﴿ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴾

كلية التربية
المجلة التربوية
***

وصمة الذات كمنبئ بالتشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً

إعداد
د. أحمد عبد الملك أحمد
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة حلوان

DOI: 10.12816/EDUSOHAG. 2020.

المجلة التربوية. العدد الثانى والسبعون . أبريل ٢٠٢٠م

Print:(ISSN 1687-2649) Online:(ISSN 2536-9091)

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى وصمة الذات، وعلاقتها بكل من التشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي، والكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بكل من التشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي من خلال وصمة الذات، وذلك لدى عينة بلغت (٧٨) من المعاقين حركياً، استخدمت الدراسة مقياس وصمة الذات، ومقياس التشوهات المعرفية (كلاهما من إعداد الباحث)، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالي (تقنين عبادي، وسفيان، وأمين ، ٢٠١٩)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- ارتفاع مستوى وصمة الذات لدى عينة البحث من المعاقين حركياً.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين وصمة الذات وكل من التشوهات المعرفية، وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).

- أسهمت درجات وصمة الذات بنسبة (٦٨,٠%) في التنبؤ بدرجات التشوهات المعرفية، وبنسبة (٥٢,٧%) في التنبؤ بدرجات صعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً.

- بعد الرفض الاجتماعي المدرك – كأحد أبعاد وصمة الذات – كان أكثر الأبعاد من حيث القدرة التنبؤية بكل من التشوهات المعرفية، وصعوبة التنظيم الانفعالي.

الكلمات المفتاحية: وصمة الذات ، التشوهات المعرفية ، صعوبة التنظيم الانفعالي ، المعاقين حركياً.

Self-Stigma as a Predictor of Cognitive Distortions and Emotional Regulation Difficult Among physically Handicapped

Dr. Ahmed Abdelmalek Ahmed.
Lecturer of Mental Health
Faculty of education- Helwan University

Abstract

The study aimed to identifying the level of Self-Stigma among physically handicapped and its relationship with Cognitive Distortions and Emotional Regulation Difficult. Also, detective the predictability of Self-Stigma to Cognitive Distortions and Emotional Regulation Difficult. The sample of the study consisted of (78) physically handicapped, The tools of the study that were applied on the sample were: Self-Stigma Scale (prepared by the researcher), Cognitive Distortions Scale (prepared by the researcher), Difficulties in Emotion Regulation Scale (translated by Abady, sofyan, Amen, 2019). The results found that:

- The study resulted in a high level Self-Stigma.

- positive and Statistically significant correlation relationships were found between Self-Stigma and Cognitive Distortions, Emotional Regulation Difficult among physically handicapped and at 0.01 level.

- Self-Stigma explained (68.0٪) of the variance in Cognitive Distortions and (52.7٪) of the variance in Emotional Regulation Difficult.

- The Perceived social rejection dimension is more predictive of Cognitive Distortions, Emotional Regulation Difficult in physically handicapped.

Key words: *self-stigma, cognitive distortions, emotional regulation difficult, physically handicapped.*

مقدمة الدراسة

إن المعاناة جزءً لا يتجزأ من الحياة الإنسانية، فهي قدر محتوم يعيشه كل أبناء المجتمع دون استثناء العاديين منهم وذوي الاحتياجات الخاصة أيضاً؛ نظراً لما يتعرضون له من صراعات واحباطات واخفاقات وضغوط في شتى مناحي الحياة، إلا أن الإعاقة وخاصة إن كانت جسدية قد تزيد من تلك المعاناة وتضيف لها تحدٍ جديد نظرا لما يعانيه ذوي الإعاقة الجسدية تحديداً من ضغوط اجتماعية، ونفسية، وانفعالية مرتبطة بنوع الإعاقة.

فنجد المعاقين حركيا يعانون انخفاض في المهارات الاجتماعية، والشعور باليأس والحسرة، والحساسية المفرطة، والشعور بالنقص، وفقدان الثقة بالنفس، ووجود مشاعر اكتئابية. مع الشعور بالوحدة النفسية، وعدم تقبل للذات، واضطراب صورة الجسم، وظهور المظاهر العدوانية، والشعور بالإحباط والظلم الاجتماعي (عبد الباقي ، ٢٠٠١ ، ص١٤٥)، (مندوه ، ٢٠٠٥ ، ص١٧٦).

وبالتالي فإن الاهتمام بأبنائنا من ذوي الإعاقة وخاصة المعاقين حركياً منهم ورعايتهم أصبح ضرورة ملحة تفرضه متطلبات العصر، كما تفرضه كل تلك التحديات، فاهتمام الأمم بأبنائها ورعايتهم ولا سيما ذوي الاحتياجات الخاصة منهم يعد أحد أهم مؤشرات رقي وتحضر هذه الأمم، حيث الاهتمام بهم ومساعدتهم وإعدادهم لحياة شخصية واجتماعية ناجحة يؤدي فيها كل منهم دوره، ويسهم بقدر ما يستطيع في خدمة مجتمعه يعد خطوة على قدر كبير من الأهمية في طريق التحضر والتطور وتحويل تلك الفئات من عبء على المجتمع إلى قوة دافعة ومحفزة للمجتمع نحو المزيد من الرقي.

وتعد فئة المعاقين حركياً أحد أهم تلك الفئات التي تحتاج إلى الرعاية والاهتمام بدلاً من الإهمال والرفض، وإلى التدريب والتأهيل بدلاً من الشفقة والعطف؛ حتى يتسنى لهم الاندماج في مجتمعاتهم والانصهار في بوتقته والتفاعل الإيجابي مع أفراده.

وبالرغم من كل تلك التحديات والصعوبات التي قد يواجهها ذوي الإعاقة الحركية إلا أن استدماج هؤلاء الأفراد لفكرة رفضهم اجتماعياً وتمييزهم عن بقية أفراد المجتمع كونهم أقل من الآخرين – وهو ما يعرف بوصمة الذات – يعد من أخطر المشكلات التي يجب التصدي لها والتعامل معها باهتمام، خاصة وأن الوصمة أصبحت ظاهرة عالمية، والبشر يميلون إلى وصم أي جماعة اجتماعية طالما أنهم يدركونهم مختلفون وغير عاديين، والناس توصم على

أساس النوع، العرق، الدين، المظهر، المكانة الاجتماعية، الفروق الثقافية، وحالات الإعاقة، وكثير من الناس يعملون على تشكيل الأحكام النمطية السلبية بسرعة نحو من ينحرف عن معيار السواء (البلاح ، ٢٠١٨ ، ص٤٨٦).

وقد أشار (Kato, Takada, & Hashimoto, 2014, p.180)، (Boyle, 2013, p.1518) أن للوصمة الذاتية تأثير سلبي على الأفراد، فهي تؤدي إلى انخفاض في تقدير الذات، والفعالية الذاتية، والرضا عن الحياة، والتكيف الاجتماعي، والرفاهية بشكل عام، والتواصل الاجتماعي. كما ترتبط الوصمة الذاتية – كما تشير العديد من الدراسات – بزيادة معدل المشكلات العقلية، والقلق، والاكتئاب، وضعف الحالة الصحية بشكل عام.

وعندما يعيش أبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية تحت وطأة الوصمة الذاتية؛ فسوف ستزداد عليهم الضغوط النفسية والاجتماعية والانفعالية بشكل يفوق طاقتهم على التحمل، مما قد يؤدي إلى تبنيهم لبعض الأفكار المشوهة واللاعقلانية والتي تستدعي لديهم بعض ردود الأفعال الغير منطقية كالمبالغة في لوم الذات وتحقيرها، أو تضخيم الأمور وأحياناً تهوينها، أو التعميم الزائد، أو الوصول لاستنتاجات بشكل غير منطقي، وقد يصل الأمر إلى فقدان السيطرة على المشاعر والانفعالات ونجدهم في هذه الحالة يعانون من صعوبة شديدة في تنظيم انفعالاته وإدارتها والتعامل معها بشكل صحيح.

وهنا تكمن الخطورة الحقيقية؛ نظراً لما يتركه كل من صعوبة التنظيم الانفعالي، والتشوهات المعرفية من آثار ضارة وسلبية على شخصية الفرد، فعدم القدرة على تنظيم الانفعال يشكل معضلة كبيرة بالنسبة للكثير من الأفراد سواء في تكيفهم مع الآخرين أو مع أنفسهم ويؤثر على علاقات الفرد مع من حوله (نوري ، ٢٠١٣ ، ص٢٣٦)، إذ أن القصور في التنظيم الانفعالي يجعل الأفراد أكثر عزلة ولا مبالاة، وأقل فاعلية في المجتمع، ويجعل الأفراد يستخدمون أساليب لا تكيفية هروبيه في حل المشكلات والضغوط التي تواجههم، ويسبب القصور في تنظيم الانفعال العديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية (مظلوم ، ٢٠١٧ ، ص١٤٦).

كما أشار (Harvey, Hunt, & White, 2019, p.144) إلى أن الأفراد الذين يعانون من صعوبة في التنظيم الانفعالي غالبًا ما يواجهون صعوبة كبيرة في تكوين العلاقات الشخصية، والتي غالبًا ما تكون غير مستقرة؛ حيث لديهم صعوبة في الإحساس بالذات،

بالإضافة إلى الانخراط في سلوكيات اندفاعية عالية ذات عواقب وخيمة. وغالبًا ما يظهر لدى هؤلاء الأفراد سلوك إيذاء الذات.

ويضيف (Stellwagen, & Kerig, 2018, p.3386) أن عدم التنظيم الانفعالي يتعارض مع القدرة على تهدئة الذات عند مواجهة الضغوط، مما يؤدي إلى الاندفاع السلوكي، وانخفاض التسامح الانفعالي.

أما بالنسبة للتشوهات المعرفية فيتصف صاحبها بمعتقداته السالبة من استدلال وأساليب غير منطقية، والمبالغة في تفسير الأشياء، وتعميم الفشل، ولديه مشاعر سلبية كالغضب واليأس ولوم للذات، وأخطاء في معالجة المعلومات، وشعور بالضيق والألم مما قد يؤدي إلى التأثير السلبي في قدرته على مواجهة ضغوط الحياة والتوافق النفسي والاجتماعي مع البيئة المحيطة (عبد الوهاب ، والسيد ، ٢٠١٧ ، ص٧٠٢).

ومن خلال العرض السابق يمكننا القول أن وجود وصمة الذات لدى المعاقين حركياً وما تحدثه من آثار سلبية تمتد لتنال من معظم جوانب الشخصية لديهم قد يؤدي بدوره إلى ظهور طرق مشوهه في التفكير، وسيطرة للعديد من الأفكار اللاعقلانية على توجهاتهم نحو أنفسهم ونحو الآخرين، إضافة إلى صعوبة في إدارة انفعالاتهم وتنظيمها والتعامل معها بشكل صحيح وهو ما تحاول الدراسة الحالية التأكد منه ودراسته، خاصة مع تزايد الاهتمام في الفترة الأخيرة بمفهوم وصمة الذات، ومحاولة التعرف على الدور الذي يمكن أن تلعبه وصمة الذات في تفسير العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية والانفعالية، وذلك من خلال محاولة التعرف على طبيعة العلاقة بين وصمة الذات وكل من التشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي، ومدى إمكانية التنبؤ بكل من التشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي من خلال الوصمة الذاتية.

مشكلة الدراسة

ظهرت مشكلة الدراسة الحالية من خلال ما لاحظه الباحث أثناء تعامله مع ذوي الإعاقة الحركية – سواء من طلبة الجامعة أو من خارجها – حول تفاعلاتهم الاجتماعية مع الآخرين، وإدراكهم لاتجاهات الآخرين نحوهم، ومدى تقبلهم لإعاقتهم، وما تتركه الإعاقة الحركية من آثار سلبية على شخصيتهم؛ حيث لاحظ الباحث افتقار هذه الفئة للخبرة الكافية اللازمة لإدارة انفعالاتهم الذاتية والتحكم بها، إلى جانب سيطرة بعض الأفكار اللاعقلانية أو

الأفكار المشوهة على طريقة تفكيرهم خاصة فيما يتعلق بنظرتهم لأنفسهم وتقديرهم لإمكاناتهم وذاتهم – حيث التقليل من شأن أنفسهم والاحساس بالدونية – وطريقة تعامل الآخرين معهم وإدارتهم للمواقف الاجتماعية، وإحساسهم بالهزيمة النفسية، والرفض الاجتماعي نظراً لكونهم أقل من الآخرين.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه المدهون (٢٠٠٤ ، ص١٣٨) من أن المعاق حركياً يعاني من مجموعة من الخصائص والسمات النفسية السلبية كالانطواء، الانسحاب، العزلة، الاكتئاب، الحزن، عدم التوافق أو عدم الرضا عن الذات، تزايد مشاعر الإحساس بالذنب، الخوف، القلق، والاعتماد على الغير. ويضيف عبد المعطى (٢٠٠٥ ، ص٣٦) أن الإصابة بشلل الأطفال يترتب عليها انطواء الفرد اجتماعياً، العزلة، عدم الرغبة في المشاركة في أي عمل جماعي أو مناسبة اجتماعية، بالإضافة إلى عدم القدرة على المنافسة على قدم المساواة مع العاديين؛ لقلة فرص الحركة والاختلاط الاجتماعي والمشاركة الفعالة في أنشطة الجماعة.

إلا أن أخطر ما قد يعاني منه أبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية هو احساسهم بالوصمة الذاتية، فعندما يجدون أنفسهم في عزلة عن مجتمعاتهم، يحيط بهم جدار من الرفض الاجتماعي، ويسيطر عليهم الإحساس بالدونية والهزيمة النفسية، ثم يستدمجون هذه الأفكار والمعتقدات لتصبح جزء من شخصيتهم وتوجه طريقة تفكيرهم، هنا تكمن الخطورة، خاصة فيما تحدثه الوصمة الذاتية من آثار سلبية في جميع جوانب شخصية الفرد الموصوم، والتي يمتد أثرها لتفسد حياة الفرد الشخصية والاجتماعية والمهنية، حيث استبدال هوية الفرد بهوية جديدة مستقبحة وغير مقبولة اجتماعياً تعزله عن مجتمعه، وتعزز لديه فكرة الرفض الاجتماعي، وتحول بينه وبين التفاعل الاجتماعي الناجح مع الآخرين، وتقف حجر عثرة أمام تحقيقه لذاته.

ويؤكد ذلك ما أشار إليه (Kato, Takada, & Hashimoto, 2014, p.180)، (Boyle, 2013, p.1518) أن للوصمة الذاتية تأثير سلبي على الأفراد، فهي تؤدي إلى انخفاض في تقدير الذات، والفعالية الذاتية، والرضا عن الحياة، والتكيف الاجتماعي، والرفاهية بشكل عام، والتواصل الاجتماعي. كما ترتبط الوصمة الذاتية – كما

تشير العديد من الدراسات – بزيادة معدل المشكلات العقلية، والقلق، والاكتئاب، وضعف الحالة الصحية بشكل عام.

ونتيجة لتلك الآثار السلبية التي تتركها الوصمة الذاتية على شخصية ذوي الإعاقة بشكل عام وذوي الإعاقة الحركية بشكل خاص؛ قد نجد العديد من أبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية يعانون الكثير من الاضطرابات النفسية والانفعالية والمعرفية، فقد يصعب عليهم تقبل انفعالاتهم وتنظيمها والتعامل معها وإدارتها في الاتجاه الصحيح، وقد يصيبهم الخلل في إدراكهم للواقع وتُشَوه طريقة تفكيرهم، وتهاجمهم العديد من الاضطرابات النفسية، وهنا تظهر أهمية الدراسة الحالية والهدف منها.

ونظراً للندرة الشديدة في الدراسات – في حدود اطلاع الباحث – التي تصدت لدراسة الوصمة الذاتية وآثارها والمتغيرات المرتبطة بها لدى فئة المعاقين حركياً؛ تحاول الدراسة الحالية إلقاء الضوء على طبيعة العلاقة بين وصمة الذات وكل من صعوبة التنظيم الانفعالي، والتشوهات المعرفية، والتعرف على الدور الذي يمكن أن تلعبه وصمة الذات في التنبؤ بكل من صعوبة التنظيم الانفعالي، والتشوهات المعرفية.

ويمكننا بلورة مشكلة الدراسة من خلال الأسئلة الآتية:

١. ما مستوى وصمة الذات لدى عينة الدراسة من المعاقين حركياً؟
٢. هل توجد علاقة بين وصمة الذات والتشوهات المعرفية لدى المعاقين حركياً؟
٣. هل توجد علاقة بين وصمة الذات وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً؟
٤. هل تسهم وصمة الذات في التنبؤ بالتشوهات المعرفية لدى المعاقين حركياً؟
٥. هل تسهم وصمة الذات في التنبؤ بصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً؟

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى وصمة الذات لدى المعاقين حركياً، وبحث طبيعة العلاقة بين وصمة الذات وكل من التشوهات المعرفية، وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً، مع الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بكل من التشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي في ضوء وصمة الذات لدى عينة الدراسة من المعاقين حركياً.

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية:

تستمد الدراسة أهميتها من أهمية كل من:

- عينة الدراسة من المعاقين حركياً وهي من الفئات الأكثر أهميةً وتعقيداً من بين فئات ذوي الإعاقة، نظراً لما يعانونه من مشكلات شخصية واجتماعية ونفسية تترك آثارها السلبية على شخصيتهم من ناحية، ومعانتهم عجزاً واضحاً بيناً لا تخطئه العين يلقى بظلاله على سيكولوجية هؤلاء الأفراد من ناحية أخرى.
- المتغيرات التي تتناولها الدراسة (وصمة الذات– التشوهات المعرفية – صعوبة التنظيم الانفعالي) ومدى تأثيرهم في شخصية ذوي الإعاقة الحركية، وأهمية دراسة تلك المتغيرات كخطوة على طريق مواجهة تلك المتغيرات السلبية والتصدي لها من أجل إزالة العثرات في طريقنا نحو تدعيم البناء النفسي لأبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية.
- ندرة الدراسات العربية – في حدود اطلاع الباحث – التي تناولت متغيرات (وصمة الذات – التشوهات المعرفية – صعوبة التنظيم الانفعالي) مجتمعة لدى ذوي الإعاقة الحركية، ومن ثم تحاول الدراسة الحالية القاء الضوء على طبيعة العلاقة بين تلك المتغيرات ومدى إمكانية التنبؤ بكل من التشوهات المعرفية، وصعوبة التنظيم الانفعالي من خلال متغير وصمة الذات.

الاهمية التطبيقية

- يمكن أن تسهم نتائج الدراسة الحالية في وضع برامج إرشادية تسهم في خفض الآثار السلبية لكل من (وصمة الذات – التشوهات المعرفية – صعوبة التنظيم الانفعالي) لدى ذوي الإعاقة الحركية.
- قد تؤدي نتائج الدراسة إلى لفت انتباه القائمين على رعاية وتأهيل ذوي الإعاقة الحركية إلى بعض الآثار السلبية لمتغيرات الدراسة على شخصيتهم، ومن ثم مقاومتها والتصدي لها.
- يمكن أن تسهم نتائج الدراسة في التوعية بأهمية إعداد دورات تدريبية للتقليل من الآثار السلبية لبعض المتغيرات النفسية لدى أبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية من أجل إعدادهم لمواجهة صعوبات الحياة بشكل أفضل والتخفيف عن كاهلهم ما يواجهونه من تحديات.

- **إعداد برامج إرشادية وقائية لتوعية أبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية بأهمية التخلص بقدر الإمكان من الآثار السلبية لبعض المتغيرات النفسية وأهمية ذلك في تدعيم شخصيتهم ومساعدتهم على مواجهة ضغوط الحياة والآثار السلبية للإعاقة بشكل أفضل.**
- **تسهم الدراسة في إثراء المكتبة العربية للقياس النفسي بإضافة مقياسين: مقياس وصمة الذات للمعاقين حركياً، ومقياس التشوهات المعرفية للمعاقين حركياً، واللذين تم إعدادهما في الدراسة الحالية.**

مصطلحات الدراسة:

وصمة الذات Self-Stigma

يعرف قاموس علم النفس الصادر عن رابطة علم النفس الأمريكية (APA) الوصمة بأنها الاتجاه الاجتماعي السلبي الذي يتعلق بخصائص الفرد التي يمكن اعتبارها قصوراً عقلياً أو بدنياً أو اجتماعياً، فالوصمة تتضمن الرفض الاجتماعي، ويمكنها أن تؤدي بشكل غير عادل إلى التمييز ضد الفرد وعزله (Vanden Boss, 2007 p. 894).

