إسهام بعض أبعاد التحيز المعرفي في التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين

د/ ولاء ربيع مصطفى على
أستاذ مساعد الصحة النفسية
كلية التربية ـ جامعة بني سويف

د/ نرمين محمود عبده
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية ـ جامعة بني سويف

مستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى: التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين في ضوء ابعاد التحيز المعرفي والدرجة الكلية، كذلك الكشف عن الفروق بين المراهقين الذكور والإناث في متغيري التحيز المعرفي والقلق الاجتماعي **وتكونت عينة الدراسة من** (١٢٠) مراهق قمست إلى عدد (٥٨) من الذكور، وعدد (٦٢) من الإناث تتراوح أعمارهم (١٤-١٧) عاماً بمتوسط (15.33) وبانحراف معياري قدره **(0.8347)**، وتم **استخدام الأدوات التالية:** مقياس التحيز المعرفي، ومقياس القلق الاجتماعي من اعداد الباحثتان ويندرج البحث الحالي تحت المنهج الوصفي، وقد جاءت **نتائج الدراسة** لتؤكد على ما يلي: توجد علاقة ارتباطه موجبة بين القلق الاجتماعي والتحيز المعرفي لدى المراهقين، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين الذكور والاناث في كلاً من التحيز المعرفي، والقلق الاجتماعي، كما أظهرت النتائج انه يمكن التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين في ضوء الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية كذلك ابعاده (الأفكار اللاعقلانية- تشوه الادراك الحسي- العجز النفسي)، ولم يسهم بعد التوقعات الذاتية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية:

– التحيز المعرفي- اضطراب القلق الاجتماعي – المراهقين.

Abstract:

The aim of the present research is to: Predict the social anxiety in adolescents in the light of the dimensions of cognitive bias, as well as to detect the differences between male and female adolescents in the cognitive bias and social anxiety variables. The study sample consisted of (120) Adolescents divided into (58) males, (62) females aged (14-17) years with an average of (15.33) and standard deviation of (0.8347), the following tools were used: cognitive bias scale, and social anxiety scale prepared by the two researchers and the current research falls under the descriptive method, The results of the study confirms the following: There is a positive correlation between social anxiety and cognitive bias in adolescents, there are no statistically significant differences between male and female adolescents in both cognitive bias and social anxiety. The results also show that social anxiety in adolescents can be predicted in light of the overall degree of cognitive biases as well as its dimensions. Irrational thoughts - perceptual distortion - mental disability), and subjective expectations have not yet contributed to predicting social anxiety in adolescents.

Keywords:

- Cognitive bias - Social anxiety disorder - Adolescents.

أولاً: المقدمة

تعد مرحلة المراهقة أخطرِ المراحلِ ضمنَ أطوارِ النمو المُختلفة، نظراً لما تتَّسمُ به هذه المرحلة من تغيُّرات في مظاهرِ النُّموِّ المُختلفة، كالجسْميَّةِ والفسيولوجيَّةِ والعقليَّة والاجتماعيَّة، ونظراً لما يتمتَّعُ به هؤلاء الطَّلبة من خصوصيَّة كبيرة؛ إذ يمرُّون بفترةٍ انتقاليَّة من الطُّفولةِ إلى الرُّشد، تتضمَّنُ تغييراتٍ وصعوباتٍ تُعيقُ تفاعلَ الفردِ وتكيُّفه، وفيها يتعرَّضُ المراهق إلى مُشْكلاتٍ مُتعدِّدةٍ داخليةٍ وخارجيةٍ، منها ما يرجعُ إلى طبيعةِ المرحلةِ ذاتها، وما استحدثتهُ في نفوس الطَّلبة المُراهقينَ من تغيُّراتٍ يشعرونَ بها ولا يجدونَ منفذاً لإشباعها أو تحقيقها، أو إلى ما يلْقَوْنهُ من المُجتمع من عدمِ فهمٍ أفكارهم وتقديرٍ وتفاعلٍ إيجابي ؛ الأمر الذى يجعل الطلبة عرضة للتحيزات المعرفية السلبية (أحمد غزو، وقاسم سمور، ٢٠١٦، ٧٠).

حيث أن القلق واحد من أهم الاضطرابات النفسية التي تصيب المراهقين بل إنه يعتبر في الأغلب عرضا مشتركا مع معظم الأمراض النفسية الأخرى. وهناك نوع من القلق يسمى القلق الاجتماعي Social Anxiety Disorder ورغم أن هذا النوع متعارف عليه في الطب النفسي منذ فترة طويلة إلا أن كثرة الحديث عنه الآن تأتي في ظل اجتياح مواقع التواصل الاجتماعي على الإنترنت والهواتف الذكية وتعرض المراهقين بشكل خاص لهذا النوع من القلق حيث إنهم الأكثر استخداما لوسائل التواصل الحديثة التي فتحت مجالات أكثر للوجود في محيط اجتماعي أكبر بمراحل من المدرسة أو النادي وهو الأمر الذي يمكن أن يضاعف من حجم المشكلة.

كما يُصنَّف ضمن اضطِّرابات القلق التي وردت في الدَّليل التَّشخيصي والإحصائي الخامس (**Diagnostic and Statistical Manual of Mental**

Disorders DSM-V) الصَّادر عن الجمعيَّة الأَمريكيَّة للطِّبِّ النَّفْسي (APA, 2013).

نجد ان مرحلة المراهقة بصفة خاصة يكثر بها هذا الاضطراب نظراً لما يعاني الأفراد في هذه المرحلة من ضعف الثقة بالنفس والخوف من المستقبل والقلق والعزلة والشعور بالوحدة. والقلق الاجتماعي له آثار خطيرة ومؤثرة على الأداء الاجتماعي والأكاديمي والمهني بالنسبة لهم، مما يجعل من يعاني منه يلجأ إلى الانسحاب والهروب من المواقف الاجتماعية والعزلة عن المشاركة في الحياة الاجتماعية.

فقد ذكر طه عبدُ العظيم (٢٠٠٩، ١٥٦) أَنَّ الأَفراد ذوي القلق الاجتماعي يُظهرون استثارة فسيولوجيَّة مُرتفعة في المواقفِ الاجْتماعيَّة، إِلى جانبِ الخوفِ من التَّقييم السَّلبي من الآخرين، ونقصِ المهارات الاجْتماعيَّة، ويكونُ سلوك التجنُّب هو الاستراتيجيَّة المُلائمة لديهم في الموقف الاجتماعي المخيف، وأَنَّ السِّمة المُميِّزة للقلق الاجتماعي تتمثَّلُ في الخوف غير الواقعي من التَّقْييم السَّلبي للسُّلوك من قبل الآخرين، والتَّشوُّه الإدراكي للمواقف الاجتماعيَّة لدى الفرد المُضطَّرب اجتماعيَّاً، والذي غالباً ما يشعر أَنَّه محطُّ أَنظار الآخرين بدرجة كبيرة، ويتصوَّر أَنَّ الآخرين ليس لهم أَيُّ اهتمامٍ سوى تقييمه وانْتقاده والسُّخرية منه .

حيث أشار Simong & Vitouch (2001,68) إلى مصطلح التحيز المعرفي بأنه نمط من الانحراف في اتخاذ القرارات والأحكام، يحدث في بعض الحالات تشوها للإدراك الحسي أو إدراك حكم غير دقيق، أو تفسير غير منطقي. وتؤثر التحيزات المعرفية على طريقة تفكير وإدراك الفرد لاتخاذ القرار، حيث ينحاز الفرد لوجهه نظر معينة على وجهات نظر اخرى، وترجع هذه التحيزات إلى طريقة تخزين المعلومات في الذاكرة، حيث يتذكر الفرد الأحداث والمواقف السابقة،

وقد يكون متحيزة نظرا لطريقة معالجة المعلومات والمواقف والخبرات السابقة، هذا بدوره يؤدى إلى التفكير بطريقة منحازة واتخاذ القرارات ضعيفة وسيئة **(Centeno , Linda , 2001,59)**، وتظهر الأمراض النفسية كنتيجة للأخطاء والتشويهات الإدراكية في تفسير الأحداث، و تتأثر تأثيرا كبيرا بالانحياز المعرفي في معالجة المعلومات والذاكرة **.(Clarkin,2005,30)**

والتحيزات المعرفية ما هي الا نتاج سلبى لثلاث عمليات استدلالية هي التمثيل **Representativeness** ويقصد به نزعة الفرد إلى تخيل أن ما يراه هو ما يمكن أن يحدث، والتوافر أو الإتاحة Availability ويقصد به أن الفرد يتخيل ما سيحدث، فأنه يقوم بتذكر مواقف وأحداث سابقة، والتأسيس والتكيف **Anchoring and Adjustment**، ويقصد به قيام الفرد بتحديد نقطة انطلاق مبدئية غير مؤكدة، من ثم تعديل موقفة بناء على ذلك **((Yudkowsky, 2008,92.**

ويمكن القول بأن التحيزات المعرفية حظيت باهتمام العديد من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية في تفسير أسباب حدوثها، وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية، وكيفية قياسها، فقد أظهرت نتائج هذا الدراسات ارتباط التحيزات المعرفية باضطراب القلق الاجتماعي كما في دراسة **Reid, S., Salmon, K., & Lovibond, P. (2016)**، ودراسة **(Boukhechba ,M. et al (2018**، ودراسة **Stevens,E., Behar,E., Jendrusina,A.(2018)** ، ودراسة**Eric,Y., Louise,S.(2019).**

إن ظاهرة القلق الاجتماعي **Social Anxiety** ليست جديدة، إلا أن السنوات الأخيرة شهدت نموا متزايدًا في الدراسات المنهجية لهذه الظاهرة، ويرجع ذلك إلى ازدياد وضوحها وتزايد حدة المتطلبات الاجتماعية، بالإضافة إلى ارتباط هذه المتطلبات بمواقف تقييم الفرد وكفاءته، كما ان المراهقين يعدو من أكثر الفئات

عرضة لاضطراب القلق الاجتماعي ونظرا لارتباطه بالأفكار السلبية والتحيزات المعرفية فعلينا عمل دراسة لتحديد طبيعة العلاقة بينهم، وانطلاقا مما تقدم يحاول البحث الحالي دراسة اسهام بعض ابعاد التحيزات المعرفية في التنبؤ باضطراب القلق الاجتماعي لدى المراهقين.

ثانياً: مشكلة البحث

من المعروف أن القلق واحد من أهم الاضطرابات النفسية التي تصيب المراهقين بل إنه يعتبر في الأغلب عرضا مشتركا مع معظم الأمراض النفسية الأخرى. وهناك نوع من القلق يسمى القلق الاجتماعي **Social Anxiety Disorder** أو المخاوف الاجتماعية ورغم أن هذا النوع متعارف عليه في الطب النفسي منذ فترة طويلة إلا أن كثرة الحديث عنه الآن تأتي في ظل اجتياح مواقع التواصل الاجتماعي على الإنترنت والهواتف الذكية وتعرض المراهقين بشكل خاص لهذا النوع من القلق حيث إنهم الأكثر استخداما لوسائل التواصل الحديثة التي فتحت مجالات أكثر للوجود في محيط اجتماعي أكبر بمراحل من المدرسة أو النادي وهو الأمر الذي يمكن أن يضاعف من حجم المشكلة.

ويشير ريدر ومارجيف **(Roeder & Margraf, 1999)** ان المراهقين غالباً ما يشعرون بأنهم محط أنظار محيطهم بمستوى مبالغ فيه مما يعنونه أنفسهم لهذا المحيط، ويتصورون أن محيطهم ليس له من اهتمام آخر غير تقييمهم المستمر وبطبيعة الحال فإنهم يتصورون دائماً أن التقييم لابد وأن يكون سلبيا. أما النتيجة فهي التضخيم المبالغ فيه للعواقب الذي يتمثل من خلال التطرف في طرح المتطلبات من الذات بحيث يتحول أدني خطأ يرتكبه المعني إلى كارثة بالنسبة له تغرقه في الخجل وتعزز ميله لزيادة القلق الاجتماعي.

حيث يكتسب الطلبة في مرحلة المراهقة كما هائلا من المعلومات والمعارف من خلال المواقف والخبرات الحياتية واليومية التي يمرون بها فضلا عما تقدمه المؤسسات التعليمية المختلفة، وهذا بدوره يولد مخزون معرفي يمكنهم من التعامل مع المحيط الخارجي في البيئة، وهذه المعرفة المختزنة لا تكون خالية من السلبيات والعيوب مما يجعلهم أكثر عرضة للانحراف عن المسار الصحيح مما يؤدى إلى عدم قدرة الطلبة على أتخاذ القرارات والأحكام السليمة وبالتالي يؤدى إلى عائق فكرى يدعى بالانحياز المعرفي عند أتخاذ قرارات خاطئة مسندة إلى الظن والاحتمالية.

فقد تأثر علماء الأمراض النفسية بشكل كبير بنماذج معالجة المعلومات التي تقوم عليها الاضطرابات النفسية حيث أن التحيزات المعرفية تميز الأفراد القلقين. وبشكل أكثر تحديدًا الأفراد القلقون يميلون الى تفسير المعلومات الغامضة بأنها تهديد. لقد بحثت غالبية هذه الأبحاث إلى حد بعيد الطبيعة الترابطية لهذه التحيزات المعرفية والقلق، حيث يظهر أن مثل هذه التحيزات قد تلعب دورًا سببيًا في تطور اضطرابات القلق الاجتماعي والبقاء عليه، كما ان زيادة الاهتمام بتعديل التحيزات المعرفية يخفض القلق الاجتماعي.

كما أظهرت نتائج بعض الدراسات الاجنبية وجود علاقة بين التحيز المعرفي والقلق الاجتماعي وأن القلق الاجتماعي يزداد بشكل كبير لدى المراهقين كدراسة **Hupper, Foa, &Mathews, (2003)** التي أكدت أن الأفراد الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي لديهم صورة سلبية عن ذواتهم خلال مواقف الأداء كما أظهروا تفسيرات تحيزيه سلبية للمصادر الخارجية للمعلومات، ودراسة **Kindt et.al., (2000)** التي أوضحت أن اضطراب القلق الاجتماعي ناتج عن التحيز المعرفي، كما أشارت نتائجها أن التحيز المعرفي له دور كبير في زيادة القلق الاجتماعي، كما تساعد التحيزات المعرفية في معالجة المعلومات بشكل سلبى

مما يؤدي الى استمرار القلق الاجتماعي، وتزيد التحيزات المعرفية من تكرار الأفكار السلبية وبالتالي تؤثر سلبا في الاعراض المصاحبة لاضطراب القلق الاجتماعي.

وعليه فقد ظهرت الحاجة الى وجود دراسة عربية لدراسة المتغيرات السابقة وعليه فقد تم صياغة مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة على التساؤلات التاليه:

١. ما العلاقة بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي لدى المراهقين؟

٢. ما الفروق بين المراهقين الذكور والإناث في أبعاد التحيز المعرفي؟

٣. ما الفروق بين المراهقين الذكور والاناث في ابعاد القلق الاجتماعي؟

٤. هل يمكن التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين في ضوء ابعاد التحيز المعرفي؟

ثالثاً: أهداف البحث:

١. التعرف على العلاقة بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي لدى المراهقين

٢. إيجاد الفروق بين المراهقين الذكور والاناث في أبعاد التحيز المعرفي.

