع الضغوط في مجموعة من نزلاء المؤسسات الإصلاحية الذين يتميزون بمستويات مختلفة من الشعور بمعنى الحياة: عامة ونفسية جسدية ونفسية اجتماعية وشخصية وميتافيزيقية. تكونت عينة الدراسة من ٣٩٠ من نزلاء المؤسسات الإصلاحية تتراوح أعمارهم بين ١٩ و ٦٨ عامًا، أظهرت النتائج أن الأفراد الذين يتمتعون

بشعور عالٍ بمعنى الحياة سواء العامة أو المتعلقة بأبعاد محددة اختاروا في كثير من الأحيان استراتيجيات دينية إيجابية، في حين اختار المشاركون الذين لديهم شعور منخفض بمعنى الحياة استراتيجيات سلبية في كثير من الأحيان. كان الاستثناء هو الجانب الميتافيزيقي لمعنى الحياة: حيث اختار الأفراد الذين يتمتعون بكثافة عالية من هذا البعد في كثير من الأحيان بعض الاستراتيجيات الدينية الإيجابية وكذلك السلبية.

وفي دراسة قام بها Yang et al. (2019)، بهدف دراسة كيف يؤثر السجن على حالتهم النفسية ومعنى الحياة لديهم. تناولت تجربة ٥٩ نزيراً يقضون عقوبات طويلة في سجون الولايات المتحدة، استخدمت الدراسة المقابلات النوعية لتحليل تغير المواقف تجاه السجن والعقوبة، ووجدت أن العديد منهم بدأوا يقبلون واقعهم مع مرور الوقت، مع شعور بالندم والإدراك لأسباب وجودهم في السجن. أشارت الدراسة إلى أن السجن يشكل تجربة مؤلمة ومعقدة مع مشاعر مختلطة من اليأس والتكيف، وأن الدعم النفسي والأنشطة التعليمية قد تساعد على تحسين الحالة النفسية للسجناء.

وفي دراسة قام بها تاجليانيتي Taglianetti (2022)، تم استقصاء قصص التكيف والتكيف النفسي للرجال المسنين الذين يقضون عقوبات طويلة في سجون كندا. تم تضمين مقابلات نوعية مع ٣٠ سجيناً تقوم على سرد تجاربهم الشخصية بالتكيف مع القيود وتحويل أفكارهم تجاه السجن استخدمت الدراسة المنهج النوعي من خلال مقابلات متعمقة. أظهرت نتائج الدراسة أن مفهوم معنى الحياة يتطور تدريجياً مع مرور الوقت، حيث يطور السجناء استراتيجيات مواجهة ومرونة نفسية تتغير مع استمرار السجن. وأبرزت نتائج الدراسة أن السجناء الأكبر سناً يستخدمون معنى الحياة كأداة للبقاء النفسي، مستعينين بالتأمل الذاتي وإعادة تقييم تجاربهم، مما يساهم في تحسين رفاههم النفسي رغم القيود المادية والاجتماعية.

وهدف دراسة تشوكيميا سيفيلا وروتشا Chuquimia Sivila & Rocha (2024) إلى تحليل معنى الحياة، الدوافع وتوجهات اتخاذ القرار لدى النساء المحرومات من الحرية في مركز سان سيباستيان موخيريس الإصلاح في فرنسا. تكونت العينة من ٢٣٧ مفردة.

أظهرت النتائج أن غالبية النساء يظهرن معنى حياة مستقر نسبياً ويواجهن المشكلات بطريقة مستقلة، كما يسعين إلى تحقيق استقلالية نفسية وسلوكية رغم قيود السجن. واستهدفت دراسة كاراتزياس وآخرين. Karatzias et al. (2018) تحليل العلاقة بين الصدمات المتعددة واضطراب ما بعد الصدمة والسلوك الإجرامي لدى السجينات، مع التركيز على دور التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط. شملت العينة (٨٩) سجيناً من المملكة المتحدة، ٩١% منهن تعرضن لصدمات في الطفولة والبلوغ. أوضحت النتائج أن التعرض المتكرر للصدمات يؤدي إلى اضطراب في التنظيم الانفعالي، والذي بدوره يسهم في زيادة احتمالية السلوك الإجرامي. كما تبين أن شدة الصدمة تنبأت بطول العقوبة وشدة الجريمة. تؤكد هذه النتائج أن التشوهات المعرفية والانفعالية قد تكون آلية وسيطة تربط بين الخبرة الصدمية والسلوك الإجرامي، وهو ما ينسجم مع نظرية العلاج المعرفي الانفعالي التي ترى أن الإدراك المشوه يقود إلى استجابات انفعالية وسلوكية غير تكيفية.

واستهدفت دراسة Jahic (2022) التعرف على العلاقة بين الاضطرابات النفسية وتجارب الضحية والتكيف مع البيئة السجنية لدى النساء. تكونت العينة من (٥٨٦) سجيناً في سجن أمّني عالٍ بولاية فرجينيا، واستخدمت الباحثة المنهج الكمي. أظهرت النتائج انتشار الاضطرابات النفسية وتجارب العنف الجسدي في مرحلة الطفولة بين السجينات، كما تبين أن من يمتلكن قدرة أعلى على التنظيم الانفعالي يتمتعن بتكيف أفضل داخل السجن ويظهرن مستويات أقل من الضيق والسلوك العدواني. وأكدت النتائج أهمية دمج برامج التدريب الانفعالي في المؤسسات العقابية.

وهدف دراسة Akpoduado (2022) إلى فحص أنواع التشوهات المعرفية التي يعاني منها الأفراد، خاصة السجناء، وتحليل مدى تأثير تلك التشوهات على مدى شعورهم بمعنى الحياة وقدرتهم على التكيف النفسي داخل بيئة السجن. تبين من خلال النتائج أن التشوهات المعرفية، خاصة التبرير الذاتي وتقليل الضرر، تلعب دوراً سلبياً كبيراً في استنزاف شعور الفرد بمعنى حياته وتحقيقه للرضا النفسي. وكلما زادت تلك التشوهات، زاد

شعور الفرد باليأس، وضعف قدرته على التكيف مع ظروف السجن. وفي المقابل، يرتبط انخفاض التشنهات المعرفية بارتفاع مستوى معنى الحياة.

وهدف دراسة Hussain (٢٠٢٢) إلى استكشاف أثر الدعم الاجتماعي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي في التنبؤ بالمخرجات النفسية لدى السجناء في أربع سجون بإقليم البنجاب في باكستان. تكونت العينة من (٢٠٠) سجين تم اختيارهم بطريقة العينة الهادفة. أظهرت النتائج أن ارتفاع الدعم الاجتماعي ارتبط باستخدام استراتيجيات تنظيمية تكيفية مثل إعادة التقييم الإيجابي، في حين أن انخفاض الدعم الاجتماعي ارتبط باستراتيجيات سلبية مثل اللوم الذاتي والتهويل. كما تبين أن أكثر الأعراض النفسية شيوعاً لدى السجناء تمثلت في القلق، واضطرابات النوم، والخلل الاجتماعي. وتشير نتائج هذه الدراسة إلى أن ضعف الدعم الاجتماعي يسهم في تكوين وتشديد التشنهات المعرفية، مما يزيد من صعوبات التنظيم الانفعالي ويضعف الصحة النفسية العامة.

وهدف دراسة Sari & Sa'id (٢٠٢٣) إلى تحديد مستوى مغفرة السجناء للذات وسعيهم لإيجاد معنى الحياة لدى عينة مكونة من ٩٦ سجيناً تتراوح أعمارهم بين ٤٠ و ٦٥ عاماً في سجن مالانغ الإندونيسي. كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المغفرة الذاتية وإدراك معنى الحياة، حيث أن ارتفاع قدرة الأفراد على مسامحة أنفسهم ارتبط بشكل مباشر بزيادة إحساسهم بمعنى وغاية حياتهم. وخلصت الدراسة إلى أن التنظيم الانفعالي - من خلال تعزيز المغفرة الذاتية والتحكم في مشاعر الذنب - يمثل آلية نفسية فعالة لاستعادة التوازن الداخلي وإعادة بناء المعنى في ظروف الحياة القاسية، مما يسلط الضوء على الأهمية العلاجية لتعلم مهارات مسامحة الذات في برامج التأهيل السجني.

وهدف دراسة Choi et al. (2023) إلى فحص العلاقة بين التشنهات المعرفية وأنماط التنظيم الانفعالي لدى السجناء، بتوظيف استبيان التنظيم الانفعالي المعرفي (CERQ) ومقياس التشنهات المعرفية، على عينة مكونة من ٥٠٠ سجين من عدة

مراكز إصلاحية. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي. أظهرت النتائج وجود مجموعات متميزة من السجناء؛ حيث تظهر لدى بعضهم استراتيجيات تنظيم انفعالي سلبي (مثل لوم الذات والتفكير الكارثي) مرتبطة بارتفاع التشوهات المعرفية، بينما اتجه الآخرون لاستراتيجيات إيجابية لكن بتشوهات معرفية تبريرية. تشير النتائج إلى أن التشوهات المعرفية تلعب دورًا وسيطًا في ضعف التنظيم الانفعالي وزيادة الاضطرابات النفسية لدى السجناء.

وهدف دراسة Simmons (٢٠٢٤) إلى تحليل البنية الاجتماعية غير الرسمية في سجن نسائي، مع التركيز على أنماط التفاعل والقيادة بين السجناء. شملت العينة جميع النزليات في المؤسسة العقابية محل الدراسة وعددهن (٥٣٧) سجين، واستخدم الباحث المنهج الكيفي المعتمد على الملاحظة الميدانية والمقابلات المفتوحة وتحليل السجلات الشخصية. أظهرت النتائج أن بعض السجناء يتخذون موقف الانسحاب الاجتماعي، في حين تبدي أخريات سلوكاً قيادياً فعالاً داخل الجماعة السجنية. كما تبين أن القيادة والمشاركة الاجتماعية الإيجابية تُسهم في خفض حدة الانفعالات السلبية وتعزيز الشعور بالمعنى والغاية، مما يعكس دور التنظيم الانفعالي في بناء معنى الحياة داخل السجن.

وتناولت دراسة Sukmasari & Soetikno (٢٠٢٤) العلاقة بين صعوبات التنظيم الانفعالي ومستوى التسامح لدى السجناء بوصفهما مؤشرين على التكيف النفسي داخل السجن. شملت العينة (١٩٠) سجين تراوحت أعمارهن بين (١٨-٦٥) عامًا. أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين صعوبات التنظيم الانفعالي ومستوى التسامح ($r = -0.324, p < 0.01$)، ما يعني أنه كلما ازدادت الصعوبات في ضبط الانفعال، انخفض الميل إلى التسامح مع الذات والآخرين. وتُبرز هذه النتائج أن خلل التنظيم الانفعالي يُعد من العوامل المركزية في تكوين الأنماط المعرفية المشوهة التي تتسم باللوم، والعدوانية، والانغلاق الانفعالي.

وفي دراسة Zeyrek-Rios et al. (2025) تم التعرف على دور التشوهات المعرفية كعامل وسيط بين صعوبة التنظيم الانفعالي والسلوكيات العدوانية لدى السجناء.

تكونت عينة الدراسة من ١١٤ امرأة تركية مدانة بجرائم عنف (مثل الاعتداء والقتل والإيذاء الجسدي)، بمتوسط عمر ٣٥.٦٧ سنة. أظهرت النتائج وجود ارتباطات إيجابية قوية بين صعوبة التنظيم الانفعالي وكل أنواع العدوانية، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين ٠.٢٥ حتى ٠.٦٢. كما كشفت نتائج تحليل الوساطة أن التفكير الإجرامي (أي التشوهات المعرفية المبررة للسلوك الإجرامي مثل التفكير المبالغ أو التبرير الذاتي) له تأثير وسيط جزئي في العلاقة بين التنظيم الانفعالي والعدوانية، بما يعني أن التشوهات المعرفية تؤدي إلى تضخيم أثر فقدان السيطرة الانفعالية على ظهور السلوكيات العدوانية. يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة أنها هدفت إلى تحقيق هدفين رئيسيين، التحقق من متغيرات البحث لدى نزلاء المؤسسات الإصلاحية، والتحقق من متغيرات أخرى لدى نزلاء المؤسسات الإصلاحية، ويتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة، أن جميع هذه الدراسات اتبعت المنهج الوصفي التحليلي، وهو المنهج المتبع في البحث الحالي. ويتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة، أن جميع هذه الدراسات أجريت على نزلاء المؤسسات الإصلاحية مع وجود اختلاف في حجم العينات التي طبقت عليها، فقد بلغت أقل عينة في دراسة التويب (٢٠٢٣)، وبلغت أكبر عينة في دراسة الهنائية والصوافية وجمعة (٢٠٢٤).

ويتميز البحث الحالي بعدد من الجوانب المنهجية والعلمية التي تجعله إضافة نوعية في ميدان الدراسات النفسية المتعلقة بالنزليات، سواء من حيث الموضوع أو المنهج أو البيئة البحثية. أولاً، يُعد هذا البحث من الدراسات القليلة التي تناولت النزليات في المؤسسات الإصلاحية السعودية، وتحديدًا في منطقة الرياض، في ضوء متغيرات نفسية عميقة مثل التشوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة، وهي متغيرات لم تُدرس من قبل ضمن نموذج واحد متكامل في البيئة المحلية. ثانيًا، يتميز البحث بتبنيه المدخل البنائي (النمذجة البنائية) لتحليل العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات الثلاثة، مما يمنحه قوة تفسيرية وتنبؤية أعلى مقارنة بالدراسات السابقة التي اكتفت بالعلاقات الارتباطية البسيطة أو الفروق الإحصائية. ثالثًا، يختلف

البحث الحالي عن الدراسات السابقة في كونه ينطلق من رؤية إنسانية متكاملة تسعى إلى فهم التجربة النفسية للنزليات في سياقها الثقافي والاجتماعي المحافظ، وليس من منظور كونها وصمة أو عقاب، بل بهدف استكشاف العوامل المعرفية والانفعالية التي يمكن أن تسهم في تحسين جودة حياتهن وإعادة دمجهن في المجتمع بعد الإفراج. رابعاً، يسعى البحث إلى سد فجوة بحثية واضحة تمثلت في غياب الدراسات العربية، والسعودية خصوصاً، التي تربط بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي ومعنى الحياة في بيئة المؤسسات الإصلاحية، رغم ما تشير إليه الأدبيات الأجنبية من أهمية هذه المتغيرات في تفسير التكيف النفسي وإعادة البناء المعرفي بعد الصدمة.

فروض البحث:

يحاول البحث الحالي التحقق من صحة الفروض الآتية:

١. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة والتنظيم الانفعالي لدى نزليات المؤسسات الإصلاحية.
٢. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة في ضوء استراتيجيات التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط لدى نزليات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض.
٣. توجد فروق دالة إحصائية في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية: (مدة السجن، الحالة الاجتماعية، العمر، المستوى الدراسي).

تاسعاً: منهج البحث:

اعتمد البحث المنهج الوصفي تحقيقاً لأهداف البحث، وذلك لملاءمته لطبيعة البحث، والذي يهتم بالكشف عن العلاقات المتبادلة بين التشوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى نزليات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض من خلال بناء نموذج للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة، والتحقق منه إمبيريقياً.