ويمكن تعريف وصمة الذات إجرائياً بأنها مفهوم يشير إلى سيطرة مجموعة من الأفكار والمعتقدات السلبية السائدة في المجتمع والمرتبطة بالإعاقة على شخصية المعاق حركياً وإقراره بمشروعيتها، واستدماجها ذاتياً، وهو ما يترتب عليه نقصاً في الفعالية الذاتية، وقصوراً في المهارات الاجتماعية، مع فقداً للهوية الأصلية واستبدالها بهوية جديدة غير مقبولة اجتماعياً تعزله عن مجتمعه وتعزز لديه فكرة الرفض الاجتماعي، فضلاً عن شعوره بالهزيمة النفسية. وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها المعاق حركياً في مقياس وصمة الذات المستخدم في الدراسة الحالية بأبعاده: تحقير الذات – الرفض الاجتماعي المدرك – تجنب الوصمة – الشعور بالهزيمة النفسية.

صعوبة التنظيم الانفعالي Emotional Regulation Difficult

عرف عبادي، وسفيان، وأمين (٢٠١٩ ، ص١٨٣) التنظيم الانفعالي بأنه استخدام استراتيجيات مناسبة بشكل موقفي لتنظيم الانفعالات بمرونة، وتعديل الاستجابات الانفعالية المرغوب فيها، من أجل تحقيق الأهداف الفردية والمطالب الظرفية، وتشمل وعي الفرد بخبراته الانفعالية، وقدرته على المواجهة الإيجابية للتأقلم مع السياقات الضاغطة، ومواجهة الانفعالات المكروهة، وفهم وقبول الانفعالات والتعبير عنها، والقدرة على التحكم في السلوكيات الاندفاعية، والتصرف وفقاً للأهداف المرغوبة عندما يعاني الفرد من المشاعر السلبية.

يمكن تعريف صعوبة التنظيم الانفعالي إجرائيا – وفقاً للمقياس المستخدم في الدراسة الحالية – بأنها مفهوم يشير إلى غياب واحدة أو أكثر من القدرات الانفعالية الأتية: فهم الانفعالات والوعي بها – تقبل الانفعالات – القدرة على التحكم في السلوكيات الاندفاعية والتصرف وفقًا للأهداف المرجوة عند مواجهة المشاعر السلبية – القدرة على استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي الواقعية بمرونة لتعديل الاستجابات الانفعالية وفقاً للأهداف المطلوب ومتطلبات الموقف (Gratz & Roemer, 2004, p. 42-43).

التشوهات المعرفية Cognitive Distortions

يمكن تعريف التشوهات المعرفية إجرائياً بأنها مجموعة الأفكار الخاطئة والمعتقدات السلبية التي تسيطر على الفرد عند تعرضه للضغوط النفسية، وينتج عنها ردود أفعال انفعالية غير ملائمة، وأخطاء معرفية في معالجة المعلومات المتاحة، وتؤثر سلباً على توافق الفرد – نفسياً واجتماعياً – وتشوه إدراكه للواقع. وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها المعاق حركياً في مقياس التشوهات المعرفية المستخدم في الدراسة الحالية بأبعاده: التفكير الثنائي – التعميم الزائد – التفكير الكارثي – التهوين – التجريد الانتقائي – المبالغة في لوم الذات والآخرين – الاستنتاج غير المنطقي.

الاطار النظري

أولاً: وصمة الذات (Self-Stigma)

(أ) المفهوم

عرف معجم علم النفس والطب النفسي الوصمة بأنها علامة طبيعية في جسم فرد معين أو سمة شخصية تميز الفرد بوضوح عن الآخرين ويعتقد أنها تحدث ضرراً جسمياً ونفسياً واجتماعياً لصاحبها. ومثال ذلك التشوه الجسمي والتخلف العقلي، أو التاريخ المعروف من السلوك الإجرامي، أو المرض الطب نفسي أو الفروق في العنصر والدين والجنس. واللفظ يعني نوعاً من الرفض الاجتماعي له عواقب اقتصادية واجتماعية ونفسية ومثال ذلك التمييز العنصري، والتحيز، والعزلة الاجتماعية، وكذلك الآثار السلبية التي تلحق صورة الذات وتوقعات الفرد، وجمعها وصمات (جابر ، وكفافي ، ١٩٩٥ ، ص٣٧٣١).

كما يعرف قاموس علم النفس الصادر عن رابطة علم النفس الأمريكية (APA) الوصمة بأنها الاتجاه الاجتماعي السلبي الذي يتعلق بخصائص الفرد التي يمكن اعتبارها قصوراً عقلياً أو بدنياً أو اجتماعياً، فالوصمة تتضمن الرفض الاجتماعي، ويمكنها أن تؤدي بشكل غير عادل إلى التمييز ضد الفرد وعزله (Vanden Boss, 2007 p. 894).

ومن أوائل التعريفات التي تناولت الوصمة تعريف (Gofman, 1963, p.5) والذي يرى أن الوصمة هي وصف يصيب الفرد بالخزى ويشوهه بشكل عميق، وهي بمثابة الشعور السيئ الذي يلتصق بالفرد، ويقف عائقاً أمام حياة الفرد حياة اجتماعية غير منقوصة.

ويرى (Werner & Shulman, 2013, p.4104) أن الوصمة مفهوم يشير إلى مجموعة الاتجاهات المضادة، والنمطية، والسلوكيات التمييزية، والتكتلات الاجتماعية المنحازة التي أقرتها مجموعة كبيرة تجاه مجموعة فرعية أخرى.

وهناك من يرى أن الوصمة هي شكل من أشكال الانحراف الذي يؤدي بالآخرين إلى الحكم على الفرد باعتباره غير مؤهل للمشاركة في التفاعل الاجتماعي. ويحدث ذلك بسبب الاعتقاد بأنهم يفتقرون إلى القدرات والمهارات اللازمة للقيام بمثل هذا التفاعل، كما يتأثرون بالأحكام المتعلقة بخطورة الشخص وعدم إمكانية التنبؤ بسلوكياته. وبمجرد اعتبار الشخص غير مؤهل، فإنه يتجاوز قواعد السلوك الاجتماعي العادي ويمكن أن تتجاهله المجموعة أو تستبعده (Brohan, Slade, Clement& Thornicroft, 2010, p.1-2).

وأوضح (Boyle, 2013, p.1517) أن الوصمة سمة أو صفة تُعرف بأنها ليست محل تقدير من قبل مجموعة من أفراد المجتمع، وترتبط هذه السمة بتوجهات اجتماعية سلبية تنعكس على الفرد نفسه في سياق هذا المجتمع. وتشير الوصمة الذاتية إلى ما يفعله الأفراد الموصومون بأنفسهم من خلال استدماج الأفكار النمطية، والتمييز والعنصرية التي يتعرضون له من الآخرين.

ويُعرف (Garg & Raj, 2019, p.124) الوصمة الذاتية بأنها المشاعر والسلوكيات الذاتية السلبية التي تسيطر على الفرد، مع إقرار الأفكار النمطية الشائعة والناتجة عن التجارب والتصورات وردود الأفعال المجتمعية السلبية.

بينما يرى (Livingston, 2012, p.699-700) أن الوصمة الذاتية هي عملية ذاتية تتميز بالمشاعر السلبية تجاه الذات، والسلوك اللاتكيفي، وتحول في الهوية، وتنتج عن تجارب الفرد أو تصوراته أو توقع ردود الأفعال الاجتماعية السلبية.

أما (Wu, Chang, Chen, Wang & Lin, 2015, p.2) فيرون أن الوصمة الذاتية هي عملية تحولية يفقد فيها الشخص هويته الأصلية أو المرغوبة، ويتبنى نظرة موصومة متدنية عن نفسه.

في حين يرى (Silveira et al., 2012, p.43) أن الوصمة الذاتية تحدث عندما يستدمج أعضاء مجموعة موصومة وجهات النظر السلبية عن أنفسهم، نتيجة لإحساسهم بالتحقير والعزل.

وقدم ياسين، وإسماعيل (٢٠١٦ ، ص٢٢٨) تعريفاً لوصمة الذات لدى المعاقين سمعياً على أنها تصديق المعاق سمعياً على مشروعية وصمة الجماعة من حيث: الوعي بالتمييز الاجتماعي، واستدماج الوصمة، وتجنب المواقف القادرة على استثارتها.

واتفقت معهما الشافعي (٢٠١٨ ، ص٣٠٨) في تعريفها للوصمة الذاتية لدى المعاقين سمعياً باعتبارها عملية استدماج واستدخال المراهقين الصم لوجهات النظر والمعتقدات السلبية السائدة عنهم بين أفراد المجتمع داخل ذاتهم؛ وما يترتب عنه من انتقاص لقيمة الذات والفاعلية الذاتية فضلاً عن الشعور بالذنب والخزي، وكذلك قد يكون من شأنها التأثير بشكل سلبي على سلوك هؤلاء الصم.

اما (Mclaughlin, Bell & Stringer, 2004, p.304) فعرفوا الوصمة المرتبطة بالإعاقة على أنها السمات السلبية المدركة او الناتجة عن الإعاقة، والتي تنحرف ضمنياً عن الطبيعي، أو عن توقعات الزملاء غير المعاقين.

ومن خلال استقراء التعريفات السابقة يمكننا القول أن وصمة الذات لدى المعاقين حركياً مفهوم يشير إلى سيطرة مجموعة من الأفكار والمعتقدات السلبية السائدة في المجتمع والمرتبطة بالإعاقة على شخصية المعاق حركياً وإقراره بمشروعيتها، واستدماجها ذاتياً، وهو ما يترتب عليه نقصاً في الفعالية الذاتية، وقصوراً في المهارات الاجتماعية، مع فقداً للهوية الأصلية واستبدالها بهوية جديدة غير مقبولة اجتماعياً تعزله عن مجتمعه وتعزز لديه فكرة الرفض الاجتماعي، فضلاً عن الشعور بالهزيمة النفسية.

(ب) أنواع الوصمة

أشار (Werner & Shulman, 2013, p.4104) إلى وجود ثلاثة أنواع من الوصمة وهم:

١- الوصمة العامة (public stigma): وهو أكثر الأنواع شهرة ويسميه البعض وصمة الجماعة، ويكون التركيز فيه على الاتجاهات العامة، ومواقف المجتمع تجاه الأشخاص الذين يتعرضون للوصم.

٢- الوصمة الذاتية (self-stigma): ويكون التركيز في هذا النوع على استيعاب واستدماج الأفراد لوجهات نظر المجتمع السلبية تجاه أنفسهم.

٣- الوصمة الأسرية (family stigma): ويشير هذا النوع إلى الوصمة التي يعانيها الفرد نتيجة لارتباطه بأقارب يعانون الوصم.

ويضيف (Brohan, Slade, Clement& Thornicroft, 2010, p.1) أنه وفقا لبعض التعريفات فإننا يمكننا الإشارة إلى ثلاثة أنواع من السمات الواصمة وهي:

- الكراهية الشديدة للجسد: كما في حالة العجز الجسدي أو التشوه الواضح مثلاً.
- عيوب ذات طابع فردي: مثل المرض العقلي، أو الإدانة الجنائية.
- الوصمات القبلية: مثل العرق والجنس والعمر.

أما الشافعي (٢٠١٨ ، ص٣٠٩) فقد أشارت إلى أن أدبيات البحث قد عددت أنواع وصور الوصمة بصفة عامة، ويمكن إيجازها في الأنواع التالية:

- **الوصمة الهيكلية Structural stigma: وتعرف أيضا بالوصمة المؤسسية Institutional stigma وهي تحدث على مشتوى أنظمة المجتمع وتشير إلى القواعد والسياسات والإجراءات الخاصة والعامة لمراكز السلطة والتي تحد من حقوق وفرص الأفراد الموصومين داخل المجتمع.**
- **الوصمة المدركة Perceived stigma: وهي الحالة التي يدرك فيها الأفراد تعرضهم للوصم أو التمييز داخل المجتمع، وتعتبر أيضاً حالة خوف الفرد من الوصمة التي يقرها المجتمع بشأنه.**
- **وصمة الجماعة Public stigma: أو الوصمة الاجتماعية Social stigma وهي تعد أكثر الأنواع شهرة حيث تتمثل في اتجاهات المجتمع العام نحو الأشخاص الموصومة.**
- **الوصمة الأسرية Family stigma: ويمكن اعتبارها الوصمة التي يعايشها الفرد نتيجة لارتباطه بأقارب لديهم صفات واصمة.**
- **وصمة الذات Self-stigma: والتي تركز على تقبل وتبني الأفراد لتقييمات ونظرات المجتمع السلبية لهم والتصرف على أساسها.**

(ج) أبعاد الوصمة

أشار (Mclaughlin, Bell & Stringer, 2004, p.304) إلى أن البعض اتفق على وجود ستة أبعاد للوصمة المتعلقة بالإعاقة وهي:

١- الاضطراب: أي تأثير الإعاقة على التفاعلات الاجتماعية أو التواصل.

٢- المصدر: أي مدى مسؤولية الفرد عن سبب إعاقته.

٣- السمات الجمالية: أي إلى أي مدى تجعل الإعاقة الشخص غير جذاب أو غير مريح من الناحية الجسدية.

٤- المسار: طبيعة واستمرارية حالة الإعاقة.

٥- الإخفاء: أي هل الإعاقة مرئية أم يمكن إخفاؤها.

٦- المخاطر: أي إلى أي مدى يشكل الفرد تهديداً للآخرين.

وقدم (Verhaeghe, Brache, & Bruynooghe, 2007, p.188) تصوراً لأبعاد الوصمة متضمناً ثلاثة أبعاد وهي:

- **توقعات الوصم stigma expectations: وهي بمثابة تصورات لوجود اتجاهات سلبية نحو الأشخاص الذين يعانون من مشاكل نفسية في المجتمع بشكل عام ورفض سلوكياتهم.**
- **خبرات الرفض الاجتماعي social rejection experiences: أي رفض البيئة المحيطة للفرد كنتيجة مباشرة لالتحاقه بإحدى مؤسسات الرعاية مثلاً.**
- **خبرات الرفض الذاتي self-rejection experiences: ويعني شعور الفرد بالخزي والدونية كنتيجة مباشرة لالتحاقه بإحدى مؤسسات الرعاية مثلاً.**

(د) العوامل المسببة للوصمة

أشار (Link & Phelan, 2001, p.367) إلى أن حدوث الوصمة يرتبط بوجود عدة عوامل وهي:

١- التمييز بين الناس والحديث عن الفروق بين البشر.

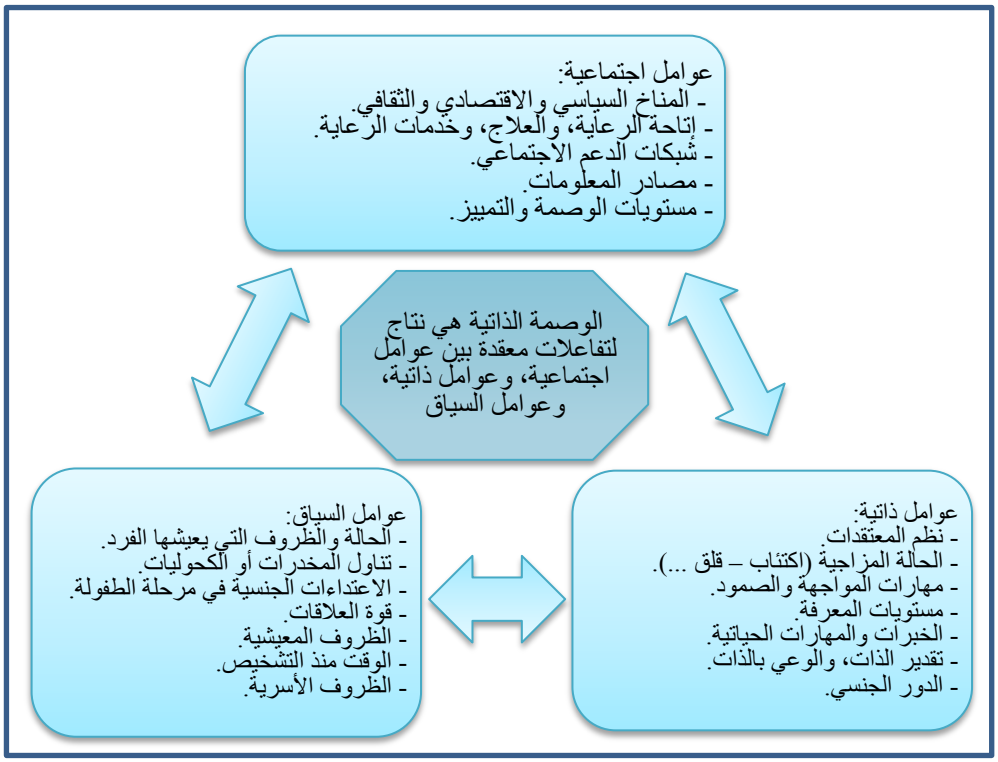
٢- المعتقدات الثقافية السائدة والتي تربط بين أفراد بعينهم، ومجموعة من الخصائص الغير مرغوبة بصورة نمطية وسلبية.

٣- يتم وضع أفراد بعينهم في فئات محددة لتحقيق درجة من العزل بين نحن، وهم.

٤- يتعرض الأشخاص الموصومين إلى التمييز وفقدان وضعهم مما يؤدي لنتائج غير مرغوبة.

٥- يرتبط الوصم تماماً بالوصول للقوة الاجتماعية، والسياسية، والاقتصادية التي تسمح بتحديد الاختلاف وبناء الصور النمطية وفصل الأشخاص الموصومين في فئات مميزة والتنفيذ الكامل للاستنكار والرفض والاستبعاد والتمييز.

وقدم (France, Macdonald, Conroy, Byrne, Mallouris, Hodgson & Larkan, 2015, p.7) إطاراً مفاهيمياً للوصمة الذاتية أشار فيه إلى أن الوصمة الذاتية هي نتاج لتفاعلات معقدة بين عوامل اجتماعية، وعوامل ذاتية، وعوامل السياق. ويمكن التعبير عن ذلك من خلال الشكل التالي:



شكل (١) العوامل المسببة للوصمة الذاتية

وهنا يجب الإشارة إلى أن تأثير الوصمة الذاتية – أيان كان السبب – قد يختلف من فرد إلى أخر، وذلك حسب درجة الشعور بالوصم، والتمييز الذي يتعرض له الفرد، كما يتوقف ذلك أيضاً على العمر والثقافة والحالة الاجتماعية، وغيرها من العوامل ذات التأثير في تفكير الفرد (SANE Australia, 2007, p.2).

(هـ) آليات التخفيف من حدة الوصمة الذاتية

قدم (Watson, A. C., Corrigan, P., & Kosyluk, 2014, p.366-367) استراتيجيتان محددتان للتخفيف من حدة الوصمة الذاتية وهما:

الاستراتيجية الأولى: إعادة صياغة إدراك التأثيرات السلبية الناتجة عن الوصمة الذاتية.

الاستراتيجية الثانية: تعزيز شعور الشخص الموصوم بالتمكين، ومن ثم مواجهة الوصمة الذاتية.

إن إعادة الصياغة المعرفية توفر آلية جيدة لتغيير الأفكار الذاتية السلبية المتعلقة بالوصم، فعند وصم الذات، يستدمج هؤلاء الأفراد البيانات الشخصية التي تمثل الصورة السلبية

عن الذات، وقد ينخرطون في سلوك شخصي سلبي للغاية (فمثلاً قد يقولون لأنفسهم لن يرغب أحد في مواعدة شخص مجنون، وأنا لا ألومهم، أو يقولون لأنفسهم مثلاً أنا لست ذكياً بدرجة كافية لإنهاء دراستي الجامعية)، وإعادة الصياغة المعرفية تمكن هؤلاء الأفراد من تحديد بل وتحدى تلك الأفكار الذاتية الضارة. فقد يطلب الفرد تغذية راجعة حول دقة تلك الأفكار من المحيطين به من ذوي الثقة. وقد يكون للتدخلات الجماعية فائدة في معالجة جانب هام من جوانب الوصمة الذاتية عن طريق زيادة الشعور بالانتماء من خلال الروابط الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين.

وأضاف (Holm-Hansen, 2009, p.3) أنه يمكن معالجة الوصم والتخفيف من حدته من خلال:

– معالجة العوامل والأسباب الكامنة وراء الشعور بالوصم، ولا سيما المعتقدات الغير مرغوب فيها.

– توفير وقت كاف للمناقشة والحوار والتفكير للتوصل لمعلومات جديدة.