٣. إيجاد الفروق بين المراهقين الذكور والاناث في أبعاد اضطراب القلق الاجتماعي.

٤. التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين في ضوء بعض ابعاد التحيز المعرفي.

رابعاً: أهمية البحث

تتمثل أهمية البحث الحالي في:

(أ) الاهمية النظرية:

١. أهمية الموضوع الذي تتناوله، وهو التحيز المعرفي والقلق الاجتماعي لدى المراهقين، حيث لا يوجد دراسة عربية في حدود علم الباحثتين تناولت متغيرات البحث الحالية.

٢. أهمية الشريحة العمرية التي تناولتها وهى مرحلة المراهقة، فهي مرحلة لها أثر بالغ الأهمية على تكوين شخصية الفرد، وفى هذا العمر يحدث استقرار للهوية، ومن ثم يمكن دراسة متغيرات البحث بدرجة مرتفعة من الثقة في النتائج.

٣. انتشار اضطراب القلق الاجتماعي لدى المراهقين يؤدي إلى تدني التوافق الاجتماعي، ويقلل من مستوى الثقة بالنفس لديهم، مما يجعلنا بحاجة لدراسة العوامل المرتبطة بهذه الاضطرابات تمهيدا لوضع خطة تدخل في بحوث اخرى.

٤. التعرف على الفروق بين المراهقين الذكور والاناث في كلا من التحيز المعرفي، واضطراب القلق الاجتماعي.

(ب) الاهمية التطبيقية:

١. إثراء المكتبة النفسية العربية بمقياسي التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي للمراهقين يتمتع بالخصائص السيكومترية.

٢. قد يخرج هذا البحث ببعض النتائج والتوصيات والبحوث المقترحة التي تفتح آفاقًا بحثية للدارسين المهتمين بقضايا المجتمع.

٣. يعد البحث الحالي تمهيد لعمل دراسة مستقبلية لعمل برنامج ارشادي لخفض التحيزات المعرفية لدى المراهقين من ذوي اضطراب القلق الاجتماعي.

خامساً: مصطلحات البحث

١. التحيز المعرفي Cognitive Bias

يُعْرف التحيز المعرفي إجرائياً في البحث الحالي بأنه "مجموعة من الأحكام اللاعقلانية التي يتخذها الفرد والمسندة إلى الآراء والتوقعات الذاتية الشخصية ذات الطابع المعرفي المغلق والمتحيز ذاتيا وغير قابل للتغيير منتجا تشوها في الإدراك الحسي". ويقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس التحيز المعرفي إعداد الباحثتين).

٢. اضطراب القلق الاجتماعي Social Anxiety Disorder

يُعْرف القلق الاجتماعي إجرائياً في البحث الحالي بأنه تجنب المراهق المواقف التي يفترض فيها ان يتفاعل فيها مع الاخرين ويكون معرضا نتيجة ذلك الي نوع من أنواع التقييم من قبل الاخرين. ويقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس القلق الاجتماعي (إعداد الباحثتين).

سادساً: الإطار النظري والدراسات السابقة

يتناول هذ الجزء من البحث الإطار النظري وبعض البحوث والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث، واشتمل البحث الحالي على ثلاثة محاور رئيسية، حيث تناول المحور الأول (التحيز المعرفي)، والمحور الثاني (اضطراب القلق الاجتماعي)، والمحور الثالث (العلاقة بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي)، وفيما يلى تفصيل بذلك.

أ) **الإطار النظري**

١- التحيز المعرفي Cognitive Bias

١-١) مفهوم التحيز المعرفي: يعتبر التحيز المعرفي هو عملية تتألف من ثلاث عناصر (المنتج، المستهلك، وسيلة نقل التحيز) فالمنتج يقوم بإعادة تقديم وصيانة للأفكار للمتلقي، أما المستهلك فيتقبل الأفكار بغياب للعقل النقدي والتحليلي والقيام بالترويج لها أما وسيلة النقل بالقول أو الفعل ابتغاء لتوسيع نطاق مدركات التحيز(**West,c.,2003,302**)، ويعرف نصر محمد عارف (٢٠٠٣، ٣٨) التحيز المعرفي بأنه التمحور حول الذات والانغلاق فيها ورؤية الآخر من خلالها وقياسه عليها، مما يعنى نفى الآخر نفيا كاملا خارج نطاق العلم أو الوجود، ويشير **Gardenier, J. &Resnik ,D. (2012,12)** التحيز المعرفي بأنه الابتعاد عن الوضوح في جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها وعرضها والتوصل إلى النتائج الخاطئة، كما يعرف **Wilke, A. & Mata, R. (2012,246)** التحيز المعرفي بأنه خطأ منهجي في الحكم واتخاذ القرارات يكون شائعا عند جميع البشر، ويحدث بسبب حدود الإدراك المعرفي وعوامل الدافعية أو التكيف في البيئات الطبيعية، ويذكر كل من **Kahneman D. &Tversky, A. (2015,163)** أن التحيز المعرفي هو حكم في أتخاذ القرارات غير السليمة الذى يحدث في بعض الحالات مسببا تشويها للإدراك الحسى وإبداء اراء غير دقيقة وتفسيرات غير عقلانية وبعيدة عن المنطق. ويعتبر التحيز المعرفي ليس عجز معرفيا إنما يعرف بأنه انخفاض في السرعي أو الأداء أثناء أداء المهمة العقلية **et Moritz,S. al.(2015)**، ويشير **Peng,L. et al.(2017)** إلى التحيز المعرفي بأنه عملية تحيز معالجة معلومات الفرد نحو المنبهات وعادة ما يكون ذلك موضع اهتمام لدى الفرد.

بينما يرى **Yudkowsky, E. (2018,98)** التحيز المعرفي بأنه ما هو إلا نتاج سلبى لثلاث عمليات استدلالية هي التمثيل ويقصد به نزعة الفرد إلى تخيل أن ما يراه هو ما يمكن أن يحدث، والتوافر ويقصد به أن الفرد عندما يتخيل ما سيحدث فأنه يقوم بتذكر مواقف وأحداث سابقة، والتأسيس والتكيف ويقصد به قيام الفرد بتحديد نقطة انطلاق مبدئية غير مؤكده ومن ثم تعديل موقفه بناء على ذلك

ويتضح من التعريفات السابقة أن التحيز المعرفي يعتبر مفهوم لوصف الأداء العقلي الخاطئ في عملية التفكير أو التذكر والتقويم ومعالجة المعلومات وتغييرها مما ينتج عنه اثار واضحة تتمثل في اتخاذ قرارات غير سليمة وتشويه للمدركات الحسية وتفسيرات غير منطقية، كما أنه يحدث من خلال قناعة وتوقعات سابقة وأفكار راسخة في عقل الانسان يتمسك بها دون الاكتراث إلى أي معلومة جديدة أو مغايرة.

١-٢) خصائص التحيزات المعرفية

يشير **Piatelli-Palmarini,M.(2001,231)** إلى أن هناك عدة خصائص للتحيزات المعرفية هي:

- **موجه:** ويقصد بذلك أن التحيز المعرفي موجه نحو أنماط التفكير الإنساني بشكل عام وباتخاذ القرارات بشكل خاص، ويظهر تأثيره واضحا باتجاه شيء متوقع وليس عشوائي.
- **محدد:** أي يظهر في حالات معينة كأخطاء معالجة المعلومات ومشاكل الانتباه والإدراك والتذكر وأخطاء التفكير وغيرها.
- **عام:** ويقصد به أن التحيز المعرفي موجود عند مختلف فئات المجتمع وليس مقتصرا على فئة عمرية معينة.

- **التلقائية:** وتعد السمة المميزة للتحيزات المعرفية أي أنها تظهر تلقائيا دون وعى وتشمل مجموعة واسعة من أنماط التفكير الإنساني.
- **ثابت:** أي أن معرفة الشخص بتحيزه لا يجعله يتراجع بصورة مباشرة عنه.
- **غير قابل للتعميم:** فالتحيز لحالة معينة غير كافي للتعميم على حالات أخرى.

١-٣) جوانب التحيزات المعرفية عند الأفراد

يشير(Kruglanshi,A., Ajzen,I. (2000,13 إلى أن التحيزات المعرفية لدى الفرد ترتبط بجانبين رئيسين هما:

- **دافعية الشعور:** ويقصد به أن دافعية الفرد تشكل معظم التحيزات المعرفية التلقائية التي يقع فيها الأفراد، وذلك يعنى أن الفر يتحيز إلى ما يخدم احتياجاته ورغباته فهو يميل لا شعوريا إلى ما يشبع دوافعه النفسية.
- **ذات طابع معرفي موجه:** وفيه يقوم الفرد بتوجه انتباه وتركيزه على بعض أنواع المعلومات وفرضيات أخرى، والطابع المعرفي في التحيزات يشمل استخدام طرق تفكير خاطئة أو غير عقلانية في تفسير الأحداث والتنبؤ بها.

١-٤) أنواع التحيزات المعرفية

- **التحيز التأكيدي:** ويوجد هذا النوع عند الأفراد الذين يحاولون البحث عن أدله لتثبيت قراراتهم ومعتقداتهم من خلال استخدام الجانب التفاضلي لسلوكهم (فهم يميلون للأفراد الذين يتفقون من آرائهم وأفكارهم وما يفضلونهم، والابتعاد عن الأفراد المختلفين عنهم، وهم بهذا يشعرون

بالراحة مع من يتفق معهم بما يفضلون(Statman . , 2006, 6-7) .,M.& Pool, d

- **تحيز الانتباه:** وفيه ينتبه الأفراد إلى أحداث لم يكن منتبهين إليها سابقا بطريقة أكثر من قبل، ولكن تم اقناع أنفسهم بكثرة حصول هذه الأحداث كثيرا بعد الانتباه لها.
- **تحيز الإدراك المتأخر:** وفيه يخفق الفرد في التنبؤ بالمواقف السابقة قبل حدوثها ووقوعها، لذا فينتج تشويها في الذاكرة مما يؤدى إلى قرارات خاطئة مثل (عندما يقول أحدهم: لقد كنت أعرف ذلك طوال الوقت، فهو يميل إلى رؤية الأحداث الماضية وكأنها كانت متوقعة عندما حدثت) .(Wilke A. & Mata R. ,2012,532)
- **التحيز الإيجابي:** هو اعتقاد الفرد بإيجابية المواقف التي يتعرض لها أكثر من المواقف السلبية، فهو انحياز متفائل للمواقف والأحداث.
- **التحيز السلبى:** ويظهر هذا النوع من التحيز عندما نكون صورة سلبية في اذهاننا عن الأشخاص بدل الصورة الإيجابية لهم، وفيه يميل الأفراد لإعطاء سمات سلبية أكثر من السمات الإيجابية في تكوين الانطباعات عن الآخرين.
- **تحيز الاتساق:** ويقصد به أقناع أنفسنا بأن عملية اتخاذ القرار بشأن حدث ما كان صحيحا، وليس قرارا خاطئا وعدم تقديم التنازلات والاعتراف بأن القرار كان خاطئا، أي التضاد بين القرار الصائب وعدم الاعتراف بالخطأ .(Carroll, P., et al. , 2002, 40)

١-٥) النظريات المفسرة للتحيزات المعرفية

هناك العديد من النظريات التي فسرت التحيزات المعرفية مثل نظرية التوقع للعالم فكتور فروم وتتمثل فكرة هذه النظرية في أن الفرد ينحاز إلى وجهه نظر معينة أو سلوك معين تبعا للنتائج المترتبة على هذا السلوك أو المنافع والفوائد المتوقعة، وتتكون هذه النظرية من ثلاث عناصر(التوقع) وهو إيمان الفرد واعتقاده بأن جهده في سلوك ما يؤدى إلى النتيجة أي كلما بذل جهدا أكثر كلما كانت النتيجة المرجوة من خلال الثقة المفرطة والكفاءة الذاتية، (الوسيلة) وهى توقعات الفرد بأدائه الفعلي التي يحصل من خلالها على النتيجة المرجوة، (التكافؤ) وهو إعطاء الفرد أهمية وأفضلية للقيمة. ونظرية الاختيار العقلاني للعالمة جيمس كولمان التي ترى أن عند اتخاذ الفرد لمجموعة من القرارات لابد أن يقع في بعض التحيزات المعرفية نظرا لما تتأثر به عملية اتخاذ القرار بعوامل كثيرة مثل (البيئة-الخبرة الشخصية- معالجة المعلومات). ونظرية المقارنة الاجتماعية للعالمة ليون فستنجر التي ترى أن الفرد ينحاز إلى المجموعة التي تؤيد أو تتوافق مع أفكاره ومعتقداته ومفاهيمه ومن ثم عند تقييمه لمجموعتين فإنه يميل وينحاز إلى مجموعته بشكل أفضل حتى وأن كان الأمر على عكس ذلك. ونظرية فرض العلامة الجسدية للعالم أنطونيو داماسيو التي فسرت التحيزات المعرفية من خلال المنظور الفسيولوجي حيث ترى أن الأشخاص قد يميلون إلى التحيز نظرا للاستجابة للتغيرات الفسيولوجية التي تؤثر على تفكيرهم فتجعلهم ينحازون لا شعوريا إلى وجهه نظر معينة أو سلوك معين. ونظرية التحديد الذاتي للعالم أدوار ديس التي ترى أن سبب اختيار الشخص لنشاط ما دون الآخر يعتمد على الدرجة التي يدرك عندها الفرد بان هذا النشاط هو ما يشبع رغباته ودوافعه الداخلية دون أى ضغط خارجي (حلمى الفيل، ٢٠١٩، ٢٩٧).

٢- اضطراب القلق الاجتماعي Social Anxiety Disorder

٢-١) مفهوم المقلق الاجتماعي: يعتبر القلق استجابة طبيعية للمواقف المليئة بالضغوط أو التي يتواجد بها تهديد غير واضح، وهي تبدو كإشارة تقول " احذر" قد يكون هناك خطر، وهذا شيء ايجابي لأنه قد يكون دافعا لبذل المزيد من الجهد أو سببا لتعديل سلوكياتنا الخاطئة أو حتى تغييرها ولكن هذا أحيانا يعطل طاقات الانسان على الإنتاج والعمل بشكل فعال.

وإن ما ينطبق على القلق النفسي العام ينطبق على جميع أنواعه بما فيها القلق الاجتماعي فلا بأس في مستوى معين من القلق الاجتماعي، فالمجتمع بحاجة إلى أفراد يتصفون بالهدوء والتأمل والرؤية البعيدة والتقدير السديد للأمور، إلى أشخاص لا يطلقون العنان لألسنتهم قبل أفكارهم، ولا يقحمون أنفسهم في شؤون الآخرين ويحرصون على عدم جرح مشاعرهم.