عاشراً: مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من جميع نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض خلال فترة إجراء الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥م، وعددهن (٥٨٣) نزيلة حسب الإحصائيات الرسمية. أما عينة البحث فتكونت (٣٦٧) نزيلة من نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض، حيث تم اختيارهن بالطريقة العشوائية من خلال التطبيق الإلكتروني للمقاييس، والهدف من التطبيق على هذه العينة هو التحقق من فروض البحث، ويوضح جدول (١) خصائص هذه العينة حسب متغيرات مدة السجن والحالة الاجتماعية والعمر والمستوى الدراسي:

جدول (١): خصائص عينة نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض حسب

متغيرات مدة السجن والحالة الاجتماعية والعمر والمستوى الدراسي

المتغيرات	مستويات كل متغير	العدد	النسبة
مدة السجن	٥ سنوات فأقل	119	32.4%
	من ٦ إلى ١٠ سنوات	100	27.2%
	١٠ سنوات فأكثر	148	40.3%
الحالة الاجتماعية	عزباء	55	15.0%
	متزوجة	245	66.8%
	مطلقة	63	17.2%
	أرملة	4	1.1%
العمر	٣٠ سنة فأقل	101	27.5%
	من ٣٠ إلى ٤٠ سنة	97	26.4%
	٤٠ سنة فأكثر	169	46.0%
المستوى الدراسي	إعدادي فأقل	106	28.9%
	ثانوية عامة	177	48.2%
	جامعي	84	22.9%
المجموع		367	100.0%

يتضح من نتائج جدول (١) أن عينة النزليات توزعت بخصائص ديموغرافية وقانونية متنوعة. ففيما يخص مدة السجن، تُشكل فئة النزليات المحكوم عليهن بـ ١٠ سنوات فأكثر "النسبة الأكبر (٤٠.٣%)، تليها فئة ٥ سنوات فأقل (٣٢.٤%)، ثم فئة "من ٦ إلى ١٠ سنوات" (٢٧.٢%)، مما يشير إلى وجود نسبة كبيرة من القضايا التي تتضمن عقوبات طويلة المدى.

أما بالنسبة للحالة الاجتماعية، فقد سيطرت فئة "المتزوجات" على الغالبية العظمى من العينة بنسبة بلغت (٦٦.٨%)، في حين جاءت "المطلقات" في المرتبة الثانية (١٧.٢%)، تليهن "العزباء" (١٥.٠%)، بينما كانت "الأرامل" هي الفئة الأقل تمثيلاً (١.١%)، مما قد يُلحظ إلى وجود علاقة بين الظروف الاجتماعية والنفسية المرتبطة بالحياة الزوجية وارتكاب الجريمة.

وفي متغير العمر، لوحظ أن Nearly نصف النزليات (٤٦.٠%) يقعن في فئة "٤٠ سنة فأكثر"، مما يشير إلى نضج نسبي وخبرة حياتية قد ترتبط بأنماط معينة من الجرائم. وتوزع النسبة المتبقية بشكل متقارب بين فئتي "٣٠ سنة فأقل" (٢٧.٥%) و"من ٣٠ إلى ٤٠ سنة" (٢٦.٤%).

أخيراً، بالنسبة للمستوى الدراسي، أظهرت النتائج أن معظم النزليات يحملن مؤهلاً تعليمياً في مستوى "الثانوية العامة" (٤٨.٢%)، تليهن من حصلن على تعليم "إعدادي" فأقل (٢٨.٩%)، بينما كانت نسبة الحاصلات على تعليم "جامعي" هي الأقل (٢٢.٩%)، مما قد يُشير إلى علاقة المستوى التعليمي والوعي باحتمالية الوقوع في الجريمة أو طبيعتها.

حادي عشر: أدوات البحث:

وفقاً لأغراض البحث الحالي ومتغيراته، فقد تم استخدام ثلاثة مقاييس مُعدة ومقننة في البيئة العربية، وهي: مقياس التشوهات المعرفية، ومقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، ومقياس معنى الحياة، وفيما يلي عرض لكل أداة ومكوناتها وما تم التوصل إليه من خصائص سيكومترية لكل أداة من هذه الأدوات.

الأداة الأولى: مقياس التشوهات المعرفية:

يهدف الكشف عن مستوى التشوهات المعرفية لدى العينة، استخدمت الباحثة مقياس التشوهات المعرفية إعداد (Roberts, 2015)، والذي قام الخشان والمومني (٢٠٢٤) بترجمته من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، والتأكد من دلالات الصدق والثبات، حيث تكون المقياس من (٢٩) فقرة موزعة على (٩) أبعاد تتضمن:

الأبعاد	عدد الفقرات
البعد الأول: الشخصية.	5
البعد الثاني: تضخيم الأمور.	4
البعد الثالث: قراءة المستقبل.	4
البعد الرابع: الكمالية.	3
البعد الخامس: التفكير الثنائي.	3
البعد السادس: التقليل.	3
البعد السابع: التفكير الكارثي.	4
البعد الثامن: المقارنة بالآخرين.	3
المقياس ككل	29

يُستجاب على المقياس وفق تدرج خماسي يشتمل البدائل التالية: (دائماً، وتعطي عند تصحيح المقياس ٥ درجات، وغالباً، وتعطي ٤ درجات، وأحياناً، وتعطي ٣ درجات، ونادراً، وتعطي درجتين، وأبداً، وتعطي درجة واحدة)، وكانت جميع الفقرات ذات اتجاه موجب.

لأجل التحقق من صدق المحتوى، عرض (الخشان والمومني، ٢٠٢٤) المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في اللغة الإنجليزية وعلم النفس، ثم أُعيدت ترجمة فقرات المقياس من اللغة العربية إلى اللغة الإنجليزية، وتمت مراجعة الترجمة من قبل محكمين لغويين للتأكد من مطابقة الصياغة المترجمة للنص الأصلي.

ويهدف التحقق من مؤشرات صدق البناء، قام كل من الخشان والمومني (٢٠٢٤) بحساب مؤشرات صدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم

ارتباط الفقرات بالمقياس الكلي والمجالات التي تتبع له، وتبين من النتائج أن قيم معاملات ارتباط الفقرات كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١).

وقام كل من الخشان والمومني (٢٠٢٤) بحساب قيم معاملات الارتباط البينية Inter-Correlation لمجالات مقياس التشوهات المعرفية، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وتبين من النتائج أن قيم معاملات الارتباط البينية بين مجالات مقياس التشوهات المعرفية قد تراوحت بين ٠.٣١ و ٠.٧٥، كما أن قيم معاملات الارتباط بين المجالات والمقياس ككل تراوحت بين ٠.٦١ و ٠.٨٤، وجميعها ذات دلالة إحصائية، وهذا يعد مؤشراً على صدق البناء للمقياس.

ولتقدير ثبات مقياس التشوهات المعرفية ومجالاته، قام الخشان والمومني (٢٠٢٤) باستخدام معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس من خلال إعادة تطبيقه على عينة الخصائص السيكومترية السابقة، باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار Test-Retest، وذلك بفارق زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني. ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، وتبين من النتائج أن ثبات الإعادة للمقياس ككل بلغ (٠.٨٩٣)، ومجالاته تراوحت ما بين ٠.٨٨٤ - ٠.٨٢٣. وبلغ الثبات ككل (٠.٨٢٧)، ومجالاته تراوحت ما بين ٠.٧٣٢ - ٠.٨١٠.

كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية من خلال تطبيق على عينة استطلاعية مكونة من (٢٠٠) نزيلة، ثم تم حساب صدق نموذج التحليل العاملي التوكيدي أحادي العامل لمقياس التشوهات المعرفية في الدراسة الحالية باستخدام أسلوب الاحتمال الأقصى (Maximum Likelihood). وأظهرت النتائج أن جميع المتغيرات المقاسة تشبعت على عامل واحد، وذلك من خلال برنامج Amos الإصدار (٢٦). كما قامت الباحثة باختبار النموذج النظري الذي يضم ثمانية متغيرات مقاسة تمثل أبعاد الظاهرة قيد الدراسة، إضافةً إلى متغير كامن واحد. وتبين من النتائج أن قيم إحصاء "ت" المرتبطة بمعاملات المسار لا تقع ضمن الفترة (-١.٩٦ , ١.٩٦)، مما

يشير إلى دلالة هذه المعاملات إحصائياً. كما تبين أن النموذج قد استوفى شروط حسن المطابقة، الأمر الذي يرى أن المقياس يتطابق مع صورته الأصلية. كما تم حساب مؤشرات ثبات مقياس التشوهات المعرفية في الدراسة الحالية، من خلال تطبيق معادلة ألفا كرونباخ alpha Cronbachs على نتائج العينة الاستطلاعية، كذلك حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وتبين من النتائج ان مؤشرات الثبات لمقياس التشوهات المعرفية باستخدام ثلاث طرق مختلفة (اتساق داخلي، جتمان λ_2 ، سيبرمان-براون) كانت مرتفعة (0.94، 0.93، 0.91) على التوالي، حيث تظهر النتائج موثوقية عالية للمقياس وقابليته للتطبيق، مما يشير إلى تجانس ممتاز بين فقرات المقياس.

مما سبق عرضه يتضح أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق والثبات.

الأداة الثانية: مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي:

بهدف الكشف عن مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العينة، استخدمت الباحثة مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي إعداد (Garnefski & Kraaij, 2007)، والذي قامت عفانة (٢٠١٩) بترجمته، والتأكد من دلالات صدقه وثباته، والذي يتضمن خمس استراتيجيات إيجابية هي: إعادة التقييم الإيجابي، التركيز على التخطيط، التقبل، إعادة التركيز الإيجابي، وضع الأمور في منظورها الصحيح، وأربع استراتيجيات سلبية هي: الاجترار، ولوم النفس، والتصور الكارثي، ولوم الآخرين، حيث تكون المقياس من (٣٦) فقرة موزعة على (٩) أبعاد؛ موزعة كالتالي:

عدد الفقرات	الأبعاد
4	البعد الأول: إعادة التقييم الإيجابي.
4	البعد الثاني: التركيز على التخطيط.
4	البعد الثالث: الاجترار.
4	البعد الرابع: التقبل.
4	البعد الخامس: إعادة التركيز الإيجابي.
4	البعد السادس: وضع الأمور في منظورها الصحيح.
4	البعد السابع: لوم النفس.
4	البعد الثامن: التصور الكارثي.
4	البعد التاسع: لوم الآخرين.
36	المقياس ككل

ويستجاب على فقرات المقياس وفق تدرج خماسي يشتمل البدائل التالية: (دائماً، وتعطي عند تصحيح المقياس ٥ درجات، وغالباً، وتعطي ٤ درجات، وأحياناً، وتعطي ٣ درجات، ونادراً، وتعطي ٢، وأبداً، وتعطي درجة واحدة).

وقد قام (عفانة، ٢٠١٩) بحساب صدق الاختبار من خلال عرضه على (١٠) من المتخصصين في علم النفس، كما استخدم ألفا كرونباخ ووجد أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥ - ٠.٠١). استخدم أيضاً صدق المقارنات الطرفية حيث بلغت قيمة (Z) لاختبار مان ويتي (٤.٩١٣) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥).

وقامت (عفانة، ٢٠١٩) بحساب الثبات للمقياس من خلال التجزئة النصفية، وتبين أن قيم معاملات ثبات أبعاد المقياس تراوحت بين (٠.٤٠٣ - ٠.٧٩٢). كما استخدم معامل ألفا كرونباخ، حيث تراوحت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس بين (٠.٧١٩ - ٠.٧٨٩). وبهذا يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة، وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق والثبات.

كما تم حساب مؤشرات ثبات مقياس التشوهات المعرفية في الدراسة الحالية، من خلال تطبيق معادلة ألفا كرونباخ alpha Cronbachs على نتائج العينة الاستطلاعية، كذلك حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وتبين من النتائج كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية من خلال تطبيق على عينة استطلاعية مكونة من (٢٠٠) نزيلة، ثم تم حساب صدق نموذج التحليل العاملي التوكيدي أحادي العامل لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي في الدراسة الحالية باستخدام أسلوب الاحتمال الأقصى (Maximum Likelihood). وأظهرت النتائج أن جميع المتغيرات المقاسة تشبعت على عامل واحد، وذلك من خلال برنامج Amos الإصدار (٢٦). كما قامت الباحثة باختبار النموذج النظري الذي يضم ثمانية متغيرات مقاسة تمثل أبعاد الظاهرة قيد الدراسة، إضافةً إلى متغير كامن واحد، وتبين من النتائج أن قيم إحصاء "ت" المرتبطة بمعاملات المسار لا تقع ضمن الفترة (-١.٩٦ , ١.٩٦)، مما يشير إلى دلالة هذه المعاملات إحصائياً. كما تبين أن النموذج قد استوفى شروط حسن المطابقة، الأمر الذي يرى أن مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي يتطابق مع صورته الأصلية.

كما تم حساب مؤشرات ثبات مقياس التنظيم الانفعالي في الدراسة الحالية، من خلال تطبيق معادلة ألفا كرونباخ alpha Cronbachs على نتائج العينة الاستطلاعية، كذلك حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وتبين من النتائج أن مؤشرات الثبات للمقياس باستخدام ثلاث طرق مختلفة (ألفا كرونباخ، جتمان ٢٠٠٠، سبيرمان-براون) كانت مرتفعة (0.96، 0.82)، مؤشرات الثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي باستخدام ثلاث طرق مختلفة (ألفا كرونباخ، جتمان ٢٠٠٠، سبيرمان-براون)، حيث تُظهر النتائج موثوقية عالية للمقياس وأبعاده، وهذه النتائج تدعم تماسك البنية الداخلية للمقياس. على التوالي، حيث أظهرت النتائج موثوقية عالية للمقياس وأبعاده، وهذه النتائج تدعم تماسك البنية الداخلية للمقياس.

الأداة الثالثة: مقياس معنى الحياة:

يهدف الكشف عن مستوى معنى الحياة لدى العينة، استخدمت الباحثة مقياس معنى الحياة إعداد الأبيض (٢٠١٠)، حيث تكون المقياس من (٣٩) فقرة موزعة على (٤) أبعاد موزعة كالتالي:

الأبعاد	عدد الفقرات
البعد الأول: الرضى والقبول.	12
البعد الثاني: الهدف من الحياة.	10
البعد الثالث: المسؤولية.	10
البعد الرابع: التسامي بالذات.	7
المقياس ككل	39

ويُستجاب على فقرات المقياس وفق تدرج خماسي يشتمل البدائل التالية: (دائماً، وتعطي عند تصحيح المقياس ٥ درجات، وغالباً، وتعطي ٤ درجات، وأحياناً، وتعطي ٣ درجات، ونادراً، وتعطي درجتين، وأبداً، وتعطي درجة واحدة)، وكانت جميع الفقرات ذات اتجاه موجب.

لأجل التحقق من صدق المحتوى، قام معد المقياس (الأبيض، ٢٠١٠) بالتحقق من الصدق الظاهري لمقياس معنى الحياة من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في شؤون الدراسات والتخصصات الأخرى. وقد جرى الطلب من المحكمين إبداء الرأي حول صياغة الفقرات، ومدى مناسبتها للمجال الذي وضعت فيه، إما بالموافقة عليها أو تعديل صياغتها أو حذفها لعدم أهميتها. وقد أقر المحكمون بضرورة تعديل بعض الفقرات وحذف بعضها، ولقد تكونت أداة الدراسة في صورتها النهائية بعد الأخذ بملاحظات المحكمين وتوصياتهم من ٣٩ فقرة.