– تحديد السلوكيات السلبية والتعامل معها، مع تدعيم السلوكيات الإيجابية.

وقدم (Batsch, & Mittelman, 2012, p.9) تصوراً لمراحل الحد من تأثير الوصمة يمكن إيضاحه من خلال الشكل التالي:

شكل (٢) مراحل تقليل الشعور بالوصمة

ويتضح من الشكل السابق أن توافر المزيد من الوعي والفهم لدى الفرد الموصوم سيؤدي إلى الحد من السلبية والإقدام نحو المشاركة المجتمعية مما يكسبه تعاطف المجتمع وهو ما يقلل شيئاً فشيئاً شعوره بالخوف والعزلة ومن ثم يستطيع الفرد التخلص من شعوره بالوصمة.

ثانياً: التشوهات المعرفية

(أ) المفهوم

يشير (Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979, p.3) إلى أن التشوهات المعرفية عبارة عن منظومة من الأفكار الخاطئة تظهر عند التعرض للضغوط النفسية.

ويرى محمد (٢٠٠٠ ، ص٦٩) أن الأفكار المشوهة هي أفكار سلبية تؤثر سلباً في قدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة، ومن ثم قدرته على التكيف مما يؤدي إلى ردود فعل انفعالية زائدة لا تتلاءم مع المواقف أو الحدث وقد لا يكون الفرد على وعي بهذه الأفكار.

أما (Barriga, Landau, Stinson, Liau, & Gibbs, 2000, p.37) فيرون أن التشوهات المعرفية هي طرق خاطئة أو غير دقيقة لإضفاء معنى على الخبرات التي يمر بها الفرد.

ويعرفها (Grohol, 2016, p.1) بأنها طرق سهلة يتبعها العقل البشري لإقناعنا بأن شيئاً ما ليس صحيحاً في الواقع، وعادة ما يتم استخدام هذه الأفكار الخاطئة أو غير الدقيقة لتعزيز التفكير السلبي أو الانفعالات السلبية، والتي تشعرنا بالضيق تجاه أنفسنا.

بينما توضح صلاح الدين (٢٠١٥ ، ص٦٥٢) أن التشوهات المعرفية عبارة عن منظومة من الأفكار الخاطئة تشمل: التفكير الثنائي – التعميم الزائد – التفكير الكارثي – التهوين – التجريد الانتقائي – التفسيرات الشخصية، والتي تظهر أثناء الضغط النفسي والتي تؤدي بدورها إلى استنتاجات خاطئة في إدراك المواقف الواضحة وتؤثر سلباً على قدرة الفرد على مواجهة ضغوط الحياة والتوافق النفسي والاجتماعي مع البيئة المحيطة.

وترى عبد الوهاب ، والسيد (٢٠١٧ ، ص٧٠٢) أن التشوهات المعرفية هي نوع من التفكير الذي يؤدي إلى التحيز لشيء ما وتفضيله عن غيره دون الاستناد إلى أسس موضوعية والتهوين والتضخيم في التفكير الثنائي والإفراط في التعميم الزائد، والمبالغة في لوم الذات والآخرين والتجريد الانتقائي والقفز إلى الاستنتاج الاعتباطي.

في حين تعرفها العصار (٢٠١٥ ، ص١٦) بأنها التحريفات والأخطاء المعرفية في معالجة المعلومات التي يستخدمها الأفراد بصورة تلقائية عن أحداث الحياة بطريقة سلبية وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم.

وتتفق معها رسلان (٢٠١١ ، ص٦٢) بأن التشوهات المعرفية عبارة عن أساليب تفكير غير منطقية ومعارف محرفة تؤثر على إدراك الفرد وتفسيراته للأشياء إما بالدحض (التغاضي عنها) أو المبالغة.

أما (Clemmer, 2009, p.8) فيرى أن التشوهات المعرفية مصطلح يستخدم لوصف نمط تفكير، أو "حديث النفس" الذي يحيط أحداث الحياة باستمرار بإطار سلبي. فعندما ترسل لنا الأفكار التلقائية رسائل سلبية بشكل مستمر، فإننا نبدأ في الاعتقاد بأنها صحيحة. وقد يؤدي ذلك إلى مشاعر الحزن، والغضب، والخجل، واليأس، والقلق.

ويعرف شرينح (٢٠١٢ ، ص٨) التشوهات المعرفية بأنها عملية عقلية تؤثر في طريقة إدراك الفرد وتصوره لعلاقاته مع الأشخاص والأحداث التي تواجهه، وتتدخل في نمط استجابته لها بطريقة سلبية، إذ لا يعطي الأشياء معناها الحقيقي.

ويرى (Usen, Eneh, & Udom, 2016, p.23) أن التشوهات المعرفية تشير إلى الأفكار والمعتقدات السلبية التي تؤثر على إدراك الفرد للواقع.

بينما أشار (Covino, 2013, p.74) أن التشوهات المعرفية هي شكل من أشكال معالجة المعلومات غير المنطقية التي تنطوي على أفكار مبالغ فيها وغير منطقية وسلبية، وتشمل: تفكير الكل أو لا شيء، والإفراط في التعميم، والتفكير الكارثي، والقفز إلى النتائج، والتضخيم / التهوين، والتمركز حول الذات.

في حين يرى (Torres, 2002, p.33) أن التشوهات المعرفية تعني حدوث خللاً وظيفياً، أو عدم القدرة على التكيف، وتتضمن إما أخطاء في المحتوى المعرفي، أو أخطاء في المعالجة المعرفية، أو في كليهما.

ومن خلال استقراء التعريفات السابقة يمكننا القول أن التشوهات المعرفية مفهوم يشير إلى مجموعة الأفكار الخاطئة والمعتقدات السلبية التي تسيطر على الفرد عند تعرضه للضغوط النفسية، وينتج عنها ردود أفعال انفعالية غير ملائمة، وأخطاء معرفية في معالجة المعلومات المتاحة، وتؤثر سلباً على توافق الفرد – نفسياً واجتماعياً – وتشوه إدراكه للواقع.

(ب) أبعاد التشوهات المعرفية

١ - التفكير الثنائي Dichotomous Thinking

في هذا النوع من التفكير نجد الأفراد يميلون لإدراك الأشياء إما بيضاء أو سوداء، حسنة أو سيئة، خبيثة أو طيبة، صادقة أو خاطئة، دون أن يدركوا أن الشيء الواحد الذي قد يبدو في ظاهر الأمر سيئاً، قد تكون فيه أشياء إيجابية، أو يؤدي إلى نتائج إيجابية. ويطلق الباحثون على هذه الخاصية من الشخصية مفاهيم مثل النفور من الغموض أو تصلب الشخصية. ويرتبط هذا النوع من التفكير بسمات لا توافقية كالتعصب والتسلط والتوتر والقلق، وسوء العلاقات الاجتماعية (إبراهيم، ١٩٩٤، ص٣١٠-٣١١)، ويضيف (Grohol, 2016, p.2) أنه في التفكير الثنائي، تكون الأمور إما "سوداء أو بيضاء"، كل شيء أو لا شيء. يجب أن نكون مثاليين أو أننا نواجه فشلاً تامًا، ليس هناك حل وسط، ويضع الشخص ذو التفكير الثنائي الأشخاص أو المواقف في فئات "إما / أو"، بدون ظلال رمادية.

٢ - التعميم الزائد Overgeneralizing

يرى (Grohol, 2016, p.3) أن التعميم الزائد هو أن يتوصل الشخص إلى استنتاج عام يعتمد على حادث واحد أو دليل واحد، فإذا حدث شيء سيء مرة واحدة فقط، فإنه يُتوقع حدوثه مرارًا وتكرارًا، وقد يرى الشخص حدثًا واحدًا غير سار كجزء لا ينتهي من نمط الانهزامية. كما أوضح (Barriga, Landau, Stinson, Liau, & Gibbs, 2000, p.39) أن التعميم الزائد يعني افتراض أن نتائج التجربة التي يمر بها الفرد ستنطبق على نفس التجربة أو التجارب المماثلة مستقبلاً. ويضيف (إبراهيم ، ١٩٩٤ ، ص٣٠٨-٣٠٩) أن التعميم أسلوب من التفكير يرتبط بكثير من الأنماط المرضية، خاصة الاكتئاب والفصام، كما أن الميل إلى التعميم من الجزء إلى الكل يعتبر من العوامل الحاسمة في كثير من الأمراض الاجتماعية كالتعصب والعدوان. ويشير (Lester, K. J., Mathews, A., Davison, P. S., Burgess, J. L., & Yiend, 2011, p.300) إلى أن التعميم الزائد يعني أن يقوم الفرد برسم قاعدة عامة لنفسه أو يصل لاستنتاج على أساس واحدة أو أكثر من الخبرات الفردية وتطبيق المفهوم في جميع المجالات، وعلى جميع الحالات ذات الصلة وغير ذات الصلة.

٣- التفكير الكارثي Catastrophizing

ويعني أخطاء في تقييم أهمية أو حجم الحدث، مع توقع نتائج سلبية بشكل مبالغ فيه، والوضع في الاعتبار حدوث أكثر النتائج سلبية من كل النتائج المتوقعة للموقف (Lester, Mathews, Davison, Burgess, & Yiend, 2011, p.300).

وقد أشار (Barriga, Landau, Stinson, Liau, & Gibbs, 2000, p.39) إلى أن الكارثية في التفكير تعني توقع أن تكون نتيجة التجربة التي يمر بها الفرد سوف تكون كارثية، أو سوء تفسير الأحداث لتبدو ككارثة. وفي هذا النوع من التفكير عندما يسمع الشخص عن مشكلة ما يستخدم أسئلة ماذا لو (على سبيل المثال: ماذا لو وقعت المأساة؟ – ماذا لو حدثت لي؟) وذلك لتخيل أن الأسوأ هو ما سيحدث. (Grohol, 2016, p.4)، وهذا يعني أن نمط التفكير الكارثي يُحدث تشوهاً في كل من الواقع والمستقبل لدى الفرد، فيسيطر على الفرد العواقب الوخيمة التي سوف يتعرض لها دائماً، مع فقدان الأمل في المستقبل، بل وتوقع سلبية المستقبل أيضاً.

٤- التجريد الانتقائي Selective Abstraction

ويعني اهتمام الفرد بشكل انتقائي بالجوانب السلبية للتجربة التي يمر بها. (Barriga, Landau, Stinson, Liau, & Gibbs, 2000, p.39)، مع التركيز على التفاصيل الخارجة عن السياق ، وتجاهل المميزات الأخرى الأكثر وضوحًا للموقف ووضع تصور كامل للتجربة على أساس هذا الجزء المتجزئ من السياق. (Lester, K. J., Mathews, A., Davison, P. S., Burgess, J. L., & Yiend, 2011, p.300)، أي أن الفرد في هذه الحالة لا يدرك الصورة بشكل كلي، بل ينصب تركيزه فقط على أحد الجوانب السيئة منها؛ حيث ينشغل بشكل كبير ومبالغ فيه بأحد الجوانب السلبية، ويوليها انتباهاً واهتماماً خاصاً، متجاهلاً أي من الجوانب الإيجابية الأخرى.

٥- المبالغة في لوم الذات والآخرين

وهنا نرى أن الأشخاص يُحملون الآخرين مسؤولية الآلام الانفعالية التي يتعرضون لها. وقد يتخذ هؤلاء الأفراد أيضًا مساراً معاكساً ويلومون أنفسهم بدلاً من الآخرين، ويحملونها مسؤولية كل المشكلات التي يقابلونها، حتى تلك الخارجة عن سيطرتهم بوضوح (Grohol, 2016, p.6).

ويرى (Barriga, Landau, Stinson, Liau, & Gibbs, 2000, p.40) أن المبالغة في لوم الآخرين تعني أن يلقى الفرد خطأ باللوم على المصادر الخارجية عندما تصدر عنه أفعال ضارة، كشخص آخر أو مجموعة من الأفراد، أو الحياد المؤقت عن الصواب.

٦- التهوين Minimizing

أوضح (Lester, K. J., Mathews, A., Davison, P. S., Burgess, J. L., & Yiend, 2011, p.300) أن التهوين يعني وجود أخطاء في تقييم أهمية أو حجم الحدث، وتحويل التجارب المحايدة أو الإيجابية إلى تجارب سلبية ورفض التجارب الإيجابية باعتبارها غير جيدة بما فيه الكفاية. كما أشار (Barriga, Landau, Stinson, Liau, & Gibbs, 2000, p.40) إلى أن التهوين مفهوم يعني تصور السلوك المضاد للمجتمع على أنه لا يتسبب في أي ضرر حقيقي، أو على أنه يبدو مقبولاً، أو حتى على أنه يثير الإعجاب.

ويذكر (إبراهيم ، ١٩٩٤ ، ص٣٠٧) أن التقليل من المخاطر الواقعية قد تكون له نتائج انفعالية، وسلوكية سلبية، فالتقليل من المخاطر الفعلية غالباً ما يؤدي إلى الاندفاع وتكرار التجارب الفاشلة، كما قد يؤدي إلى تخفيض الدافع إلى مواصلة الجهد والانجاز.

٧- الاستنتاج غير المنطقي

ويطلق عليه البعض القفز إلى النتائج، ونعني به أن يقوم الفرد باستخلاص استنتاج محدد في غياب دليل يدعم هذا الاستنتاج، كما يعني تناقض الدليل مع الاستنتاج. (Lester, K. J., Mathews, A., Davison, P. S., Burgess, J. L., & Yiend, 2011, p.300)، أيضاً يعني أن يستنتج الفرد مثلاً معرفته بما يشعر به شخص آخر – دون أن يقول هو ذلك – وبما يفكر، ولماذا يتصرف بهذه الطريقة تحديداً. وقد يستنتج الفرد أيضا وفقاً لهذا النمط أن شخصاً ما يحمل ضغينة ضده، لكنه لا يكلف نفسه عناء معرفة ما إذا كان ذلك صحيحًا أم لا، أو عندما يتوقع الشخص أن الأمور سوف تتحول بشكل سيء في علاقته المقبلة، وسوف يشعر بالاقتناع من أن تنبؤه هو بالفعل حقيقة ثابتة، فلماذا إذا عناء التعارف (Grohol, 2016, p.3).

ثالثاً: صعوبة التنظيم الانفعالي

(أ) المفهوم

في البداية يجب الإشارة إلى أن عملية تنظيم الانفعالات كما أشار (Thompson, 2011, p.56) تتكون من العمليات الخارجية والداخلية المسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الأفعال الانفعالية، خاصة الحاد والوقتي منها، وذلك لتحقيق أهداف الفرد.

ويضيف (O'Neill, 2015, p.21) أن تنظيم الانفعالات عملية يقصد بها القدرة على مواجهة وتنظيم الانفعالات بشكل واضح وبطريقة صحيحة.

ويتفق معه (Kuo, Fitzpatrick, Metcalfe, & McMain, 2016, p.52) حيث يرون أن التنظيم الانفعالي عملية يحاول الفرد بواسطتها تعديل عملية توليد الانفعالات، وغالبًا ما يكون هدفها التقليل من حدة الانفعالات الشخصية.

أما صعوبة التنظيم الانفعالي فقد عرفها (Gratz & Roemer, 2004, p. 42-43) بأنها مفهوم يشير إلى غياب واحدة أو أكثر من القدرات الانفعالية الأتية: فهم الانفعالات والوعي بها – تقبل الانفعالات – القدرة على التحكم في السلوكيات الاندفاعية والتصرف وفقًا للأهداف المرجوة عند مواجهة المشاعر السلبية – القدرة على استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي الواقعية بمرونة لتعديل الاستجابات الانفعالية وفقاً للأهداف المطلوب ومتطلبات الموقف.

وأوضح (Abbott, 2005, p.5) أن صعوبة التنظيم الانفعالي مفهوم يشير إلى العجز أو القصور في كل من الخبرة الانفعالية، التعبير الانفعالي، الاستفادة الانفعالية.

ويرى (Malkoç, Gördesli, Arslan, Çekici, & Sünbül, 2019, p.70) أن التعامل مع مفهوم صعوبات التنظيم الانفعالي يجب أن يكون على أساس اعتبارها قصور في كل من: التحكم في السلوكيات الاندفاعية عند مواجهة المشاعر السلبية، الحفاظ على السلوكيات الموجهة نحو الأهداف، والوصول إلى استراتيجيات تنظيم الانفعالات التكيفية.

وأشار (Schelble, Franks, & Miller, 2010, p.291) أن عدم التنظيم الانفعالي مفهوم يشير إلى عدم التوظيف الجيد لعملية تنظيم الانفعالات، بصورة أخري أي قصور في أداء النظام التكيفي.

ويضيف (Ferrell, Watford, & Braden, 2019, p.1) أن صعوبة التنظيم الانفعالي تشمل نقص الوعي، وعدم تقبل الانفعالات والمشاعر، وقلة الكفاءة في الاستجابات السلوكية للانفعالات.

بينما أشار (Stellwagen, & Kerig, 2018, p.3386) إلى أن عدم القدرة على التنظيم الانفعالي تعني عدم قدرة الفرد على مراقبة وتعديل انفعالاته عند الاستجابة للمطالب الاجتماعية والشخصية المتغيرة باستمرار.

كما بين (Jebraeili, Moradi, & Habibi, 2018, p.229) أن القصور في التنظيم الانفعالي يتضمن طرقًا لا تكيفية في الاستجابة الانفعالية، بما في ذلك قصور في الوعي، والفهم والتقبل للانفعالات، أيضاً عدم القدرة على التحكم في السلوكيات عند التعرض للضغوط الانفعالية، وكذلك الافتقار إلى إمكانية الوصول إلى الاستراتيجيات الموقفية المناسبة لضبط مدة أو شدة الاستجابات الانفعالية من أجل تحقيق الأهداف الشخصية.

وإجمالاً فقد أوضح (D'Agostino, Covanti, Rossi Monti, & Starcevic, 2017 p.807) أنه على الرغم من عدم وجود اتفاق حول تعريف عدم التنظيم الانفعالي، إلا أنه قد تم تحديد خمسة أبعاد متداخلة تشير إلى القصور في التنظيم الانفعالي وهي: انخفاض الوعي الانفعالي، وعدم ملائمة التفاعل الانفعالي، المعاناة الشديدة في التعبير عن المشاعر، الجمود الانفعالي، وصعوبة في إعادة التقييم المعرفي.

(ب) أسباب القصور في تنظيم الانفعالات

أشار (Besharat & Shahidi, 2014, p.353) إلى أن الدراسات أوضحت أن كبت الأشخاص القائمين على رعاية الأطفال والاهتمام بهم لمشاعرهم، أو استخدامهم لاستراتيجيات يشوبها القصور في التعامل مع الانفعالات السلبية لهؤلاء الأطفال، يؤثر سلباً وبقوة على قدرة هؤلاء الأطفال على التنظيم الانفعالي مستقبلاً في مرحلة البلوغ.

وأضاف (Montebarocci, Codispoti, Baldaro, & Rossi, 2004, p.504) أن هناك ارتباط وثيق بين أنماط التعلق في مرحلة الطفولة والقدرة على التنظيم الانفعالي في مرحلة البلوغ. وهذا يعني أن التربية الغير سوية والتي ينتج عنها أنماط تعلق غير آمنة في مرحلة الطفولة حتما سوف تؤثر سلباً على مهارات التنظيم الانفعالي في مرحلة البلوغ.

كما أشار (Klimes-Dougan et al., 2007, p.337) إلى أن التربية الوالدية الانفعالية الغير داعمة للأبناء بمرور الوقت ينتج عنها نمو شعوراً غير مستقراً وهشاً لدى هؤلاء الأبناء، كما يظهر لديهم قصوراً في التنظيم الانفعالي مما يجعلهم عرضة وبشكل متزايد لاضطرابات نفسية لاحقاً.

(ج) أبعاد صعوبة التنظيم الانفعالي

قدم (Gratz & Roemer, 2004, p. 52) تصوراً لأبعاد صعوبات التنظيم الانفعالي متضمناً ستة أبعاد وهي:

١- قصور في الوعي بالاستجابات الانفعالية.
٢- عدم وضوح الاستجابات الانفعالية.
٣- عدم قبول (رفض) الاستجابات الانفعالية.
٤- وصول محدود إلى استراتيجيات التنظيم الانفعالي الفاعلة.
٥- صعوبة في ضبط الاندفاعية عند مواجهة الانفعالات السلبية.
٦- صعوبة الانخراط في سلوكيات موجهة نحو الهدف عند مواجهة الانفعالات السلبية.