ومن هنا يمكن تعريف القلق الاجتماعي، فيذكر صموئيل حبيب (١٩٩٤، ٧٥) أنه يطلق كوصف لحالة الشخص حيال مواقف تواجهه، وهو اضطراب أو نوع من المخاوف غير المبررة تظهر عند قيام الشخص بالحديث، أو عمل شيء أمام مجموعة من الناس في المناسبات، أو في قاعات الدرس، أو في المواقف التي يشعر فيها الشخص أن الكل ينظر إليه، فيخاف ويظهر عليه الارتجاف، والخفقان، وضيق التنفس، وجفاف الحلق، والتعرق، وغيرها من الأعراض، كما عرفه محمد عبد الرحمن وهانم عبد المقصود (١٩٩٨) بأنَّه "القلق الناتج عن التوقع أو الحدوث الفعلي للتقييم الشخصي في المواقف الاجتماعية المتخيلة أو الحقيقية" .

٢-٢) أنواع القلق الاجتماعي:

تشير حياة البناء وآخرون (٢٠٠٦، ٢٩٣) أن القلق الاجتماعي يصنف إلى نوعين أساسيين هما:

- **القلق الاجتماعي المعمم Generalized** وهو قلق يمتد إلى جميع جوانب التفاعلات الاجتماعية، وفيه تتسم الشخصية بالحساسية الزائدة والخوف من الرفض الاجتماعي وتقدير الذات المنخفض والانسحاب الاجتماعي والصمت وقلة الكلام.
- **القلق الاجتماعي غير المعمم Nongeneralized** وهو الذي يقتصر على موقف واحد من التفاعلات الاجتماعية، وبصفة خاصة موقف التحدث أمام الآخرين.

٢-٣) مكونات القلق الاجتماعي

يوجد أربع مكونات للقلق الاجتماعي وهي كما وضحها **(Baron R.A.,1989)**

- **المكون الانفعالي:** (الاحساس بالتوتر- الرعب عند المواقف الاجتماعية).
- **المكون المعرفي:** (تدنى تأكيد الذات- الانشغال بالشعور بالذات – الخوف من التقييم السلبي- افكار غير واقعية عن الذات).
- **المكون السلوكي:** (عدم تكيف السلوك – عدم توافر المهارات الاجتماعية).
- **المكون الفسيولوجي:** ويقصد به معاناة الشخص من مجموعة مختلفة من الأعراض الجسدية المرتبطة بالمواقف الاجتماعية المرهقة بالنسبة له (كالشعور بالغثيان والأرق والإحساس بالغصة في الحلق والارتجاف والتعرق).

٢-٤) نظريات تفسير القلق الاجتماعي:

يوجد العديد من النَّظريَّات التي تُفسِّرُ القلق الاجتماعي وحيث تعددت وجهات النظر، سوف نستعرض أَهمَّ النَّظريَّات التي فسرت القلق الاجتماعي.

- **نظريَّة التَّحليل النَّفسي:**

يرى فرويد أن القلق الاجتماعي صورة من صور النرجسية الشديدة ويؤكد المحللون النفسيون أن حدوث الرهاب الاجتماعي يكون مصاحباً لنمو الأنا الأعلى واكتماله، فالطفل يبدأ كبت ما تعرض له من صراع إلا أن هذا لا يكفي فيلجأ إلى النقل أو الإزاحة والترميز، بأن يحول موضوع الخوف الأصلي إلى خوف بديل. كما تشير نظرية التحليل النفسي إلى وجود عمليات نفسية ذاتية وصراعات داخلية وعقد تساهم في زيادة الخوف المرتبط بالمواقف الاجتماعية التي يتعرض لها الفرد، كذلك تفسر حالات الرهاب الاجتماعي أن الإنسان يسقط ضميره القاسي الشديد على الآخرين. ونظراً لشدة هذا الضمير وتعذيبه للإنسان فإن القلق الناتج عن ذلك كبير يصعب احتماله، ولذلك فإنه يسقط على الآخرين كثيراً من محتويات ضميره هو و طريقته اللاذعة في انتقاد نفسه، فهو يعتبر أن الآخرين يتهامسون عليه أو يسخرون منه أو ينتقدونه عند مقابلتهم أو الحديث أمامهم و هذا يفسر أعراض القلق الاجتماعي. (سامية أبريعم، ٢٠٠٧، ٥١- ٥٢)

- **النَّظريَّة السُّلوكيَّة:**

تفترض هذه النظرية في تفسير القلق الاجتماعي أن المهارات المطلوبة موجودة بالفعل لدى الفرد، و لكنها تُمنع من الظهور في المواقف الاجتماعية بسبب استجابة القلق الشرطي. فالقلق هو سلوك يتعلمه الفرد كأي سلوك آخر، فيتم اكتساب القلق الاجتماعي كسلوك غير سوي عندما تتوافر بذور القلق إزاء موضوع أو موقف معين، فإن الشخص يستجيب بتجنب الموقف أو الموضوع المثير للقلق. فإذا وجد الشخص أن هذا التجنب (السلوك) قد أدى إلى تخفيف المخاوف من الموقف أو الموضوع، فإن ذلك يعني أن الفرد قد حصل على إثابة و هي تقليل حدة الشعور بالقلق من هذا الموقف، وبالتالي فإن سلوك التجنب (الابتعاد عن الموقف) يدعم لدى

هذا الشخص، فيؤدي إلى مزيد من التجنب للحصول على مزيد من خفض القلق، ويدور في حلقة مغلقة لا يكاد يخرج منها (وردة بلحسيني، ٢٠١١، ٤٢- ٤٧).

- **النَّظريَّة المَعرِفيَّة:**

تستند نظرية بك و إمري (١٩٨٥) إلى مفهوم المخطط **Scheme** في تفسير القلق الاجتماعي، حيث يعد البناء المعرفي الأساسي الذي يقود عملية معالجة البيانات. ويُوضِّحُ إسماعيل علوي (٢٠٠٩، ٨٥) أنَّ عندما يقوم الانسان بعملية التقييم الذاتي للأحداث من حوله بواسطة العمليَّات الذهنيَّة التي يستطيع من خلالها إدراك العالم الدَّاخلي والخارجي، فإنَّه قد يصيبه خطأ، ينتج عنه توقعات مُشوَّهة عن نفسه أو الاخرين وهذه المعتقدات المُشوَّهة ينتج عنها الكثير من الاضطرابات النفسية والتوافقية، وسبب هذه المظاهر المشوهة هي القراءات الخاطئة وسوء فهم والسُّلوكيات الصَّادرة عن الآخرين، وينتج عنه اشتراطات وتعلّم مُشوَّه، ومن ثم يسقطها الفرد على مواقف جديدة.

بذلك فأنَّ مرضى القلق الاجتماعي يركزون بشدة على الكلمات التي تتصف بانها تهددهم اجتماعيًّاً، و تحمل تعبيرات وجه تتصف بالسلبيَّة، حيث يقع تركيزهم على جوانب الفشل ولا يهتمون بالمواقف التي يتصرفون فيها بطريقة جيدة ، لان ما يشغلهم هو توقع الفشل (بيل، ٢٠١١، ٤٧).

٢-٥) محكات تشخيص اضطراب القلق الاجتماعي:

يُحدِّدُ الدَّليلُ التَّشخيصي والإحصائي الخامس للاضطِّرابات النَّفسيَّة (**APA, 2013, 202-203**) مجموعة من المحكَّات التَّشخيصيَّة التي يجب مراعاتها عند تشخيص القلق الاجتماعي وهي:

- خوف مستمر ومُلاحَظ في موقف واحد، أو مجموعة من مواقف الأداء، أو المواقف الاجتماعية، والتي من خلالها يكون الفرد محلَّ إمعان وتدقيق للنَّظر فيه من الآخرين، خصوصًا إذا كان هؤلاء الآخرون غير مألوفين بالنِّسبة له.
- أن يكون التعريض للموقف الاجتماعي مخيفًا، ومن شأنه أن يثير القلق لدى الفرد، وقد يأخذ شكل نوبة هلع.
- أن يدرك الفرد أنَّ خوفه مفرطًا فيه وغير معقول.
- أن يتجنَّب الفرد مواقف الأداء أو المواقف الاجتماعيَّة المخيفة، مع وجود ضيق وقلق وكرب نفسي شديد ومستمر.
- أن يكون الخوف أو القلق غير متَّسق مع التَّهديد الفعلي الذي يمثله الوضع الاجتماعي الحالي، أو السياق الاجتماعي الثقافي.
- أن يكون الخوف والقلق والتجنُّب مستمر لدى الفرد لمدة ستَّة أشهر فأكثر.
- أن يتعارض التجنُّب وتوقُّع القلق والكدر في مواقف الأداء أو الموقف الاجتماعي مع الوظائف الأكاديميَّة والمهنيَّة، ومع الأنشطة الاجتماعيَّة، والعلاقة مع الآخرين، وأن يوجد كرب وضيق ملحوظ حول وجود هذا الخوف.
- يجب ألَّا يكون الخوف أو التجنُّب ناتجًا عن التأثيرات الفسيولوجيَّة المباشرة للاستخدام الطِّبي، أو الاستخدام السَّيِّئ للعقاقير أو المخدرات.
- لا يُفسَّرُ الخوف أو القلق والتجنُّب بشكل أفضل في حالة وجود أعراض لاضطِّرابات نفسيِّة أخرى مثل: اضطِّراب الهلع، واضطِّراب تشوُّه الجسم.

- في حالة وجود اضطِّراب نفِّسي آخر أو حالة طبِّيَّة عامَّة مثل: اللَّجلجة في الكلام، أو الشَّلل الرعاش، أو فقدان الشَّهيَّة العصبي، أو البدانة، فإنَّ الخوف أو الإحجام لا يكون قاصرًا على تأثيره الاجتماعي.

٣- العلاقة بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي:

أظهرت نتائج عدد من الدراسات العلاقة الارتباطية بين القلق الاجتماعي وبعمل مسح للدراسات العربية والأجنبية تبين ندرة الدراسات العربية التي تناولت المتغيرين وان معظم الدراسات المتاحة كانت اجنبية، ومن هذه الدراسات ما يلي: حيث أظهرت دراسة ناديا رتيب (٢٠٠٠) إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية من ناحية، والقلق الاجتماعي من ناحية أخرى، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجة الأفكار اللاعقلانية تبعا لمتغيرات الجنس، والتخصص، ووجود علاقة دالة إحصائيا بين درجة الأفكار اللاعقلانية ودرجة القلق الاجتماعي لدى الذكور والإناث، ووجود علاقة دالة إحصائيا بين درجة الأفكار اللاعقلانية من جهة، ودرجة القلق الاجتماعي من جهة أخرى تبعا لمتغير الكلية (العلوم الاجتماعية، والإنسانية، والعلمية)، كما تبين وجود أثر دال إحصائيا للأفكار اللاعقلانية في درجة القلق الاجتماعي.

ويؤكد Hirsh et al. (2006). في دراسته بأن الأفراد الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي لديهم صورة ذاتية سلبية عن ذواتهم خلال مواقف الأداء والتفاعل الاجتماعي كما أنهم يظهرون تفسيرات متحيزة أقل إيجابية للمصادر الخارجية من المعلومات الاجتماعية، والتفسير السلبي للمواقف الاجتماعية الغامضة هو أكثر عرضة لتكوين الصورة الذاتية السلبية.

وللتحقق من قابلية تعديل التحيز المعرفي قامت Waters et al. (2008) بدراسة فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي، وتكونت العينة من مجموعتين الأولى

تجريبية وتكونت من (١٩) طفلا وطفلة يعانون من أعراض قلق متنوعة، وأخرى ضابطة تتكون من (١٩) طفلا وطفله لا يعانون من أعراض القلق، وأظهرت نتائج الدراسة انخفاض التحيز المعرفي ارتبط بتفسير المثيرات المتعلقة بالقلق لدى العينة التجريبية لتقترب من نتائج المجموعة الضابطة، في حين لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للبرنامج في تخفيض التحيز المعرفي المرتبط بالانتباه لهذا المثير.

كما أظهرت نتائج دراسة حسن الحميدي (٢٠١٤) الى تطور الأفكار اللاعقلانية وارتفاع مستوياتها من المراهقة المبكرة إلى المراهقة المتوسطة.

من كل ما ذكر نلاحظ علاقة القلق الاجتماعي بالتقييم السلبي والأفكار اللاعقلانية، كذلك التحيزات المعرفية المتراكمة لدى المراهق.

ب) الدراسات السابقة: وانقسمت الى ثلاثة محاور

١. دراسات تناولت التحيزات المعرفية.

اجرى Everaert J., et al. (2016) دراسة حول ارتباط التحيزات المعرفية وعمليات تنظيم الانفعالات بالأعراض الرئيسية للاكتئاب لدى (١١٢) طالبا وطالبة ممكن يعانون من أعراض اكتئابيه بسيطة ومتوسطة، حيث تم استخدام قائمة بيك للأعراض الإكتئابيه، ومقياس الاستجابة الاجترارية، ومقياس تنظيم الانفعالات، وتتبع مسار العين لقياس تحيز الانتباه، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين التحيزات المعرفية وتنظيم الانفعالات والأعراض الرئيسية للاكتئاب، كما أظهرت ايضا نتائج تحليل المسار وجود علاقة مباشرة بين التحيزات المعرفية وأعراض الاكتئاب، وعلاقة غير مباشرة بينهما من خلال تنظيم الانفعالات كمتغير وسيط.

كما هدفت دراسة فراس الحموري (٢٠١٧) إلى الكشف عن التحيزات المعرفية لدى عينة مكونة من (٤٩٦) طالبا وطالبة من طلبة البكالوريوس في جامعة

اليرموك، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تعريب وتعديل مقياس داكونز للتحيزات المعرفية الذى يقيس سبعه انواع من التحيزات المعرفية، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود مستوى متوسط من التحيزات المعرفية على المقياس ككل وعلى مجالاته الفرعية، وأن التحيزات المعرفية المتعلقة بالعزو الخارجي كانت لدى الذكور أكثر من الإناث، وأن الطلبة ذوى التحصيل الأقل بشكل عام يمتلكون مستويات أعلى من التحيزات المعرفية (على المقياس ككل ومجالاته الفرعية) من الطلبة ذوى التحصيل الأعلى.

وكشفت دراسة نور محمد (٢٠١٧) إلى فاعلية العلاج بالقراءة في تحسين صورة الجسد وخفض التحيزات المعرفية لدى المراهقات، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، وتم استخدام المنهج التجريبي ذو المجموعتين (الضابطة – والتجريبية)، وتم تطبيق مقياس الرضا عن صورة الجسد، ومقياس التحيزات المعرفية، ودليل الطالب في تحسين صورة الجسد في استخدام العلاج بالقراءة (إعداد: الباحثة)، وأظهرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات أداء المجموعة التجريبية على مقياس صورة الجسد تعزى للقياس البعدي، وفاعلية البرنامج العلاجي في خفض التحيزات المعرفية لدى المراهقات.

حاولت دراسة (Timbremont, Braet, Bosmans & Vlierberghe(2018 الكشف عن وجود علاقة بين التحيزات المعرفية والاكتئاب لدى عينة من الأطفال والمراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (١٦) طفلا ومراهقا تمت معالجتهم من الاكتئاب سابقا، و(١٨) طفلا ومرهقا في مرحلة العلاج من الاكتئاب، و(٣٩) طفلا ومرهقا لا يعانون من الاكتئاب ولكن تم تشخيصهم بأنهم يعانون من الاكتئاب ولكن تم تشخيصهم بأنهم يعانون من أعراض القلق والسلوك المدمر، وتم استخدام المنهج الوصفي المقارن، وأظهرت النتائج أن أفراد

المجموعتين الأولى والثالثة استخدموا الكلمات الإيجابية لوصف حالتهم أكثر من الكلمات السلبية، بينما لم تكن هناك فروق بين الكلمات الإيجابية والسلبية التي استخدمها أفراد المجموعة الثانية (في مرحلة العلاج) في وصف حالتهم، كما لا يوجد فروق في التحيزات المعرفية المرتبطة بالاكتئاب بين المجموعات الثلاثة.