ولتقدير ثبات مقياس معنى الحياة ومجالاته، كل من (الأبيض، ٢٠١٠) باستخدام معادلة ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية، واتضح من النتائج أن معاملات الثبات لمقياس معنى الحياة بمجالاته كانت ما بين (٠.٨٠-٠.٨٨)، حيث بلغت للمجال الثاني (الهدف من الحياة) وللمجال الأول

(الرضا والقبول) قيماً مرتفعة، في حين بلغ الثبات الكلي للأداة (٠.٩٢)، وهي قيم معاملات ثبات عالية وتفي بأغراض البحث العلمي، مما يظهر موثوقية الأداة وقدرتها على قياس المتغيرات بدقة.

كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية من خلال تطبيق على عينة استطلاعية مكونة من (٢٠٠) نزيلة، ثم تم حساب صدق نموذج التحليل العاملي التوكيدي أحادي العامل لمقياس معنى الحياة في الدراسة الحالية باستخدام أسلوب الاحتمال الأقصى (Maximum Likelihood). وأظهرت النتائج أن جميع المتغيرات المقاسة تشبعت على عامل واحد، وذلك من خلال برنامج Amos الإصدار (٢٦). كما قامت الباحثة باختبار النموذج النظري الذي يضم أربع متغيرات مقاسة تمثل أبعاد الظاهرة قيد الدراسة، إضافةً إلى متغير كامن واحد.

كما تم حساب مؤشرات ثبات مقياس معنى الحياة في الدراسة الحالية، من خلال تطبيق معادلة ألفا كرونباخ alpha Cronbachs على نتائج العينة الاستطلاعية، كذلك حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، وتبين من النتائج أن مؤشرات الثبات لمقياس معنى الحياة باستخدام ثلاث طرق مختلفة (ألفا كرونباخ، جتمان ٢، سيبرمان-براون) كانت مرتفعة (0.96، 0.93، 0.93) على التوالي، حيث تُظهر النتائج موثوقية عالية جداً للمقياس وأبعاده، مما يجعله أداة مناسبة للتطبيق في الدراسة الحالية، ويعزز الثقة في دقة النتائج المستخلصة من خلاله.

ثاني عشر: نتائج البحث:

تقدم الباحثة عرضاً تحليلياً للنتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية، وذلك بهدف الإجابة على تساؤلات البحث:

نتائج السؤال الأول: ما العلاقة التشوهات المعرفية ومعنى الحياة والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية؟

تمت الإجابة على السؤال، من خلال حساب قيم معاملات الارتباط بيرسون بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية كما هو موضح في الجدول ٢:

جدول (٢): العلاقة التشوهات المعرفية ومعنى الحياة والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية

المقاييس	التشوهات المعرفية	التنظيم الانفعالي	معنى الحياة
التشوهات المعرفية	1	-0.561(**)	-0.506(**)
التنظيم الانفعالي	-0.561(**)	1	0.660(**)
معنى الحياة	-0.506(**)	0.660(**)	1

**الارتباط دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من نتائج الجدول (٢) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١) بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-٠.٥٦١). ويشير هذا إلى أنه كلما ارتفعت مستويات التشوهات المعرفية لدى النزيلات، انخفضت قدرتهم على تنظيم انفعالاتهم والسيطرة عليها، وهو ما يعكس أثر التفكير المشوّه في ضعف مهارات التعامل مع المواقف الانفعالية وضبط الاستجابات العاطفية.

كما تبين وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة، بلغت قيمتها (-٠.٥٠٦)، ما يدل على أن زيادة التشوهات المعرفية ترتبط بانخفاض إدراك النزيلات لمعنى الحياة، والشعور بالهدف والاتجاه في حياتهن. ويُفسّر ذلك بأن التشوهات المعرفية مثل التفكير السلبي والتعميم المفرط تسهم في تشويه الصورة الذاتية وفقدان الشعور بالأمل والمعنى، مما يؤدي إلى ضعف في تقدير الذات والإحساس بالقيمة الشخصية.

وفي المقابل، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية ودالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٦٦٠). وهذا يعني أن ارتفاع قدرة النزيلات على تنظيم انفعالاتهن يرتبط بارتفاع مستوى إدراكهن لمعنى الحياة، مما يشير إلى الدور الإيجابي للتنظيم الانفعالي في تعزيز التوازن النفسي وتبني نظرة أكثر إيجابية نحو الذات والمستقبل.

نتائج السؤال الثاني: ما العلاقة بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة في ضوء استراتيجيات التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض؟

تمت الإجابة على السؤال، من خلال حساب المصفوفة الارتباطية لهذه المتغيرات ثم استخدمت تلك المصفوفة في اختبار النموذج المقترح باستخدام أسلوب النمذجة بالمعادلة البنائية SEM ، وذلك بواسطة برنامج AMOS باتباع الخطوات الآتية:

١. المخطط النظري للنموذج:

تبدأ الخطوة الأولى في النمذجة بالمعادلة البنائية SEM بوضع النموذج النظري أو المخطط النظري للنموذج المراد التحقق من العلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات الدراسة.



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا

ISSN (Print):- 1110-1237

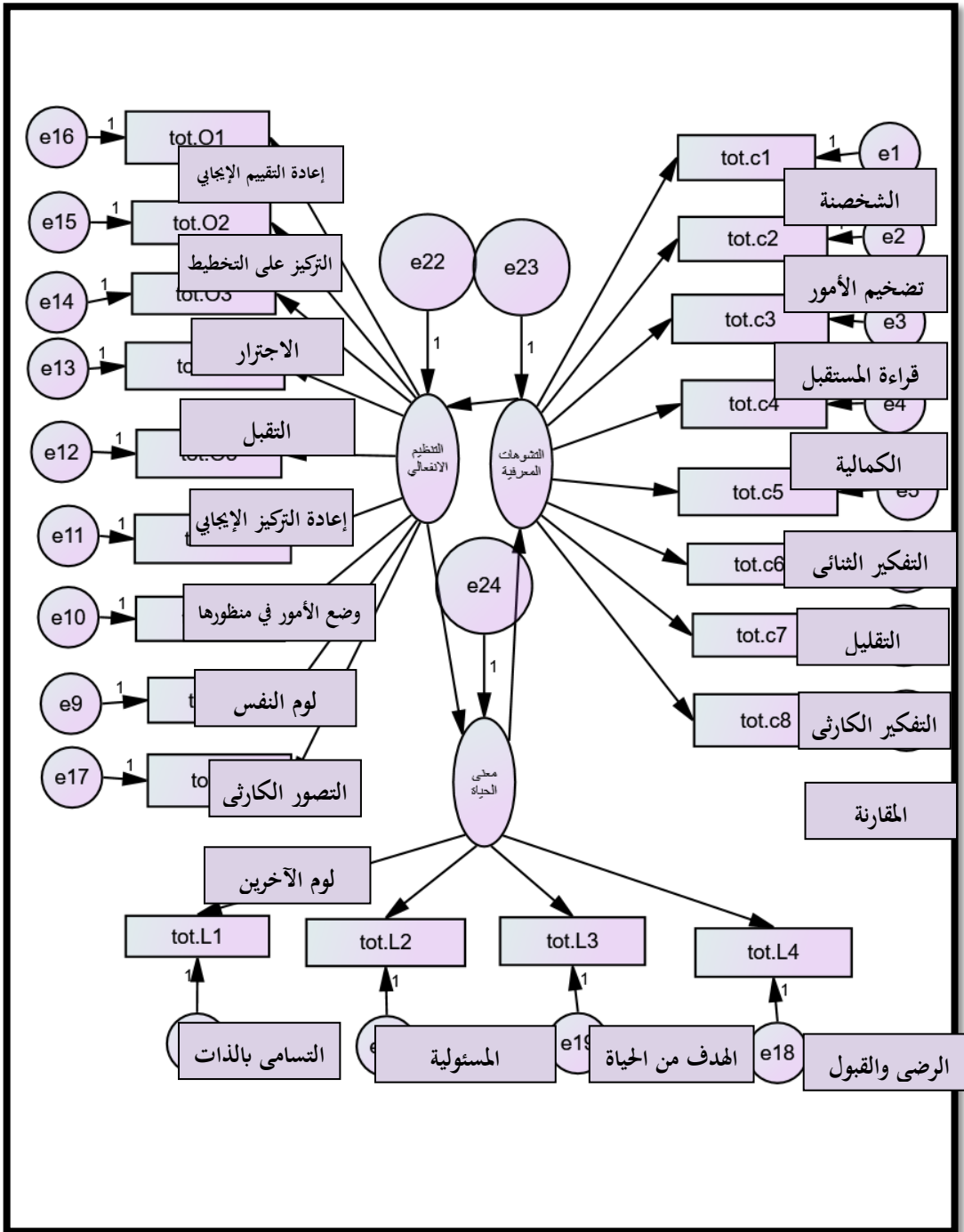
ISSN (Online):- 2735-3761

<https://mkmgmt.journals.ekb.eg>



المجلد (٩١) العدد الرابع أكتوبر ج (١) ٢٠٢٥

شكل (١) يوضح المخطط النظري للنموذج المقترح للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض بالمملكة العربية السعودية.



٢. النمذجة باستخدام المعادلة البنائية SEM

تتم عملية النمذجة من خلال تحليل المخطط النظري الذي تم وضعه بتطبيق المعادلة البنائية SEM على بيانات العينة المكونة من (٣٦٧) نزيلة، والهدف منها التحقق من العلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض، من خلال توضيح العلاقات بين هذه المكونات، وتوضيح قيم ارتباطات العوامل الكامنة مع الفقرات المكونة لها.

حيث يعرض جدول (٣) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج في ضوء افتراض التطابق بين مصفوفة التباين للمتغيرات الداخلة في التحليل والمصفوفة المفترضة من قبل النموذج تنتج العديد من المؤشرات الدالة على جودة هذه المطابقة، والتي يتم من خلالها الحكم على جودة النموذج المفترض، وقبول هذا النموذج أو رفضه في ضوءها، والتي تعرف بمؤشرات حسن المطابقة أو مؤشرات جودة المطابقة لاختبار النموذج.

جدول (٣): مؤشرات حسن المطابقة للنموذج

المؤشر	القيمة	القيمة المقبولة	التفسير
قيمة مربع كاي (Degrees of freedom)	784	--	--
درجات الحرية (Degrees of freedom)	١٥٧	--	--
مستوى الدلالة	0.001	--	--
مربع كاي المعياري (قيمة مربع كاي/درجات الحرية)	4.99	أقل من ٧	مقبولة
مؤشر المطابقة المقارن CFI	0.90	أكبر من ٠.٩	مقبولة
مؤشر حسن المطابقة GFI	0.91	أكبر من ٠.٩	مقبولة
مؤشر المطابقة المعياري NFI	0.93	أكبر من ٠.٩	مقبولة
معامل توكر لوييس TLI	0.94	أكبر من ٠.٩	مقبولة
متوسط الجذر التربيعي المتبقي RMR	0.041	أقل من 0.05	مقبولة
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA	0.067	أقل من 0.08	مقبولة

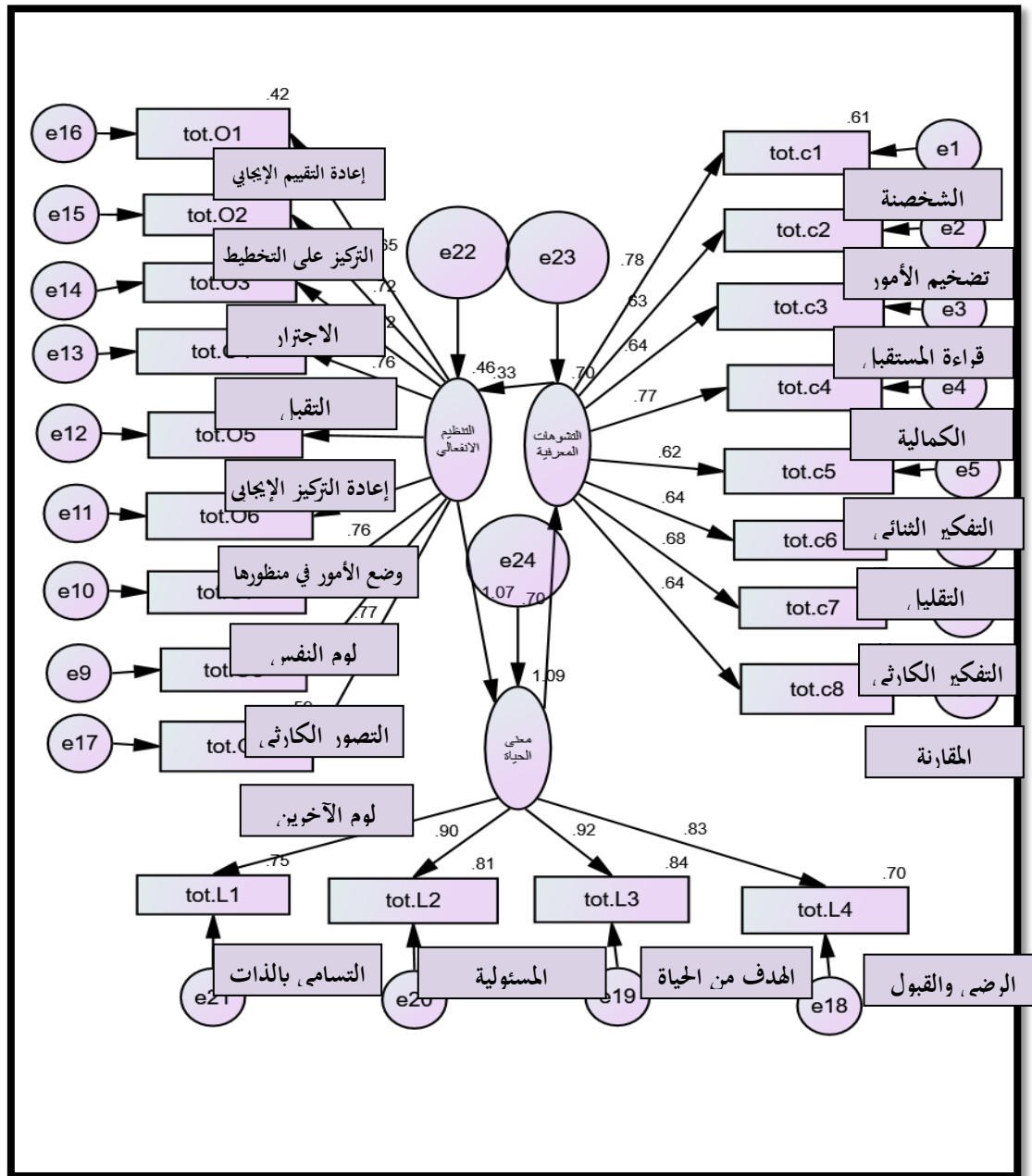
يتبين من نتائج جدول (٣) أن جميع مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المقترح للعلاقات بين المتغيرات جاءت ضمن المدى المقبول، مما يظهر ملاءمة النموذج

للبيانات. حيث بلغ مؤشر المطابقة المقارن (CFI) قيمة (٠.٩٠)، ومؤشر توكر لويس (TLI) قيمة (٠.٩٤)، وهي قيم تتجاوز الحد الأدنى المقبول (٠.٩٠)، مما يشير إلى مطابقة جيدة للنموذج. كما بلغ مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA) قيمة (٠.٠٦٧)، وهي تقع ضمن المدى المقبول (أقل من ٠.٠٨)، مما يعكس دقة تقدير النموذج للعلاقات بين المتغيرات.