الدراسات السابقة

المحور الأول: دراسات تناولت وصمة الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات

هدفت دراسة (Thartori & Nordin, 2019) إلى التحقق من صحة النموذج البنائي المقترح للعلاقات بين الرفاهية العقلية والصمود والوصمة الذاتية لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٣١٥) طالباً، استخدمت الدراسة مقياس (Warwick-Edinburgh) للرفاهية العقلية، ومقياس مختصر للصمود، ومقياس الوصمة الذاتية، وأثبتت نتائج الدراسة صحة النموذج البنائي المقترح والقائم على افتراض أن : الصمود ذو تأثير إيجابي على الرفاهية العقلية – الوصمة الذاتية ذات تأثير سلبي على الرفاهية العقلية – تتوسط الوصمة الذاتية العلاقة بين الصمود والرفاهية العقلية.

بينما حاولت دراسة (Rose, Atkey, Flett, & Goldberg, 2019) بحث طبيعة العلاقة بين الوصمة الذاتية وأبعاد السعادة لدى عينة من المراهقين بلغت (١٣٤) مراهقاً، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة بين الوصمة الذاتية وكل من السعادة بشكل عام وأيضاً أبعادها الفرعية (الاستقلال الذاتي، التمكن البيئي، النمو الشخصي،

العلاقات الإيجابية، وقبول الذات)، وكانت أقوى العلاقات مع بعدي الاستقلال الذاتي والعلاقات الإيجابية مع الآخرين.

في حين هدفت دراسة الشافعي (٢٠١٨) إلى التعرف على مستوى وصمة الذات، وعلاقتها بالعفو ودرجة اسهام أبعاد وصمة الذات في التنبؤ بالعفو عن الآخرين لدى عينة من الصم بلغت (١٠٨)، تمثلت أدوات الدراسة في مقياس وصمة الذات، ومقياس العفو عن الآخرين (كلاهما من إعداد الباحثة)، وقد أوضحت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى وصمة الذات لدى المراهقين الصم، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين وصمة الذات والعفو عن الآخرين، كما أن أبعاد وصمة الذات ساهمت إسهاماً سالباً ودالاً إحصائياً في التنبؤ بالعفو عن الآخرين، أيضاً أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في وصمة الذات، بينما وجدت فروق دالة إحصائياً بينهما في العفو عن الآخرين لصالح الإناث.

أما دراسة (Boyle & Fearon, 2017) فهدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة المحتملة بين الوصمة الذاتية وكل من الضغط النفسي والصحة البدنية والرعاية الصحية لدى عينة من المراهقين المتلعثمين بلغت (٣٩٧) متلعثماً، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الوصمة الذاتية وكل من زيادة الضغط النفسي، انخفاض الرعاية الصحية والصحة البدنية، كما أشارت النتائج إلى أن الضغط النفسي يتوسط العلاقة بين الوصمة الذاتية والصحة البدنية.

وعمدت دراسة فتحي (٢٠١٦) إلى التعرف على مستوى الوصمة الذاتية والاجتماعية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهقين مجهولي النسب، واستكشاف العلاقة بين الوصمة الذاتية والاجتماعية، وكل من التوافق النفسي الاجتماعي في ضوء بعض المتغيرات النفسية (مفهوم الذات، والانتماء، والعدوان، والانسحاب الاجتماعي، وقلق المستقبل، والذكاء الوجداني)، بلغت عينة الدراسة (١٢٦) من المراهقين والمراهقات مجهولي النسب، وتمثلت أدوات الدراسة في استمارة البيانات الأساسية، مقياس الوصمة، مقياس التوافق النفسي الاجتماعي، مقياس الخصائص النفسية لمجهولي النسب (إعداد الباحثة)، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها وجود مستوى مرتفع من الوصمة الذاتية والاجتماعية ومستوى منخفض من التوافق النفسي الاجتماعي، كما وجدت علاقة إيجابية بين الوصمة الذاتية

والاجتماعية، وكل من العدوان، الانسحاب الاجتماعي، قلق المستقبل، وعلاقة سلبية مع كل من التوافق النفسي الاجتماعي، مفهوم الذات، الانتماء، الذكاء الوجداني، كما أظهرت النتائج وجود تأثير لأربعة متغيرات وسيطة (مفهوم الذات، العدوان، الانسحاب الاجتماعي، قلق المستقبل) في العلاقة بين الوصمة الذاتية والاجتماعية والتوافق النفسي الاجتماعي.

بينما هدفت دراسة ياسين، وإسماعيل (٢٠١٦) إلى بحث إمكانية التنبؤ بالالكسيثيميا في ضوء وصمة الذات لدى عينة من ضعاف السمع بلغت (٣١) فرداً، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس وصمة الذات، ومقياس الالكسيثيميا النفسية، وكلاهما إعداد الباحثان، وتوصلت نتائج الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بالالكسيثيميا النفسية من خلال وصمة الذات لدى عينة الدراسة.

في حين تصدت دراسة الشهري (٢٠١٠) إلى بحث طبيعة العلاقة بين الشعور بالوصمة ومفهوم الذات لدى عينة من ذوي الظروف الخاصة (المراهقين الأيتام) بلغت (١٠٠) مراهقاً، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس مفهوم الذات (تعريب: فتحي الزيات)، ومقياس الشعور بالوصمة (إعداد الباحث)، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الشعور بالوصمة ومفهوم الذات لدى عينة الدراسة، كما أوضحت نتائج الدراسة أن الشعور بالوصم لدى المراهقين الأيتام من عينة الدراسة يتناقص مع زيادة العمر لديهم.

أما دراسة (Taub, McLorg, & Fanflik, 2004) فهدفت إلى التعرف على استراتيجيات إدارة الوصمة لدى عينة من النساء ذوي الإعاقة الجسدية بلغت (٢٤) طالبة من ذوي الإعاقة الجسدية، وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها أن الطالبات من عينة الدراسة قد استخدمن استراتيجيات متناقضة في تعاملهن مع الوصمة تشمل: الانحراف – التطبيع – التجاهل – الدفاع.

تعقيب

من خلال استقراء الدراسات السابقة يتضح لنا وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين وصمة الذات وكل من: الرفاهية العقلية، والسعادة، والعفو، والتوافق النفسي والاجتماعي، والذكاء الوجداني، ومفهوم الذات، والانتماء، في حين أشارت نتائج الدراسات السابقة إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين وصمة الذات وكل من: زيادة الضغط النفسي، والعدوان، والانسحاب الاجتماعي، وقلق المستقبل.

أيضاً أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى توسط وصمة الذات للعلاقة بين الصمود والرفاهية العقلية، كما يمكن التنبؤ بالالكسيثيميا من خلال الوصمة الذاتية.

واتفقت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية جزئياً في المرحلة العمرية لعينة الدراسة، كما تناول بعضها متغير الوصمة الذاتية لدى عينات من الفئات الخاصة، في حين اختلفت في المتغيرات التي تم تناولها بالدراسة مع متغير الوصمة الذاتية، وفي عينة المعاقين حركياً تحديداً، حيث وجد الباحث – في حدود اطلاعه – ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت متغير الوصمة الذاتية لدى المعاقين حركياً، وكذلك ندرة في الدراسات التي حاولت الربط بين وصمة الذات وكل من التشوهات المعرفية، أو صعوبة التنظيم الانفعالي.

وقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة ونتائجها في صياغة فروض الدراسة، وكذلك الاطلاع على الأطر النظرية الخاصة بالوصمة الذاتية، مما أمد الباحث بخلفية نظرية واضحة وجيدة عن هذا المتغير.

المحور الثاني: دراسات تناولت التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المتغيرات

هدفت دراسة (Maurya & Asthana, 2019) إلى بحث طبيعة الدور الذي تلعبه التشوهات المعرفية في الشعور بالضيق النفسي لدى عينة من الأحداث الجانحين بلغت (١١٥) جانحاً، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط، القلق، والاكتئاب، واستبانة كيف أفكر، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود مستوى يمتد من المتوسط إلى الحاد من الضيق النفسي والتشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة من الأحداث الجانحين، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التشوهات المعرفية والضيق النفسي، كما أن التشوهات المعرفية لديها القدرة على التنبؤ بالضيق النفسي لدى عينة الدراسة.

بينما هدفت دراسة (Yüksel & Yilmaz, 2019) إلى بحث طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية وأساليب إدارة الغضب لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٤٨٧)، واستخدمت الدراسة مقياس التشوهات المعرفية البينشخصية، ومقياس أنماط التعبير عن الغضب، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين التشوهات المعرفية وكل من سمة الغضب وأساليب إدارة الغضب لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة.

كذلك حاولت دراسة القرالة (٢٠١٨) الكشف عن مستوى الوعى لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٦٧٥) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس الوعي لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي، ومقياس التشوهات المعرفية (كلاهما من إعداد الباحث)، وأوضحت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وانخفاض مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتشوهات المعرفية، مع عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية.

في حين تصدت دراسة محمد (٢٠١٨) إلى فحص طبيعة العلاقة بين التشويهات المعرفية الموقرة للذات وبين كل من العدوان الاستباقي والعدوان الاستجابي لدى عينة من الأحداث الجانحين وغير الجانحين بلغت (٢٤٩) جانحاً وغير جانح، وتمثلت أدوات الدراسة في استمارة البيانات الشخصية والاجتماعية (إعداد الباحثة)، واستخبار العدوان الاستباقي والعدوان الاستجابي (إعداد Raine et al., 2006، ترجمة الباحثة)، ومقياس كيف أفكر؟ (إعداد Ara & Shah, 2015، ترجمة الباحثة)، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها وجود ارتباطات موجبة دالة إحصائياً بين التشويهات المعرفية الموقرة للذات وكل من العدوان الاستباقي والعدوان الاستجابي.

أما دراسة (Duman, 2018) فحاولت اكتشاف متغير التشوهات المعرفية لدى عينة من البالغين العاملين بلغت (٣٢) عاملاً من الذكور والإناث، استخدمت الدراسة مقياس التشوهات المعرفية، واستمارة البيانات الشخصية، وأوضحت نتائج الدراسة وجود مستوى عال من التشوهات المعرفية لدى البالغين العاملين عينة الدراسة، وكان أعلى مستوى من درجات

التشوه المعرفي لدى الأشخاص الحاصلين على الشهادة الابتدائية، بينما أدنى درجات التشوه المعرفي وجدت لدى الأفراد الحاصلين على الشهادة الجامعية.

وعمدت دراسة عبد الوهاب، والسيد (٢٠١٧) إلى بحث إمكانية التنبؤ بالتشوهات المعرفية من خلال كل من قلق الذكاء، وقلق التصور المعرفي وذلك لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٣٠٥) طالباً وطالبة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس التشوهات المعرفية (إعداد الباحثين)، واختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الجامعية (إعداد جابر، وعمر ، ٢٠٠٧)، ومقياس قلق الذكاء (إعداد الباحثين)، ومقياس قلق التصور المعرفي (إعداد الباحثين)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض مستوى التشوهات المعرفية، وقلق التصور المعرفي لدى عينة الدراسة من طلبة الجامعة، مع وجود قلق الذكاء بشكل متوسط، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء في التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي وقلق الذكاء لصالح المنخفضين في الذكاء، ولم توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية وقلق الذكاء، بينما وجدت فروق دالة بينهما في قلق التصور المعرفي لصالح الإناث، ويمكن التنبؤ بالتشوهات المعرفية من قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي.

كما هدفت دراسة (Sirin, 2017) إلى محاولة الكشف عن الدور الذي تلعبه أنماط التعلق في تفسير التشوهات المعرفية لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٤٢٣) طالباً، استخدمت الدراسة مقياس التشوهات المعرفية بين الأشخاص (ICDS)، ومقياس أنماط التعلق، واستمارة المعلومات الشخصية، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها أن أنماط التعلق تعد بمثابة متغيرات مهمة في تفسير التشوهات المعرفية (رفض الآخر – توقعات العلاقات غير الواقعية – سوء الفهم بين الأشخاص) لدى عينة الدراسة.

أيضاً عمدت دراسة صلاح الدين (٢٠١٥) إلى إعداد مقياس للتشوهات المعرفية لدى الشباب الجامعي والتأكد من تمتعه بالخصائص السيكومترية المناسبة، تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالباً وطالبة بالمرحلة الجامعية، وأشارت نتائج الدراسة إلى تمتع المقياس المقترح بدرجة عالية من الصدق والثبات يصلح معها استخدامه لقياس التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة.

كذلك هدفت دراسة رسلان (٢٠١١) إلى بحث طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية والتفكير الخرافي لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (١٤٨) طالباً، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس التشوهات المعرفية (إعداد الباحثة)، مقياس التفكير الخرافي (إعداد عصام أبو الفتوح ، ١٩٩٨)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين التفكير الخرافي والتشوهات المعرفية، كما أوضحت النتائج إمكانية التنبؤ بالتفكير الخرافي لدى طلاب الجامعة عن طريق التشوهات المعرفية.

في حين حاولت دراسة (Zhang, 2008) بحث طبيعة الدور الذي تلعبه التشوهات المعرفية في الإحساس بالاستقلالية الذاتية لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (١٠٣) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس التشوهات المعرفية (إعداد Briere, J., 2000)، وقائمة الاستقلال الذاتي (إعداد Jackson & Hood, 1985)، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن التشوهات المعرفية بشكل عام لها تأثير سلبي كبير على شعور الطلاب بالاستقلالية الذاتية. كما أن هناك أيضًا مؤشر على أن التشوهات المعرفية يمكن أن تلعب دور آليات الدفاع النفسي.

تعقيب

من خلال استقراء الدراسات السابقة يتضح لنا وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين التشوهات المعرفية وكل من: الاستقلالية الذاتية، ومستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومستوى الذكاء، في حين أشارت نتائج الدراسات السابقة إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين التشوهات المعرفية وكل من: الضيق النفسي، والعدوان الاستباقي، والعدوان الاستجابي، والتفكير الخرافي. كما أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى امكانية التنبؤ بالتشوهات المعرفية في ضوء كل من قلق الذكاء، وقلق التصور المعرفي، في حين يمكن التنبؤ بالضيق النفسي من خلال متغير التشوهات المعرفية.

أيضاً قدمت دراسة (صلاح الدين ، ٢٠١٥) تصوراً لأبعاد متغير التشوهات المعرفية لدى الشباب في المرحلة الجامعية.

واتفقت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية جزئياً في المرحلة العمرية لعينة الدراسة، وتناولها لمتغير التشوهات المعرفية، في حين اختلفت في المتغيرات التي تم تناولها بالدراسة مع متغير التشوهات المعرفية، وفي عينة المعاقين حركياً تحديداً، حيث وجد الباحث – في حدود اطلاعه – ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت متغير التشوهات المعرفية لدى

المعاقين حركياً، وكذلك ندرة في الدراسات التي حاولت الربط بين التشوهات المعرفية وكل من وصمة الذات أو صعوبة التنظيم الانفعالي.

وقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة ونتائجها في صياغة فروض الدراسة، وكذلك الاطلاع على الأطر النظرية الخاصة بالتشوهات المعرفية، مما أمد الباحث بخلفية نظرية واضحة وجيدة عن هذا المتغير.

المحور الثالث: دراسات تناولت صعوبة التنظيم الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات

هدفت دراسة عبادي، وسفيان، وأمين (٢٠١٩) إلى تعريب مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي (إعداد Bjureberg et al., 2016) والتحقق من صدقه وثباته على طلبة الجامعة في البيئة العربية وذلك على عينة بلغت (٤٦٤) طالباً وطالبة بكل من جمهورية مصر العربية، والمملكة العربية السعودية، وأشارت نتائج الدراسة إلى تمتع المقياس بمستوى مرتفع من الصدق والثبات والتجانس، كما أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق بين الذكور والإناث في صعوبات التنظيم الانفعالي في أبعاد عدم القبول، والأهداف، والاستراتيجيات، والوضوح في اتجاه الإناث، والاندفاع في اتجاه الذكور، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية ترجع للثقافة بين العينتين المصرية والسعودية.

بينما هدفت دراسة عطا الله (٢٠١٩) إلى الكشف عن الاختلاف بين التأثير المباشر وغير المباشر لصعوبات التنظيم الانفعالي في خداع الذات عن طريق اليقظة العقلية كمتغير وسيط، واستكشاف العلاقة الارتباطية بين هذه المتغيرات وذلك لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٤١٤) طلباً وطالبة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس اليقظة العقلية (إعداد Baer et al., 2006، ترجمة البحيري، والضبع، والعواملة)، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالي (إعداد Gratz & Roemer, 2004 ، تعريب الباحث)، ومقياس خداع الذات (إعداد Paulhus, 2007 ، تعريب الباحث)، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود تأثير غير مباشر لصعوبات التنظيم الانفعالي على خداع الذات من خلال اليقظة العقلية كمتغير وسيط.

أما دراسة مصطفى (٢٠١٩) فعمدت إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي معرفي قائم على اليقظة العقلية في خفض مشكلات التنظيم الانفعالي، وتحسين صورة الجسم لدى عينة من طلاب الجامعة المكفوفين بلغت (١١) طالباً، واستخدم البحث المقياس الشامل لليقظة العقلية (إعداد Bergomi, Tschacher & Kupper, 2013 ، تعريب الباحث)،

ومقياس مشكلات التنظيم الانفعالي (إعداد Gratz & Roemer, 2004 ، تعريب الباحث)، البرنامج التدريبي (إعداد الباحث)، وأوضحت نتائج الدراسة فعالية البرنامج التدريبي المستخدم في تنمية اليقظة العقلية لدى عينة البحث مما كان له أثر في تحسين كل من التنظيم الانفعالي وصورة الجسم لديهم.

في حين تصدت دراسة (Shahabi, Hasani, & Bjureberg, 2018) إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالي (إعداد Bjureberg et al., 2016) على عينة من طلاب الجامعة الإيرانية بلغت (٢٠١) مشاركاً، وأوضحت نتائج الدراسة تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق والثبات والاتساق الداخلي تمنحه الصلاحية لاستخدامه في قياس صعوبات التنظيم الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

بينما حاولت دراسة (Zhang, Kong, & Li, 2017) بحث طبيعة العلاقة بين صعوبة التنظيم الانفعالي والحكم الخلقي (moral judgment) لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٢١٨) طالباً، استخدمت الدراسة مقياس صعوبة التنظيم الانفعالي، ومقياس الحكم الخلقي خماسي الأبعاد، توصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها قدرة متغير صعوبة التنظيم الانفعالي وبشكل كبير على التنبؤ بالأحكام غير الخلقية وأبعادها الخمسة.

وعمدت دراسة (Bjureberg et al., 2016) إلى تطوير أداة سيكومترية مختصرة لقياس صعوبة تنظيم الانفعالات – تتكون من ١٦ مفردة – والتحقق من صلاحيتها للاستخدام، تمثلت عينة الدراسة في عينة اكلينيكية (٩٦)، وأثنين من العينات المجتمعية الكبيرة (١٠٢)، (٤٨٢)، وأشارت نتائج الدراسة إلى تمتع الأداة المقترحة بقدر عالي من كل من الاتساق الداخلي، والصدق، والثبات، والقدرة التمييزية بشكل يصلح معه استخدام الأداة المقترحة لتقييم الصعوبات الكلية لتنظيم الانفعال.

في حين هدفت دراسة (Kuzucu, 2016) إلى بحث طبيعة العلاقة بين صعوبة التنظيم الانفعالي والعدوان ودور كل من التحكم في الغضب وحل المشكلات الاجتماعية في توسط العلاقة بينهما، وذلك لدى عينة من المراهقين بلغت (٤١٣) مراهقاً، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها قدرة كل من التحكم في الغضب وحل المشكلات الاجتماعية على توسط العلاقة – بشكل جزئي – بين صعوبة التنظيم الانفعالي والعدوان لدى عينة الدراسة.

وحاولت دراسة غانم، ونوري (٢٠١٣) التعرف على استراتيجيات التنظيم المعرفي للانفعال وأيضاً صعوبات تنظيم الانفعال وذلك لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (٢٧٥) طالباً وطالبة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس التنظيم المعرفي للانفعال (إعداد Garnefski et al., 2001 ، وتعريب الباحثان)، ومقياس صعوبات تنظيم الانفعال (إعداد Gratz and Roemer, 2004 ، وتعريب الباحثان)، وقد أوضحت النتائج تمتع طلاب الجامعة باستراتيجيات معرفية لتنظيم انفعالاتهم، كما أشارت النتائج إلى أن طلبة الجامعة ليس لديهم صعوبات في تنظيم الانفعال باستثناء المشاركة في السلوك الموجه نحو الهدف.