كما هدفت دراسة سلوى فائق (٢٠١٨) إلى معرفة الانحياز المعرفي ومستوى التفكير الانفعالي لدى طلبة الجامعة، وكذلك الكشف عن دلالة الفروق وفقآ لمتغير النوع(ذكور-إناث)، فضلا عن العلاقات الارتباطية بين المتغيرين، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٠) طالبا وطالبة، تم اختيارهم من أربعة كليات (كلية التربية-كلية الآداب- كلية العلوم- كلية الهندسة)، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتم تطبيق مقياس الانحياز المعرفي (إعداد/منير العاني: ٢٠١٥)، ومقياس التفكير الانفعالي (إعداد/دعاء عيدان:٢٠١٧)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن عينة الدراسة من طلبة الجامعة لا يوجد لديهم انحياز معرفي، كما لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين (الذكور-والاناث) في الانحياز المعرفي، كما أظهرت علاقة ارتباطية دالة بين الانحياز المعرفي والتفكير الانفعالي تبعا للعينة ككل.

وهدفت دراسة على صقر (٢٠١٨) إلى التعرف على الانحياز المعرفي لدى طلبة الجامعة، والكشف عن الفروق في الانحياز المعرفي لدى طلبة الجامعة تبعا بمتغيرات الجنس(ذكور- إناث)، والتخصص (علمي، أدبى)، والصف(ثاني ورابع)، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) من طلاب الجامعة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتم تطبيق مقياس الانحياز المعرفي لدى طلبة الجامعة من (إعداد/ الباحث)، وقدت توصلت الدراسة إلى أن الانحياز المعرفي لدى طلاب الجامعة غير دال إحصائيا أي أنه لا يشيع لدى طلاب الجامعة، كما لا يوجد فروق دالة إحصائيا في الانحياز المعرفي لمتغير الجنس (ذكور- إناث)، والتخصص (علمي، أدبى)، والصف (ثاني ورابع).

وحاولت دراسة منال محمود (٢٠١٨) إلى تحديد العلاقة بين الصمود الأكاديمي وكلٍّ من الامتنان والتحيز المعرفي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، كما هدفت لتحديد إسهام كل من الامتنان وأبعاد التحيز المعرفي في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى عينة الدراسة، ومعرفة أي من هذين المتغيرين يتنبأ بدرجة أكبر بالصمود الأكاديمي لدى عينة الدراسة. وقد استخدمت الدراسة الأسلوب الارتباطي التنبؤي لتعرف نمط العلاقة بين متغيرات الدراسة، والتنبؤ بينها. وتكونت عينة الدراسة من (١١٥) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، وأعدت الباحثة كلًا من مقياس الامتنان، ومقياس التحيز المعرفي، من خلال المواقف الحياتية، وتعريب مقياس Cassidy (2016) للصمود الأكاديمي من خلال مواقف الحياة. وتوصلت الدراسة إلى أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين متغير الصمود الاكاديمي والتحيز المعرفي وأبعاده (القفز إلى الاستنتاجات، وتحيز جمود المعتقدات، وتحيز الانتباه للمهددات، والتحيز للعزو الخارجي، والمشكلات المعرفية الاجتماعية، والمشكلات المعرفية الذاتية، والسلوك الآمن) اتسمت بكونها معاملات ارتباط سالبة، بينما كان معامل ارتباط بين الصمود الأكاديمي والامتنان موجبا، كما تنبأ كل من الامتنان وبعد القفز إلى الاستنتاجات، وبعد تحيز جمود المعتقدات، وبعد التحيز للعزو الخارجي بالصمود الأكاديمي، وكان الامتنان أقوى منبئ بالصمود الأكاديمي، يليه تحيز جمود المعتقدات، ثم بعد القفز إلى الاستنتاجات، وبعد التحيز للعزو الخارجي.

٢. دراسات تناولت اضطراب القلق الاجتماعي.

هدفت دراسة محمد عبدالمجيد المصري (٢٠١٤) إلى قياس العلاقة بين مظاهر السلوك الاجتماعي ومستوى القلق والاكتئاب والكفاية الذاتية المدركة من جهة وعلاقة كل منها بمتغير الجنس ومستوى التحصيل الدراسي والصف لدى طلبة مرحلة التعليم الأساسي في الأردن. وتكونت عينة الدراسة من (١٠٢٣) طالبا وطالبة من طلبة مرحلة التعليم الأساسي في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي

٢٠١٢/ ٢٠١٣ في مدينة اربد. ولتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها. تم استخدام أربعة مقاييس للكشف عن كل من مظاهر السلوك الاجتماعي والقلق والاكتئاب والكفاية الذاتية المدركة حيث تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. وقد وجد أن هناك علاقة ارتباطية بين مظاهر السلوك الاجتماعي وكل من متغيرات القلق والاكتئاب والكفاية الذاتية المدركة. كما دلت النتائج على وجود ارتباط في تأثير المتغيرات (القلق والاكتئاب، والكفاية الذاتية المدركة) في التأثير على مظاهر السلوك الاجتماعي حيث أن معامل الارتباط المتعدد بلغ (.٩٠٤) وأن قيمة الإحصائي (ف) بلغت (٣٩٢٥,٢١٠) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(٠.٠٥).

دراسة (صاحب أَسْعد ويس الشمري، ٢٠١٤) والتي هدفت الدِّراسةُ إِلى التَّعرُّف على القلق الاجْتماعي والكفاءة الاجْتماعيَّة لدى طلبة المدارس الثَّانويَّة والفروق فيها تبْعاً لمُتغيِّرات الجنس والاخْتصاص والمدينة التي يعيشُ فيها الطَّالب، حيثُ بلغت عيِّنةُ الدِّراسةِ (٤٤٠) طالباً وطالبةً تمَّ اخْتيارهم بصورةٍ عشوائيَّةٍ من (١٢) مدرسة في خمس مُحافظات، وطبَّقَ الباحث عليهم مقياس القلق الاجْتماعي لـــِ **(Leary ,1983)**ومقياس الكفاءة الاجْتماعيَّة لـــــِ **(Sarason et al, 1985),** وباسْتخدامِ مربَّع كاي ومُعامل ارْتباط بيرسون وتحليل التَّباين الأُحادي ومُعامل شيفيه. توصَّلت الدِّراسةُ إِلى أَنَّ العيِّنة لديها شُعور مُتوسِّط بالقلق الاجْتماعي مع وجود فروق ذات دلالة إِحْصائيَّة فيه تبعاً للجنس ولصالح الذُّكور.

دراسة (علي الأوسي وإيمان فاضل، ٢٠١٤) والتي هدفت الدِّراسة إِلى معرفة مُستوى القلق الاجْتماعي لدى طلبة المرحلة الإِعداديَّة والتَّعرُّف على مُسْتوى القلق الاجْتماعي لدى الذُّكور والإِناث، وكذلك إِلى معرفة مُسْتوى القلق الاجْتماعي لدى طلبة الفرع العلمي والمُقارنة بينهم وبين الفرع الأدبي. وتكوَّنت عيِّنةُ الدِّراسةِ من (٣٥٦) طالباً وطالبةً من طلبة الإِعْداديَّة في مركز مُحافظة ديالى، وقد اعتمدت

الدِّراسةُ على مقياس القلق الاجْتماعي المُعَدُّ من جمال (١٩٩٧). وأَظْهرت نتائجُ الدِّراسةِ أَنَّ القلق الاجْتماعي موجودٌ لدى الذُّكور والإناث بدرجاتٍ مُخْتلفة لصالح الذُّكور، كما بيَّنت النَّتائجُ أَنَّ القلق الاجْتماعي لدى طلبة الفرع الأدبي أكْبر من طلبة الفرع العلْمي.

بينما **استهدفت دراسة علاء عبدالعظيم** (٢٠١٦) التخفيف من حدة المشكلات المرتبطة باضطراب القلق الاجتماعي لدى عينة من الطلاب المراهقين المقيمين بالمملكة العربية السعودية من خلال التدخل المهني بطريقة خدمة الفرد باستخدام الاتجاه الانتقائي، وطبق البحث على عينة قوامها (٢٢) حالة موزعين على مجموعتان (تجريبية– ضابطة) قوام كل مجموعة (١٢) مفردة من طلاب مدرسة الأحفاد الثانوية بنين بمدينة جازان بالمملكة العربية السعودية، وتم استخدام المنهج الشبة تجريبي. ومقياس القلق الاجتماعي (إعداد: الباحث)، وأظهرت النتائج وجود فروق داله إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس القلق الاجتماعي ككل لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي، والتتبعي نتيجة برنامج التدخل المهني باستخدام الاتجاه الانتقائي في خدمة الفرد.

و**كشفت دراسة سامية ابريعم** (٢٠١٦) عن درجة الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين، ومعرفة دلالة الفروق بين الذكور والإناث في درجة الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من (٢٩٣) تلميذا من تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مدينة تبسة، حيث تم اختيارهم بطريقة العينة القصدية، وقد بلغت عينة الذكور (١١٥) تلميذا، وعينة من الإناث بلغت (١٧٨) تلميذة، وقد استخدمت الباحثة مقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد رولين وتعريب وتقنين الدسوقي(٢٠٠٤)، وتم استخدام نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) من أجل الإجابة عن تساؤلات الدراسة بتطبيق: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتحديد

مستوى الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين.، اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات لتحديد الفروق بين الذكور والإناث في مستوى الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين. وقد أسفرت الدراسة عن النتائج: ارتفاع مستوى الرهاب الاجتماعي نسبيا لدى المرهقين. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين.

كما هدفت دراسة أمل احمد على (٢٠١٧) إلى الكشف عن العلاقة بين توكيد الذات والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين المكفوفين، بالإضافة إلى استكشاف الفروق بين الذكور والإناث في كل من توكيد الذات والقلق الاجتماعي، وتكونت عينة الدراسة من (٥١) مراهقا ومراهقة من المكفوفين تراوحت أعمارهم بين (١٥ – ١٩) عام، واستخدمت أدوات منها مقياس توكيد الذات للمراهقين المكفوفين (إعداد: الباحثة)، ومقياس القلق الاجتماعي للمراهقين المكفوفين (إعداد: إيهاب عبد العزيز الببلاوي،٢٠٠٢)، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وأظهرت النتائج عن وجود ارتباط سالب دال إحصائيا بين توكيد الذات والقلق الاجتماعي، ولا توجد فروق بين الذكور والإناث في كل من توكيد الذات والقلق الاجتماعي.

هدفت دراسة Rawdon C., et al.(2019) إلى التعرف على تأثير التدريب على التعرف على المشاعر على أعراض القلق الاجتماعي لدى المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (١٥ – ١٨) عامًا. اشتملت الدراسة على جلسة فحص، حددت المشاركين الذين سجلوا نتائج أعلى من مقياس القلق الاجتماعي تم اختيارهم بصورة عشوائية تهدف إلى ملاحظة تعبيرات السعادة والقلق والضيق في تعبيرات الوجه، واستكمال تدابير التقرير الذاتي للقلق الاجتماعي، والخوف من التقييم السلبي، والاضطرابات المرتبطة بالقلق، وأعراض الاكتئاب. وتم استخدام المنهج التجريبي، وأظهرت مجموعة التدخل تغييرات ملحوظة في مستوى القلق

الاجتماعي، مقارنة مع تلك الموجودة في المجموعة الضابطة الذين لم يتلقوا التدريب.

٣.دراسات تناولت التحيزات المعرفية واضطراب القلق الاجتماعي.

هدفت دراسة Reid, S., Salmon, K., & Lovibond, P. (2016) إلى التعرف على العلاقة بين ثلاثة أنواع من التحيزات المعرفية (الانتباه- التقييم- الذاكرة) وكل من القلق والاكتئاب والعدوان لدى عينة مكونة من (١٣٣) طفلا وطفلة، وتراوحت أعمارهم ما بين (٨-١٤) عاما اختيروا من ثلاث مدارس مختلفة، وكشفت نتائج الدراسة وجود اتساق في العلاقة الارتباطية السلبية بين انواع التحيزات الثلاثة واضطرابات القلق والاكتئاب والعدوان لدى أفراد العينة، مما دفع الباحثين إلى التأكيد على أن التحيزات المعرفية تمتد من عملية توزيع مصادر الانتباه إلى عمليات أكثر تعقيدا مرتبطة بتفسير وتقييم المواقف، وان هذه العمليات تشكل الاساس الذى يستند إلى الاستراتيجيات السلبية في تفسير المثيرات والأحداث البيئية التي بدورها تقف وراء كثير من الاضطرابات النفسية كالقلق والخوف والاكتئاب والعدوان.

كما هدفت دراسة Boukhechba , M., et al.(2018) إلى معرفة ما إذا كان يمكن استخدام البيانات الفسيولوجية لتتبع التغييرات التي تحدث عند تعديل التحيزات المعرفية **CBM** القائم على الهاتف الذكي للقلق الاجتماعي. في تجربة مفتوحة مدتها ٣ أسابيع، تكونت من (٢٠) مشاركًا من ذوي القلق الاجتماعي الشديد وكانت التقارير الذاتية للمشاركين توضح معدل ضربات القلب وبيانات مقياس التسارع باستخدام هاتف ذكي وساعة ذكية قبل وبعد وأثناء تدخل **CBM**، ركزت الدراسة على العلاقة بين التسارع ومعدل ضربات القلب لتتبع التغيير بعد التدخل، وتم استخدام المنهج التجريبي، وأظهرت النتائج أدلة أولية على صلاحية استخدام البيانات الفسيولوجية لتحديد التغير في القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة.

وقامت دراسة Stevens, E, Behar,E., Jendrusina,A.(2018) باستخدام طريقة العلاج المعرفي السلوكي القائم على تعديل التحيزات المعرفية (CBM-I) كطريقة علاج واعدة لاضطرابات القلق الاجتماعي، حيث ان مدى تأثير هذه الطريقة CBM-I على القلق الاجتماعي. حيث تم التحقق من هذه الدراسة باستخدام اثنين من مكونات العلاج المدعومة تجريبيا لاضطرابات القلق، العلاج المعرفي القائم على تعديل التحيز المعرفي، والعلاج التخيلي (IE) والاسترخاء، وزيادة آثار CBM-I وزيادة مدى تعميم آثار طريقة تعديل التحيزات المعرفية CBM-I إلى النتائج السلوكية والعاطفية. وتم انتقاء عينة عشوائية تتضمن (١١١) طالبًا جامعيًا يعانون من قلق اجتماعي للخضوع لـ IE، أو الاسترخاء، أو التفكير المحايد قبل تعديل التحيزات المعرفية CBM-I، ثم قمنا بقياس التحيزات المعرفية الخاصة بهم، وكذلك وقت التحدث والقلق والتقييمات الذاتية للأداء أثناء مهمة الكلام. وتم استخدام المنهج التجريبي، وأظهرت النتائج إلى أن الأفراد الذين تلقوا طريقة العلاج التخيلي IE قبل تعديل التحيز المعرفي CBM-I كانوا أكثر تكيفًا واقل قلقاً واقل تجنب للمهام الاجتماعية خلال مهمة الكلام مقارنة بالأفراد الذين شاركوا في الاسترخاء أو التفكير المحايد. هذه النتائج تشير إلى أن الجمع بين CBM-I مع المكونات المساعدة التي تستهدف آليات السلوكية، بدلا من المعرفية، يمكن أن يسهل نقل آثار تعديل التحيزات المعرفية CBM-I إلى الحد من تجنب مواقف القلق الاجتماعي.