جاءت المؤشرات الأخرى متوافقة مع معايير القبول، حيث بلغ مؤشر حسن المطابقة (GFI) قيمة (٠.٩١)، ومؤشر المطابقة المعياري (NFI) قيمة (٠.٩٣)، وهي قيم تتجاوز الحد الأدنى (٠.٩٠). كما سجل متوسط الجذر التربيعي المتبقي (RMR) قيمة (٠.٠٤١)، وهي أقل من المعيار المقبول (٠.٠٥). أما مربع كاي المعياري (χ^2/df) فبلغ (٤.٩٩)، وهي قيمة مقبولة حيث تقل عن (٧)، مما يدعم عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين النموذج المقترح والبيانات.

بشكل عام، تشير هذه النتائج إلى أن النموذج الهيكلي المقترح للعلاقات بين التشوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة يتمتع بملاءمة إحصائية جيدة، مما يسمح بقبول النموذج كإطار تفسيري للعلاقات بين هذه المتغيرات لدى عينة نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض. ويوضح شكل (٢) التقديرات المعيارية للنموذج.

شكل (٢): يوضح التقديرات المعيارية للنموذج المقترح للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية في منطقة الرياض



تُظهر نتائج التحليل البنائي للنموذج المقترح توافقاً جيداً مع البيانات الإمبريقية، حيث تظهر المؤشرات الإحصائية وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين التشوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى النزيلات. فقد أظهرت

التشوهات المعرفية (الممثلة في أبعاد: الشخصية، وتضخيم الأمور، وقراءة المستقبل، والكمالية، والتفكير الثنائي، والتقليل، والتفكير الكارثي، والمقارنة بالآخرين) تأثيراً سلبياً معنوياً على استراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية (مثل إعادة التقييم الإيجابي، التركيز على التخطيط، وإعادة التركيز الإيجابي) وعلى معنى الحياة (الرضى والقبول، الهدف من الحياة، المسؤولية، والتسامي بالذات)، بينما ارتبطت بشكل إيجابي مع استراتيجيات التنظيم الانفعالي السلبية (مثل الاجترار، لوم النفس، ولوم الآخرين).

من ناحية أخرى، أظهرت استراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية تأثيراً وسيطاً واضحاً في التخفيف من الآثار السلبية للتشوهات المعرفية على معنى الحياة. حيث ساهمت هذه الاستراتيجيات (خاصة إعادة التقييم الإيجابي، التركيز على التخطيط، ووضع الأمور في منظورها الصحيح) في تعزيز إدراك معنى الحياة من خلال زيادة الرضى والقبول وتعزيز الهدف من الحياة والتسامي بالذات. في المقابل، عززت الاستراتيجيات السلبية (مثل الاجترار ولوم الآخرين) من التأثير السلبي للتشوهات المعرفية على المعنى الحياة.

تجدر الإشارة إلى أن بعض الأبعاد مثل المسؤولية أظهرت تأثيراً محدوداً في النموذج، مما قد يعكس طبيعة السياق الخاص بالنزيلات وتأثير البيئة المؤسسية على إحساسهن بالمسؤولية. بشكل عام، يدعم النموذج المقترح فرضية أن تحسين استراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية يمكن أن يلعب دوراً محورياً في التخفيف من الآثار السلبية للتشوهات المعرفية ويعزز إدراك معنى الحياة بين النزيلات. ويوضح الجدول ٤ تقديرات أوزان الانحدار لنموذج الدراسة:

جدول (٤): تقديرات أوزان الانحدار لنموذج الدراسة

المتغير	اتجاه التأثير	المتغير	التقدير Estimate	الخطأ المعياري S.E.	النسبة الحرجة C.R.	مستوى الدلالة P
التنظيم الانفعالي	<---	معنى الحياة	1.020	.032	31.794	0.001
معنى الحياة	<---	التشوهات المعرفية	.694	.070	9.858	0.001
التشوهات المعرفية	<---	التنظيم الانفعالي	.347	.130	2.667	0.008

تُظهر نتائج **الجدول (٤)** تقديرات أوزان الانحدار لنموذج الدراسة، والتي تشير إلى وجود علاقات تأثيرية دالة إحصائياً بين متغيرات البحث الرئيسية. حيث أظهرت النتائج أن معنى الحياة له تأثير إيجابي قوي على التنظيم الانفعالي بتقدير انحدار بلغ (١.٠٢٠) ونسبة حرجة (٣١.٧٩٤) عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى معنى الحياة يرتبط بتحسين ملحوظ في استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

كما أظهرت النتائج أن التشوهات المعرفية تؤثر سلباً على معنى الحياة بتقدير انحدار بلغ (٠.٦٩٤) ونسبة حرجة (٩.٨٥٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، مما يشير إلى ارتفاع التشوهات المعرفية يؤدي إلى انخفاض في إدراك معنى الحياة.

بالإضافة إلى ذلك، كشفت النتائج عن تأثير ذي دلالة إحصائية للتنظيم الانفعالي على التشوهات المعرفية بتقدير انحدار بلغ (٠.٣٤٧) ونسبة حرجة (٢.٦٦٧) عند مستوى دلالة (٠.٠٠٨)، مما يشير إلى أن تحسين استراتيجيات التنظيم الانفعالي قد يساهم في تخفيف حدة التشوهات المعرفية.

هذه النتائج تعزز نموذج العلاقات التبادلية بين المتغيرات، حيث تلعب استراتيجيات التنظيم الانفعالي دوراً في العلاقة بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة، مما يبرز أهمية التدخلات العلاجية التي تستهدف تعزيز التنظيم الانفعالي الإيجابي لدى النزيلات.

ويوضح الجدول (٥) قيم معاملات المسار /التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للنموذج البنائي النهائي

جدول (٥): قيم معاملات المسار / التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للنموذج البنائي

النهائي

نوع التأثير	المتغيرات	معنى الحياة	التنظيم الانفعالي	التشوهات المعرفية
التأثيرات المباشرة	معنى الحياة	.000	1.073	.000
	التنظيم الانفعالي	.000	.000	.325
	التشوهات المعرفية	.705	.000	.000
التأثيرات غير المباشرة	معنى الحياة	.326	.349	.462
	التنظيم الانفعالي	.304	.326	.106
	التشوهات المعرفية	.230	1.002	.326
التأثيرات الكلية	معنى الحياة	.326	1.422	.462
	التنظيم الانفعالي	.304	.326	.431
	التشوهات المعرفية	.934	1.002	.326

يتضح من نتائج الجدول (٥) ما يلي:

أولاً: التأثيرات المباشرة:

- وجود تأثير مباشر دال إحصائياً للتشوهات المعرفية على معنى الحياة بقيمة (٠.٧٠٥)، مما يشير إلى أن زيادة وحدة واحدة في التشوهات المعرفية تؤدي إلى انخفاض في معنى الحياة بمقدار ٠.٧٠٥ وحدة.
- وجود تأثير مباشر دال إحصائياً للتشوهات المعرفية على التنظيم الانفعالي بقيمة (٠.٣٢٥)، حيث تساهم التشوهات المعرفية في زيادة استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي غير التكيفية.
- وجود تأثير مباشر دال إحصائياً لتنظيم الانفعالي على معنى الحياة بقيمة (١.٠٧٣)، مما يظهر أن تحسين استراتيجيات التنظيم الانفعالي يعزز بشكل قوي إدراك معنى الحياة.

ثانياً: التأثيرات غير المباشرة:

- وجود تأثير غير مباشر دال إحصائياً للتشوهات المعرفية على معنى الحياة عبر الوساطة الجزئية للتنظيم الانفعالي بقيمة (٠.٣٤٩)، مما يدعم دور التنظيم الانفعالي كوسيط في هذه العلاقة.

- وجود تأثير غير مباشر دال إحصائياً لتنظيم الانفعالي على التشهوات المعرفية عبر تعزيز معنى الحياة بقيمة (٠.٣٠٤)، مما يكشف عن علاقة تبادلية بين تحسين المعنى الحياة وتقليل التشهوات المعرفية.

ثالثاً: التأثيرات الكلية:

- سجلت التشهوات المعرفية أعلى تأثير كلي على معنى الحياة بقيمة (٠.٩٣٤)، مما يبرز دورها كعامل خطر رئيسي.
 - أظهر التنظيم الانفعالي تأثيراً كلياً قوياً على معنى الحياة بقيمة (١.٤٢٢)، مؤكداً أهميته كعامل وقائي.
 - بلغ التأثير الكلي لمعنى الحياة على التشهوات المعرفية قيمة (٠.٤٦٢)، مما يعكس تأثيره التخفيفي على التشهوات المعرفية.
- هذه النتائج تظهر تعقيد الشبكة العلائقية بين المتغيرات وتدعم فرضية الوساطة الجزئية للتنظيم الانفعالي في العلاقة بين التشهوات المعرفية ومعنى الحياة.

نتائج السؤال الثالث: هل توجد فروق في درجات التشهوات المعرفية والتنظيم الانفعالي تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية: (مدة السجن، الحالة الاجتماعية، العمر، المستوى الدراسي).

تمت الإجابة السؤال من خلال حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات العينة على أدوات البحث حسب المتغيرات الديموغرافية، ثم تم استخدام تحليل التباين الأحادي كما يلي:

- دلالة الفروق حسب متغير مدة السجن

جدول (٦): دلالة الفروق في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات

المؤسسات الإصلاحية حسب متغير مدة السجن

المقاييس	مدة السجن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجات الحرية	قيمة ف	مستوى الدلالة
التشوهات المعرفية	٥ سنوات فأقل	3.484	.7102	2	.705	.495
	من ٦ إلى ١٠ سنوات	3.585	.6681	364		
	١٠ سنوات فأكثر	3.496	.6804	366		
التنظيم الانفعالي	٥ سنوات فأقل	3.345	.7575	2	1.003	.368
	من ٦ إلى ١٠ سنوات	3.221	.6422	364		
	١٠ سنوات فأكثر	3.254	.6487	366		

يتبين من الجدول ٦ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير مدة السجن.

- دلالة الفروق حسب متغير الحالة الاجتماعية

جدول (٧): دلالة الفروق في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات

المؤسسات الإصلاحية حسب متغير الحالة الاجتماعية

المقاييس	الحالة الاجتماعية	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجات الحرية	قيمة ف	مستوى الدلالة
التشوهات المعرفية	عزباء	3.519	.7542	3	1.529	.207
	متزوجة	3.473	.6452	363		
	مطلقة	3.679	.7533	366		
	أرملة	3.585	.9651			
التنظيم الانفعالي	عزباء	3.277	.6440	3	1.078	.358
	متزوجة	3.310	.7021	363		
	مطلقة	3.145	.6610	366		
	أرملة	3.090	.1672			

يتبين من الجدول ٧ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير الحالة الاجتماعية.

– دلالة الفروق حسب متغير العمر

جدول (٨): دلالة الفروق في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير العمر

المقاييس	العمر	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجات الحرية	قيمة ف	مستوى الدلالة
التشوهات المعرفية	٣٠ سنة فأقل	3.625	.7159	2	2.189	.114
	من ٣٠ إلى ٤٠ سنة	3.525	.6545	364		
	٤٠ سنة فأكثر	3.446	.6814	366		
التنظيم الانفعالي	٣٠ سنة فأقل	3.182	.6162	2	2.712	.068
	من ٣٠ إلى ٤٠ سنة	3.216	.6182	364		
	٤٠ سنة فأكثر	3.363	.7487	366		

يتبين من الجدول ٨ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير العمر.

– دلالة الفروق حسب متغير المستوى الدراسي

جدول (٩): دلالة الفروق في درجات التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير المستوى الدراسي

المقاييس	المستوى الدراسي	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجات الحرية	قيمة ف	مستوى الدلالة
التشوهات المعرفية	إعدادي فأقل	3.648	.7194	2	3.333	.037
	ثانوية عامة	3.493	.6024	364		
	جامعي	3.399	.7848	366		
التنظيم الانفعالي	إعدادي فأقل	3.307	.6647	2	.759	.469
	ثانوية عامة	3.230	.6383	364		
	جامعي	3.328	.7956	366		

يتبين من الجدول ٩ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في درجات التنظيم الانفعالي لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير المستوى الدراسي. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في درجات التشوهات المعرفية لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير المستوى الدراسي. حيث تم استخدام اختبار شافيه لمقارنات البعدية للتعرف على مصادر هذه الفروق كما هو موضح في الجدول (١٠):

جدول (١٠): مصادر الفروق في درجات التشوهات المعرفية لدى نزيلات المؤسسات

الإصلاحية حسب متغير المستوى الدراسي

المتوسطات الحسابية	المستوى الدراسي	إعدادي فأقل	ثانوية عامة	جامعي
3.648	إعدادي فأقل			
3.493	ثانوية عامة			
3.399	جامعي	*		

يتبين من الجدول ١٠ أن الفروق الدالة إحصائياً في درجات التشوهات المعرفية لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية حسب متغير المستوى الدراسي كانت بين حملة مؤهل إعدادي فأقل، وحملة مؤهل جامعي، لصالح حملة مؤهل جامعي.

ثالث عشر: مناقشة نتائج البحث وتفسيرها:

أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي، وبين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة قوية ودالة إحصائياً بين التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة. وأظهرت النتائج وجود تأثير مباشر دال إحصائياً للتشوهات المعرفية على معنى الحياة بقيمة (٠.٧٠٥)، مما يشير إلى أن زيادة وحدة واحدة في التشوهات المعرفية تؤدي إلى انخفاض في معنى الحياة بمقدار ٠.٧٠٥ وحدة.

هذا التأثير يتوافق مع نظرية بيك (Beck, 2020) حول التشوهات المعرفية التي ترى أن أنماط التفكير المشوهة (مثل التعميم المفرط، والتفكير الثنائي، والتقليل من

الإيجابيات) تؤدي إلى تفسير سلبي للواقع، مما يقوض الشعور بالمعنى والهدف في الحياة. فالأفراد الذين يعانون من تشوهات معرفية يميلون إلى تفسير الأحداث بشكل سلبي، مما يحد من قدرتهم على رؤية الجواهر الإيجابية وإدراك المعنى في تجاربهم الحياتية (Beck, 2020).

كما تدعم هذه النتيجة ما أشار إليه فرانكل (Frankl, 1982) في نظريته عن العلاج بالمعنى، حيث أن التشوهات المعرفية تعيق القدرة على إيجاد المعنى حتى في الظروف العادية، وذلك من خلال إعاقة عملية "إرادة المعنى" التي تعتبر الدافع الأساسي للإنسان. فالتشوهات المعرفية تحجب الرؤية الموضوعية للواقع وتضعف القدرة على اكتشاف القيم الإبداعية والتجريبية والتقييمية التي تشكل مصادر المعنى في الحياة (Frankl, 1982).