تعقيب

من خلال استقراء الدراسات السابقة يتضح لنا وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين صعوبة التنظيم الانفعالي واليقظة العقلية، في حين أشارت نتائج الدراسات السابقة إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين صعوبة التنظيم الانفعالي وكل من العدوان، وخداع الذات. كما أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى امكانية التنبؤ بالأحكام الخلقية من خلال صعوبة التنظيم الانفعالي.

أيضاً قدمت دراسة (Bjureberg et al., 2016) أداة سيكومترية مختصرة لقياس متغير صعوبة التنظيم الانفعالي، في حين عمدت دراسة (عبادي، وسفيان، وأمين ، ٢٠١٩)، ودراسة (Shahabi, Hasani, & Bjureberg, 2018) إلي التحقق من الخصائص السيكومترية لهذه الأداة لدى عينات مختلفة.

واتفقت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية جزئياً في المرحلة العمرية لعينة الدراسة، وتناولها لمتغير صعوبة التنظيم الانفعالي، في حين اختلفت في المتغيرات التي تم تناولها بالدراسة مع متغير صعوبة التنظيم الانفعالي ، وفي عينة الدراسة من المعاقين حركياً تحديداً، حيث وجد الباحث – في حدود اطلاعه – ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت متغير صعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً، وكذلك ندرة في الدراسات التي حاولت الربط بين صعوبة التنظيم الانفعالي وكل من وصمة الذات أو التشوهات المعرفية.

وقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة ونتائجها في صياغة فروض الدراسة، وكذلك الاطلاع على الأطر النظرية الخاصة بصعوبة التنظيم الانفعالي، مما أمد الباحث بخلفية نظرية واضحة وجيدة عن هذا المتغير.

فروض الدراسة

في ضوء كل من الإطار النظري وما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة ذات الصلة يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

١. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات المعاقين حركياً على مقياس وصمة الذات.
٢. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المعاقين حركياً على مقياس وصمة الذات ودرجاتهم على مقياس التشوهات المعرفية.
٣. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المعاقين حركياً على مقياس وصمة الذات ودرجاتهم على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي.
٤. تسهم درجات وصمة الذات لدى المعاقين حركياً في التنبؤ بدرجاتهم في التشوهات المعرفية.
٥. تسهم درجات وصمة الذات لدى المعاقين حركياً في التنبؤ بدرجاتهم في صعوبة التنظيم الانفعالي.

منهج الدراسة

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي للتحقق من فروض البحث والإجابة عن تساؤلاته، حيث الكشف عن مستوى الوصمة الذاتية لدى المعاقين حركياً، ومحاولة التعرف على طبيعة العلاقة بين وصمة الذات وكل من التشوهات المعرفية، وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً، وأيضاً الكشف عن إمكانية تنبؤ وصمة الذات بكل من التشوهات المعرفية، وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً.

عينة الدراسة:

العينة الاستطلاعية: تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٣٦) طالباً وطالبة من المعاقين حركياً بكليتي الآداب، ودار علوم، بجامعة المنيا، وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الحالية. وتراوحت أعمارهم بين (١٩ و ٢٣) عاماً، وبمتوسط عمري (٢٠,٩) عاماً، وانحراف معياري (١,٤).

العينة الأساسية:

بعد التحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات الدراسة قام الباحث بتطبيقها على أفراد العينة الأساسية، والتي بلغ قوامها (٧٨) طالباً وطالبة من المعاقين حركياً بجامعة المنيا، جميعهم يعانون من شلل الأطفال الولادي، ولا يعانون من أي إعاقات أخرى، منهم (٤٧) طالباً، و(٣١) طالبة، بمتوسط عمري (٢٠,٧) عاماً، وانحراف معياري قدره (١,٣٧). والجدول التالي يوضح توزيع العينة الأساسية وفقاً لمتغيري الكلية والجنس:

جدول (١) توزيع العينة الأساسية وفقاً للكلية، والجنس

الكلية / العينة	الآداب	دار علوم	حاسبات ومعلومات	الألسن	الحقوق	اجمالي
ذكور	٢٧	١٣	٢	١	٤	٤٦
إناث	١٤	٩	٤	٢	٢	٣٢
إجمالي	٤١	٢٢	٦	٣	٦	٧٨

أدوات الدراسة:

- مقياس وصمة الذات للمعاقين حركياً: (إعداد/ الباحث)

قام الباحث بإعداد المقياس بغرض توفير أداة سيكومترية مناسبة للبيئة والثقافة المصرية من ناحية وأهداف البحث وعينته من ناحية أخرى، ويمكن من خلالها التعرف على أبعاد متغير وصمة الذات المقترحة لدى المعاقين حركياً، إلى جانب ندرة المقاييس العربية – في حدود علم الباحث – التي تناولت وصمة الذات لدى المعاقين بشكل عام والمعاقين حركياً بشكل خاص، فقدم (الشافعي، ٢٠١٨)، (إسماعيل، ٢٠١٨) مقياساً للوصمة الذاتية لدى المراهقين الصم، في حين قدم (الشهري، ٢٠١٠) مقياساً للوصمة الذاتية لدى المراهقين الايتام، أما (فتحي، ٢٠١٦) فقدمت مقياساً للوصمة الذاتية لدى المراهقين مجهولي النسب، ولم يجد الباحث – في حدود اطلاعه – مقياساً لوصمة الذات لدى المعاقين حركياً، ورغبة في إثراء المكتبة العربية للقياس النفسي تم تصميم هذا المقياس. وقد مر إعداد المقياس بالخطوات الآتية:

أولاً: تم الاطلاع على الأطر النظرية العربية والأجنبية والمقاييس التي تناولت متغير وصمة الذات وذلك لتحديد كل من التعريف الإجرائي والأبعاد التي يتضمنها المفهوم.

ثانياً: قام الباحث بتصميم استبانة مفتوحة موجهة لأفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددها (٣٦) فرداً، تضمنت الأسئلة الأتية: من وجهة نظرك:

- ما الأسباب والعوامل الكامنة وراء الإحساس بالوصمة ؟
- ما الآثار النفسية والاجتماعية المترتبة على الإحساس بالوصمة ؟
- ما المواقف التي يشعر فيها الفرد بالوصمة ؟ وما هو تصرفه حيال تلك المواقف ؟

ثالثاً: تم إجراء تحليل محتوى للاستجابات الصادرة عن أفراد العينة الاستطلاعية لتحديد معاملات الشيوع لتلك الاستجابات والاستفادة من أكثرها تكراراً في تحديد أبعاد وبنود المقياس.

رابعاً: في ضوء الخطوات السابقة، تم صياغة عبارات المقياس في صورتها الأولية بما يتناسب مع كل من أبعاد وصمة الذات المقترحة وطبيعة هذه الدراسة وأهدافها، حيث بلغت عدد العبارات (٤١) عبارة وذلك قبل التحكيم، وتم تصنيف هذه العبارات في أربعة أبعاد هي: (تحقير الذات، والرفض الاجتماعي المدرك، وتجنب الوصمة، والشعور بالهزيمة النفسية). مع وجود خمسة بدائل أمام كل عبارة، يختار المعاق حركياً من بينهم ما يتناسب مع وجهة نظره، ودرجاتها كالتالي: درجة العبارات الإيجابية (١ – ٢ – ٣ – ٤ – ٥)، ودرجات العبارات السلبية (٥ – ٤ – ٣ – ٢ – ١).

ـ الخصائص السيكومترية لمقياس وصمة الذات:

أولاً – صدق المقياس:

ـ صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية المكونة من (٤١) عبارة على مجموعة من الخبراء المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس وعددهم (٩) خبراء لأبداء الرأي حول وضوح عبارات المقياس وصياغتها وارتباطها بأبعاد المقياس، ولتحديد مدى ملاءمة تلك العبارات لقياس متغير وصمة الذات لدى المعاقين حركياً، مع تعديل وإضافة ما يرونه مناسباً من عبارات لتحسين جودة وكفاءة المقياس، وتم مراعاة ألا تقل نسبة الاتفاق بين المحكمين عن (٨٥٪) بواقع (٨) آراء من (٩). وقد أسفر هذا الإجراء عن التوصية بتعديل صياغة ثلاث عبارات، وحذف (٤) عبارات، وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس بعد صدق المحكمين (٣٧) عبارة.

- الاتساق الداخلي:

لحساب الاتساق الداخلي تم تطبيق المقياس على عينة من المعاقين حركياً بلغت (٣٦)، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس ودرجة البعد الذى تنتمى إليه كل على حده، وكذلك حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وذلك كما بالجدولين التاليين :

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه (ن= ٣٦)

البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد
تحقير الذات	١	٠,٤٤٠**	الرفض الاجتماعي المدرك	٢	٠,٥٩٨**	تجنب الوصمة	٣	٠,٧١١**	الشعور بالهزيمة النفسية	٤	٠,٦٥٠**
	٥	٠,٥٣١**		٦	٠,٧١١**		٧	٠,٥٠٣**		٨	٠,٧٨٣**
	٩	٠,٧٣٢**		١٠	٠,٦٠٢**		١١	٠,٦٣٦**		١٢	٠,٥٩٥**
	١٣	٠,٦٥٧**		١٤	٠,٦١٨**		١٥	٠,٦٩٣**		١٦	٠,٣٥٥*
	١٧	٠,٦٥٩**		١٨	٠,٧٢٤**		١٩	٠,٤٥٠**		٢٠	٠,٤٢٣*
	٢١	٠,٥٩٩**		٢٢	٠,٥٨٢**		٢٣	٠,٢٦٦		٢٤	٠,٤٣٣**
	٢٥	٠,٥٢٢**		٢٦	٠,٥٤٦**		٢٧	٠,٥٣٦**		٢٨	٠,٤٢١*
	٢٩	٠,٤٧٧**		٣٠	٠,٤٢٢*		٣١	٠,٨٤٩**		٣٢	٠,٥٧٠**
	٣٣	٠,٥٤٦**		٣٤	٠,٤٣٤**		٣٥	٠,٦٩٨**			
	٣٦	٠,٦٥٦**		٣٧	٠,٦١٤**						

**** دالة عند مستوى (٠,٠١) * دالة عند مستوى (٠,٠٥)**

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس (ن= ٣٦)

الأبعـــــاد	عدد الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تحقير الذات	١٠	٠,٩١٢**	٠,٠١
الرفض الاجتماعي المدرك	١٠	٠,٩٠٩**	٠,٠١
تجنب الوصمة	٨	٠,٩٢٣**	٠,٠١
الشعور بالهزيمة النفسية	٨	٠,٨٧٩**	٠,٠١

يتضح من جدولي (٢ و ٣) أن جميع العبارات دالة عند مستوى (٠,٠١)، ومستوى (٠,٠٥) باستثناء العبارة رقم (٢٣) في البعد الثالث، فهي غير دالة إحصائياً وتم استبعادها، وبذلك تصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٣٦) عبارة جميعهم دال عند مستوى (٠,٠١)، ومستوى (٠,٠٥) مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من التجانس الداخلي.

- صدق المحك: لحساب صدق المحك تم تطبيق مقياس وصمة الذات المستخدم في الدراسة الحالية ومقياس الوصمة الذاتية (إعداد/ إسماعيل، ٢٠١٨) على عينة من المعاقين حركياً بلغت (٣٦) فرداً، وتم حساب معامل الارتباط بين المقياسين. وقد وجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المقياسين وقيمتها (٠,٦٣٠)، وهى دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على صدق المقياس.

ثانياً: ثبات المقياس

قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقتي: التجزئة النصفية وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان-براون)، وكذلك التجزئة النصفية بمعادلة "جتمان"، كما تم حساب معامل ألفا-كرونباخ للأبعاد والمقياس ككل، وتم الحصول على النتائج التالية:

جدول (٤) نتائج معاملات ثبات مقياس وصمة الذات للمعاقين حركياً

الأبعـــــاد	عدد العبارات	معامل التجزئة		معامل الفا - كرونباخ
		سبيرمان – براون	جتمان	
تحقير الذات	١٠	٠,٧٢٨	٠,٧١٨	٠,٧٧٩
الرفض الاجتماعي المدرك	١٠	٠,٧٩٥	٠,٧٧٢	٠,٧٧٦
تجنب الوصمة	٨	٠,٧٥٥	٠,٧٥٥	٠,٨٠٠
الشعور بالهزيمة النفسية	٨	٠,٨٠٤	٠,٧٥٧	٠,٦٢٤
المقياس ككل	٣٦	٠,٩٢٧	٠,٩٢٤	٠,٩٢٣

يتضح من نتائج جدول (٤) أن جميع معاملات ثبات المقياس مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلي تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

- مقياس التشوهات المعرفية للمعاقين حركياً: (إعداد/ الباحث)

قام الباحث بإعداد المقياس بهدف توفير أداة سيكومترية مناسبة للبيئة والثقافة المصرية من ناحية وأهداف البحث وعينته من ناحية أخرى، ويمكن من خلالها التعرف على أبعاد متغير التشوهات المعرفية المقترحة لدى المعاقين حركياً، إلى جانب ندرة المقاييس العربية – في حدود علم الباحث – التي تناولت التشوهات المعرفية لدى المعاقين حركياً، فقدم (القرالة، ٢٠١٨)، و(عبد الوهاب، والسيد، ٢٠١٧)، و(صلاح الدين، ٢٠١٥)، و(رسلان، ٢٠١١) مقياس للتشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة، ولم يجد الباحث – في حدود اطلاعه – مقياساً قدم للمعاقين حركياً، ورغبة في إثراء المكتبة العربية للقياس النفسي تم تصميم هذا المقياس، وقد مر إعداد المقياس بالخطوات الآتية:

أولاً: تم الاطلاع على الأطر النظرية العربية والأجنبية والمقاييس التي تناولت متغير التشوهات المعرفية وذلك لتحديد كل من التعريف الإجرائي والأبعاد التي يتضمنها المفهوم.

ثانياً: تم صياغة عبارات المقياس في صورتها الأولية بما يتناسب مع كل من أبعاد التشوهات المعرفية المقترحة وطبيعة هذه الدراسة وأهدافها، حيث بلغت عدد العبارات (٥٥) عبارة وذلك قبل التحكيم، وتم تصنيف هذه العبارات في سبعة أبعاد هي: (التفكير الثنائي، والتعميم الزائد، والتفكير الكارثي، والتهوين، والتجريد الانتقائي، والمبالغة في لوم الذات والآخرين، والاستنتاج غير المنطقي). مع وجود خمسة بدائل أمام كل عبارة، يختار المعاق حركياً من بينهم ما يتناسب مع وجهة نظره، ودرجاتها كالتالي: درجة العبارات الإيجابية (١ – ٢ – ٣ – ٤ – ٥)، ودرجات العبارات السلبية (٥ – ٤ – ٣ – ٢ – ١).

. الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية:

أولاً – صدق المقياس:

. صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية المكونة من (٥٥) عبارة على مجموعة من الخبراء المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس وعددهم (٩) خبراء لأبداء الرأي حول وضوح عبارات المقياس وصياغتها وارتباطها بأبعاد المقياس، ولتحديد مدى ملاءمة تلك العبارات لقياس متغير التشوهات المعرفية لدى المعاقين حركياً، مع تعديل وإضافة ما يرونه مناسباً من عبارات لتحسين جودة وكفاءة المقياس، وتم مراعاة ألا تقل نسبة الاتفاق بين المحكمين عن (٨٥٪) بواقع (٨) آراء من (٩). وقد أسفر هذا الإجراء عن التوصية بتعديل صياغة ست عبارات، وحذف (٣) عبارات، وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس بعد صدق المحكمين (٥٢) عبارة.

– الاتساق الداخلي:

لحساب الاتساق الداخلي تم تطبيق المقياس على عينة بلغت (٣٦) من المعاقين حركياً، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس ودرجة البعد الذى تنتمى إليه كل على حده، وكذلك حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وذلك كما بالجدولين التاليين:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس (ن= ٣٦)

الأبعـــــاد	عدد الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التفكير الثنائي	٨	**٠,٨٥٨	٠,٠١
التعميم الزائد	٨	**٠,٧٨٦	٠,٠١
التفكير الكارثي	٧	**٠,٦٣٠	٠,٠١
التهوين	٧	**٠,٨٠٧	٠,٠١
التجريد الانتقائي	٨	**٠,٥٨٩	٠,٠١
المبالغة في لوم الذات والآخرين	٧	**٠,٦٨٥	٠,٠١
الاستنتاج غير المنطقي	٧	**٠,٤٢٤	٠,٠١

جدول (٦) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه (ن= ٣٦)

البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل ارتباطها بالبعد
التفكير الثنائي	١	**٠,٨٣٣	التعميم الزائد	٢	*٠,٣٨١	التفكير الكارثي	٣	**٠,٧٧٠	التهوين	٤	**٠,٧٩٩
	٨	**٠,٤١٦		٩	**٠,٤٩٨		١٠	**٠,٤٩٦		١١	**٠,٦٣٠
	١٥	**٠,٨١٧		١٦	**٠,٥٩٢		١٧	**٠,٦٨٥		١٨	**٠,٥٤١
	٢٢	**٠,٥١١		٢٣	**٠,٤٨٤		٢٤	**٠,٦٥٢		٢٥	**٠,٧٠٠
	٢٩	**٠,٨٧٥		٣٠	**٠,٦٠٣		٣١	**٠,٦٤٢		٣٢	**٠,٤٩٠
	٣٦	**٠,٧٥١		٣٧	**٠,٤٧٠		٣٨	**٠,٦١٦		٣٩	**٠,٧٧٣
	٤٣	**٠,٦٤٢		٤٤	**٠,٤٥٤		٤٥	**٠,٥٣٦		٤٦	**٠,٦٤٥
	٥٠	**٠,٤٤٣		٥١	**٠,٦٩٠	الاستنتاج غير المنطقي	٧	**٠,٧٩٠			
التجريد الانتقائي	٥	*٠,٣٣٨	المبالغة في لوم الذات والآخرين	٦	**٠,٦٤١		١٤	**٠,٨٠٠			
	١٢	**٠,٤٣٩		١٣	**٠,٧٥٠		٢١	**٠,٨٣٤			
	١٩	*٠,٣٥٣		٢٠	*٠,٣٧٩		٢٨	**٠,٤٦١			
	٢٦	**٠,٤٣٤		٢٧	**٠,٦٦٤		٣٥	**٠,٥٣٨			
	٣٣	**٠,٥٢٢		٣٤	**٠,٧٦٩		٤٢	**٠,٥٢٦			
	٤٠	**٠,٤٣١		٤١	**٠,٦١٣		٤٩	**٠,٦٠٠			
	٤٧	**٠,٤٧٥		٤٨	**٠,٦٠٦						
	٥٢	**٠,٦٣٤									

** دالة عند مستوى (٠,٠١) * دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من جدولي (٥ و ٦) أن جميع العبارات دالة عند مستوى (٠,٠١)، ومستوى (٠,٠٥) مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من التجانس الداخلي.

- صدق المحك: لحساب صدق المحك تم تطبيق مقياس التشوهات المعرفية المستخدم في الدراسة الحالية ومقياس التشوهات المعرفية للشباب الجامعي (إعداد/ صلاح الدين، ٢٠١٥) على عينة من المعاقين حركياً بلغت (٣٦) فرداً، وتم حساب معامل الارتباط بين المقياسين.

وقد وجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المقياسين وقيمتها (٠,٧١٢)، وهى دالة عند مستوى (٠,٠١) ، مما يدل على صدق المقياس.