كما هدفت دراسة Eric,Y., Louise,S.(2019) إلى تحديد الفعالية النسبية لـ للتدخلات العلاجية المعتمدة على تعديل التحيز المعرفي باستخدام الطرق الثلاثة للتعديل المعرفي CBM-A، و CBM-I، و CBM مجتمعة للحد من أعراض القلق الاجتماعي والتخفيف من ضعف القلق استجابة لمهمة الإجهاد الاجتماعي. تم تخصيص المشاركين (N = 116) بشكل عشوائي لتلقي الثلاثة تدخلات العلاجية

القائمة على تعديل التحيزات المعرفية بالثلاث طرق مجتمعة، وتم استخدام المنهج الشبة تجريبي، وأظهرت النتائج أن **CBM-I** قلل من تحيز التفسير السلبي وأعراض القلق الاجتماعي. علاوة على ذلك قام **CBM-I** بتحسين أداء الكلام في مهمة ضغط اجتماعي. ومع ذلك فإن إجراءات **CBM-A** لا تعدل التحيزات الموضعية أو ضعف القلق. هذه النتائج تدعم فعالية هذا النوع **CBM-I** لخفض القلق الاجتماعي. ومع ذلك لم يثبت فعالية **CBM-A** في العلاج.

تعقيب عام على الدراسات السابقة

- **بالنسبة للهدف:** حيث هدفت بعض الدراسات بدراسة العلاقة الارتباطية بين التحيزات المعرفية وعلاقتها بأعراض الاكتئاب مثل دراسة **Timbremont, Braet, Bosmans & Vlierberghe(2018)**، ودراسة **Everaert et al. (2016)**، بينما هدفت بعض الدراسات بدراسة العلاقة بين التحيز المعرفي والتفكير الانفعالي مثل دراسة سلوى فائق عبد الشهابي(٢٠١٨)، وهدفت دراسة على صقر جابر(٢٠١٨)، ودراسة فراس الحموري (٢٠١٧) بالكشف عن دلالة الفروق بين التحيزات المعرفية لدى طلاب الجامعة. بينما هدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة الارتباطية بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي.
- **كما** هدفت بعض الدراسات إلى بناء برنامج لخفض القلق الاجتماعي مثل دراسة علاء عبدالعظيم سليمان (٢٠١٦)، محمد إبراهيم عيد وأخرون (٢٠١٨)، ودراسة **Eric,Y., Louise,S(2019)**.، بينما **اتفقت** بعض الدراسات مع البحث الحالي في دراسة العلاقة بين المتغيرات.

- **بالنسبة للعينة** فقد أتفق البحث الحالي مع بعض الدراسات والبحوث السابقة في التطبيق على المراهقين مثل دراسة علاء عبدالعظيم سليمان (٢٠١٦)، ودراسة سامية ابريعم (٢٠١٦)، ودراسة أمل احمد على (٢٠١٧)، ودراسة محمد إبراهيم عيد واخرون (٢٠١٨)، ودراسة **(2019) . Rawdon C, et al.**
- **بالنسبة للمنهج:** استخدمت معظم الدراسات المنهج الوصفي مثل دراسة سلوى فائق عبد الشهابي (٢٠١٨)، دراسة على صقر جابر(٢٠١٨)، دراسة محمد عبدالمجيد المصري (٢٠١٤)، و دراسة سامية ابريعم (٢٠١٦)، ودراسة أمل احمد على (٢٠١٧)، واستخدمت بعض الدراسات المنهج شيه التجريبي مثل دراسة علاء عبدالعظيم سليمان (٢٠١٦)، ودراسة محمد إبراهيم عيد واخرون (٢٠١٨).

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة في البحث الحالي:

- تحديد الإطار النظري الخاص بمتغيرات الدراسة (التحيز المعرفي- اضطراب القلق الاجتماعي) وكيفية صياغة محتوى المادة العلمية الخاصة بهما.
- تصميم وإعداد مقياس التحيز المعرفي من إعداد (الباحثتين).
- تصميم وإعداد مقياس القلق الاجتماعي من إعداد (الباحثتين).
- تفسير ومناقشة النتائج.

سابعاً: فروض الدراسة:

في ضوء الإطار النظري وما أسفرت عنه الدراسات السابقة التي استعرضتها الباحثتين، يمكن صياغة الفروض التالية كإجابات محتملة عن الأسئلة التي سبق عرضها في مشكلة البحث

١- توجد علاقة ارتباطية دالة موجبة بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي لدى المراهقين.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين الذكور والإناث فى أبعاد التحيز المعرفي والدرجة الكلية.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين الذكور والإناث في أبعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية.

٤- يمكن التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين في ضوء أبعاد التحيزات المعرفية لديهم.

ثامناً: منهج البحث وإجراءاته

ستتناول الباحثتين منهج البحث والإجراءات كالتالي:

٨-١) - **منهج البحث:** اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث وأهدافه.

٨-٢) - **عينة البحث:** قامتا الباحثتان باختيار عينة تتكون من (١٢٠) طالب وطالبة من المراهقين الملتحقين بمدرستي المستقبل وعلي مبارك الرسمية المشتركة ببني سويف رممن تتراوح أعمارهم الزمنية بين (١٤-١٧) عاماً، وذلك بهدف دراسة العلاقة بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي وكانت عينة الدراسة مقسمة على النحو التالي.

جدول (١) يوضح شرح مفصل للعينة حيث (ن =١٢٠)

المتغيرات	عينة الذكور	عينة الإناث
العدد	٥٨	٦٢
المدي العمري*	(١٤ – ١٧) عاماً	(١٤ – ١٧) عاماً

* تتراوح أعمارهم (١٤-١٧) عاماً بمتوسط (15.33) وبانحراف معياري قدره (0.8347)

٨-٣) – أدوات البحث:

تمثلت أدوات البحث في:-

١-مقياس التحيز المعرفي للمراهقين (إعداد: الباحثتين).

ظهرت الحاجة لدى الباحثتين لإعداد مقياس التحيز المعرفي، نظراً لأن غالبية المقاييس التي اهتمت بالتحيز المعرفي إما أنها أعدت في بيئة غير البيئة المصرية، أو تم تعريبها وتقنينها أو تناولت أبعاداً مختلفة عن أبعاد البحث الحالي او لفئة مختلفة عن المعاقين سمعياً المراهقين؛ ومن ثم أعدَّت الباحثتين هذا المقياس ليركز على أبعاد البحث الحالي.

أ. **الهدف من القياس:** يهدف المقياس إلى قياس التحيز المعرفي، ويتضمن أربعة أبعاد فرعية هي: (الأحكام اللاعقلانية، التوقعات الذاتية، تشويه الإدراك الحسي، العجز النفسي).

ب. **خطوات بناء المقياس:** قامتا الباحثتان بإعداد مقياس التحيز المعرفي، وقد اتبعتا الباحثتين في بناء المقياس على الخطوات التالية:

- جمع المادة العلمية الخاصة بالتحيز المعرفي.

- ثم الاطلاع على ما توفر من الكتابات المتاحة عن التحيز المعرفي، والاطلاع على العديد من المقاييس التي تم تصميمها للتحيز المعرفي حتى يمكن الاستفادة منها في إعداد المقياس ومن أهمها: مقياس **Mathews, A., & Mackintosh, B. (2000)**، ومقياس **Lu, B.,etal. (2005)**، ومقياس **Vassilopoulos, S. & Banerjee, R. (2008)**، ومقياس **Van etal.,(2013)**، ومقياس فراس الحموري (٢٠١٧).
- الاطلاع على بعض الدراسات والبحوث السابقة العربية والأجنبية التي تناولت التحيز المعرفي مثل دراسة **Everaert et al., (2016)** ، ودراسة فراس الحموري (٢٠١٧)، و دراسة **Timbremont, Braet,) Bosmans & Vlierberghe (2018**، و دراسة سلوى فائق عبد الشهابي(٢٠١٨)، ودراسة على صقر جابر(٢٠١٨)، و دراسة منال محمود محمد (٢٠١٨)، و دراسة **Eric,Y. S., Louise,S.(2019)** .
- فى ضوء ما سبق تم صياغة عبارات مقياس التحيز المعرفي في صورته الاولية مكونا من (٤٠) عبارة، حيث تم عرضه على مجموعة من المتخصصين في مجال علم النفس التربوي والصحة النفسية والتربية الخاصة لإبداء الرأي في المقياس من حيث:
  - انتماء كل عبارة للبعد الذي يتضمنه في المقياس.
  - مدى صلاحية العبارات ومناسبتها للعينة.
  - استبعاد ما يرونه غير مناسب للهدف من المقياس.
  - إضافة ما يرونه من تعديلات واقتراحات سواء بالحذف أو التعديل أو الإضافة أو إعادة الصياغة أو تحويل بعد العبارات إلى بعد آخر.

- بعد العرض على السادة المحكمين تم اختيار العبارات التي حصلت على نسبه اتفاق ٨٠% ، ومن ثم تم استبعاد (٢) عبارة، واصبح عدد العبارات (٣٨) عبارة.
- بعد حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس أصبحت الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٣٨) مفردة موزعة على اربعة أبعاد فرعية قامتا الباحثتين بمراجعة تعليمات المقياس للتأكد من دقة صياغة تلك التعليمات، وذلك قبل تطبيق المقياس.

ج.وصف المقياس

تعرف الباحثتان التحيز المعرفي إجرائياً في البحث الحالي بأنه مجموعة من الأحكام اللاعقلانية التي يتخذها الفرد والمسندة إلى الآراء والتوقعات الذاتية الشخصية ذات الطابع المعرفي المغلق والمتحيز ذاتيا وغير قابل للتغيير منتجا تشويها في الإدراك الحسي. ويقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس التحيز المعرفي.

حيث يتكون مقياس التحيز المعرفي من (٣٨) عبارة موزعة على (٤) أبعاد رئيسية كالآتي:

- **البعد الأول (الأحكام اللاعقلانية):** وهي مجموعة من الأفكار السلبية التي تخلو من المنطق السليم يتبناها الفرد كأهداف غير واقعية وتتعارض مع ما هو مألوف وسائد في المجتمع، ويحكم الفرد عن طريقها على الأحداث في أغلب الظروف. وتتضمن (١٠) عبارات
- **البعد الثاني (التوقعات الذاتية):** وهي مجموعة من الآراء والمعتقدات الشخصية ذات الطابع المعرفي المغلق والمتحيز ذاتيا وغير قابل للتغيير،

وفيه يفسر الفرد الأحداث والمواقف على هواه حتى تصب في مصلحته الشخصية ومنفعته الذاتية. وتتضمن (٩) عبارات

- **البعد الثالث (تشويه الإدراك الحسي):** وهي الاستجابة المشوهة للإدراكات السمعية والبصرية والحسية، ويؤدى إلى تفسير المواقف بصورة سلبية وخاطئة والتي تعمل على إعاقة الأحكام معتمده على الظن والاحتمالية. وتتضمن (١٠) عبارات
- **البعد الرابع (العجز النفسي): البعد الرابع (العجز النفسي):** وهو شعور الفرد بالافتقاد للدعم النفسي وعجزة عن وضع الأهداف واتخاذ القرارات وعدم إمكانيته للسيطرة على الأحداث التي تقوده للاستسلام. ويتضمن (٩) عبارات

حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتأكد من الصدق والثبات والاتساق الداخلي للعبارات للمقياس الحالي تم الاعتماد علي بعض الطرق الوصفية والإحصائية، وهي كالتالي:

١- صدق المقياس:

- **صدق المحك الخارجي:** تم حساب الصدق المحك للدرجة الكلية للمقياس بحساب معامل الإرتباط بين درجات أفراد العينة على هذا المقياس ودرجاتهم على الدرجة الكلية لاختبار التحيز المعرفي إعداد/ أمال مصطفى (٢٠١٨)، ووجد أن معامل الإرتباط (٠,٦٨٧) وهو دال إحصائياً عند (٠,٠١).

٢- ثبات المقياس:

تم حساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس ودرجات أبعاده الفرعية باستخدام الطـرق الآتية:

- **معادلة ألفا كرونباخ:** تم حساب معامل ثبات ألفا للمقياس ككل، كما بالجدول.
- **التطبيق وإعادة التطبيق:** تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التطبيـق وإعادة التطبيق كما بالجدول التالي:

جدول (٢) يوضح معاملات الثبات باستخدام الطرق المستخدمة

الابعاد	ألفا كرونباخ	التطبيق وإعادة التطبيق
الأحكام اللاعقلانية	٠,٦٧٤	٠,٨٤١
التوقعات الذاتية	٠,٦٢١	٠,٨٧١
تشويه الإدراك الحسي	٠,٧٣٧	٠,٧٩١
العجز النفسي	٠,٦٢٣٠	٠,٥٩٢١
الدرجة الكلية	٠,٧٣٠	٠,٨٢١

٣- الاتساق الداخلي:

- اتساق المفردة مع الدرجة الكلية للمقياس ككل

جدول (٣) الاتساق الداخلي للمفردة مع الدرجة الكلية للمقياس ككل

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
.١	٠,٦٤١	.٢٠	٠,٥٩
.٢	٠,٧٩٢	.٢١	٠,٦٥١
.٣	٠,٧٢١	.٢٢	٠,٦٧
.٤	٠,٥٤١	.٢٣	٠,٧٢١
.٥	٠,٦٣	.٢٤	٠,٧٢
.٦	٠,٧٢١	.٢٥	٠,٦٤١
.٧	٠,٥٨٠	.٢٦	٠,٥٨
.٨	٠,٥١	.٢٧	٠,٧٢١
.٩	٠,٥٦٢	.٢٨	٠,٧٣٠
.١٠	٠,٥٧	.٢٩	٠,٥٤١
.١١	٠,٦٦	.٣٠	٠,٥٥١
.١٢	٠,٦٧٢	.٣١	٠,٦٥٢
.١٣	٠,٥٨٥	.٣٢	٠,٥٢١
.١٤	٠,٤٩٢	.٣٣	٠,٤٤١

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
.١٥	٠,٧٣١	.٣٤	٠,٥٨٤
.١٦	٠,٦٢١	.٣٥	٠,٤٩٥
.١٧	٠,٥٤٧	.٣٦	٠,٥٨٤
.١٨	٠,٦٢٥	.٣٧	٠,٥٧١
.١٩	٠,٧١٣	.٣٨	٠,٦٥٤

يتضح من خلال القيم السابقة الاتساق الداخلي لمفردات المقياس وجميعها دال عند (٠,٠١) مما يعنى أن المقياس يتمتع بالتماسك الداخلي.