هذه النتيجة تتوافق أيضاً مع دراسة (Reker, 2000) التي أظهرت أن الأفراد الذين يعانون من تشوهات معرفية يميلون إلى انخفاض في الشعور بالمعنى والغاية في الحياة. فالتشوهات المعرفية تؤدي إلى إعاقة عملية البحث عن المعنى وتحد من القدرة على إيجاد تفسيرات إيجابية للتجارب الحياتية، مما ينعكس سلباً على الرضا عن الحياة والإحساس بالهدف (Reker, 2000).

من منظور نظرية المعالجة المعلوماتية (Beck & Haigh, 2014)، فإن التشوهات المعرفية تشكل أخطاء في معالجة المعلومات تؤدي إلى تفسير مشوه للواقع، مما يعطل القدرة على إدراك المعنى في الأحداث اليومية. هذه التشوهات تؤثر سلباً على المكونات الثلاثة لمعنى الحياة: المكون المعرفي (الأفكار والمعتقدات)، والمكون الوجداني (المشاعر والانفعالات)، والمكون السلوكي السلوكيات والأفعال (Beck & Haigh, 2014).

تهدف هذه النتيجة إلى تسليط الضوء على الأهمية السريرية لمعالجة التشوهات المعرفية في البرامج العلاجية الموجهة لتعزيز معنى الحياة، خاصة في السياقات الإصلاحية. فالتدخلات العلاجية التي تستهدف تصحيح التشوهات المعرفية يمكن أن

تساهم بشكل فعال في تعزيز الإحساس بالمعنى والهدف، مما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي للأفراد. (Seligman, 2002)

وأظهرت النتائج وجود تأثير مباشر دال إحصائياً للتشوهات المعرفية على التنظيم الانفعالي بقيمة (٠.٣٢٥)، حيث تساهم التشوهات المعرفية في زيادة استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي غير التكيفية.

وهذا التأثير يتوافق مع نموذج جون وجروس (John & Gross, 2007) الذي يربط بين التشوهات المعرفية واستراتيجيات التنظيم غير الفعالة مثل القمع والتجنب، حيث تؤدي أنماط التفكير المشوهة إلى اختلال في العمليات التنظيمية للانفعالات.

كما تدعم هذه النتيجة نظرية العلاج المعرفي السلوكي (Beck, 2011) التي تشير إلى أن التشوهات المعرفية (مثل التعميم المفرط والتفكير الكارثي) تؤدي إلى اعتماد الأفراد على استراتيجيات تنظيم انفعالي غير تكيفية، حيث تساهم هذه التشوهات في تعطيل القدرة على إدارة الانفعالات بشكل صحي (Beck, 2011). فالأفراد الذين يعانون من تشوهات معرفية يميلون إلى استخدام استراتيجيات سلبية مثل كبت المشاعر والاجترار، بدلاً من الاستراتيجيات الإيجابية مثل إعادة التقييم المعرفي.

وهذه النتيجة تتوافق أيضاً مع دراسة أداو وزملاؤها (Aldao et al., 2010) التي أظهرت أن الأفراد ذوي التشوهات المعرفية العالية يميلون إلى الاعتماد المفرط على استراتيجيات التنظيم الانفعالي غير التكيفية، مما يزيد من حدة المشاعر السلبية ويضعف القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية (Aldao et al., 2010). فالتشوهات المعرفية تقود إلى تفسير مشوه للمواقف، مما يحفز اختيار استراتيجيات تنظيمية غير ملائمة. كذلك يتفق مع نتائج دراسة زيرك-ريوس وآخرين (Zeyrek-Rios et al., 2025) التي بينت أن التفكير الإجرامي (أي التشوهات المعرفية المبررة للسلوك الإجرامي مثل التفكير المبالغ أو التبرير الذاتي) له تأثير وسيط جزئي في العلاقة بين التنظيم الانفعالي والعُدوانية. ودراسة (Choi et al., 2023) التي أظهرت نتائجها وجود مجموعات متميزة من السجناء؛ حيث تظهر لدى بعضهم استراتيجيات تنظيم انفعالي سلبي (مثل لوم الذات

والتفكير الكارثي) مرتبطة بارتفاع التشوهات المعرفية، بينما اتجه الآخرون لاستراتيجيات إيجابية لكن بتشوهات معرفية تبريرية. كذلك دراسة ويب (Webb, 2019) التي أظهرت نتائجها أن التحسن في التنظيم الانفعالي يرتبط بانخفاض ملحوظ في الأفكار السلبية والتشوهات المعرفية، مما انعكس إيجاباً على الصحة النفسية العامة للسجناء المشاركين. من وجهة نظر نظرية معالجة المعلومات (Beck & Haigh, 2014)، فإن التشوهات المعرفية تشكل خللاً في معالجة المعلومات الانفعالية، حيث تؤدي إلى تحيز في تقييم المواقف والاستجابات الانفعالية، مما يعطل اختيار واستخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي المناسبة (Beck & Haigh, 2014). هذا الخلل في المعالجة يزيد من الاعتماد على استراتيجيات التنظيم غير التكيفية التي تركز على تجنب المشاعر بدلاً من مواجهتها.

وتظهر هذه النتيجة أهمية تسليط الضوء على الأهمية السريرية لمعالجة التشوهات المعرفية في البرامج العلاجية الموجهة لتحسين التنظيم الانفعالي، حيث أن التدخلات التي تستهدف تصحيح التشوهات المعرفية يمكن أن تساهم في تعزيز استخدام الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم الانفعالي، مما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي (Gross, 2015).

وأظهرت النتائج وجود تأثير مباشر دال إحصائياً لتنظيم الانفعالي على معنى الحياة بقيمة (١.٠٧٣)، مما يشير إلى أن تحسين استراتيجيات التنظيم الانفعالي يعزز بشكل قوي إدراك معنى الحياة. وهذا التأثير يتوافق مع نموذج جروس (Gross, 2015) الذي يرى أن استخدام استراتيجيات تنظيم انفعالي تكيفية مثل إعادة التقييم المعرفي وإعادة التركيز على التخطيط يساهم في تعزيز الرضا عن الحياة والإحساس بالمعنى، حيث تمكن هذه الاستراتيجيات الأفراد من إدارة انفعالاتهم بشكل فعال والتركيز على الجوانب ذات المعنى في حياتهم.

كما تدعم هذه النتيجة نظرية فرانكل (Frankl, 1982) في العلاج بالمعنى، التي تربط بين القدرة على تنظيم الانفعالات وإيجاد المعنى في الحياة، حيث تسهل

الاستراتيجيات التكيفية عملية اكتشاف القيم والأهداف الشخصية (Frankl, 1982). فالأفراد الذين يمتلكون مهارات تنظيم انفعالي فعالة يكونون أكثر قدرة على مواجهة التحديات واستخلاص المعنى من التجارب الصعبة، مما يعزز إحساسهم بالغاية والهدف. هذه النتيجة تتوافق أيضاً مع دراسة سليجمان (Seligman, 2002) حول علم النفس الإيجابي، التي أظهرت أن استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي التكيفية يساهم في تعزيز المشاعر الإيجابية والإحساس بمعنى الحياة (Seligman, 2002). فالأفراد القادرون على تنظيم انفعالاتهم بشكل جيد يكونون أكثر قدرة على الانخراط في أنشطة ذات معنى والتواصل مع الآخرين بشكل إيجابي. وأظهرت نتائج دراسة والش وآخرين Walsh et al. (2011) أن النساء السجينات اللواتي تعرضن لاعتداءات متكررة في مراحل حياتية مختلفة أظهرن صعوبات أكبر في التنظيم الانفعالي مقارنة بمن تعرضن لصدمات مفردة أو لم يتعرضن لها. كما بينت دراسة بروان Browne (2017) أن الصدمات المبكرة تُضعف القدرة على ضبط الانفعالات وتؤدي إلى زيادة المشكلات الاجتماعية والسلوكية داخل السجن، كذلك بينت دراسة كاراتزياس وآخرين Karatzias et al. (2018) أن التعرض المتكرر للصدمات يؤدي إلى اضطراب في التنظيم الانفعالي، والذي بدوره يساهم في زيادة احتمالية السلوك الإجرامي. كما تبين أن شدة الصدمة تنبأت بطول العقوبة وشدة الجريمة.

في المقابل أظهرت نتائج دراسة Hussain (٢٠٢٢) أن ارتفاع الدعم الاجتماعي ارتبط باستخدام استراتيجيات تنظيمية تكيفية مثل إعادة التقييم الإيجابي، في حين أن انخفاض الدعم الاجتماعي ارتبط باستراتيجيات سلبية مثل اللوم الذاتي والتهويل. وأكدت نتائج دراسة ساري وسعيد Sari & Sa'id (٢٠٢٣) أن التنظيم الانفعالي من خلال تعزيز المغفرة الذاتية والتحكم في مشاعر الذنب يمثل آلية نفسية فعالة لاستعادة التوازن الداخلي وإعادة بناء المعنى في ظروف الحياة القاسية.

من وجهة نظر نظرية لانجل (Längle, 2003) في العلاج بالمعنى، فإن التنظيم الانفعالي الفعال يمثل شرطاً أساسياً لتحقيق الوجود الكامل والإحساس بمعنى الحياة، حيث

يمكن الأفراد من مواجهة الشروط الوجودية الأربعة (القبول، العلاقات، الهوية، والمعنى) بشكل أكثر تكيفاً (Längle, 2003). فالقدرة على إدارة الانفعالات تمكن الأفراد من التفكير بشكل أكثر وضوحاً واتخاذ قرارات تتوافق مع قيمهم وأهدافهم.

وترى الباحثة بناء على نتائج تحليل المسار التي كشفت أن النموذج البنائي المقترح للعلاقات بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي ومعنى الحياة قد حقق مؤشرات مطابقة ممتازة، مما يدعم الفرض الرابع بشكل كامل، أن هذا يشير إلى أن هذه المتغيرات لا تعمل بمعزل عن بعضها، بل تشكل نظاماً ديناميكياً متكاملاً يفسر جانباً مهماً من الصحة النفسية للنزليات. فالتشوهات المعرفية لا تؤثر سلباً على معنى الحياة بشكل مباشر فحسب، بل تعمل أيضاً من خلال وسيط مهم هو إعاقة قدرة الفرد على تنظيم انفعالاته بشكل صحي، وهذا التكامل بين الجانب المعرفي (التفكير) والجانب الانفعالي (الشعور) والجانب الوجودي (المعنى) يقدم رؤية شمولية ضرورية لفهم التحديات النفسية التي تواجهها النزليات وتصميم برامج تدخلية فعالة.

رابع عشر: التوصيات.

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج، توصلت الباحثة إلى مجموعة من التوصيات:

١. تطوير برامج متكاملة للصحة النفسية داخل المؤسسات الإصلاحية تركز على تنمية مهارات التفكير السليم وإدارة المشاعر وتعزيز المعنى الحياتي.
٢. تدريب الكوادر العاملة في المؤسسات الإصلاحية على أساليب الكشف المبكر عن التشوهات المعرفية وصعوبات التنظيم الانفعالي، وتقديم التدخلات المناسبة.
٣. تضمين أنشطة تعزز المعنى الحياتي مثل البرامج التعليمية والتطوعية والتدريب المهني، والتي تساهم في إعادة بناء الهوية وتعزيز الشعور بالهدف.
٤. توفير بيئة داعمة تشجع على التعبير الصحي عن المشاعر وتنمي مهارات التواصل الإيجابي بين النزليات والكوادر.
٥. إنشاء برامج للمتابعة ما بعد الإفراج لضمان استمرارية الدعم النفسي والاجتماعي وتعزيز الاندماج المجتمعي.

٦. تعزيز الشراكة بين المؤسسات الإصلاحية والجهات الأكاديمية لتطوير برامج

قائمة على الأدلة العلمية وتنفيذ بحوث تقييمية مستمرة.

٧. توعية المجتمع بأهمية الدعم النفسي والاجتماعي للسجينات السابقات، والعمل

على تغيير الصور النمطية لمساعدتهن في إعادة الاندماج.

خامس عشر: البحوث والدراسات المقترحة:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، يتقترح البحث الحالي عدد من البحوث

والدراسات المستقبلية، وذلك على النحو الآتي:

١. "فعالية برنامج معرفي-سلوكي في خفض التشوهات المعرفية وتحسين معنى

الحياة لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية".

٢. "دور الدعم الاجتماعي والأسري في تعزيز التنظيم الانفعالي ومعنى الحياة لدى

النزيلات بعد الإفراج".

٣. "العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتشوهات المعرفية لدى نزيلات المؤسسات

الإصلاحية في ضوء متغيرات العمر ومدة الإقامة".

٤. "أثر برامج الإرشاد الوجودي في تنمية معنى الحياة والتكيف النفسي لدى النزيلات

في المؤسسات الإصلاحية".

٥. "النموذج البنائي للعلاقات بين التشوهات المعرفية والتنظيم الانفعالي والمرونة

النفسية لدى نزيلات المؤسسات الإصلاحية".

المصادر والمراجع

- إبراهيم، خالد. (٢٠٢٠). فعالية برنامج تدريبي قائم على نظرية جولمان للذكاء الانفعالي في تنمية الكفاءة الذاتية الأكاديمية وفعالية الذات لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، مجلة كلية التربية. بورسعيد، ٣١ (٣١)، ٢٠٦-٢٣٩.
- أبو الوفاء، نجلاء إبراهيم. (٢٠٢١). فعالية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في التنظيم الانفعالي لدى ذوي صعوبات التعلم بالمرحلة الاعدادية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣١ (١١٢)، ٤٤٥-٥٠٢.
- أبوغزالة، سميرة علي (٢٠٠٧). أزمة الهوية ومعنى الحياة كمؤشرات للحاجة إلى الإرشاد النفسي "دراسة على طلاب الجامعة". المؤتمر الدولي الخامس "التعليم الجامعي في مجتمع المعرفة: الفرص والتحديات"، في الفترة من ١١ - ١٢ يوليو، ٢٥٣ - ٣٢٤.
- الأبيض، محمد حسن (٢٠١٠). مقياس معنى الحياة لدى الشباب، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣، (٣٤)، ٧٩٩-٨٢٠.
- أحمد، أحمد عبدالمالك. (٢٠٢٠). وصمة الذات كمنبئ بالتشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركيا، المجلة التربوية، جامعة سوهاج، ٧٢، ١٢٥ - ١٩١.
- آدلر، ألفرد. (٢٠٠٥). معنى الحياة. ترجمة: عادل نجيب بشري، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.
- إسماعيل، زينب إبراهيم عبدالعال. (2020). معنى الحياة وعلاقته بأنماط الشخصية وفق نظرية الإنجرام لدى طلاب الجامعة، مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس، ٢١ (عدد خاص)، ٤٣٧-٤٧٨.
- الأنصاري، محمد. (٢٠٢٠). التأهيل السلوكي في المؤسسات الإصلاحية، الرياض: دار الطباعة للنشر والتوزيع.
- بدر، عبد المنعم محمد. (١٩٩٨). عدم تقبل المجتمع للمفرج عنهم من المؤسسات الإصلاحية (المأزق والمخرج)، مجلة الفكر الشرطي، الشارقة، ٧ (١)، ٤٦-٧٤.
- البلوي، أفنان علي وحمد، إرادة بنت عمر. (٢٠٢٢). القدرة التنبئية للدعم الاجتماعي بمستوى الصلابة النفسية ومعنى الحياة لدى عينة من نزلاء السجون، المجلة العربية للدراسات الأمنية، ٣٨ (٢)، ١٩٩-٢١٧.
- البلوي، أفنان. (٢٠٢٣). عشرة سجناء في البحث عن المعنى: دراسة نوعية عن الفقد والنمو داخل السجن، مجلة قضايا التطرف، ٤ (١٢)، ٣٣١-٣٤٧.