ثانياً: ثبات المقياس

قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقتي: التجزئة النصفية وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان–براون)، وكذلك التجزئة النصفية بمعادلة "جتمان"، كما تم حساب معامل ألفا–كرونباخ للأبعاد والمقياس ككل، وتم الحصول على النتائج التالية:

جدول (٧) نتائج معاملات ثبات مقياس التشوهات المعرفية للمعاقين حركياً

الأبعـــــــاد	عدد العبارات	معامل التجزئة		معامل الفا ـ كرونباخ
		سبيرمان – براون	جتمان	
التفكير الثنائي	٨	٠,٨٠٦	٠,٧٩٧	٠,٨٠٩
التعميم الزائد	٨	٠,٤٢٠	٠,٤١٥	٠,٦٢٣
التفكير الكارثي	٧	٠,٦٩٦	٠,٦٧٧	٠,٧٤١
التهوين	٧	٠,٧٩٨	٠,٧٧١	٠,٧٨٣
التجريد الانتقائي	٨	٠,٢٤٩	٠,٢٤٦	٠,٤٣٣
المبالغة في لوم الذات والآخرين	٧	٠,٥٤٢	٠,٥٣٤	٠,٧٥٤
الاستنتاج غير المنطقي	٧	٠,٥٧٠	٠,٥٣٧	٠,٧٦٦
المقياس ككل	٥٢	٠,٨٨٨	٠,٨٦٩	٠,٩٠٦

يتضح من نتائج جدول (٧) أن جميع معاملات ثبات المقياس مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلي تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

- **مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي (الصورة المختصرة)**: إعداد/ (Bjureberg et al., 2016) (تعريب عبادي، وسفيان، وأمين ، ٢٠١٩)

- **وصف المقياس**: يتكون المقياس من (١٦) عبارة موزعة على خمسة أبعاد رئيسة وهى: رفض الاستجابات الانفعالية (عدم القبول) ويتكون من (٣) عبارات، وصعوبات الانخراط في سلوك موجه نحو الهدف (الأهداف) ويتكون من (٣) عبارات، وصعوبات ضبط الاندفاع (الاندفاع) ويتكون من (٣) عبارات، ووصول محدود لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات (الاستراتيجيات) ويتكون من (٥) عبارات، وعدم قبول الاستجابات الانفعالية (الوضوح) ويتكون من (٢) عبارة. ويعتمد المقياس على طريقة التقرير الذاتي، حيث الإجابة على بنود

المقياس باختيار إجابة واحدة من خمس إجابات (دائما – معظم الوقت – أحياناً – نادراً – أبداً)، وتتراوح درجات الاستجابة على العبارات على التوالي (٥ – ٤ – ٣ – ٢ – ١).

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

لتقنين المقياس والتحقق من صلاحية تطبيقه في البيئة العربية طبق المقياس على عينة قوامها (٥٦٤) طالب وطالبة بجامعتي الفيوم وأسوان بجمهورية مصر العربية، وجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية بمتوسط عمري (٢٠,١٩) سنة، وانحراف معياري (٠,٧٥)، وقام مقتني المقياس بحساب صدق وثبات المقياس بالطرق التالية:

- التجانس الداخلي: حيث تم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة ومجموع كل بعد للمقياس، كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس، وأوضحت النتائج تمتع المقياس بدرجة عالية من التجانس الداخلي.

- الصدق الظاهري: حيث تم ترجمة النسخة الأصلية للمقياس وتم التأكد من صحة الترجمة من خلال العرض على متخصصين في اللغة الإنجليزية وعلم النفس والصحة النفسية.

- الصدق العاملي: وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي عن خمس عوامل، تراوحت جذورها الكامنة ما بين (٤,١٤) للعامل الأول، و(١,٨٧) للعامل الخامس، بنسبة تباين كلي (٩٢,١٠) وهي قيمة مرتفعة جداً، وتمثل العوامل الخمس الموجودة في المقياس الأجنبي. كما تم عمل تحليل عاملي توكيدي للمقياس وأوضحت نتائجه أن قيمة كا^{2} (٢٨,٠١) عند درجة حرية (٥) غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى صدق المقياس.

صدق المقياس في الدراسة الحالية: قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٨) معاملات الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية (ن = ٣٦)

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
رفض الاستجابات الانفعالية (عدم القبول)	٣	٠,٤٣٩	٠,٠١
صعوبات الانخراط في سلوك موجه نحو الهدف (الأهداف)	٣	٠,٦٥٣	٠,٠١
صعوبات ضبط الاندفاع (الاندفاع)	٣	٠,٧٨٢	٠,٠١
وصول محدود لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات (الاستراتيجيات)	٥	٠,٥٩١	٠,٠١
عدم قبول الاستجابات الانفعالية (الوضوح)	٢	٠,٦٣١	٠,٠١

ويتضح من جدول (٨) تمتع المقياس بدرجة عالية من التجانس الداخلي.

ثبات المقياس: للتحقق من ثبات المقياس تم حساب كل من:

- معامل ألفا كرونباخ لعبارات كل بعد على حدى وللمقياس ككل، وكانت النتائج كالتالي: بعد رفض الاستجابات الانفعالية (عدم القبول) (٠,٨٦)، وبعد صعوبات الانخراط في سلوك موجه نحو الهدف (الأهداف) (٠,٦٩)، وبعد صعوبات ضبط الاندفاع (الاندفاع) (٠,٧٩)، وبعد وصول محدود لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات (الاستراتيجيات) (٠,٨٠)، وبعد عدم قبول الاستجابات الانفعالية (الوضوح) (٠,٧٦)، والمقياس ككل (٠,٨٩)، وجميعها قيم مرتفعة مما يؤكد تمتع جميع عبارات المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات.
- التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان – براون، وكانت النتائج كالتالي: بعد رفض الاستجابات الانفعالية (عدم القبول) (٠,٨٥)، وبعد صعوبات الانخراط في سلوك موجه نحو الهدف (الأهداف) (٠,٧٣)، وبعد صعوبات ضبط الاندفاع (الاندفاع) (٠,٦١)، وبعد وصول محدود لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات (الاستراتيجيات) (٠,٨٩)، وبعد عدم قبول الاستجابات الانفعالية (الوضوح) (٠,٧٦)، والمقياس ككل (٠,٥٥)، وجميعها قيم مرتفعة مما يؤكد تمتع جميع عبارات المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات.

ثبات المقياس في الدراسة الحالية: قام الباحث بحساب ثبات المقياس في الدراسة الحالية باستخدام طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان – براون، ومعادلة جتمان وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٩) نتائج معاملات ثبات مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي

الأبعـــــــاد	عدد العبارات	معامل التجزئه	
		سبيرمان – براون	جتمان
رفض الاستجابات الانفعالية (عدم القبول)	٣	٠,٦٩٥	٠,٦٠٦
صعوبات الانخراط في سلوك موجه نحو الهدف (الأهداف)	٣	٠,٦٨٤	٠,٦٢٢
صعوبات ضبط الاندفاع (الاندفاع)	٣	٠,٥٩٠	٠,٥٠٥
وصول محدود لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات (الاستراتيجيات)	٥	٠,٣٨٨	٠,٣٥١
عدم قبول الاستجابات الانفعالية (الوضوح)	٢	٠,٨٨٤	٠,٨٨٣
المقياس ككل	١٦	٠,٢٩٤	٠,٢٩٣

يتضح من جدول (٩) أن جميع القيم مرتفعة مما يؤكد تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات، يصلح معها استخدامه في الدراسة الحالية.

نتائج الدراسة :

نتائج الفرض الأول: وينص على "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات المعاقين حركياً على مقياس وصمة الذات". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة "ت" بين المتوسط الفرضي والمتوسط الواقعي لدرجات عينة البحث على مقياس وصمة الذات، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٠) قيمة "ت" ودلالتها للفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الواقعي لدرجات أفراد العينة على مقياس وصمة الذات

المتوسط الفرضي	المتوسط الواقعي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١٠٨	١١٩,١٦٧	١٠,٣١٣	٩,٥٦٣	٠,٠٠١

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" بلغت (٩,٥٦٣)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠٠١)، وهو ما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسط الفرضي والمتوسط الواقعي لدرجات أفراد العينة، وبالمقارنة بين المتوسط الفرضي والذي بلغ (١٠٨)، والمتوسط الواقعي لدرجات العينة على مقياس وصمة الذات والذي بلغ (١١٩,١٦٧) يتضح أن المتوسط الواقعي أكبر من المتوسط الفرضي، وهذا يعني ارتفاع مستوى وصمة الذات لدى عينة البحث من المعاقين حركياً، وقد يرجع ذلك إلى الموروثات الثقافية السائدة في مجتمعنا

والتي تجعل من المعاقين حركيا فئة مختلفة عن باقي أفراد المجتمع، بل أقل منهم في القدرات والامكانات، فئة يجتنبها العديد من أفراد المجتمع وإن تواصل معها فمن قبيل الشفقة والعطف، وهو ما يرسخ في أذهان أبنائنا من المعاقين حركياً فكرة رفض المجتمع لهم كونهم مختلفين عنه، ويعمق لديهم الاحساس بالدونية، ويتملكهم الشعور بالانهزامية، وإذا ما خضع أبنائنا من المعاقين حركياً لسطوة هذه الأفكار النمطية والمعتقدات السلبية وأقروا بها وسيطرت على طريقة تفكيرهم واصبحت جزء من معالم شخصيتهم، فحتماً سيعيشون تحت وطأة الوصمة الذاتية.

كذلك يمكننا القول أن ارتفاع مستوى وصمة الذات لدى المعاقين حركياً قد يرجع إلى تدني مستوى الرعاية والاهتمام الذي توفره الدولة لهذه الفئة سواء على المستوى الخدمي أو المستوى الثقافي أو المستوى الأكاديمي أو حتى على المستوى المهني، فتزداد لديهم الضغوط، ويصيبهم بالإحباط، وتسيطر عليهم مشاعر العجز والدونية، ويميلون إلى الانعزالية ورفض المجتمع، وهو ما قد يزيد من شعورهم بالوصمة الذاتية.

أيضاً من المهم أن نشير إلى الدور الذي يمكن أن تلعبه الإعاقة الحركية نفسها في شعور الفرد بالوصمة الذاتية، فسيكولوجية هؤلاء الأفراد تختلف عن غيرهم، وهنا يشير المدهون (٢٠٠٤ ، ص١٣٨) إلى أن الإعاقة الجسمية تجعل الفرد يعيش في عالم محدود بظروف إعاقته، وتنشأ الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعاق جسمياً من وجود متطلبات تربوية ونفسية واجتماعية وجسمية مختلفة عن العاديين تبعاً لاختلاف نوع الإعاقة وما يترتب عليها من مؤثرات. وأحياناً يعانى المعاق من مجموعة من الخصائص والسمات النفسية السلبية كالانطواء، الانسحاب، العزلة، الاكتئاب، الحزن، عدم التوافق أو عدم الرضا عن الذات، تزايد مشاعر الإحساس بالذنب، الخوف، القلق، والاعتماد على الغير. ويضيف عبد المعطى (٢٠٠٥ ، ص٣٦) أن الإصابة بشلل الأطفال يترتب عليها انطواء الفرد اجتماعياً، العزلة، عدم الرغبة في المشاركة في أي عمل جماعي أو مناسبة اجتماعية، بالإضافة إلى عدم القدرة على المنافسة على قدم المساواة مع العاديين؛ لقلة فرص الحركة والاختلاط الاجتماعي والمشاركة الفعالة في أنشطة الجماعة. ويؤكد عبد الباقي (٢٠٠١ ، ص١٤٥) أن الإعاقة الجسمية تؤدى إلى انخفاض المهارات الاجتماعية، الشعور باليأس والحسرة، الحساسية المفرطة، الشعور بالنقص، فقدان الثقة بالنفس، وجود مشاعر اكتئابيه. ويذكر

مندوه (٢٠٠٥ ، ص١٧٦) أن الإعاقة الجسمية تؤدى إلى الشعور بالوحدة النفسية، عدم تقبل الذات، اضطراب صورة الجسم، ظهور المظاهر العدوانية، والشعور بالإحباط والظلم الاجتماعي. وكنتيجة لكل ما سبق قد يزداد لدى المعاق حركياً الشعور بالوصمة الذاتية.

نتائج الفرض الثاني: وينص على " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المعاقين حركياً على مقياس وصمة الذات ودرجاتهم على مقياس التشوهات المعرفية ". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للتعرف على طبيعة العلاقة بين وصمة الذات والتشوهات المعرفية كما بالجدول التالي:

جدول (١١) معامل الارتباط بين وصمة الذات وأبعادها والتشوهات المعرفية

المتغيرات	التشوهات المعرفية	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تحقير الذات	٠,٤٠٨	٠,٠١
الرفض الاجتماعي المدرك	٠,٥١٧	٠,٠١
تجنب الوصمة	٠,٥٩٧	٠,٠١
الشعور بالهزيمة النفسية	٠,٤٠٨	٠,٠١
المقياس ككل	٠,٨٢٥	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين أبعاد وصمة الذات والدرجة الكلية للمقياس والتشوهات المعرفية عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهو ما يحقق صحة الفرض، ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما تتركه الوصمة الذاتية من آثار سلبية على شخصية الفرد الموصوم، فقد أشار (Kato, Takada, & Hashimoto, 2014, p.180) أن للوصمة الذاتية تأثير سلبي على الأفراد، فهي تؤدي إلى انخفاض في تقدير الذات، والفعالية الذاتية، والرضا عن الحياة، والتكيف الاجتماعي، والرفاهية بشكل عام، والتواصل الاجتماعي. كما ترتبط الوصمة الذاتية – كما تشير العديد من الدراسات – بزيادة معدل المشكلات العقلية، والقلق، والاكتئاب، وضعف الحالة الصحية بشكل عام (Boyle, 2013, p.1518).

كما أن إقرار أبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية لبعض الأفكار والمعتقدات السلبية السائدة في المجتمع، والخاصة بالإعاقة التي يعانون منها وتصديقهم لتلك الأفكار وخضوعهم لسطوة الوصمة الذاتية قد يؤدي لتزايد الضغوط التي يتعرضون لها، وتكثر لديهم المعاناة في

مواجهة مشاكل الحياة – خاصة مع إحساسهم بالدونية وشعورهم بالهزيمة النفسية ورفض المجتمع لهم – بشكل يفوق قدرتهم على الاحتمال فيتجهون خطأً نحو اعتناق مجموعة من الأفكار اللاعقلانية والتي تسيطر عليهم وتفسد إدراكهم للواقع وتشوه طريقة تفكيرهم، وتستدعي لديهم بعض ردود الأفعال الغير منطقية كالمبالغة في لوم الذات والآخرين، أو تضخيم الأمور وأحياناً تهوينها، أو التعميم الزائد، أو الوصول لاستنتاجات بشكل غير منطقي.

أيضاً يمكننا القول أن افتقار أبنائنا من ذوي الإعاقة الحركية للمهارات اللازمة للتعامل مع الضغوط السلبية الناتجة عن إحساسهم بالدونية والتمييز ضدهم، قد ينعكس سلباً على طريقة تفكيرهم وتعاملهم مع الآخرين، وتزداد لديهم الأخطاء في المعالجة المعرفية للمواقف الحياتية.

كذلك فإن المعاق حركياً عندما يعيش خاضعاً للوصمة الذاتية مقراً باختلافه عن الآخرين وأنه أقل منهم في القدرات والامكانات، فقد تنشأ لديه – نتيجة لذلك – العديد من الأفكار اللاعقلانية والمعتقدات السلبية كأن يتجنب التعامل مع الآخرين ويعتزلهم حتى لا يقارن بينه وبينهم، ولا يتعرض للتهكم والسخرية، أو تسيطر عليه فكرة أن القادم أصعب وأن المستقبل لا يبدو جيداً ودائماً يتوقع الأسوأ، وغيرها من الأفكار والمعتقدات التي تسيطر عليهم وتنحو بهم نحو التشوهات المعرفية.

نتائج الفرض الثالث: وينص على أنه " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المعاقين حركياً على مقياس وصمة الذات ودرجاتهم على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للتعرف على طبيعة العلاقة بين وصمة الذات وصعوبات التنظيم الانفعالي كما بالجدول التالي:

جدول (١٢) معامل الارتباط بين وصمة الذات وأبعادها وصعوبة التنظيم الانفعالي

المتغيرات	صعوبة التنظيم الانفعالي	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تحقير الذات	٠,٣٧٠	٠,٠١
الرفض الاجتماعي المدرك	٠,٥١٤	٠,٠١
تجنب الوصمة	٠,٤٩١	٠,٠١
الشعور بالهزيمة النفسية	٠,٣٣٨	٠,٠١
المقياس ككل	٠,٧٢٦	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين أبعاد وصمة الذات والدرجة الكلية للمقياس وصعوبة التنظيم الانفعالي عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهو ما يحقق صحة الفرض، ونظراً لندرة الدراسات – في حدود علم الباحث – ذات الصلة والتي تناولت العلاقة بين الوصمة الذاتية وصعوبة التنظيم الانفعالي؛ فإنه يمكننا تفسير وجود العلاقة بين المتغيرين في ضوء الإطار النظري ومن خلال التعرض للآثار السلبية لكل منهما على شخصية المعاق حركيا، وبالتالي يمكننا القول أن القصور في التنظيم الانفعالي يجعل الأفراد أكثر عزلة ولا مبالاة، وأقل فاعلية في المجتمع، ويجعل الأفراد يستخدمون أساليب لا تكيفية هروبيه في حل المشكلات والضغوط التي تواجههم، ويسبب القصور في تنظيم الانفعال العديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية. (مظلوم ، ٢٠١٧ ، ص١٤٦)

كما أشار (Harvey, Hunt, & White, 2019, p.144) إلى أن الأفراد الذين يعانون من صعوبة في التنظيم الانفعالي غالبًا ما يواجهون صعوبة كبيرة في تكوين العلاقات الشخصية، والتي غالبًا ما تكون غير مستقرة؛ حيث لديهم صعوبة في الإحساس بالذات، بالإضافة إلى الانخراط في سلوكيات اندفاعية عالية ذات عواقب وخيمة. وغالبًا ما يظهر لدى هؤلاء الأفراد سلوك إيذاء الذات.

ويضيف (Stellwagen, & Kerig, 2018, p.3386) أن عدم التنظيم الانفعالي يتعارض مع القدرة على تهدئة الذات عند مواجهة الضغوط، مما يؤدي إلى الاندفاع السلوكي، وانخفاض التسامح الانفعالي.

وهذا يعني أن وجود صعوبة في تنظيم الانفعالات لدى الفرد قد ينعكس سلباً على إحساسه وتقديره لذاته وقد يصل الأمر لإيذاء الذات وتحقيرها، كما تتأثر سلباً علاقاته بالآخرين، مع معاناة في مواجهة الضغوط والمشكلات الحياتية مما قد يؤدي إلى العزلة ومحاولة تجنب التفاعل الاجتماعي، وكلها من أبعاد الوصمة الذاتية.

ومن جهة أخرى فإن إحساس الفرد بالدونية وتقليله من شأن ذاته، وسيطرة مشاعر الانهزامية والرفض الاجتماعي على وعيه وإدراكه للأمور، وإقراره بالأفكار والمعتقدات السلبية المرتبطة بإعاقته، قد يؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية والاجتماعية عليه؛ الأمر الذي قد يفقد معه الفرد السيطرة على مشاعره وانفعالاته، ويجد صعوبة شديدة في تنظيم تلك الانفعالات وإدارتها والتعامل معها بشكل صحيح. ويؤكد ذلك ما أشار إليه عمر (٢٠٠٣ ، ص٣٦) أن

الإنسان إذا تبنى أفكاراً واعتقادات مستمدة من فلسفات أرضية وضعية، أو ايدولوجيات إقليمية، أو عادات وتقاليد محلية تسببت في معاناته من مشكلات نفسية واضطرابات انفعالية.

نتائج الفرض الرابع: وينص على أنه " تسهم درجات وصمة الذات لدى المعاقين حركياً في التنبؤ بدرجاتهم في التشوهات المعرفية ". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء تحليل الانحدار البسيط والذي أسفر عن النتائج التالية:

جدول (١٣) تحليل التباين لمتغير وصمة الذات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "	مستوى الدلالة
الانحدار	٩١٦٨,١٥٠	١	٩١٦٨,١٥٠	١٦١,٨٤١	٠,٠٠٠
البواقي	٤٣٠٥,٣٣٨	٧٦	٥٦,٦٤٩		
الكلي	١٣٤٧٣,٤٨٧	٧٧			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة النسبة الفائية للارتباط بلغت (١٦١,٨٤١) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٠٠)، وهو ما يشير إلى إمكانية أن تتنبأ درجات المعاقين حركيا في وصمة الذات بدرجاتهم في التشوهات المعرفية.