طريقة تطبيق المقياس وتصحيحه

يقوم الطالب بالإجابة على عبارات المقياس عن طريق اختيار إحدى الاجابات الآتية (تنطبق دائما – تنطبق احيانا – لا تنطبق ابدا)، وكل اجابة من الإجابات تقابل إحدى الدرجات التالية (٣– ٢ – ١) على الترتيب، وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس ككل (١١٤)، والدرجة الصغرى (٣٨)، وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من التحيز المعرفي، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض التحيز المعرفي.

٢. **مقياس اضطراب القلق الاجتماعي للمراهقين (إعداد/ الباحثتين)**

ظهرت الحاجة لدى الباحثتين لإعداد مقياس اضطراب القلق الاجتماعي، نظراً لأن غالبية المقاييس التي اهتمت بالقلق الاجتماعي إما أنها أعدت في بيئة غير البيئة المصرية، أو تناولت أبعاداً مختلفة عن أبعاد البحث الحالي او لفئة مختلفة عن المراهقين؛ ومن ثم أعدَّت الباحثتين هذا المقياس ليركز على أبعاد البحث الحالي.

أ) **الهدف من المقياس:** يهدف المقياس إلى قياس القلق الاجتماعي للعاديين والمراهقين ذوي الإعاقة السمعية، ويتضمن ثلاثة أبعاد فرعية هي: (البعد السلوكي، البعد المعرفي، البعد الفسيولوجي "الاعراض السيكوسوماتية").

ب) **خطوات بناء المقياس:** قامتا الباحثتين بإعداد مقياس القلق الاجتماعي، من خلال تحديد أبعاد القلق الاجتماعي كما يتضمنها المقياس الحالي بناءً على:

- المفاهيم الأساسية للقلق الاجتماعي، والدراسات السابقة المتصلة بها مثل: دراسة محمد عبدالمجيد المصري (٢٠١٤)، ودراسة علاء عبدالعظيم سليمان (٢٠١٦)، ودراسة سامية ابريعم (٢٠١٦)، ودراسة أمل احمد على (٢٠١٧)، ودراسة محمد إبراهيم عيد واخرون (٢٠١٨)، ودراسة **Rawdon C, et al. (2019)** .
- بعض المقاييس التي تناولت القلق الاجتماعي، ومن أهم المقاييس هي: مقياس القلق الاجتماعي للمراهقين (إعداد/ اماني عبدالمقصود ٢٠٠٨)، – مقياس القلق الاجتماعي للرياضيين (إعداد/ ايمن بكر٢٠١٦)، – مقياس القلق الاجتماعي (إعداد/ إيهاب الببلاوي، ٢٠٠٢)، – مقياس القلق الاجتماعي للمراهقين المعاقين بصرياً (اعداد/ زينب سيد عثمان،٢٠١٤)، – مقياس القلق الاجتماعي (إعداد/ سامر رضوان، ٢٠٠٨)، **Reaction s to social Situations (RSS)** الذي وضعه ساراسون.

– تم عرض القائمة على عشرة من أعضاء هيئة التدريس في مجاليّ الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة، وطلب من سيادتهم تحديد الأبعاد المناسبة لعينة البحث الحالي، وإبداء أي ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم.

- وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين (عشرة محكمين) قامتا الباحثتين بحذف بعض الأبعاد التي لم تصل نسبة الاتفاق فيها على ٨٠٪ من إجمالي عدد المحكمين، وفي ضوء ذلك قامت الباحثتين بإعداد الصورة الأولية للمقياس، والتي اشتملت على ثلاثة للقلق الاجتماعي وهي: (البعد السلوكي، البعد المعرفي، الاعراض الفسيولوجية).
- بعد صياغة مفردات المقياس وتحديد ابعاده تم عرض الصورة الأولية للمقياس على عشرة من أعضاء هيئة التدريس في مجاليّ الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة، وقد اشتملت على التعريف الإجرائي للقلق الاجتماعي، وتعريف كل بُعد من أبعاد المقياس، وطلب من سيادتهم الحُكم على المقياس في ضوء ما يلي:
  - تحديد المفردات الغامضة، والتي لا توضح السلوك المراد قياسه.
  - انتماء البند للبُعد الذي ينتمي إليه في ضوء تعريف البُعد الإجرائي.
  - الصياغة الملائمة لكل بند من بنود المقياس.
  - إبداء أي ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم.
- بعد حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس أصبحت الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٣٠) مفردة موزعة على ثلاثة أبعاد فرعية قامتا الباحثتين بمراجعة تعليمات المقياس للتأكد من دقة صياغة تلك التعليمات، وذلك قبل تطبيق المقياس.

ج.وصف المقياس

تعرف الباحثتين القلق الاجتماعي اجرائياً على أنه تجنب المراهق المواقف التي يفترض فيها ان يتفاعل فيها مع الاخرين ويكون معرضا نتيجة ذلك الي نوع من أنواع التقييم من قبل الاخرين.

ويتكون مقياس اضطراب القلق الاجتماعي من (٣٠) عبارة موزعة على (٣) أبعاد رئيسية كالآتي:

- **البعد السلوكي:** وهو سلوك تجنب المواقف اجتماعية المختلفة، كعدم تلبية الدعوات الاجتماعية والتقليل من الاتصالات الاجتماعية. ويتضمن (١٠) عبارات.
- **البعد المعرفي:** ويتمثل في افكار تقييميه للذات، وتوقع نتائج سيئة والانشغال بالمواقف الاجتماعية الصعبة والمثيرة للقلق والقلق الدائم من ارتكاب الأخطاء. ويتضمن (١٠) عبارات.
- **البعد الفسيولوجي:** ويتضح من معاناة الشخص من مجموعة مختلفة من الاعراض الجسدية المرتبطة بالمواقف الاجتماعية كالشعور بالغثيان والارتجاف والتعرق. ويتضمن (١٠) عبارات.

د. طريقة تطبيق المقياس وتصحيحه

قامت الباحثتين بوضع ثلاثة اختيارات أمام كل مفردة للأبعاد الثلاثة للمقياس تتمثل في الاختيارات (دائماً– أحياناً– نادراً)، ويقوم الطالب بوضع علامة (√) أمام العبارة في الخانة التي تعبر بدقة عن سلوكه واستجاباته، وتأخذ المفردة السالبة الدرجات (٣–٢–١) على الترتيب، بينما تأخذ المفردة الموجبة الدرجات (١–٢–٣) على الترتيب، وبذلك تصبح الدرجة الصغرى للمقياس ككل (٣٠) درجة والدرجة العظمى (٩٠) درجة، وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من القلق الاجتماعي، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض القلق الاجتماعي.

هـ. الكفاءة السيكومترية للمقياس:

للتأكد من كفاءة وصلاحية المقياس لقياس كفاءة الذات المدركة، قامت الباحثة بتطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (٥٠) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية ببني سويف ممن تتراوح أعمارهم الزمنية (١٤ – ١٧) عاماً، ثم حساب صدق المقياس وثباته واتساقه الداخلى من خلال درجات تلك العينة على عبارات المقياس، وذلك كما يلي:

– صدق المقياس: Validity of the Scale:

للتأكد من صدق المقياس الحالي قامتا الباحثتين بالإعتماد على **صدق المحك الخارجي:** تم حساب الصدق المحك للدرجة الكلية للمقياس بحساب معامل الإرتباط بين درجات أفراد العينة على هذا المقياس ودرجاتهم على الدرجة الكلية لاختبار القلق الاجتماعي إعداد/ اماني عبد المقصود (٢٠٠٨)، ووجد أن معامل الإرتباط (٠,٧٧) وهو دال إحصائياً عند (٠,٠١).

٢ – ثبات المقياس:

تم حساب ثبات الدرجة الكلية للمقياس ودرجات مقاييسه الفرعية ومفرداته باستخدام الطرق الآتية:

- **معادلة ألفا كرونباخ:** تم حساب معامل ثبات ألفا للمقياس ككل، كما بالجدول.
- **التطبيق وإعادة التطبيق:** تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق كما بالجدول التالي:

جدول (٤) يوضح معاملات الثبات لمقياس القلق الاجتماعي

الابعاد	ألفا كرونباخ	التطبيق وإعادة التطبيق
البعد السلوكي	٠,٧٠٤	٠,٦٤٧
البعد المعرفي	٠,٥٨٢	٠,٨٤
البعد الفسيولوجي	٠,٦٥٤٢	٠,٧٦
الدرجة الكلية	٠,٧٤٢	٠,٨١

٣- الاتساق الداخلي:

- اتساق المفردة مع الدرجة الكلية للمقياس ككل

جدول (٥) الاتساق الداخلي للمفردة مع الدرجة الكلية للمقياس ككل

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
.٢٠	٠,٧٤١	.١٦	٠,٧٩
.٢١	٠,٥٩٢	.١٧	٠,٧١
.٢٢	٠,٧٤٠	.١٨	٠,٦١
.٢٣	٠,٥٩	.١٩	٠,٦٨
.٢٤	٠,٧٧٣	٢٠	٠,٧٧٢
.٢٥	٠,٧٨١	.٢١	٠,٦٩٢
.٢٦	٠,٦٢٠	.٢٢	٠,٥٩٤
.٢٧	٠,٤٨٢	.٢٣	٠,٨٢١
.٢٨	٠,٨١٥	.٢٤	٠,٧٤١

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
.٢٩	٠,٥٩٤	.٢٥	٠,٧٢٥
.٣٠	٠,٦٩٢	.٢٦	٠,٦٥٢
.٣١	٠,٦٨٣	.٢٧	٠,٧٤١
.٣٢	٠,٥٧٢	.٢٨	٠,٦٢٨
.٣٣	٠,٧٨٥	.٢٩	٠,٧٤١
.٣٤	٠,٧٤٢	.٣٠	٠,٥٦٧

يتضح من خلال القيم السابقة الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس وجميعها دال عند (٠,٠١) مما يعنى أن المقياس يتمتع بالتماسك الداخلي.

وعلى ذلك نكون قد تأكدنا من صدق وثبات واتساق الاختبار بعدة طرق مما يجعل استخدامها مناسباً للمراهقين عينة الدراسة.

٨-٤) - الأساليب الإحصائية المستخدمة:

قامتا الباحثتين بمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية بالاعتماد على البرنامج الإحصائي **SPSS**، وهي:

- الإحصاء الوصفي، ويتمثل في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الارتباط.
- معامل الفا كرونباخ
- اختبار (ت) **T. Test** للكشف عن دلالة الفروق بين عينتين مستقلتين.
- تحليل الانحدار متعدد الخطوات لتحديد المتغيرات المسهمة في التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين

تاسعاً: عرض النتائج ومناقشتها:

-اختبار صحة الفرض الأول:

ينص الفرض على أنه: " توجد علاقة ارتباطية بين التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي لدى المراهقين"

لاختبار صحة هذا الفرض قامتا الباحثتين بحساب العلاقة الارتباطية بين درجات المراهقين في ابعاد التحيز المعرفي والقلق الاجتماعي. وقد تم استخدام معادلة الارتباط لبيرسون للتحقق من هذا الفرض تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون. والجدول التالي يوضح معاملات الارتباط.

جدول (٦) يوضح معاملات الارتباط بين ابعاد التحيز المعرفي الدرجة الكلية وابعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية

	التحيز المعرفي للمراهقين					
القلق الاجتماعي		الأفكار اللاعقلانية	التوقعات الذاتية	تشوه الادراك الحسي	العجز النفسي	الدرجة الكلية
	السلوكي	0.915**	0.895**	0.759**	0.913**	0.969**
	المعرفي	0.671**	0.771**	0.931**	0.813**	0.877**
	الفسيولوجي	0.914**	0.820**	0.813**	0.730**	0.863**
	الدرجة الكلية	0.956**	0.796**	0.805**	0.867**	0.896**

دالة عند * تعني دالة عند ٠,٠٥، ** تعني دالة عند مستوى ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق ما يلي: وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية موجبة عند مستوى دلالة ٠,٠١ بين كلا من التحيز المعرفي واضطراب القلق الاجتماعي على

مستوى الدرجة الكلية لكلا المتغيرين. وكانت العلاقة دالة بين جميع ابعاد التحيز المعرفي وابعاد القلق الاجتماعي

مناقشة نتائج الفرض الأول:

لقد أوضحت النتائج أن هناك علاقة دالة بين جميع ابعاد التحيز المعرفي وابعاد القلق الاجتماعي، أي أن هناك علاقة موجبة بين المتغيرين فكلما زاد التحيز المعرفي لدى المراهق كلما زاد اضطراب القلق الاجتماعي لديه وقد أوضح نتائج الفرض العلاقة الموجبة بين التحيزات المعرفية واضطراب القلق الاجتماعي وبالنظر للتراث النظري والدراسات السابقة يتضح ان هذه النتيجة اتفقت مع **Hupper, Foa, &Mathews, (2003)** التي أكدت أن الأفراد الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي لديهم صورة سلبية عن ذواتهم خلال مواقف الأداء كما أظهروا تفسيرات تحيزيه سلبية للمصادر الخارجية للمعلومات، ودراسة **Kindt et.al., (2000)** التي أوضحت أن اضطراب القلق الاجتماعي يرتبط بالتحيز المعرفي، كما أشارت نتائجها أن التحيز المعرفي له دور كبير في زيادة القلق الاجتماعي.

وقد أوضح التراث النظري والدراسات السابقة وجود التحيزات المعرفية لدى المراهقين ولكنها ترتبط أكثر بالاضطرابات النفسية كالقلق الاجتماعي، كما تتمثل التحيزات المعرفية في معالجة المعلومات بشكل سلبي وتلعب دورا بارزا في استمرار القلق الاجتماعي، وتزيد التحيزات المعرفية من تكرار الأفكار السلبية وبالتالي تؤثر سلبا في الاعراض المصاحبة لاضطراب القلق الاجتماعي.

كما اختلفت نتائج الفرض الأول مع نتائج الفرض مثل دراسة **Reid, S., Salmon, K., & Lovibond, P. (2016)** التي أظهرت نتائجها أن هناك علاقة سلبية بين ثلاث أنواع من التحيزات وبين القلق الاجتماعي، ودراسة

Boukhechba,M.& et al 2018، ودراسة Stevens,E, Behar,E., A.(2018) Jendrusina, التي أشارت إلى أن استخدام طريقة تعديل التحيز المعرفي للطلبة المراهقين تساعد في خفض أعراض اضطراب القلق الاجتماعي.

اختبار صحة الفرض الثاني:

ينص على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين الذكور والإناث في أبعاد التحيزات المعرفية ". وللتحقق من هذا الفرض قامتا الباحثتان بحساب دلالة الفروق باستخدام اختبار (ت).