- بوحلاسي، رقية. (٢٠٢٤). معنى الحياة وعلاقته بالسعادة لدى المصابين بالأمراض المزمنة السكري، ضغط الدم (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الجزائر، الجزائر.
- بوطاهر، أحمد. (٢٠٢٢). العلاقة بين معنى الحياة والتأقلم النفسي للسجناء في الجزائر، مجلة الدراسات النفسية، ١١ (٣)، ١٣٤-١٥٠.
- التويب، منيرة محمد فرج. (٢٠٢٣). العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية المؤدية للجريمة النسوية في المجتمع الليبي: دراسة (حالة) على نزيلات مؤسسة الإصلاح والتأهيل سبها، مجلة المنارة العلمية، ٥، ٢١٣-٢٢٩.
- الجبلي، محمد عبدالله. (٢٠٢٠). صعوبات التنظيم الانفعالي كمنبئ بالتفكير الانتحاري لدى نزلاء دار الملاحظة الاجتماعية، المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، ٤ (١٤)، ١٩٧-٢٢٨.
- الجهني، عبد الرحمن عيد. (٢٠١٤). معنى الحياة وعلاقته بالاكتمال وبمستوى الطموح لدى طلاب الجامعة، مجلة بحوث التربية النوعية، ٢٠١٤ (٣٥)، ٦٦٩-٧٠١.
- الحديبي، مصطفى عبدالمحسن عبدالتواب (٢٠١٥). الرضا عن الحياة كمتغير وسيط بين خواء المعنى وبعض الاضطرابات الأكلينكية والمشكلات النفس اجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية بأسبوط، ٣١ (٢)، ٤٨٨-٥٨١.
- الحراحشة، سالم. (٢٠١٧). التوجيه والإرشاد: الدليل الإرشادي العملي للمرشدين والعاملين، عمان: دار الخليج للنشر والتوزيع.
- حسن، أحمد محمود حسن. (٢٠٢٠). ممارسة العلاج بالمعنى في خدمة الفرد لتحسين معنى الحياة لدى المراهقين نزلاء المؤسسات الإصلاحية، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، ٥١ (٣)، ٦١٣-٦٥٢.
- حسن، محمود أبو المجد وجعفر، نور تاج الدين. (٢٠٢٢). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خفض اضطراب المزاج الدوري لدى طلاب كلية التربية بقنا، مجلة كلية التربية (أسبوط)، ٣٨ (٢)، ٢٧٤-٣١٨.
- حنيش، مساء سعيد حسن. (٢٠٢٠). معنى الحياة والصلابة النفسية والعلاقة بينهما لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين من سجون الاحتلال في محافظة نابلس (أطروحة دكتوراه غير منشورة). جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- خريس، راية سميج. (٢٠١٧). تجربة النزليات الأردنيات في مراكز الإصلاح والتأهيل: دراسة نوعية للمفرج عنهن (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، الأردن.

- الخشان، إسلام حمدان عبدالله والمومني، فواز. (٢٠٢٤). الفراغ الوجودي وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى عينة من النساء غير المتزوجات، دراسات معاصرة في العلوم الاجتماعية ٢(١)، ٣٢-٤٥.
- الدحاحه، باسم وملحم، احمد والهوارى، لمياء. (٢٠١٩). قائمة الأفكار اللاعقلانية لدى السجناء المحكوم عليهم بالإرهاب والتطرف الفكري في السجون الأردنية وأساليب التعامل معهم، دراسات، العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٤٦(٢)، ١١٧-١٣٢.
- درموش، سهى عبد الملك أحمد. (٢٠٢٤). معنى الحياة لدى طالبات جامعة إب، مجلة الباحث الجامعي للعلوم الإنسانية، ٥٣، ١٩٦-٢٢٥.
- الدوسري، فاطمة بنت علي. (٢٠١٨). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالصلاية النفسية لدى عينة من السجينات بمدينة الرياض، مجلة الإرشاد النفسي، ٥٤(١)، ٢٣٦-٢٧٥.
- ديفيدسون، ج. و سميث، ر. (٢٠٢٠). أثر معنى الحياة على الرفاهية النفسية للسجناء في بلجيكا، مجلة علم النفس الإكلينيكي، ٢٧(٤)، ٥٨٠-٥٩٥.
- رسلان، هند مصطفى محمد وشعيب، علي محمود علي. (٢٠٢١). القلق الاجتماعي وعلاقته بتنظيم الانفعالات والتشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة، علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ٣٤(١٢٩)، ١١١ - ١٣٨.
- ريجيس، جوليفيه. (١٩٨٨). المذاهب الوجودية. ترجمة: فؤاد كامل. بيروت: دار الآداب.
- زاهد، رانية عبدالعزيز محمد وابن حسين، عبدالعزيز محمد أحمد. (٢٠٢٣). القدرة التنبؤية للعوامل الخمسة الأساسية للشخصية بالأفكار غير العقلانية لدى ذوي السلوك المتطرف: دراسة ميدانية لعينة من المستفيدين من مركز المناصحة والرعاية بالملكة العربية السعودية، مجلة شؤون اجتماعية، جمعية الاجتماعيين في الشارقة، ٤٠(١٥٧)، ٥٥ - ٨٨.
- الزهراني، شروق غرم الله. (٢٠٢٤). التشوهات المعرفية والقلق الاجتماعي كمنبئين بالاحترق الأكاديمي لدى طالبات الجامعة، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ٨(٣٨)، ٢٨٩-٣٢٠.
- الزيات، أحمد. (٢٠١٨). الإصلاح والتأهيل في السجون العربية، القاهرة: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- السعيد، تهاني سعود رحيم الصالحت. (٢٠٢٤). فعالية برنامج علاجي مبني على فنيات العلاج بالمعنى في خدمة الفرد وتحسين الهدف من الحياة لدى نزيلات تهمة التعاطي في المؤسسات الإصلاحية بدولة الكويت، المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية، ٢٦(٢)، ١٠٤-١٢٣.
- سعيدي، أنيسة وواكلي، ديدة. (٢٠٢٤). التشوهات المعرفية المسببة لاضطراب الاكتئاب عند المراهق، مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، ٩(١)، ٦٥٢-٦٧٤.

- السكافي، فاتن. (٢٠١٨). معنى الحياة في علم النفس، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٣٧، ٢٥-٤٢.
- السنيدي، خالد بن عبد العزيز سليمان. (٢٠١٣). التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمّة الانبساط والانطواء لدى متعاطي المخدرات والمتعافين منه (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية: الرياض.
- الشامي، آمال. (٢٠٠٨). إرادة المعنى عند فيكتور فرانكل البعد الفلسفي للوجود الإنساني، رابطة الأدب الحديث، ٤٣، ٢٩٩-٣٤٨.
- شبير، أحمد وليد شلاش. (٢٠١٨). التشوهات المعرفية وعلاقتها بأساليب التنشئة الاجتماعية لدى عينة من السجناء في قطاع غزة (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية: غزة.
- شحادة، نبال الجوراني. (٢٠٢٣). الآثار الاجتماعية والنفسية المؤكدة على جرائم النساء ودخولهن إلى السجن (دراسة اجتماعية واقتصادية)، مجلة جامعة تشرين-سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، ٤٥(٤)، ٥١٧-٥٣٦.
- شندوخ، فاضل عبد الزهرة ومزعل، علي رسن . (٢٠١٩). التشوهات المعرفية لدى طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية، مجلة كلية التربية، جامعة واسط، ٣٦(٢)، ٥٢٣-٥٥٦.
- الصافي، أمل بنت سعيد أحمد. (٢٠٢١). الشعور بالخزي وعلاقته باضطرابات النوم لدى النزليات بسجن النساء بمدينة الرياض، مجلة البحوث والدراسات الاجتماعية، العراق، ١(٢)، ٦٣-١١٠.
- الصالح، ميادة سليمان كامل. (٢٠٢٤). قلق المستقبل والأمن النفسي وانعكاسهما على الرضا عن الحياة لدى عينة من النزلاء المقبلين على الخروج من المؤسسات الإصلاحية (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية: فلسطين.
- صبحي، سيد. (٢٠٠٣). التأهيل النفسي والمهني، المركز النموذجي لرعاية وتوجيه المكفوفين: القاهرة.
- الطراونة، أحمد عبدالله. (٢٠٢٣). التشوهات الإلهية وعلاقتها بقلق لدى طلبة جامعة مؤتة. سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مؤتة، ٣٧(٧)، ٥٣٧-٥٧٦.
- طموني، عبد الرحمن أحمد شاهين. (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي معرفي في خفض التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

- العايدى، رامز أحمد وعدوان، ناريمان فضل. (٢٠٢٠). مستوى تأثير البيئة الاجتماعية في دافع ارتكاب الجريمة بواسطة النساء من وجهة نظر النزيلات في مراكز الإصلاح والتأهيل، مجلة كلية الآداب (الزقازيق)، ٤٥ (٩٢)، ٣٦-٦٥.
- عبدالمقصود، صادق ومحمود، سارة. (٢٠٢٤). الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية لطلاب جامعة المنيا، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، ٣٩ (٢)، ٣٣٧-٣٦٢.
- عبدالمولى، مروان هائل. (٢٠٢٣). كيف يغير السجن شخصية الإنسان، مؤسسة عدن الغد: اليمن.
- العبهول، رقية سالم راشد. (٢٠٢٤). التنظيم الانفعالي ينبأ بالشره العصبي وصورة الجسم لدى الطلبة في دولة الكويت، مجلة بحوث التعليم والابتكار، جامعة عين شمس، ٤ (١٣)، ١٦٤-١٩٠.
- عبيد، حسن إسماعيل (١٩٩٨)، أساليب إعادة تأهيل النزلاء لماذا؟ وكيف، مجلة الفكر الشرطي، الشارقة، ٧ (١)، ٣١-٤٥.
- العتيلي، علا. (٢٠٠٨). أنماط العلاقات السائدة بين النزيلات في مركز الإصلاح والتأهيل (الجويده) (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة مؤتة: الأردن.
- عريبي، أيمن. (٢٠٢٣). التفكير الانتحاري وعلاقته بالقصور في التنظيم الانفعالي عند المراهقين المتمدرسين في المرحلة النهائية من التعليم الثانوي: دراسة ميدانية بثانوتي متقن الخوارزمي وبن مارس محمد العربي بولاية قالمة (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة ٨ ماي ١٩٤٥ قالمة: الجزائر.
- العصار، إسلام أسامة محمود. (2015). التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة: دراسة مقارنة (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية: فلسطين.
- العصار، إسلام. (٢٠٢٤). التشوهات المعرفية وعلاقتها بأساليب التنشئة الاجتماعية لدى السجناء في قطاع غزة، مجلة العلوم النفسية، ٧ (١)، ٤٥-٦٢.
- العضايه، لبنى مخلد والكركي، نسرین محمود والعوادة، أمل سالم والحديدي، هناء تيسير. (٢٠١٩). أسباب العود للجريمة من وجهة نظر نزيلات مركز إصلاح وتأهيل النساء الجويده/ عمان، مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٣٤ (١)، ١٣-٥٠.
- عفانة، محمد جاسر زكي. (٢٠١٨). التنظيم الانفعالي وعلاقته. بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية: غزة.
- عيد، وسام عبدالمنعم وعلي، نانسي محمد. (٢٠٢٤). الشفقة بالذات كمتغير منبئ بمستوي التشوهات المعرفية لدي المرأة المطلقة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة المنيا، ١٠ (٥)، ٤٣-١٠٤.
- الغامدي، سالم. (٢٠٢٢). الحياة في السجن وسياقات التكيف لدى نزلاء مكة المكرمة، مجلة العلوم الاجتماعية، ١٥ (١)، ٩٠-١١٢.

- فرانكل، فيكتور (٢٠١٧). *الإنسان والبحث عن المعنى*، ترجمة: طلعت منصور. مكتبة الأنجلو المصرية: القاهرة.
- فرانكل، فيكتور. (١٩٨٢). *الإنسان يبحث عن المعنى*، مقدمة في العلاج بالمعنى والتسامي بالنفس، ترجمة: طلعت منصور. دار القلم: بيروت.
- القحطاني، مضوي ناصر. (٢٠١٩). معنى الحياة وعلاقته بمستوى التدين لدى السجينات وغير السجينات بمدينة الرياض، مجلة *البحث العلمي في التربية*، جامعة عين شمس، ٢٠ (٤)، ٣٩٩-٤٦٣.
- القراله، عبدالناصر موسى والخطيب، حنان. (٢٠٢٣). معنى الحياة وضبط الذات لدى المطلقات من نوات الزواج المبكر وعلاقته بالأمن النفسي، مجلة *مؤته للدراسات الإنسانية والاجتماعية*، ٣٧ (٨)، ٤٢٢-٣٨٧.
- القطامي، خالد. (٢٠٢٢). *إعادة التأهيل النفسي للنزلاء*، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع: القاهرة.
- كريري، هادي ظافر حسن ومذكور، صفية أحمد محمد. (٢٠٢١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بإدمان الأنترنت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة *الإرشاد النفسي*، جامعة المنيا، ٦٥، ٩١-١٤٧.
- الكفاوين، عطا ف محمد. (٢٠٢٤). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالتناول والتشاؤم لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية، مجلة *العلوم التربوية والدراسات الإنسانية*، جامعة الإمارات، ٣٨، ٥٦٩-٥٩٠.
- الليحاني، مريم حميد والعتيبي، سميرة محارب. (٢٠٢٠). التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة بالسعودية ومصر: دراسة ثقافية مقارنة، مجلة *جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية*، جامعة أم القرى، ١٢ (٢)، ٥٠-٥٠.
- ماي، رولو ويالوم، ارفين (٢٠١٥). *مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي*، ترجمة: عادل مصطفى، رؤية للنشر والتوزيع: الكويت.
- متولي، المتولي فتح الله احمد. (٢٠٢٣). التشوهات المعرفية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية، مجلة *كلية التربية بالمنصورة*، ١٢٣ (٢)، ٣٢١-٣٤٨.
- محمد، إيمان مصطفى. (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي علي عينة من الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، *دراسات في الارشاد النفسي والتربوي*، جامعة أسيوط، ٦ (١)، ٧٥-٥٠.