جدول (١٤) تحليل الانحدار البسيط

المتغير التابع	المتغير المستقل	معامل الارتباط (r)	معامل التفسير (r 2)	قيمه الثابت Constant	معامل الانحدار (B)	الوزن الانحداري (Beta)	قيمة "ت" " t "	مستوى الدلالة
التشوهات المعرفية	وصمه الذات	٠,٨٢٥	٠,٦٨٠	١٠,٠٨٨	١,٠٥٨	٠,٨٢٥	١٢,٧٢٢	٠,٠٠٠

من الجدول السابق يتضح أن درجات وصمة الذات تسهم في تباين درجات التشوهات المعرفية، حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٨٢٥) وقد أحدثت وصمة الذات تباين قدره (٠,٦٨٠) وذلك بنسبة (٦٨,٠%) من تباين التشوهات المعرفية، مما يدل على أن (٦٨,٠%) من التباين في درجات التشوهات المعرفية يرجع إلى التباين في درجات وصمة الذات، وتكون طبيعة المعادلة الانحدارية الدالة على التنبؤ كالتالي:

المتغير التابع = قيمة الثابت + معامل الانحدار X المتغير المستقل

التشوهات المعرفية = ١٠,٠٨٨ + ١,٠٥٨ X وصمة الذات

وهو ما يشير إلى أن الزيادة في وصمة الذات تؤدي إلى الزيادة في التشوهات المعرفية.

وللتعرف على أكثر أبعاد الوصمة الذاتية تنبأً بالتشوهات المعرفية، قام الباحث بإجراء تحليل الانحدار المتعدد، باستخدام طريقة الاختيار التدريجي Stepwise وهي طريقة تقوم علي إضافة المتغيرات المستقلة إلي النموذج واحداً تلو الآخر، وتتضمن بناء نموذج كامل بكل المتغيرات المستقلة وحذف تلك المتغيرات ذات المساهمة غير المعنوية واحداً تلو الآخر، وأسفرت المعالجة الإحصائية عن النتائج التالية:

جدول (١٥) نتائج تحليل التباين لإسهام أبعاد وصمة الذات في التنبؤ بالتشوهات المعرفية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمه " ف "	مستوى الدلالة
الانحدار	٩٥٠٢,٥٠٤	٤	٢٣٧٥,٦٢٦	٤٣,٦٧٢	٠,٠١
البواقي	٣٩٧٠,٩٨٣	٧٣	٥٤,٣٩٧		
الكلي	١٣٤٧٣,٤٨٧	٧٧			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة النسبة الفائية للارتباط بلغت (٤٣,٦٧٢) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١)، وهو ما يشير إلى إمكانية أن تتنبأ درجات المعاقين حركيا في أبعاد وصمة الذات بدرجاتهم في التشوهات المعرفية.

جدول (١٦) نتائج تحليل الانحدار لإسهام أبعاد وصمة الذات في التنبؤ بالتشوهات المعرفية

الأبعاد	الارتباط البسيط (r)	الأوزان الانحدارية (Beta)	معاملات الانحدار (B)	اختبار "ت" لمعنوية معامل الانحدار "t"	ثابت الانحدار Constant	معامل الارتباط المتعدد (R)	مربع معامل الارتباط المتعدد (R2)
تحقير الذات	٠,٤٠٨	٠,٢٨٤	٠,٩٣٥	٣,٨٨٠ *	٨,٧٧٨	٠,٨٤٠d	٠,٧٠٥
الرفض الاجتماعي المدرك	٠,٥١٧	٠,٤٨٢	١,٤٤٢	٧,١٦٩ *			
تجنب الوصمة	٠,٥٩٧	٠,٤٠٩	١,١٢٩	٥,٨٤٦ *			
الشعور بالهزيمة النفسية	٠,٤٠٨	٠,٢٣٥	٠,٧٢٦	٣,٥١٩ *			

* دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من نتائج جدول (١٦) أن معامل الارتباط المتعدد بلغ (٠,٨٤٠)، وهذه القيمة كانت أعلي قيم معامل الارتباط المتعدد في كافة النماذج، بينما بلغ معامل التحديد (٠,٧٠٥) وهذا يعني أن المتغيرات المستقلة (أبعاد وصمة الذات: تحقير الذات – الرفض الاجتماعي المدرك – تجنب الوصمة – الشعور بالهزيمة النفسية) تفسر حوالى (٧٠,٥%) من التباين الكلي لأداء أفراد عينة البحث على متغير التشوهات المعرفية، بينما تشير قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها إلي أن البعد الثاني (الرفض الاجتماعي المدرك) هو أفضل الأبعاد في التنبؤ بالتشوهات المعرفية، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٧,١٦٩)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية، يلي البعد الثاني في القدرة التنبؤية بالتشوهات المعرفية؛ البعد الثالث (تجنب الوصمة)، ويشير إلى ذلك قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٥,٨٤٦)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية، ويأتي في المرتبة الثالثة من حيث القدرة التنبؤية البعد الأول (تحقير الذات)، ويشير إلى ذلك قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٣,٨٨٠)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية، وأخيراً يأتي البعد الرابع (الشعور بالهزيمة النفسية) كأقل الأبعاد من حيث القدرة التنبؤية بالتشوهات المعرفية، ويشير إلى ذلك قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٣,٥١٩)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية. ومن الجدول السابق يمكننا استنتاج معادلة الانحدار كالتالي:

الصيغة العامة لمعادلة الانحدار المتعدد صَ = ب١ س١ + ب٢ س٢ + ب٣ س٣ + ب٤ س٤ +

حيث أن (ص) هي قيمة المتغير التابع وهو (التشوهات المعرفية)، و(س١) هي قيمة المتغير المستقل الأول وهو (البعد الأول)، و(ب١) معامل الانحدار للمتغير المستقل الأول ويبلغ (٠,٩٣٥)، و(س٢) هي قيمة المتغير المستقل الثاني وهو (البعد الثاني)، و(ب٢) معامل الانحدار للمتغير المستقل الثاني ويبلغ (١,٤٤٢)، و(س٣) هي قيمة المتغير المستقل الثالث وهو (البعد الثالث)، و(ب٣) معامل الانحدار للمتغير المستقل الثالث ويبلغ (١,١٢٩)،

و(س٤) هي قيمة المتغير المستقل الرابع وهو (البعد الرابع)، و(ب٤) معامل الانحدار للمتغير المستقل الرابع ويبلغ (٠,٧٢٦)، وقيمة (أ) هي ثابت الانحدار وتساوي (٥٠,٢٠١) ، لتصبح المعادلة كما يلي:

درجة التشوهات المعرفية المتنبأ بها (ص) = ٠,٩٣٥ (الدرجة الكلية لبعد تحقير الذات) + ١,٤٤٢ (الدرجة الكلية لبعد الرفض الاجتماعي المدرك) + ١,١٢٩ (الدرجة الكلية لبعد تجنب الوصمة) + ٠,٧٢٦ (الدرجة الكلية لبعد الشعور بالهزيمة النفسية) + ٨,٧٧٨.

وبالنظر إلى نتيجة الفرض الرابع نجد أن المعالجة الإحصائية قد أثبتت إمكانية التنبؤ بالتشوهات المعرفية لدى المعاقين حركياً من خلال درجاتهم على مقياس وصمة الذات (الأبعاد والدرجة الكلية)، وكان أكثر الأبعاد من حيث القدرة التنبؤية بعد "الرفض الاجتماعي المدرك"، وهذا يؤكد مرة أخرى على مدى الارتباط بين المتغيرين كما أشارت إليه نتيجة الفرض الثاني ويمكن تفسير ذلك بأن التشوه الحادث في طريقة تفكير الفرد وسيطرة عدد من الأفكار اللاعقلانية على إدراكه قد يرتبط بوقوع الفرد تحت وطأة الوصمة الذاتية، فعندما تسيطر على الفرد مشاعر الانهزامية، والإحساس بالدونية والعجز، مع إقراره بأن المجتمع من حوله يرفضه وينظر إلية نطرة المختلف عنهم، نجد الفرد قد يلجأ إلى تفسير ذلك بشكل خاطئ بل ويستدعي ردود أفعال غير ملائمة تماما لما يواجهه من ضغوط ومشكلات، فنجده حيناً يلقي باللوم الشديد والمبالغ فيه على نفسه وأنه وما يعانيه من إعاقة السبب في كل ما يشعر به ويتعرض له، وحيناً أخر يلقي باللوم الشديد على الآخرين ممن حوله، وقد تسيطر على طريقة تفكيره استنتاجات غير منطيقة لا أساس لها في الواقع، مع توقع الأسوأ دائماً.

أما كون بعد الرفض الاجتماعي المدرك أكثر الأبعاد تنبأً بالتشوهات المعرفية لدى المعاقين حركياً فيمكننا تفسير ذلك بأن مشاعر الرفض وعدم التقبل وما ينتج عنها من انعزالية قد تترك لدى الفرد أثراً نفسياً ومعرفياً سيئاً فيما يخص قدراته وامكاناته وطريقة تفكيره ومعالجته للأمور، فعندما يتصور المعاق حركياً أنه مرفوض من قِبَل مجتمعه وتسيطر عليه هذه الفكرة عند معالجته لأمور حياته المختلفة فحتماً سنجده منعزلاً بعيداً عن الآخرين، لديه إحساس بالنقص والدونية، فاقداً الثقة في نفسه وفي الآخرين، وتظهر لديه التقلبات المزاجية، وتزداد لديه الحساسية الانفعالية، وهو ما يؤثر سلباً على اسلوب تفكيره ومعالجته المعرفية للمشكلات التي يتعرض لها، وقد تظهر لديه أنماط غير ملائمة من التفكير تستدعي لديه أفكاراً مشوهه كأن يجعل الآخرين دائماً سبباً في معاناته وفشله، أو يندفع في التوصل

لاستنتاجات غير منطيقة ليس لها أساس، وقد يصل الأمر إلى إحساسه الدائم بأن القادم أسوأ وأن إعاقته حتماً ستمنعه عن تحقيق ذاته وتجعل مستقبله مبهم.

نتائج الفرض الخامس: وينص على أنه "تسهم درجات وصمة الذات لدى المعاقين حركياً في التنبؤ بدرجاتهم في صعوبة التنظيم الانفعالي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء تحليل الانحدار البسيط والذي أسفر عن النتائج التالية:

جدول (١٧) تحليل التباين لمتغير وصمة الذات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمه " ف "	مستوي الدلالة
الانحدار	١٠٩٢,٩٦٠	١	١٠٩٢,٩٦٠	٨٤,٧٨١	٠,٠١
البواقي	٩٧٩,٧٥٨	٧٦	١٢,٨٩٢		
الكلي	٢٠٧٢,٧١٨	٧٧			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة النسبة الفائية للارتباط بلغت (٨٤,٧٨١) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١)، وهو ما يشير إلى إمكانية أن تتنبأ درجات المعاقين حركيا في وصمة الذات بدرجاتهم في صعوبة التنظيم الانفعالي.

جدول (١٨) تحليل الانحدار البسيط

المتغير التابع	المتغير المستقل	معامل الارتباط (r)	معامل التفسير ر (r 2)	قيمه الثابت Constant	معامل الانحدار(B)	الوزن الانحداري (Beta)	قيمة "ت" " t "	مستوي الدلالة
صعوبة التنظيم الانفعالي	وصمة الذاتية	٠,٧٢٦	٠,٥٢٧	١,٣٣٦	٠,٣٦٥	٠,٧٢٦	٩,٢٠٨	٠,٠٠٠

من الجدول السابق يتضح أن درجات وصمة الذات تسهم في تباين درجات صعوبة التنظيم الانفعالي؛ حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٧٢٦) وقد أحدثت وصمة الذات تباين قدره (٠,٥٢٧) وذلك بنسبة (٥٢,٧%) من تباين صعوبة التنظيم الانفعالي، مما يدل على أن (٥٢,٧%) من التباين في درجات صعوبة التنظيم الانفعالي يرجع إلى التباين في درجات وصمة الذات، وتكون طبيعة المعادلة الانحدارية الدالة على التنبؤ كالتالي:

المتغير التابع = قيمة الثابت + معامل الانحدار X المتغير المستقل

صعوبة التنظيم الانفعالي = ١,٣٣٦ + ٠,٣٦٥ X وصمة الذات

وهو ما يشير إلى أن الزيادة في وصمة الذات تؤدي إلى الزيادة في صعوبة التنظيم الانفعالي.

وللتعرف على أكثر أبعاد الوصمة الذاتية تنبأً بصعوبة التنظيم الانفعالي، قام الباحث بإجراء تحليل الانحدار المتعدد، باستخدام طريقة الاختيار التدريجي Stepwise وهي طريقة تقوم علي إضافة المتغيرات المستقلة إلي النموذج واحداً تلو الآخر، وتتضمن بناء نموذج كامل بكل المتغيرات المستقلة وحذف تلك المتغيرات ذات المساهمة غير المعنوية واحداً تلو الآخر، وأسفرت المعالجة الإحصائية عن النتائج التالية:

جدول (١٩) نتائج تحليل التباين لإسهام أبعاد وصمة الذات في التنبؤ بصعوبة التنظيم الانفعالي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "	مستوى الدلالة
الانحدار	١١٩٦,٣١٢	٤	٢٩٩,٠٧٨	٢٤,٩١٢	٠,٠١
البواقي	٨٧٦,٤٠٦	٧٣	١٢,٠٠٦		
الكلي	٢٠٧٢,٧١٨	٧٧			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة النسبة الفائية للارتباط بلغت (٢٤,٩١٢) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١)، وهو ما يشير إلى إمكانية أن تتنبأ درجات المعاقين حركيا في أبعاد وصمة الذات بدرجاتهم في صعوبة التنظيم الانفعالي.

جدول (٢٠) نتائج تحليل الانحدار لإسهام أبعاد وصمة الذات في التنبؤ بصعوبة التنظيم الانفعالي

الأبعاد	الارتباط البسيط (r)	الأوزان الانحدارية (Beta)	معاملات الانحدار (B)	اختبار "ت" لمعنوية معامل الانحدار "t"	ثابت الانحدار Constant	معامل الارتباط المتعدد (R)	مربع معامل الارتباط المتعدد (R2)
تحقير الذات	٠,٣٧٠	٠,٣٠٨	٠,٣٩٧	٣,٥٥٨ *	١,٢٦٥	d ٠,٧٦٠	٠,٥٧٧
الرفض الاجتماعي المدرك	٠,٥١٤	٠,٥٠٧	٠,٥٩٥	٦,٢٩١ *			
تجنب الوصمة	٠,٤٩١	٠,٢٩٨	٠,٣٢٣	٣,٥٠٧ *			
الشعور بالهزيمة النفسية	٠,٣٣٨	٠,١٦٧	٠,٢٠٢	٢,٠٨٣ **			

*** دالة عند مستوى (٠,٠١) ** دالة عند مستوى (٠,٠٥)**

يتضح من نتائج جدول (٢٠) أن معامل الارتباط المتعدد بلغ (٠,٧٦٠)، وهذه القيمة كانت أعلي قيم معامل الارتباط المتعدد في كافة النماذج، بينما بلغ معامل التحديد (٠,٥٧٧) وهذا يعني أن المتغيرات المستقلة (أبعاد وصمة الذات: تحقير الذات – الرفض الاجتماعي المدرك – تجنب الوصمة – الشعور بالهزيمة النفسية) تفسر حوالى (٥٧,٧%) من التباين الكلي لأداء أفراد عينة البحث على متغير صعوبة التنظيم الانفعالي، بينما تشير قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها إلي أن البعد الثاني (الرفض الاجتماعي المدرك) هو أفضل الأبعاد في التنبؤ بالتشوهات المعرفية، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٦,٢٩١)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية، يلي البعد الثاني في القدرة التنبؤية بصعوبة التنظيم الانفعالي؛ البعد الأول (تحقير الذات)، ويشير إلى ذلك قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٣,٥٥٨)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية، ويأتي في المرتبة الثالثة من حيث القدرة التنبؤية البعد الثالث (تجنب الوصمة)، ويشير إلى ذلك قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٣,٥٠٧)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية، وأخيراً يأتي البعد الرابع (الشعور بالهزيمة النفسية) كأقل الأبعاد من حيث القدرة التنبؤية بصعوبة التنظيم الانفعالي، ويشير إلى ذلك قيم بيتا Beta "الأوزان الانحدارية" وكذلك معنويتها، وتؤكد ذلك قيمة "ت" لدلالة معامل الانحدار، والتي بلغت (٢,٠٨٣)، وهي قيمة دالة عند مستوي دلالة (٠,٠٥) أي أن العلاقة بين المتغيرين هي علاقة حقيقية. ومن الجدول السابق يمكننا استنتاج معادلة الانحدار كالتالي:

الصيغة العامة لمعادلة الانحدار المتعدد صَ = ب١ س١ + ب٢ س٢ + ب٣ س٣ + ب٤ س٤ + أ

حيث أن (ص) هي قيمة المتغير التابع وهو (صعوبة التنظيم الانفعالي)، و(س١) هي قيمة المتغير المستقل الأول وهو (البعد الأول)، و(ب١) معامل الانحدار للمتغير المستقل الأول ويبلغ (٠,٣٩٧)، و(س٢) هي قيمة المتغير المستقل الثاني وهو (البعد الثاني)، و(ب٢) معامل الانحدار للمتغير المستقل الثاني ويبلغ (٠,٥٩٥)، و(س٣) هي قيمة المتغير المستقل الثالث وهو (البعد الثالث)، و(ب٣) معامل الانحدار للمتغير المستقل الثالث ويبلغ (٠,٣٢٣)،

و(س؛) هي قيمة المتغير المستقل الرابع وهو (البعد الرابع)، و(ب؛) معامل الانحدار للمتغير المستقل الرابع ويبلغ (٠,٢٠٢)، و(أ) هي ثابت الانحدار ويساوي (١,٢٦٥)، لتصبح المعادلة كما يلي:

درجة صعوبة التنظيم الانفعالي المتنبأ بها = ٠,٣٩٧ (الدرجة الكلية لبعد تحقير الذات) + ٠,٥٩٥ (الدرجة الكلية لبعد الرفض الاجتماعي المدرك) + ٠,٣٢٣ (الدرجة الكلية لبعد تجنب الوصمة) + ٠,٢٠٢ (الدرجة الكلية لبعد الشعور بالهزيمة النفسية) + ١,٢٦٥.

وبالنظر إلى نتيجة الفرض الخامس نجد أن المعالجة الإحصائية قد أثبتت إمكانية التنبؤ بصعوبة التنظيم الانفعالي لدى المعاقين حركياً من خلال درجاتهم على مقياس وصمة الذات (الأبعاد والدرجة الكلية)، وكان أكثر الأبعاد من حيث القدرة التنبؤية بعد "الرفض الاجتماعي المدرك"، وهذا يؤكد مرة أخرى على مدى الارتباط بين المتغيرين كما أشارت إليه نتيجة الفرض الثالث ويمكن تفسير ذلك في ضوء الآثار السلبية التي تتركها الوصمة الذاتية على شخصية المعاق حركياً، حيث إحساس المعاق حركياً بالعجز وشعوره بالدونية ومعاناته التمييز والأحكام النمطية، وتحمله عبء الرفض الاجتماعي المدرك قد يؤثر سلباً على كفاءته الانفعالية، فيصعب عليه تنظيم انفعالاته وإدارتها والتعامل معها بشكل صحيح.

وفي هذا الاتجاه يؤكد (Boyle, 2013, p.1518) أن الأفكار النمطية المسبقة تصبح معتقدات سلبية حول الذات، والتحيز يدرك كرد فعل انفعالي سلبي تجاه التوجهات الداخلية السلبية، ويمكن أن تؤدي ردود الأفعال الانفعالية والمعرفية إلى سلوك التمييز الذاتي، حيث يفشل الأفراد في أداء أعمالهم، أو متابعة حياتهم باستقلالية، أو إقامة علاقات اجتماعية ناجحة. غير أن الوصمة الذاتية قد ارتبطت بانخفاض في كل من: تقدير الذات – الفعالية الذاتية – جودة الحياة – التفاعل الاجتماعي – التكيف – الرفاهية النفسية. في حين ارتبطت الوصمة الذاتية بارتفاع في كل من: القلق – الاكتئاب – ضعف الحالة الصحية العامة.

أما كون بعد "الرفض الاجتماعي المدرك" أكثر الأبعاد من حيث القدرة التنبؤية بصعوبة التنظيم الانفعالي فيمكن تفسير ذلك في ضوء ما يتركه الاحساس بالتمييز والرفض الاجتماعي من أثار سلبية على النمو النفسي والانفعالي، بل وشخصية المعاق حركياً بشكل عام، حيث نجد المعاق حركياً مع إدراكه لرفض المجتمع له وتحيزه ضده واقعاً تحت وطأة الضغوط النفسية والتي تدفعه نحو الانعزال والابتعاد عن الآخرين وهو ما يزيد لديه مشاعر الحزن، والغضب والحساسية، ويفقده القدرة على إحداث التوازن الانفعالي المطلوب،

ويستدعي لديه ردود فعل انفعالية غير ملائمة يفقد معها الفرد المعاق حركياً القدرة على تنظيم انفعالاته والتحكم بها.