جدول (٧) نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المراهقين الذكور والإناث في أبعاد التحيز المعرفي والدرجة الكلية

	الأبعاد	المجموعة	ن	م	ع	قيمة(ت)	مستوى الدلالة
التحيز المعرفي	الأحكام اللاعقلانية	ذكور	٥٨	17.2308	5.00045	.627٠-	غير دالة
		إناث	٦٢	18.0588	4.14254		
	التوقعات الذاتية	ذكور	٥٨	19.2308	5.00045	.724٠-	غير دالة
		اناث	٦٢	20.0588	4.14254		
	تشويه الإدراك الحسي	ذكور	٥٨	18.3846	3.90652	-1.113	غير دالة
		إناث	٦٢	19.4412	3.94886		
	العجز النفسي	ذكور	٥٨	17.2500	4.41865	.660٠-	غير دالة
		اناث	٦٢	18.0588	3.96207		
	الدرجة الكلية	ذكور	٥٨	72.0962	16.96393	.785٠-	غير دالة
		اناث	٦٢	75.6176	15.78118		

أشارت نتائج الجدول السابق إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من المراهقين الذكور والإناث على ابعاد مقياس التحيز المعرفي وكذلك الدرجة الكلية حيث كانت قيمة **(T. Test)** غير دالة في مقياس التحيز المعرفي السلبي، وبذلك يتم قبول الفرض الصفري.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة سلوى فائق (٢٠١٨)، دراسة على صقر (٢٠١٨) والتي اكدت على عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في مستوى التحيزات المعرفية. بينما أظهرت دراسة فراس الحموري (٢٠١٧) وجود فروق في التحيزات المعرفية المرتبطة بالعزو الخارجي لصالح الذكور. وهذا يدل على أن الأفكار والآراء والمعتقدات الشخصية السلبية لدى المراهق وتفسيره للمواقف بصورة خاطئة وعجزه عن وضع الأهداف واتخاذ القرار لا يرتبط بكون المراهق ذكر أو أنثي بل أنها ترتبط بعوامل أخرى وهذا ما أشارت إليه بعض النظريات المفسرة للتحيزات المعرفية. حيث يعتبر التحيزات المعرفية ما هي الا نتاج سلبى لثلاث عمليات استدلالية هي التمثيل**Representativeness** ويقصد به نزعة الفرد إلى تخيل أن ما يراه هو ما يمكن أن يحدث، والتوافر أو الإتاحة Availability ويقصد به أن الفرد يتخيل ما سيحدث، فأنه يقوم بتذكر مواقف وأحداث سابقة، والتأسيس والتكيف **Anchoring and Adjustment**، ويقصد به قيام الفرد بتحديد نقطة انطلاق مبدئية غير مؤكدة، من ثم تعديل موقفة بناء على ذلك **(Yudkowsky, 2008,92)**.

وقد أوضحت نظرية الاختيار العقلاني للعالمة جيمس كولمان أن عند اتخاذ الفرد لمجموعة من القرارات لابد أن يقع في بعض التحيزات المعرفية نظرا لما تتأثر به عملية اتخاذ القرار بعوامل كثيرة مثل (البيئة-الخبرة الشخصية-معالجة المعلومات)، وبالتالي نجد ان هذه التحيزات تنتج من خلال الخبرة البيئية التي يتربى فيها الفرد، أساليب التنشئة الأسرية، عامل الذكاء الشخصي وقدرة الفرد على

انتقاء معلومات دون غيرها وبذلك فأن عنصر النوع لا يفرق فيها وانما الفارق هي خبرة الفرد وقدرته على معالجة المعلومات ومقدار ما تعرض لـه مـن معـارف وأساليب تنشئة سوية وغير وسوية.

- اختبار صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين الـذكور والاناث في أبعاد القلق الاجتماعي." ولاختبار صحة هذا الفرض قامتـا البـاحثتين بحساب متوسطي درجات المراهقين الذكور والاناث فـي أبعـاد مقيـاس القلـق الاجتماعي والدرجة الكلية. وقد تم استخدام اختبار "ت" للعينـات غيـر المرتبطـة للتحقق من وجود فرق بين المجموعتين، ويتضح ذلك في الجدول (٨) التالي:

جدول (٨) نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المراهقين الذكور والاناث في أبعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية

الأبعاد		المجموعة	ن	م	ع	قيمة(ت)	مستوى الدلالة
القلق الاجتماعي	السلوكي	ذكور	58	20.4310	4.79807	-0.45	غير دالة
		إناث	62	20.4677	4.20272		
	المعرفي	ذكور	58	17.5690	3.75155	-1.116	غير دالة
		اناث	62	18.3710	4.11807		
	الفسيولوجي	ذكور	58	17.4483	4.25574	-0.660	غير دالة
		إناث	62	17.9516	4.10289		
	الدرجة الكلية	ذكور	58	55.4483	11.75655	-0.618	غير دالة
		اناث	62	56.7903	12.02475		

أشارت نتائج الجدول السابق إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحـصائية بـين ابعاد متوسطات درجات كل المراهقين الذكور والاناث حيـث كانـت قيمـة (T. Test)غير دالة احصائياً على الثلاثة ابعاد، ويبين عرض المتوسطات ان الفـروق

بسيطة جداً مما يعني عدم دلالتها الاحصائية، كما انه ايضاً غير دال على الدرجة الكلية حيث لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والاناث وبالنظر الى المتوسطات نجد ان الفروق بسيطة جداً وليس لها دلالة في مستوى القلق الاجتماعي، وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة مع دراستي دراسة سامية ابريعم (٢٠١٦)، وأمل محمد(٢٠١٧)والتي أظهرت عدم وجود فروق في مستوى القلق الاجتماعي بين الذكور والاناث.

واختلفت مع دراسة صاحب أسعد، ويس الشمري. (٢٠١٤)، علي الأوسي، إيمان فاضل (٢٠١٤) والتي أظهرت وجود فروق في مستوى القلق الاجتماعي لصالح الذكور.

وقد ترجع الباحثتان ذلك إلى ان القلق الاجتماعي كحالة قد تأتي نتيجة تحيزات سلبية وأساليب تربية خاطئة تعزز مثل هذه التحيزات، ولا تختلف من ذكر لأنثى وانما تختلف باختلاف سمات الشخصية والخبرات السيئة التي قد يمر بها الفرد وأساليب التنشئة الأسرية وبذلك فلا فرق بين ذكر او انثى فالاثنين معرضين لنفس الاضطراب إذا توفرت نفس الأسباب.

- نتائج الفرض الرابع:

وينص على "**يمكن التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين في ضوء أبعاد التحيزات المعرفية لديهم**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثتين باستخدام تحليل الانحدار المتعدد للمتغيرات المستقلة مع الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي لتوضيح أي الابعاد قد أسهمت في معادلة التنبؤ، وفيما يلي بيان ذلك كما يوضحه جدول (٩).

جدول (٩) يبين تحليل الانحدار المتعدد لأبعاد التحيز المعرفي والدرجة الكلية مع الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي كمتغير تابع

ترتيب الخطوات	المتغيرات المستقلة حسب تأثيرها	معامل الارتباط (R)	نسبة المشاركة (R2)	معامل الانحدار (B)	النسبة التائية (T)	مستوى الدلالة
١	الدرجة الكلية للتحيز المعرفي	0.98	0.969	0.504	44.934	0.01
٢	الأفكار اللاعقلانية	0.921	0.951	0.532	22.184	0.01
٣	تشوه الادراك الحسي	0.91	0.93	0.472	13.939	0.01
٤	العجز النفسي	0.89	0.90	0.442	12.145	0.01

ويتضح من الجدول السابق أن المتغيرات الآتية قد ساهمت في التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين من الجنسين وهى على الترتيب تصاعديا: الدرجة الكلية للتحيز المعرفي، كما بلغت قيمة ت ٤٤,٩٣٤ وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى٠,٠١، ثم بعد البعد الأول للتحيز المعرفي ويمثل الأفكار اللاعقلانية حيث بلغت قيمة ت = ٢٢,١٨٤ وهى قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١، ثم بعد تشوه الإدراك الحسي حيث بلغت قيمة ت = ١٣,٩٣٩ وهى قيمة دالة عند مستوى 0.01، واخيراً بعد العجز النفسي حيث بلغت قيمة ت= ١٢,١٤٥ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١ أما بالنسبة لبعد التوقعات الذاتيه فقد تم طرحه من المعادلة نظرا لضعف تأثيره، وبالحصول على ثابت الانحدار Constant of Regression يمكن صياغة المعادلة العامة للتنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين كما يلي:

القلق الاجتماعي = ثابت الانحدار + التحيز المعرفي× معامل انحداره + الأفكار اللاعقلانية × معامل انحداره + تشوه الادراك الحسي × معامل انحداره + العجز النفسي × معامل انحداره.

القلق الاجتماعي = 56.142 + 0.504 الدرجة الكلية للتحيز المعرفي + 0.532 الأفكار اللاعقلانية +0.472 تشوه الادراك الحسي + 0.44 العجز النفسي.

ويتبين من عرض نتائج تحليل الانحدار المتعدد، وجدول (١٣) أن المتغيرات الآتية على الترتيب تصاعديا (الدرجة الكلية للتحيز المعرفي – الأفكار اللاعقلانية – تشوه الادراك الحسي– العجز النفسي) قد ساهمت فى التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين.

مناقشة نتائج الفرض:

تظهر النتائج ارتباط ابعاد التحيزات المعرفية بالدرجة الكلية للقلق الاجتماعي وبالتالي فقد أسهمت ثلاثة ابعاد من الأربعة وكذلك الدرجة الكلية للتحيز المعرفي في التنبؤ بالقلق الاجتماعي مما يوضح الارتباط الوثيق بينها، وقد أوضح التراث النظري والدراسات السابقة وجود التحيزات المعرفية لدى المراهقين وانها ترتبط أكثر بالاضطرابات النفسية كالقلق الاجتماعي، كما تتمثل التحيزات المعرفية في معالجة المعلومات بشكل سلبى وتلعب دورا بارزا في استمرار القلق الاجتماعي، وتزيد التحيزات المعرفية من تكرار الأفكار السلبية وبالتالي تؤثر سلبا في الاعراض المصاحبة لاضطراب القلق الاجتماعي وقد تتفق هذه النتيجة على ما توصلت اليه دراسة ناديا رتيب (٢٠٠٠) وجود أثر دال إحصائيا للأفكار اللاعقلانية في درجة القلق الاجتماعي.

كما وضح Hirsh & et al (2006). في دراسته بأن الأفراد الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي لديهم صورة ذاتية سلبية عن ذواتهم خلال مواقف الأداء والتفاعل الاجتماعي كما أنهم يظهرون تفسيرات متحيزة أقل إيجابية للمصادر الخارجية من المعلومات الاجتماعية، والتفسير السلبي للمواقف الاجتماعية الغامضة هو أكثر عرضة لتكوين الصورة الذاتية السلبية.

كما أظهرت نتائج دراسة حسن الحميدي (٢٠١٤) الى تطور الأفكار اللاعقلانية وارتفاع مستوياتها من المراهقة المبكرة إلى المراهقة المتوسطة. كما أظهرت نتائج دراسة **Reid, S., Salmon, K., & Lovibond, P. (2016)** إلى التأكيد على أن التحيزات المعرفية تمتد من عملية توزيع مصادر الانتباه إلى عمليات أكثر تعقيدا مرتبطة بتفسير وتقييم المواقف، وان هذه العمليات تشكل الاساس الذي يستند إلى الاستراتيجيات السلبية في تفسير المثيرات والأحداث البيئية التي بدورها تقف وراء كثير من الاضطرابات النفسية كالقلق والخوف والاكتئاب والعدوان.

كما أظهرت دراسات دراسة Boukhechba , M., et al.(2018)، ودراسة Stevens, E, Behar,E., Jendrusina,A.(2018)، دراسة (2019). Eric,Y., Louise,S ان تعديل التحيزات المعرفية بأستخدام العلاج المعرفي السلوكي وبعض الاستراتيجات الأخرى يسهم في خفض اضطراب القلق الاجتماعي.

عاشرا: التوصيات والمقترحات

في ضوء اجراءات البحث الحالي والدراسات السابقة، وما توصلت إليه الباحثتين من نتائج وتفسيرها، وما لمسته من صعوبات واجهتها أثناء التطبيق، فأنه تقترح بعض التوصيات الأتية:

١. ضرورة الكشف المبكر عن الاضطرابات النفسية بصفة عامة واضطراب القلق الاجتماعي بصفة خاصة لدى فئة المراهقين بمدارس المرحلة الإعدادية والثانوية لتكون نقطة البداية لتقديم الخدمات الإرشادية والعلاجية للوالدين والمدرسين في مجال التعرف الباكر على مثل هذه المشكلات، وتقديم الإرشادات والاستشارات النفسية لضبط النفس والسيطرة على المشكلات.

٢. تجنب الأسرة استخدام أسلوب النقد الدائم للمراهق ومحاولة اضعاف شخصيتة، وتشويها بالأفكار والمعتقدات السلبية التي تزيد من مستوى التحيزات المعرفية لديه مما قد ينتج عنه ارتفاع مستوى الاضطرابات النفسية.

٣. حث الطلبة المراهقين على اتخاذ قرارات سليمة (منطقية) نابعة عن معرفة ونضج العمليات الإدراكية، والمرونة في التعامل مع الظروف الحياتية للوصول إلى قرارات سليمة وإيجابية لتجنب الوقوع في الانحياز المعرفي عند أتخاذ القرارات.

٤. ضرورة تطبيق مقياسي التحيز المعرفي على الطلبة بشكل فردى والتعامل مع الحالات المتطرفة والكشف عن مدى ارتباط هذه الحالات بالاضطرابات النفسية الأخرى.

٥. تبصير الأبناء بالنواتج والعواقب السالبة التي يمكن أن تترتب على الأحكام والأفكار اللاعقلانية، وأن نغير ما بداخلهم من سلبيات، وأن نغرس في نفوس أبنائنا المراهقين قيم أصيلة عن طريق التعليم، والتدريب، ووسائل الإعلام، والأسرة والمجتمع والحفاظ على المبادئ وصولاً إلى درجة مناسبة من الصحة النفسية.

٦. تدريب الطلاب في فترة المراهقة على المناقشات الجماعية الحرة، والحوار الصريح، لتصريف ما قد يصادفون أو يتعرضون له من مشكلات نفسية وانفعالية تجعلهم أكثر قدرة على مواجهة الإدراك الحسى المشوش الأفكار اللاعقلاني المدمرة للذات.

بحوث مقترحة:

١. تصميم وبناء برامج ارشادية لتعديل التحيزات المعرفية لدى المراهقين والشباب.

٢. إجراء دراسات ارتباطية بين التحيز المعرفي والاضطرابات النفسية الأخرى.

٣. تصميم و بناء برامج علاجية لخفض القلق الاجتماعي لدى المراهقين.

٤. إجراء دراسة طولية تتبعية للأفكار اللاعقلانية لدى عينة من الأطفال عبر المراحل العمرية المختلفة ومدى تطور هذه الافكار.