- محمد، نانسي محمد أحمد وعثمان، سعاد سعيد محمود وحسن، إبراهيم حسن محمد. (٢٠٢٣). أبعاد الكفاءة الذاتية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى عينة من المدمنين في مرحلة التعافي، مجلة كلية الآداب بقنا، العلوم الإنسانية، ٣٢ (٥٨)، ١٠٣٥-١٠٧٨.
- مظلوم، مصطفى على رمضان. (٢٠١٧). تنظيم الانفعال وعلاقته بالأليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة دراسة سيكومترية كينيكية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، ١٢ (٨٢)، ١٤١-٢١٢.
- معوض، محمد عبدالقواب؛ ومحمد، سيد عبدالعظيم (٢٠١٢). العلاج بالمعنى، دار الفكر العربي: بيروت. معوض، مروة نشأت وعبدالرحمن، علياء عادل. (٢٠٢٣). فعالية برنامج سلوكي جدلي لخفض التشوهات المعرفية لدى طلاب الدراسات العليا ذوي الشخصية الحدية، مجلة الدراسات التربوية والإنسانية، جامعة دمنهور، ١٥ (٤)، ٣٢٣-٤١٨.
- مكتب الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة. (٢٠١٤). كتيب عن المرأة والسجن، الطبعة الثانية، مع الإشارة إلى قواعد الأمم المتحدة لمعاملة السجناء التدابير غير الاحتجازية للمجرمين: قواعد بانكوك، الأمم المتحدة: نيويورك.
- المنظمة الدولية للإصلاح الجنائي. (٢٠١٨). الصحة النفسية في السجن: دليل إرشادي موجز للعاملين في السجون، المنظمة الدولية للإصلاح الجنائي: عمان.
- الهاشمية، سعادة بنت عيد بن خلفان. (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي مقترح قائم على التأمل في تحسين التنظيم الانفعالي لدى عينة من النساء السجينات بمحافظة الداخلية بسلطنة عمان، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٦٦، ٤٠١-٤٢٥.
- الهاشمية، سعادة. (٢٠٢٥). فاعلية برنامج إرشادي قائم على مهارات العلاج السلوكي الجدلي لتحسين صعوبات التنظيم الانفعالي لدى نزيلات السجن المركزي بعمان، مجلة العلوم الإنسانية، ١٢ (٣)، ١١٧-١٥٢.
- الهنائية، موزة بنت سعيد والصوافية، جوخة بنت محمد وجمعة، أمجد عزات. (٢٠٢٤). المخططات المعرفية اللاتوافقية المبكرة النشطة وعلاقتها بالاكنتاب لدى نزلاء السجن المركزي في سلطنة عُمان. دراسات عربية في تربية علم النفس، رابطة التربويين العرب، ١٤٩ (١)، ٨١-١٠٤.
- المراجع الأجنبية
- Akpoduado, E. V. (2022). *Inventory of cognitive distortions: Validation of a measure of cognitive distortions in a forensic sample* (Doctoral dissertation). Philadelphia College of Osteopathic Medicine.

-
- Akpoduado, E. V. (2022). *Inventory of Cognitive Distortions: Validation of a Measure of Cognitive Distortions in a Forensic Sample* (Doctoral dissertation, Pennsylvania College of Osteopathic Medicine).
 - Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2017). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships*. Impact Publishers.
 - Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
 - Alloy, L. B., & Abramson, L. Y. (1988). Depressive realism: Four theoretical perspectives. In L. B. Alloy (Ed.), *Cognitive processes in depression* (pp 223-265). New York: Guilford Press.
 - American Sociological Association. (2015). *Prisoner definition*. American Sociological Association: USA.
 - Ansarian, J., Tabatabaee, S. M., & Aghaei, H. (2021). Comparing the life meaning, the feeling of loneliness, and the image of God in Prisoners and Non-Prisoners. *International Journal of Health Studies (Undergoing change to Shahroud Journal of Medical Sciences)*, 33-37.
 - Assar, I. (2015). *Cognitive distortions and their relationship to the meaning of life among adolescents in the Gaza Strip* [Unpublished treatise]. The Islamic University, Gaza, Palestine.
 - Babaie, E., Safaei, E., & Hossini Soraki, S. T. (2021). The Comparison of Personality Traits and Cognitive Distortions of Prisoners Convicted of Robbery, Drugs, and Financial Crimes. *Quarterly Journal of Social Work*, 10(2), 44-51.
 - Bailey, R. (2024). Meaning, will to meaning, and Frankl's existential psychiatry. *Philosophical Psychology*, 37(8), 2449-2465.
 - Baker, J., & Associates. (2021). *Correctional psychology and rehabilitation*. New York: Academic Press.
 - Barriga, A. Q., Landau, J. R., Stinson, B. L. II., Liau, A. K., & Gibbs, J. C. (2000). Cognitive distortion and problem behaviors in adolescents. *Criminal Justice and Behavior*, 27(1), 36-56.
 - Basarkod, G. (2019). *The Six Ways to Well-Being (6W-WeB): A New Measure of Valued Action That Targets the Frequency and Motivation for Six Behavioural Patterns That Promote Well-Being* (Ph.D.; J. Ciarrochi & B. Sahdra, Eds.). Australian Catholic University.
 - Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36(4), 409-427.
 - Beck, A. T. (1963). Thinking and depression I: Idiosyncratic content and cognitive distortions. *Arch Gen Psychiatry*. 9(4), 324-333
-

-
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
 - Beck, A. T. (2011). *Cognitive therapy: Basics and beyond* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
 - Beck, A. T., & Haigh, E. A. P. (2014). Advances in Cognitive Theory and Therapy: The Generic Cognitive Model. *Annual Review of Clinical Psychology*, 10, 1-24
 - Beck, A. T., & Weishaar, M. E. (2014). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. The Guilford Press.
 - Beck, J. S. (2020). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. Guilford Publications
 - Blumenthal, S., Gudjonsson, G., & Burns, J. (1999). Cognitive distortions and blame attribution in sex offenders against adults and children. *Child abuse & neglect*, 23(2), 129-143.
 - Bodecka-Zych, M., Zajenkowska, A., & Bower Russa, M. (2021). Sex differences in inmates: Anger, sensitivity to provocation, and family history of imprisonment. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 65(14-15), 1530-1547. <https://doi.org/10.1177/0306624X211049189>
 - Brazão, N., Da Motta, C., Rijo, D., Salvador, M. D. C., Pinto-Gouveia, J., & Ramos, J. (2015). Clinical change in cognitive distortions and core schemas after a cognitive-behavioral group intervention: Preliminary findings from a randomized trial with male prison inmates. *Cognitive Therapy and Research*, 39, 578-589.
 - Brazão, N., da Motta, C., Rijo, D., Salvador, M. do C., Pinto-Gouveia, J., & Ramos, J. C. (2015). *Clinical change in cognitive distortions and core schemas after a cognitive-behavioral group intervention: Preliminary findings from a randomized trial with male prison inmates*. *Cognitive Therapy and Research*, 39(4), 578-590. <https://doi.org/10.1007/s10608-015-9693-5>
 - Brazão, N., Rijo, D., Salvador, M. D. C., & Pinto-Gouveia, J. (2017). The effects of the growing pro-social program on cognitive distortions and early maladaptive schemas over time in male prison inmates: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 85(11), 1064-1071.
 - Brennan, P. A., Mednick, S. A., & Hodgins, S. (2020). Major mental disorders and criminal violence in a Danish birth cohort. *Archives of General Psychiatry*, 57(5), 494-500.
 - Browne, R. (2017). Complex trauma and the influence of emotional regulation and interpersonal problems: A review of Complex-PTSD and an
-

- empirical study in a prison setting (Doctorate dissertation). University of Edinburgh.
- Bruno, T. (2010). *What are they thinking?: cognitive distortions and adolescent externalizing and internalizing problems* (Doctoral dissertation, University of British Columbia).
 - Burns, D. D. (1980). *Feeling good: The new mood therapy*. HarperCollins.
 - Butler, M., & Maruna, S. (2009). The Impact of Disrespect on Prisoners' Aggression. *Journal of Criminal Justice*, 37(6), 512-520.
 - Choi, S. Y., Lee, H. J., & Kim, Y. S. (2023). Mental healthcare through cognitive emotional regulation strategies among prisoners: A latent class analysis. *Journal of Correctional Health Care*, 29(4), 246-258.
 - Choi, Y., Kim, M., & Park, J. (2023). Mental healthcare through cognitive emotional regulation strategies among prisoners. In *Healthcare* (Vol. 12, No. 1, p. 6). MDPI.
 - Chuquimia Sivila, J. A., & Rocha Medina, M. (2024). Sentido de vida de mujeres privadas de libertad del centro penitenciario "San Sebastián Mujeres" [Meaning of life of women deprived of liberty at the "San Sebastián Women" penitentiary center]. *Criterio Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 14(2), 1-24.
 - Ciarrochi, J., Hayes, L., & Sahdra, B. (2022). Understanding and improving emotion regulation: Lessons from psychological science and the humanities. *The oxford handbook of the positive humanities*, 76, 151-166.
 - Cisler, J. & Olatunji, B. (2012). Emotion regulation and anxiety disorders. *Current Psychiatry Reports* , 14, 183-187.
 - Clark, D. A., Beck, A. T. & Alford, B. A. (1999). *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. New York : Wiley.
 - Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
 - Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127.
 - Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The Construction of Autobiographical Memories in the Self-Memory System. *Psychological Review*, 107(2), 261-288
 - D'Urso, G., Petruccelli, I., Grilli, S., & Pace, U. (2019). *Risk factors related to cognitive distortions toward women and moral disengagement: A study on sex offenders*. *Sexuality & Culture*, 23(2), 361-378. <https://doi.org/10.1007/s12119-018-9572-9>

-
- Dastbaz, A., Mohammadi, R., Ahadi, S., & Haidarian, M. (2024). Prediction of body deformity disorder based on personality traits and cognitive distortions with the mediating role of emotion regulation difficulty in female students. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 10(6), 108-124.
 - Deperrois, R., & Combalbert, N. (2022). Links between cognitive distortions and cognitive emotion regulation strategies in non-clinical young adulthood. *Cognitive Processing*, 23(1), 69-77.
 - Di Giuseppe, M., Orrù, G., Gemignani, A., Ciacchini, R., Miniati, M., & Conversano, C. (2022). Mindfulness and defense mechanisms as explicit and implicit emotion regulation strategies against psychological distress during massive catastrophic events. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12690. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912690>
 - Emmons, R. A. (2003). *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. Guilford Press.
 - Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of personality and social psychology*, 84(2), 377.
 - Eschenhagen, M. L. (2012). Approaches to Enrique Leff's environmental thought: A challenge and a venture that enriches the meaning of life. *Environmental Ethics*, 34(4), 423-429.
 - Eytan, A., Chatton, A., & Safran, E. (2020). Prevalence and risk factors of mental disorders in incarcerated women: A systematic review. *International Journal of Forensic Mental Health*, 19(3), 209-222.
 - Farley, J. P., Kim-Spoon, J., & Holmes, C. J. (2021). Emotion regulation and resilience: Overlapping processes for adaptation. *Current Opinion in Psychology*, 36, 124-130.
 - Fazel, S., Ramesh, T., & Hawton, K. (2021). Suicide in prisons: An international study of prevalence and contributory factors. *The Lancet Psychiatry*, 8(1), 12-23.
 - Fitzgerald, S., & Richters, J. (2020). Social reintegration challenges for women ex-prisoners: A critical analysis. *Social Justice Review*, 38(2), 123-137.
 - Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
 - Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2018). Reflections on Positive Emotions and Upward Spirals. *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, 13(2), 194–199.
 - Friedman, H. H. (2023). Critical thinking, cognitive distortions, and logical reasoning: A guide for those who want to empower their minds. *Cognitive*
-

Distortions, and Logical Reasoning: A Guide for Those Who Want to Empower Their Minds (December 31, 2023).

- Friestad, C., Haukvik, U. K., Johnsen, B., & Vatnar, S. K. (2023). Prevalence and characteristics of mental and physical disorders among female prisoners: a mixed-methods systematic review. *International journal of prisoner health*, 19(4), 599-627.
- Garay, J. P. P., Santana, S. S., Taboada, M. A. R., Urbina, S. M. D., & Vergara, G. L. C. (2022). Personality Disorder in Cognitive Distortions of Prison Inmates for Crimes of Aggression and Violence. *NeuroQuantology*, 20(5), 530-645.
- Garcia, V., & Ritter, N. (2020). Incarcerated women's reentry: Stigma and social support. *Journal of Criminal Psychology*, 46(3), 281-299.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European journal of psychological assessment*, 23(3), 141-149.
- Ghazanfari, H., Miri, S., Taebi, M., & Farokhzadian, J. (2023). Psychological wellbeing, family cohesion, and purposeful life in male prisoners: A cross-sectional study. *Frontiers in psychiatry*, 13, 1054149.
- Gini, G., Camodeca, M., Caravita, S., Onishi, A., & Yoshizawa, H. (2011). *Cognitive distortions and antisocial behaviour: An European perspective* (Doctoral dissertation, Konan University).
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Goleman, D. (2006). *Social intelligence: The new science of human relationships*. Bantam Books.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26, 41-54.
- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *Academy of Management Review*, 31(1), 72–92.
- Gross, J. J. & Thompson, RA (2007). Emotion regulation: conceptual foundations. *Handbook of emotion regulation*, 46, 3-24.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>

-
- Gross, J. J. (2008). Emotion regulation. *Handbook of emotions*, 3(3), 497-513.
 - Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
 - Haneesh, M. (٢٠٢٠). *Meaning of Life and Psychological Toughness and the Relation between them among the Liberated Palestinian Prisoners from Occupation Prisons in Nablus Governorate* (Doctoral dissertation). /Al-Quds Open University.
 - Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine: A Publication of the Society of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227.
 - Hejazi, M., Aghayari, S., & Jarchi, A. (2016). On the comparison of dysfunctional attitudes, cognitive distortions, and difficulty in emotion regulation between people with substance abuse and normal individuals. *Scientific Quarterly Research on Addiction*, 10(39), 231-248.
 - Hochstetler, A., DeLisi, M., & Pratt, T. C. (2010). Social support and feelings of hostility among released inmates. *Crime & Delinquency*, 56(4), 588-607.
 - Holtfreter, K. (2022). Gendered pathways to reentry: Examining social challenges and opportunities for women post-incarceration. *Women & Criminal Justice*, 31(1), 45-67.
 - Hooker, S. A., Masters, K. S., & Park, C. L. (2018). A meaningful life is a healthy life: A conceptual model linking meaning and meaning salience to health. *Review of general psychology*, 22(1), 11-24.
 - Howell, A. J., & Passmore, H.-A. (2018). Acceptance and Commitment Training (ACT) as a Positive Psychological Intervention: A Systematic Review and Initial Meta-analysis Regarding ACT's Role in Well-Being Promotion Among University Students. *Journal of Happiness Studies*, 56(3), 1–16.
 - Iwakabe, S., Nakamura, K., & Thoma, N. C. (2023). Enhancing emotion regulation. *Psychotherapy Research*, 33(7), 918-945.
 - Izard, C. E. (2010). The many meanings/aspects of emotion: Definitions, functions, activation, and regulation. *Emotion Review*, 2(4), 363-370.
 - Jahic, I. (2022). *Psychopathology, victimization experiences, and prison adjustment in women at Fluvanna maximum-security facility* (Doctoral dissertation, Iowa State University).
 - Jiang, S., Huang, H., & Lopez, M. (2022). Mental health experiences among inmates serving life sentences: An interpretive phenomenological
-