توصيات الدراسة

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، يوصي الباحث بما يلي:

- الاهتمام بتوفير التوعية المجتمعية اللازمة حول بعض الأفكار والمعتقدات السلبية عن ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة والمعاقين حركياً بصفة خاصة.
- توفير برامج وكتيبات إرشادية، وعقد ندوات تثقيفية لتوعية الأسرة بدورها في تنشئة أبنائها من ذوي الاحتياجات الخاصة تنشئة سوية تسهم فيها الأسرة من التخفيف من حدة، ووطأة بعض المتغيرات النفسية ذات التأثير السلبي على الأبناء.
- إقامة لقاءات توعوية وندوات تثقيفية داخل المؤسسات التعليمية لنشر ثقافة تقبل ذوي الاحتياجات الخاصة ودعمهم نحو الاندماج في المجتمع دون تمييز.
- إعداد برامج إرشادية تهدف لخفض التأثير السلبي لمتغيرات (وصمة الذات – صعوبة التنظيم الانفعالي – التشوهات المعرفية) لدى ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة والمعاقين حركياً بصفة خاصة وهو ما يساعد في دعم نموهم النفسي والانفعالي والاجتماعي، ويزيد من قدرتهم على التعامل بإيجابية مع الآثار السلبية التي تتركها الإعاقة على شخصيتهم، ويمدهم بالصلابة والصمود في مواجهة المشكلات الحياتية المختلفة.

البحوث المقترحة

- فاعلية برنامج إرشادي لخفض التشوهات المعرفية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.
- الوصمة الذاتية كمنبئ بجودة الحياة الأكاديمية لدى المراهقين المكفوفين.
- فاعلية برنامج تدريبي قائم على مكونات الإدارة الذاتية الفاعلة في تحسين وصمة الذات لدى المراهقين الصم.
- صعوبة التنظيم الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة المهنية لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.
- دراسة متغيرات (وصمة الذات – صعوبة التنظيم الانفعالي – التشوهات المعرفية) لدى عينات مختلفة من ذوي الاحتياجات الخاصة وفي مختلف المراحل العمرية.

المراجع

- إبراهيم؛ عبد الستار. (١٩٩٤). *العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث أساليبه وميادين تطبيقه*. القاهرة: الدار العربية للنشر والتوزيع.
- إسماعيل، زهرة العلا عثمان. (٢٠١٨). *بطارية وصمة الذات تقدير الذات لدى المراهقين المعاقين سمعياً*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- البلاح، خالد عوض. (٢٠١٨). الوصمة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية وتقبل الاقران لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم. *مجلة كلية التربية* – جامعة بنها ، ٢٩(١١٣) ، ٤٨٥-٥٣٦.
- الشافعي، نهلة فرج على. (٢٠١٨). وصمة الذات كمنبئ بالعفو عن الآخرين لدى المراهقين الصم. *مجلة التربية الخاصة جامعة الزقازيق* ، ٧(٢٥) ، ٢٩٦-٣٤٥.
- الشهري، صالح سعيد ظافر. (٢٠١٠). *الشعور بالوصمة وعلاقتها بمفهوم الذات لدى ذوي الظروف الخاصة في مدينة الرياض*. رسالة ماجستير ، كلية العلوم الاجتماعية – جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- العصار، اسلام أسامة محمود. (٢٠١٥). *التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة "دراسة مقارنة"*. رسالة ماجستير ، كلية التربية – الجامعة الإسلامية.
- القرالة، عبد الناصر موسى إسماعيل. (٢٠١٨). مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتشوه المعرفي. *مجلة دراسات العلوم التربوية* ، ٤٥(٤) ، ٢٠-٣٨.
- المدهون، عبد الكريم. (٢٠٠٤). المساندة الاجتماعية كما يدركها المعوقين حركياً بمحافظة غزة وعلاقتها بصحتهم النفسية. *مجلة الإرشاد النفسي* – مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس ، (١٨) ، ١٣٧-١٧٤.
- جابر، جابر عبد الحميد ؛ وكفافي، علاء الدين. (١٩٩٥). *معجم علم النفس والطب النفسي*. الجزء السابع ، القاهرة: دار النهضة العربية.
- رسلان، سماح أبو السعود أبو الخير. (٢٠١١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلاب كلية التربية. *مجلة القراءة والمعرفة* ، (١١٧) ، ٥٨-٩٧.

- شرينح، باسل سالم علي. (٢٠١٢). *تطوير أنموذج للتعامل مع التشوهات المعرفية للواقع الأخلاقي لدى مديري المدارس الثانوية بالأردن*. رسالة دكتوراه ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الأردنية.
- صلاح الدين، لمياء عبد الرازق. (٢٠١٥). مقياس التشوهات المعرفية للشباب الجامعي. *مجلة الإرشاد النفسي جامعة عين شمس* ، (٤١) ، ٦٥١-٦٨٢.
- عبادي، عادل سيد ؛ سفيان، نبيل صالح ؛ وأمين، عبد الناصر عبد الحليم. (٢٠١٩). تقنين مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي لـ"بجوريبيرج وآخرون" على طلبة الجامعة. *مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية* ، ٦(٢١) ، ١٧٦-١٩٩.
- عبد الباقي، مصطفى. (٢٠٠١). دراسة لأثر فاعلية برنامج لتنمية السلوك التوكيدي لدى المعاقين حركيا. *مجلة علم النفس* ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، (٥٩)، ١٤٠-١٥٤.
- عبد المعطي، حسن. (٢٠٠٥). *الإعاقة الجسمية* ، ط١ ، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- عبد الوهاب، داليا خيري ؛ والسيد، نبيل عبد الهادي أحمد. (٢٠١٧). قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي كمنبئين بالتشوهات المعرفية لدى طلاب جامعة الأزهر. *مجلة كلية التربية جامعة الأزهر* ، (١٧٦) ، ٦٩٣-٧٨١.
- عطا الله، مصطفى خليل محمود. (٢٠١٩). اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين صعوبات التنظيم الانفعالي وخداع الذات لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية جامعة أسيوط* ، ٣٥(٢) ، ١-٣٩.
- عمر، ماهر. (٢٠٠٣). *العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني . رؤية تحليلية لمدرسة ألبرت إليس الإرشادية* ، ط ١ ، الاسكندرية: مركز الدلتا للطباعة.
- غانم، ستار جبار ؛ ونوري، خديجة حيدر. (٢٠١٣). التنظيم المعرفي للانفعال: استراتيجياته وصعوباته. *مجلة العلوم التربوية والنفسية* – الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية ، (١٠٣) ، ٢٣٣-٣٥٥.
- فتحي، ناهد. (٢٠١٦). المتغيرات المعدلة للعلاقة بين الوصمة الذاتية والاجتماعية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهقين مجهولي النسب. *مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية – كلية الآداب جامعة المنوفية* ، (١٢)، ١-٩٣.
- محمد، هبه محمود. (٢٠١٨). التشويهات المعرفية الموقرة للذات وعلاقتها بكل من العدوان الاستباقي والاستجابي لدى الأحداث الجانحين وغير الجانحين من الجنسين. *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي* ، ٦(٣) ، ٢٥٧-٢٩٩.

- محمد؛ عادل عبد الله. (٢٠٠٠). *العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات*. القاهرة: دار الرشاد.
- مصطفى، محمد مصطفى عبد الرازق. (٢٠١٩). فعالية برنامج إرشادي معرفي قائم على اليقظة العقلية في خفض مشكلات التنظيم الانفعالي وتحسين صورة الجسم لدى عينة من طلاب الجامعة المكفوفين. *المجلة التربوية جامعة سوهاج* ، (٦٢) ، ٣٦٣-٤٦٤.
- مظلوم، مصطفى على رمضان. (٢٠١٧). تنظيم الانفعال وعلاقته بالأليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة سيكومترية – كلينيكية". *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس* ، (٨٢) ، ١٤٣-٢١٢.
- مندوه، محمود. (٢٠٠٥). اتجاهات المعلمين نحو المعاقين حركياً . كما يدركها التلاميذ . وعلاقتها بتقبل الذات والشعور بالوحدة النفسية. *مجلة كلية التربية*، جامعة المنصورة ، (٥٧) ، ١٧١-٢٠٠.
- نوري، خديجة حيدر. (٢٠١٣). التنظيم المعرفي للانفعال: استراتيجياته وصعوباته. *مجلة العلوم التربوية والنفسية* ، (١٠٣) ، ٢٣٣-٣٥٥.
- ياسين، حمدي محمد ؛ وإسماعيل، زهرة العلا عثمان. (٢٠١٦). وصمة الذات كمنبئ بالالكسيثيميا النفسية لدى ضعاف السمع، *مجلة دراسات عربية في علم النفس* ، ١٥(٤) ، ٦٨٧-٧١٧.

- **Abbott, B. V. (2005). *Emotion dysregulation and re-regulation: predictors of relationship intimacy and distress*. Doctoral dissertation, Texas A&M University.**
- **Barriga, A. Q., Landau, J. R., Stinson, B. L., Liau, A. K., & Gibbs, J. C. (2000). Cognitive distortions and problem behaviors in adolescents. *Criminal Justice and Behavior*. 27(1), 36-56.**
- **Batsch, N. L., & Mittelman, M. S. (2012). World Alzheimer Report. Overcoming the stigma of dementia. Alzheimer's Disease International. https://www.alz.co.uk/research/WorldAlzheimerReport2012.pdf**
- **Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of Depression*. New York: The Gilford Press.**
- **Besharat, M. A., Shahidi, V. (2014). Mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between attachment styles and alexithymia. *Europe's Journal of Psychology*, 10(2), 352–362.**
- **Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. G., Bjärehed, J., DiLillo, D., Moore, M. T., Gumpert, C.**

H. & Gratz, K. L. (2016). Development and Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: The DERS-16. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(2), 284-296. doi:10.1007/s10862-015-9514-x

- **Boyle, M. P. & Fearon, A. N. (2017). Self-stigma and its associations with stress, physical health, and health care satisfaction in adults who stutter. *Journal of Fluency Disorders*, 56, 112-121.**
- **Boyle, M. P. (2013). Assessment of Stigma Associated with Stuttering: Development and Evaluation of the Self-Stigma of Stuttering Scale (4S). *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 56(5), 1517–1529. Retrieved from http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eric&AN=EJ1013839&site=ehost-live**
- **Brohan, E., Slade, M., Clement, S. & Thornicroft, G. (2010). Experiences of mental illness stigma, prejudice and discrimination: A review of measures. *BMC Health Services Research*, 10(80), 1-12. DOI:10.1186/1472-6963-10-80.**
- **Clemmer, K. (2009). Cognitive Distortions: Define, Discover & Disprove. The Center for Eating Disorders Blog: http://eatingdisorder.org.**
- **Covino, F. (2013). *Cognitive Distortions and Gender as Predictors of Emotional Intelligence*. Doctoral dissertation, Northcentral University.**
- **D'Agostino, A., Covanti, S., Rossi Monti, M., & Starcevic, V. (2017). Reconsidering Emotion Dysregulation. *Psychiatric Quarterly*, 88(4), 807–825. https://doi.org/10.1007/s11126-017-9499-6**
- **Duman, N. (2018). A Research on Cognitive Distortion in Working Adults. *Journal of Strategic Research in Social Science*, 8 (3), 1-10.**
- **Ferrell, E. L., Watford, T. S., & Braden, A. (2019). Emotion regulation difficulties and impaired working memory interact to predict boredom emotional eating, Appetite, 144, 1-5. https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104450**
- **France, N. F., Macdonald, S. H., Conroy, R. R., Byrne, E., Mallouris, C., Hodgson, I., & Larkan, F. (2015). An unspoken world of unspoken things": a study identifying and exploring core beliefs underlying selfstigma among people living with HIV and AIDS in Ireland. *Swiss medical weekly*, 145, *w14113*.**

- **Garg, R., & Raj, R. (2019). A cross-sectional study of self-stigma and discrimination among patients with depression.** ***Open Journal of Psychiatry & Allied Sciences*****, 10(2), 124–127. https://doi.org/10.5958/2394-2061.2019.00027.2**
- **Goffman, E. (1963).** ***Stigma Notes on the Management of Spoiled Identity*****, Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.**
- **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(1), 41-54. http://dx.doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94**
- **Grohol, J. M. (2016). 15 common cognitive distortions. Psych Central. Retrieved on November 10, from https://psychcentral.com/lib/15-common-cognitive-distortions/.**
- **Harvey, L. J., Hunt, C., & White, F. A. (2019). Dialectical Behaviour Therapy for Emotion Regulation Difficulties: A Systematic Review.** ***Behaviour Change*****, 143–164. https://doi.org/10.1017/bec.2019.9**
- **Holm-Hansen, C. (2009). Stigma reduction: promoting greater understanding of mental health. Wilder research Snapshot, 1-4.**
- **Jebraeili, H., Moradi, A., & Habibi, M. (2018). Investigating the role of dimensions of UPPS-P model of impulsivity and age increasing in men's emotion dysregulation.** ***Journal of Fundamentals of Mental Health*****, 20(3), 228–235. Retrieved from http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=131501723&site=ehost-live**
- **Kato, A., Takada, M., & Hashimoto, H. (2014). Reliability and validity of the Japanese version of the self-stigma scale in patients with type 2 diabetes.** ***Health Qual Life Outcomes*****, 12(1), 179-187. doi:10.1186/s12955-014-0179-z**
- **Klimes-Dougan, B., Brand, A. E., Zahn-Waxler, C., Usher, B., Hastings, P. D., Kendziora, K., & Garside, R. B. (2007). Parental emotion socialization in adolescence: Differences in sex, age, and problem status.** ***Social Development*****, 16, 326–342. doi: 10.1111/j.1467-9507.2007.00387.x.**
- **Kuo, J. R., Fitzpatrick, S., Metcalfe, R. K., & McMain, S. (2016). A multimethod laboratory investigation of emotional reactivity**

and emotion regulation abilities in borderline personality disorder. ***Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*****, 50, 52-60. https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2015.05.002**

- Kuzucu, Y. (2016). Do anger control and social problem-solving mediate relationships between difficulties in emotion regulation and aggression in adolescents?. ***Educational Sciences: Theory & Practice*****, 16, 849-866.**

- Lester, K. J., Mathews, A., Davison, P. S., Burgess, J. L., & Yiend, J. (2011). Modifying cognitive errors promotes cognitive wellbeing: A new approach to bias modification. ***Journal of Behavior Therapy and Experimental psychiatry*****. 42(3), 298-308.**

- Link, B. G., & Phelan, J. C. (2001). Conceptualizing stigma. ***Annual Review of Sociology*****, 27, 363- 385.**

- Livingston, J. (2012). Self-stigma and quality of life among people with mental illness who receive compulsory community treatment services. ***Journal Of Community Psychology*****, 40(6), 699–714.**

- Malkoç, A., Gördesli, M. A., Arslan, R., Çekici, F., & Sünbül, Z. A. (2019). The Relationship between Interpersonal Emotion Regulation and Interpersonal Competence Controlled for Emotion Dysregulation. ***International Journal of Higher Education*****, 8(1), 69-76.**

- Maurya, A. K. & Asthana, H. (2019). Role of Cognitive Distortions in Psychological Distress among Juvenile Delinquents. ***International journal of Research in Social Sciences*****, 9(1), 552-558.**

- Mclaughlin, M., Bell, M. & Stringer, D. (2004). Stigma and acceptance of persons with disabilities understudied aspects of workforce diversity. ***Group & Organization Management*****, 29(3), 302-333.**

- Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B., & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. ***Personality and Individual Differences*****, 36(3), 499-507.**

- O'Neill, J.J. (2015). ***A Correlational Study Examining the Relationship between Attachment Styles and Emotion Regulation in Adult Inpatient Marijuana Users*****. Doctoral dissertation, Grand Canyon University. https://search.proquest.com/docview/1748049451?pqorigsite=gscholar**

- Rose, A. L., Atkey, S. K., Flett, G. L. & Goldberg, J. O. (2019). Self-stigma and domains of wellbeing in high school youth:

Associations with self-efficacy, self-esteem, and self-criticism. ***Psychology in the Schools*****, (56), 1344 – 1354. https://doi.org/10.1002/pits.22276**

- SANE Australia. (2007). ***A Life Without Stigma: A SANE Report.*** **Retrieved from: https://www.sane.org/images/PDFs/0701_info_rb4.pdf**

- Schelble, J. L., Franks, B. A., & Miller, M. D. (2010). Emotion Dysregulation and Academic Resilience in Maltreated Children. ***Child Youth Care Forum*****, 39(4), 289-303. DOI 10.1007/s10566-010-9105-7**

- Shahabi, M., Hasani, J. & Bjureberg, J. (2018). Psychometric Properties of the Brief Persian Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (The DERS-16). ***Assessment for Effective Intervention*****, DOI: 10.1177/1534508418800210**

- Silveira, P., Ferreira, G., Felicissimo, F., Nery, F., Casela, A., Monteiro, E., Ronzani, T. & Noto, A. (2012). The relationship between self-stigma and sociodemographic variables in people with substance abuse. ***Addiction Science & Clinical Practice*****, 7(Suppl 1):A43.**

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

- Stellwagen, K. K., & Kerig, P. K. (2018). Theory of Mind Deficits and Reactive Aggression in Child Psychiatric Inpatients: Indirect Effects Through Emotion Dysregulation. ***Journal of Child & Family Studies*****, 27(10), 3385–3394. https://doi.org/10.1007/s10826-018-1161-x**

- Taub, D. E., McLorg, P. A., & Fanflik, P. L. (2004). Stigma management strategies among women with physical disabilities: Contrasting approaches of downplaying or claiming a disability status. ***Deviant Behavior*****, 25(2), 169–190. DOI: 10.1080/01639620490269012**

- Thartori, V. & Nordin, M. (2019). Structural Equation Modeling and Relationships Between Mental Wellbeing, Resilience and Self-stigma. ***Research in World Economy*****, 10(2), 129-135.**

- Thompson, R. A. (2011). Emotion and Emotion Regulation: Two Sides of the Developing Coin. ***Emotion Review*****, 3(1), 53-61. https://doi.org/10.1177/1754073910380969.**

- **Torres, C. (2002).** ***Early Maladaptive Schemas and Cognitive Distortions in Psychopathy and Narcissism*****. Doctoral dissertation, the Australian National University.**
- **Usen, S. A., Eneh, G. A., & Udom, I. E. (2016). Cognitive Distortion as Predictor of In-school Adolescents' Depressive Symptoms and Academic Performance in South-South, Nigeria.** ***Journal of Education and Practice*****, 7(17), 23-28.**
- **VandenBos, G. R. (Ed.). (2007).** ***APA Dictionary of Psychology*****. Washington, DC, US: American Psychological Association.**
- **Verhaeghe, M., Bracke, P., & Bruynooghe, K. (2007). Stigmatization in Different Mental Health Services: A Comparison of Psychiatric and General Hospitals.** ***The Journal of Behavioral Health Services & Research*****, 34(2), 186-197.**
- **Watson, A. C., Corrigan, P., & Kosyluk, K. (2014). Challenging Stigma Early Intervention in Psychiatry: EI of nearly everything for better mental health. 358-372. https://doi.org/10.1002/9781118557174.ch26**
- **Werner, S., & Shulman, C. (2013). Subjective well-being among family caregivers of individuals with developmental disabilities: The role of affiliate stigma and psychosocial moderating variables.** ***Research in Developmental Disabilities, 34*****(11), 4103-4114.**
- **Wu, T., Chang, C., Chen, C., Wang, J. & Lin, C. (2015). Further Psychometric Evaluation of the Self- Stigma Scale-Short: Measurement Invariance across Mental Illness and Gender. Plos One,10(2),1-12.**
- **Yüksel, A. & Yilmaz, E. B. (2019). Cognitive distortions about relationships and anger expression styles of university students.** ***Cukurova Medical Journal*****, 44(2), 542-548.**
- **Zhang, L. f. (2008). Cognitive Distortions and Autonomy among Chinese University Students.** ***Learning and Individual Differences*****, 18(2), 279-284. http://dx.doi.org/ 10.1016/j.lindif.2008.01.002.**
- **Zhang, L., Kong, M. & Li, Z. (2017). Emotion regulation difficulties and moral judgment in different domains: The mediation of emotional valence and arousal,** ***Personality and Individual Differences*****, 109, 56-60.**