- analysis. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 66(4), 315-335.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1333. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x>
 - John, O. P., & Gross, J. J. (2007). Individual differences in emotion regulation. *Current Directions in Psychological Science*, 16(3), 130-134. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00499.x>
 - Kalashnikova, O., Leontiev, D., Rasskazova, E., & Taranenko, O. (2022). Meaning of life as a resource for coping with psychological crisis: Comparisons of suicidal and non-suicidal patients. *Frontiers in psychology*, 13, 957782.
 - Karatzias, T., Power, K., Woolston, C., Apurva, P., Begley, A., Mirza, K., ... & Purdie, A. (2018). Multiple traumatic experiences, post-traumatic stress disorder and offending behaviour in female prisoners. *Criminal behaviour and mental health*, 28(1), 72-84.
 - Kubiak, S., Brenner, H., & Bybee, D. (2021). Maternal incarceration: Impacts on family dynamics and social outcomes. *Journal of Family Social Work*, 24(4), 405-424.
 - Kuijper, A. D. (2023). *Cognitive distortions, Internalizing Problems and Gender: What is the Relationship between Cognitive distortions and Internalizing Problems in Adolescents (13-17), and is this Association Moderated by Gender?* (Master's thesis).
 - Längle, A. (2003). The search for meaning in life and the existential fundamental motivations. *European Psychotherapy*, 4(1), 59-71.
 - Längle, A. (2005). Living your own life: Existential analysis in action. *Existential Analysis*, 16(2), 295-308.
 - Längle, A. (2008). *Time and existence: The existential perspective on time*. New York: Springer.
 - Laursen, J., & Laws, B. (2017). Honour and respect in Danish prisons: Contesting 'cognitive distortions' in cognitive-behavioural programmes. *Punishment & Society*, 19(1), 74-95.
 - Laws, B. (2018). *Emotions in prison: an exploration of space, emotion regulation and expression* (Doctoral dissertation). University of Cambridge. <https://doi.org/10.17863/CAM.28033>
 - Laws, B. (2019). *The return of the suppressed: Exploring how emotional suppression reappears as violence and pain among male and female prisoners*. *Punishment & Society*, 21(5), 579-597. <https://doi.org/10.1177/1462474518805071>

-
- Laws, B. (2019). The return of the suppressed: Exploring how emotional suppression reappears as violence and pain among male and female prisoners. *Punishment & Society*, 21(5), 560-577.
 - Laws, B., & Crewe, B. (2016). *Emotion regulation among male prisoners. Theoretical Criminology*, 20(4), 529–547. <https://doi.org/10.1177/1362480615622532>
 - Leahy, R. L. (2003). *Cognitive therapy techniques: A practitioner's guide*. Guilford Press
 - Leahy, R. L. (2017). *The Worry Cure: Seven Steps to Stop Worry from Stopping You*. Harmony
 - Lebel, T. P. (2022). Social stigma and reentry for incarcerated women: A relational perspective. *Journal of Offender Rehabilitation*, 61(2), 135-153.
 - Leclère, M., Hysenaj, A., Meha, R., Tahirbegolli, B., Schwarz, P., Steenblock, C., ... & Shemsedini, N. (2023). The impact of information about COVID-19 on the endocrine stress system and cognitive distortions. *Hormone and Metabolic Research*, 55(02), 89-95.
 - Liao, A. K., Barriga, A. Q., & Gibbs, J. C. (1998). Relations between self-serving cognitive distortions and overt vs. covert antisocial behavior in adolescents. *Aggressive Behavior*, 24(5), 335-346.
 - Liebling, A. (2017). The meaning of ending life in prison. *Journal of Correctional Health Care*, 23(1), 20-31.
 - Lopes, P. N., Salovey, P., Côté, S., Beers, M., & Petty, R. E. (2005). Emotion regulation abilities and the quality of social interaction. *Emotion*, 5(1), 113-118. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.1.113>
 - Luo, N., Jiang, F., & Jo, N. (2024). Emotional Intelligence and Meaning in Life: Mediation by Sense of Security and Self-Esteem. *SAGE Open*, 14(3), 21582440241284094.
 - Maneka, M. F. (2023). The Psychological Experience of Meaning in Life: A Systematic Scoping Review of Multi-Component Conceptualization. *Qualitative Research*, 23(2), 56-81.
 - Maryam, R., Khawar, R., Mehmmod, S. H., & Hussain, S. (2022). Role of social support and cognitive emotion regulation in mental health outcomes of women behind bars. *Foundation University Journal of Psychology*, 6(2), 45-67.
 - Mautz, E. K. (2019). *Coping, Meaning in Life, and Posttraumatic Growth in Incarcerated Women* (Doctoral dissertation. (Auburn University).
 - Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215.
 - Mosalman, M., Hoseini, A., & Sadeghpour, M. (2019). Assessment of meaning in life and cognitive distortions in students with high and low
-

- readiness of addiction. *Scientific Quarterly Research on Addiction*, 12(50), 89-104.
- Mulahalilović, A., Hasanović, M., Pajević, I., & Jakovljević, M. (2021). Meaning and the sense of meaning in life from a health perspective. *Psychiatria Danubina*, 33(4), 1025-1031.
 - Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
 - Nickerson, R. S. (1998). Confirmation Bias: A Ubiquitous Phenomenon in Many Guises. *Review of General Psychology*, 2(2), 175–220.
 - Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress disorder following a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 549–563.
 - Padesky, C. A., & Mooney, K. A. (2012). *Strengths-Based Cognitive-Behavioral Therapy: A Four-Step Model to Build Resilience*. Clinical Psychology
 - Palmieri, A., Fernandez, K. C., Cariolato, Y., Kleinbub, J. R., Salvatore, S., & Gross, J. J. (2022). Emotion regulation in psychodynamic and cognitive-behavioural therapy: An integrative perspective. *Clinical Neuropsychiatry*, 19(2), 103-134.
 - Papaleontiou, E., Esmailnia, S., & Thoma, N. (2022). A critical review of Maslow's theory of spirituality. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 24(4), 327-343.
 - Petersilia, J. (2021). *When prisoners come home: Parole and prisoner reentry*. Oxford University Press.
 - Philippot, P., Scherer, K. R., & Coaley, J. (2004). Cognitive models of emotion regulation. In S. R. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 57-74). Guilford Press.
 - Preece, D. A., Becerra, R., Hasking, P., McEvoy, P. M., Boyes, M., Sauer-Zavala, S., ... & Gross, J. J. (2021). The Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric properties and relations with affective symptoms in a United States general community sample. *Journal of Affective Disorders*, 284, 27-30.
 - Putriningsih, A., & Kusumaningrum, F. A. (2022). Peer attachment and emotion regulation in adolescents. In *Proceedings of International Conference on Psychological Studies (ICPSYCHE)* (Vol. 3, pp. 13-22).
 - Rahmah, C. D., Fitryasari, R., & Pradanie, R. (2022). Analysis factors related to prisoners' resiliency in Rutan Perempuan Kelas IIA Surabaya. *Jurnal Ners*, 17(2). <https://doi.org/10.20473/jn.v17i2.25408>

-
- Reker, G. T. (2000). Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. *The International Forum for Logotherapy*, 23, 48-55.
 - Roberts, M. B. (2015). Inventory of cognitive distortions: Validation of a measure of cognitive distortions using a community sample. *PCOM Psychology Dissertations*. 325.
https://digitalcommons.pcom.edu/psychology_dissertations/325
 - Robin, M., Surjous, L., Belbèze, J., Bonnardel, L., Lamas, C., Silva, J., ... & Corcos, M. (2023). Four attachment-based categories of emotion regulation in adolescent psychic troubles. *Frontiers in Psychology*, 14, 1133980.
 - Rocha, N. B., Fonseca, D. A., Marques, A. B., Rocha, S. A., & Hoaken, P. N. (2015). Cognitive function is associated with prison behaviour among women in prison but not with subjective perception of adjustment to prison. *Criminal behaviour and mental health*, 25(5), 389-402.
 - Rolston, A., & Lloyd-Richardson, E. (2017). What is emotion regulation and how do we do it. *Cornell Research Program on Self-Injury and Recovery*, 1, 1-5.
 - Sadatnadab, Z., & Ramezani, K. (2017). The effect of Training Emotional Regulation on Impulsivity and Styles of Decision-Making Among Female Prisoners in Yasuj, Iran. *Armaghane danesh*, 22(1), 48-60.
 - Sadatnadab, Z., & Ramezani, K. (2017). The effect of Training Emotional Regulation on Impulsivity and Styles of Decision-Making among Female Prisoners in Yasuj, Iran. *Armaghane danesh*, 22(1), 48-60.
 - Sadri Damirchi, E., Honarmand Ghojebegloo, P., & Amir, S. M. B. (2020). Suicidal ideation in elderly without a spouse: The role of interpersonal cognitive distortions, positive and negative affect, perceived social support and meaning in Life. *Aging Psychology*, 5(4), 347-359.
 - Sahdra, B., Ciarrochi, J., & Parker, P. (2016). Nonattachment and mindfulness: Related but distinct constructs. *Psychological Assessment*, 28(7), 819–829
 - Sari, W. L., & Sa'id, M. (2023). The Art of Forgiving the Self: The Prisoners' Self-Forgiveness and Quest for Meaning in Life. *KnE Social Sciences*, 2023, 127-141.
 - Schwartz, C. E. (2010). Helping others helps oneself: Response shift effects in peer support. *Social Science & Medicine*, 70(11), 1701–1710.
 - Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65
 - Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
-

-
- Seligman, M. E. P. (2018). *Positive Psychology: A Practical Guide to Building Strengths and Motivation in Life*. Free Press
 - Shafiee, M., Basharpour, S., & Heydaryrad, H. (2016). Comparison of the meaning of life, suicidal thoughts, and cognitive distortions between female patient affected by post-traumatic stress disorder and non-patient. *Journal of Behavior in Clinical Psychology*, 11(41), 55-89.
 - Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology*, 11(1), 379-405.
 - Shirazi, M., Fardin, M. A., Far, M. A. M., & Badpa, K. (2016) Comparing Mental Disorder Symptoms Among Male and Female Prisoners. *Shiraz E-Medical Journal*, 17(4-5), 1-6 .
 - Simmons, I. (2024). *Interaction and leadership among female prisoners* (Doctoral dissertation, University of Missouri--Columbia).
 - Sindhushri, B. S. (2024). *Magical Thinking in Obsessive-Compulsive Disorders: A Systematic Review* (Doctoral dissertation). California Southern University.
 - Steger, M. F. (2012). Making meaning in life. *Psychological Inquiry*, 23(4), 381-385.
 - Su, M. R., & Shum, K. K. M. (2019). The moderating effect of mindfulness on the mediated relation between critical thinking and psychological distress via cognitive distortions among adolescents. *Frontiers in psychology*, 10, 1455.
 - Sukmasari, D. S., & Soetikno, N. (2024). Emotion Regulation and Forgiveness among Female Inmates. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 8(2), 211-229.
 - Sukmasari, D. S., & Soetikno, N. (2024). *Emotion regulation and forgiveness among female inmates*. *Philanthropy Journal of Psychology*, 8(2). <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v8i2.10899>
 - Sukmasari, D. S., & Soetikno, N. (2024). Emotion Regulation and Forgiveness among Female Inmates. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 8(2), 211-229.
 - Taglianetti, J. (2022). *Narratives of Adjustment and Adaptation of older males with Life Sentences* (Doctoral dissertation). Walden University.
 - Talik, E., & Skowroński, B. (2018). The sense of quality of life and religious strategies of coping with stress in prison inmates. *Journal of religion and health*, 57, 915-937.
 - Testoni, I., Marrella, F., Biancalani, G., Cottone, P., Alemanno, F., Mamo, D., & Grassi, L. (2020). The value of dignity in prison: a qualitative study with life convicts. *Behavioral Sciences*, 10(6), 95.
-

-
- Thompson, R. (1994). *Emotion regulation: A theme in search of definition. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (2-3), 25-52.
 - Thurm, A., Satel, J., Montag, C., Griffiths, M. D., & Pontes, H. M. (2023). The relationship between gambling disorder, stressful life events, gambling-related cognitive distortions, difficulty in emotion regulation, and self-control. *Journal of Gambling Studies*, 39(1), 87-101.
 - Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
 - Vanhooren, S., Leijssen, M., & Dezutter, J. (2016). Profiles of meaning and search for meaning among prisoners. *The Journal of Positive Psychology*, 11(6), 622–633.
 - Vanhooren, S., Leijssen, M., & Dezutter, J. (2017). Loss of meaning as a predictor of distress in prison. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 61(13), 1411-1432.
 - Verhulsdonk, S., Folkerts, A.-K., Dietrich, K., Höft, B., Supprian, T., Jänner, M., & Kalbe, E. (2023). *Cognition in older offenders in North Rhine-Westphalia: A comparison of prisoners and patients in forensic psychiatry hospitals*. *International Journal of Law and Psychiatry*, 90, 101892. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2023.101892>
 - Walsh, K., DiLillo, D., & Scalora, M. J. (2011). The cumulative impact of sexual revictimization on emotion regulation difficulties: An examination of female inmates. *Violence against women*, 17(8), 1103-1118.
 - Webb, T. J. (2019). *Changes in depression, cognitive distortions, and self-esteem as a function of change in mindfulness among adult male inmates* (Doctoral dissertation). Trevecca Nazarene University.
 - Williams, K. E., Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. L. (2014). Relationships between valued action and well-being across the transition from high school to early adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 10(2), 127–140.
 - Wilson, D. R. (2024). *How to Change Negative Thinking with Cognitive Restructuring*. Health line Media.
 - Wolfe, S. E., Mclean, K., Alpert, G. P., & Rojek, J. (2024). Us Versus Them? The Problem of Cognitive Distortions in Policing. *Police Quarterly*, 10986111241234310.
 - Wolfram, H. J. (2023). Meaning in life, life role importance, life strain, and life satisfaction. *Current Psychology*, 42(34), 29905-29917. Gholam, G., Fallah, V., & Salimi, L. (2023). The Role of Ethical Values in the Meaning
-

-
- of Life and Its Impact on Education from the View of Frankl's Approach. *International Journal of Ethics and Society*, 5(2), 27-34.
- Wong, P. T. (1998). Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile. *Handbook of social indicators and quality of life research*, 67, 101-115.
 - Wong, P. T. (2014). Viktor Frankl's meaning-seeking model and positive psychology. *Meaning in positive and existential psychology*, 2014, 149-184.
 - Yang, S., Kadouri, A., Révah-Lévy, A., Mulvey, E. P., & Falissard, B. (2019). Doing time: A qualitative study of long-term incarceration and the impact of mental illness. *International journal of law and psychiatry*, 32(5), 294-303.
 - Yazdany, A. T. F., & Ara, J. (2024). Psychological Dynamics Among Bankers in Bangladesh: Exploring the Interrelationship of Self-esteem, Cognitive Distortion, and Depression. *Annals of Psychaitry*, 2(01), 28-35.
 - Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2008). Emotional intelligence in the workplace: A critical review. *Applied Psychology*, 57(3), 535-567. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00335.x>
 - Zeyrek-Rios, L. A., Smith, J. C., & Hernandez, M. P. (2025). Relationship between emotion regulation and aggression: The mediating role of cognitive distortions among incarcerated individuals. *Aggressive Behavior*, 51(1), 22-34.