قائمة المراجع

- أحمدغزو، وقاسم سمور (٢٠١٦). فاعلية برنامجين إرشاديين في خفض اضطراب الرُّهاب الاجتماعي لدى عيِّنة من طلبة السنة الأُولى في جامعة اليرموك. **المجلة الأُردنيَّة في العلوم التربويَّة**، ١٢(١)، ٥٩-٦٩.
- إسْماعيل علوي (٢٠٠٩). **العلاج النَّفْسي المعرفي**. إرْبد: عالم الكتب الحديث.
- اماني عبد المقصود (٢٠٠٨). **مقياس القلق الاجتماعي للمراهقين والراشدين**. القاهرة: الأنجلو المصرية.
- أمل أحمد علي، أسماء عبد المنعم أحمد، هيام صابر صادق (٢٠١٧). توكيد الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين المكفوفين. **مجلة البحث العلمي في التربية**، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ١٨(٦)، ٨٧ – ٩٨.
- إيمان بنجابي.(٢٠٠٨). **الرُّهاب الاجتماعي وعلاقته ببعض المُتَغيِّرات النَّفْسيَّة لدى المُراهقات السُّعوديَّات**، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- أيمن صلاح الدين بكر (٢٠١٦). القلق الاجتماعي لدي الرياضيين: دراسة مقارنة. **المجلة العلمية** للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، (٧٧)، ١١٧ – ١٢٩.
- بيل، آرثر (٢٠١١). **الفوبيا**. ترجمة عبد الحكيم الخزامي. مصر الجديدة: الدَّار الأَكاديميَّة للعلوم.

- تهانى محمد عثمان (٢٠١٥). برنامج مقترح لتنمية مهارات الادراك الحسي للأطفال مزدوجي الاعاقة السمعية والبصرية. **مجلة كلية التربية**، جامعة عين شمس، ٣(٣٩)، ٥١٩- ٥٦٩.
- حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥). علم **نفس النمو (الطفولة والمراهقة)**. القاهرة: عالم الكتب.
- حسن عبد الله الحميدي. (٢٠١٤). تطور الأفكار اللاعقلانية بمرحلتي المراهقة المبكرة والمتوسطة لدى المراهقين الكويتيين. **مجلة العلوم الاجتماعية: جامعة الكويت – مجلس النشر العلمي**، ٤٢، ٢، ٤٩ – ٨٢.
- حسين على فايد (٢٠٠١). **دراسات في الصحة النفسية**. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث الأزاريطة.
- حلمي الفيل (٢٠١٩).**متغيرات تربوية حديثة على البيئة العربية (تأصيل، وتوطين)**. القاهرة: مكتبة الانجلو.
- حياة البناء، أحمد عبد الخالق، صلاح مراد (٢٠٠٦). القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب من جامعة الكويت. **مجلة الدراسات النفسية**، جامعة الكويت، ١٦ (٢)، ٢٩١- ٣١٢.
- ديفيد ه بارلو (٢٠٠٢).**مرجع إكلينيكي في الاضطرابات النفسية**. ترجمة صفوت فرج. القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- رأى كرويز (٢٠٠٩). **الخجل**. ترجمة معتز سيد عبد الله. الكويت: عالم المعرفة.
- زينب سيد عثمان (٢٠١٤).القلق الاجتماعي وعلاقته بقوة الانا وتقدير الذات والسلوك التوكيدي والسمات السوية واللاسوية لدى عينة من المراهقين

المعاقين بصريا. **مجلة كلية الآداب**، جامعة سوهاج،٢(٣٧)، ١٣٥-٢٠٠.

- سامر جميل رضوان (٢٠٠٨). **دراسة ميدانية لتقنين مقياس للقلق الاجتماعي على عينات سورية**، رسالة دكتوراه، جامعة دمشق.
- سامية أبريعم (٢٠٠٧). **الرهاب الاجتماعي و علاقته بإدمان المخدرات**،رسالة ماجستير(غير منشورة)، الجزائر، جامعة محمد خيضر.
- سامية ابريعم (٢٠١٦).مستوى الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين في مدارس مدينة تبسة الجزائر. **مجلة جامعة الاستقلال للأبحاث**، عمادة البحث العلمي والدراسات العليا، جامعة الاستقلال، ٣(٢١)، ٢٩ – ٥٨.
- سلوى فائق عبد الشهابى(٢٠١٤).الانحياز المعرفي وعلاقته بالتفكير الانفعالي لدى طلبة الجامعة. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، كلية التربية الاساسية، بغداد، جامعة الكوفة، ٣(٩٥)،٣٣٠-٣٥٧.
- صاحب أسعد، ويس الشمري. (٢٠١٤). القلق الاجْتماعي وعلاقته بالكفاءة الاجْتماعيَّة لدى طلبة المدارس الثَّانويَّة. **مجلَّة آداب الفراهيدي، جامعة سامراء، ع١٨**، ٣٦٤-٤٠١.
- صمويل حبيب(١٩٩٤). **القلق**. القاهرة: دار الثقافة للنشر.
- طه عبد العظيم (٢٠٠٩).**استراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي**.عمان:دار الفكر للنَّشروالتَّوزيع.
- عبد السَّلام عبد الغفار. (١٩٧٦). **مُقدِّمة في الصِّحَّة النَّفْسيَّة**. القاهرة: دار النَّهْضة العربيَّة.

- عبد الفتاح عبد المجيد الشريف (٢٠٠٥). **التربية الخاصة في البيت والمدرسة**. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- علاء عبدالعظيم سليمان (٢٠١٦). التدخل المهني بطريقة خدمة الفرد للتخفيف من حدة المشكلات المرتبطة بإضطراب القلق الاجتماعي لدى عينة من الطلاب المراهقين. **مجلة التربية**، *كلية* التربية، جامعة الأزهر،١٧(٣)، ٥٧٠ – ٦١٥.
- على صقر جابر (٢٠١٨). الانحياز المعرفي لدى طلبة الجامعة. ***مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، كلية التربية***، جامعة القادسية،١٦(١)،٦٦-١٠٤.
- علي الأوسي، إيمان فاضل (٢٠١٤). قياس القلق الاجْتماعي لدى طلبة المرحلة الإِعْداديَّة. **مجلَّة الفتْح، جامعة ديالى، ع٥٩**، ١٠٦-١٢٩.
- فاروق السيد عثمان (٢٠٠١). **القلق وإدارة ضغوط الحياة**. ط١. القاهرة: دار الفكر العربي.
- فراس الحموري (٢٠١٧). التحيزات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك وعلاقتها بالجنس والتحصيل الدراسي.**المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، كلية التربية، جامعة اليرموك، ١٣(١)،١-١٤.
- مجدي محمد الدسوقي (٢٠٠٤). **مقياس الرهاب الاجتماعي**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد حسن غانم (٢٠٠٦). **مقدمة في علم النفس المرضي**. الاسكندرية، المكتبة المصرية للطباعة.

- محمد عبد الرحمن وهانم عبد المقصود (١٩٩٨).المهارات الاجتماعية والسلوك التوكيدي، والقلق الاجتماعي، وعلاقتها بالتوجه نحو مساعدة الاخرين لدى طالبات الجامعة. **في محمد السيد عبدالرحمن، دراسات في الصحة النفسية**، القاهرة، دار قباء.
- محمد عبدالمجيد المصري (٢٠١٤). مظاهر السلوك الاجتماعي وعلاقته بمستوى القلق والاكتئاب والكفاية الذاتية المدركة لدى المراهقين في الأردن. **مجلة كلية التربية**، كلية التربية، جامعة بنها، ٢٥(٩٧)، ١٥١ – ١٨٣.
- مصطفى زيدان (١٩٩٠): **النمو النفسي للطفل والمراهق**. جدة: المملكة العربية السعودية.
- منال محمود محمد (٢٠١٨). التحيز المعرفي والامتنان كمنبئات بالصمود الأكاديمي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية. **مجلة التربية**، كلية التربية، جامعة الأزهر، ٢(١٨٠)، ٦٤٨–٧٠٨.
- ناديا رتيب (٢٠٠٠). العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الثالثة في جامعة دمشق. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا.
- نصر محمد عارف (٢٠٠٣). **التنمية من منظور متحدد التحيز للعولمة ما بعد الحداثة**. ط١. القاهرة: مركز الدراسات السياسية والاستراتيجية.
- نور محمد بنى فياض (٢٠١٧). **فاعلية العلاج بالقراءة في تحسين صورة الجسد وخفض التحيزات المعرفية لدى عينة من المراهقات**، رسالة ماجستير(غير منشورة)، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

- هند رشدي (٢٠١٥). **المشاكل النفسية**. القاهرة: دار الخلود.
- وردة بلحسيني (٢٠١١). **أثر برنامج معرفي سلوكي في علاج الرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة**، رسالة دكتوراه، الجزائر، جامعة قصدي مرباح.

American Psychiatric Association. (2013). **Diagnostic and Statistical Manual of** Mental Disorders (Fifth Edition). London: New School Library.

Bahatheg , Raja,Omar. (2015). I pads Enhance interaction Skill among Herring-Impaired Children of low Income Families in Saudi Arabia**.International Education Studie**, 8 (12) , 167-175.

Baron R.A., (1989) Personality and organizational conflict: Effects of the type a behavior pattern and self-monitoring, **Organizational Behavior and Human Decision Processes,** 44(2) , 281-296**.**

Boukhechba,M. , Gong,J., Kowsari,K., Ameko,M.K., Fua,K. Chow,P.I., Huang,Y. Teachman, B.A., and Barnes,L.E. (2018). Physiological changes over the course of cognitive bias modification for so'cial anxiety. **IEEE EMBS International Conference on Biomedical and Health Informatics, BHI,** 422-425.

Braammier. B, Mercelli (1989). **La psychologie de l'adolecent, edition odile jacob,** paris, France.

Carroll,P. , Grace ,J. & Terry ,M. (2002): **exploring the causes of comparative of timism** ،PsychologicaBelgica , 4-24

Centeno, Linda (2001). **Clinical Psychologist Rid wood** , new jersey. WWW.LINDACENTNO.COM.

Clarkin John F،(2005). **Major theories of Personality Disorder** ،Edition 2 ،New York MAmerica.

Eric,Y. S., Louise,S.(2019). Cognitive Bias Modification for Social Anxiety: The Differential Impact of Modifying Attentional and/or Interpretation Bias. **Journal of Cognitive Therapy and Research**,4(43),781-791.

Everaert, J., Grahek, I., Van den Bergh, N., Buelens, J., Duyck, W., & Koster, E. (2016). **Mapping the interplay among cognitive biases, emotion regulation, and depressive symptoms. Cognition and Emotion.** Retrieved from https://www.researchgate.net.doi: 10.1080/02699931.2016.1144561.

Gardenier, J. &Resnik ,D. (2012): **The misuse of statistic** , concepts tools and a research agenda ،http;dx.doi.org.

Hirsh, C.,Clark,D.&Mathews,A.(2006). **Imagery and Interpretation In Social Phobia:Support For The Combined Cognitive Biases Hypothesis**. Behay Ther ,37(3),223-236.

Hupper, J., Foa, E.& Mathews,A.(2003).Interpretation Bias In Anxiety Social:Adimensional Perspective. **Journal of Cognitive Therapy and Research.**

Kahneman D. &Tversky, A.(2015). Judgment under uncertainty ; Heuristics and Biases **, Journal of the American tatistical association** , 62(3)، 151-175.

KindtMerel ،E. ،(2002).cognitive Bias for pictorial and linguistic theatcuse in children. **Journal Psychopathology and Behaviorak Assessment** ،22)2),38-101

Kruglanshi,A.,Ajzen,I.(2000).Bias And Error In Human Judgment.**European Journal of Social Psychology**,13(1),1-44.

Lu, B., Hui, M., & Yu-Xia, H. (2005). The Development of Native Chinese Affective Picture System--A pretest in 46 College Students. **Chinese Mental Health Journal**, 19(11), 719–722.

Mathews, A., & Mackintosh, B. (2000). Induced emotional interpretation bias and anxiety. **Journal of Abnormal Psychology**, 109(4), 602–615. https://doi.org/10.1037/0021843X.109.4.602.

Moritz, S., Mayer-Stassfurth, H., Endlich, L., Andreou, C., Ramdani, N., Petermann, F., & Balzan, R. (2015). The Benefits of Doubt: Cognitive Bias Correction Reduces Hasty DecisionMaking in Schizophrenia.

Cognitive Therapy & Research, 39(5), 627–635. https://doi.org/10.1007/s10608-015.

Peng, L., Cao, H., Yu, Y., & Li, M. (2017). Resilience and cognitive bias in Chinese male medical freshmen. ***Frontiers in Psychiatry***, 8. 640-664. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2017.00158. Powers.

Piatelli-Palmarini,M.(2001).**Inevitable Illusions:How Mistakes Of Reason Rule Our Minds**.New york.

Rawdon C, Murphy D, Motyer G, Munafò MR, Penton-Voak I, Fitzgerald A.(٢٠١٩) An investigation of emotion recognition training to reduce symptoms of social anxiety in adolescence. ***Psychiatry Res***,(263),257-267.

Reid, S., Salmon, K., & Lovibond, P. (2016). Cognitive biases in childhood anxiety, depression, and aggression: Are they pervasive or specific? ***Cognitive Therapy and Research,*** 30(5), 531-549. doi: 10.1007/s10608-006-9077-y.

Roeder, B. & Maragraff, J. (1999). Kognitive Verzerrung bei sozial aengstlichen Personen. ***In Margraf, J. & Rudolf, K. (Hrsg). Soziale Kompetenz Soziale Phobie.Hohengehren. Germany.*** Schneider Verlag.

Statman,M.،Pool.,d. (2006):**cognitive Biases series**. formeloumbia university.

Stevens,E, Behar,E., Jendrusina,A(2018). **Enhancing the Efficacy of Cognitive Bias Modification for**

Social Anxiety, Behavior Therapy, 6(49) , 995-1007.

Timbremont, B., Braet, C., Bosmans, G., & Vlierberghe, L. (2018). Cognitive Biases in Depressed and Non-Depressed Referred Youth. **Clinical Psychology and Psychotherapy**, 15(5), 329-339. doi: 10.1002/cpp.579.

Van, M., Schütz, C., Landa, Y., Delespaul, P. (2013). Development of the Davos assessment of cognitive biases scale (DACOBS). **Schizophrenia Research**, 144, 63-71. doi.org/10.1016/j.schres.2012.12.010

Vassilopoulos, S. P., & Banerjee, R. (2008). Interpretations and judgements regarding positive and negative social scenarios in childhood social anxiety. **Behaviour Research and Therapy**, 46(7), 870–876. doi: 10.1016/j.brat.2008.03.008

Waters, A., Wharton, T., Zimmer-Gimbeck, M., & Craske, M. (2008). Threat-based cognitive biases in anxious children: Comparison with non-anxious children before and after cognitive behavioural treatment. **Behaviour Research and Therapy**, 46, 358–374. doi: 10.1016/j.brat.2008.01.002

West,c. (2003): **A genealogy of modern Racism , Reprinted in from modernism to postmodernism: An Anthology , Lawrence Cahoone (ed)** , 2nd ed. Malden MA: Blackwell Publishers.

Wilke A. & Mata R. , (2012). **cognitive Bias**.Clarkson university postda M ،Ny ،USA ،University of Basel ،Basel ،Switzerland ،Elsevier Inc.

Yudkowsky, E. (2008). **Cognitive biases potentially affecting judgement of global risks. In N. Bostrom & M. Cirkovic (Eds.)**, Global catastrophic risks. Oxford: Oxford University Press, 91-119.

Yudkowsky, E. (2018). **Cognitive biases potentially affecting judgement of global risks. In N. Bostrom & M. Cirkovic (Eds.),** Global catastrophic risks (91-119). Oxford: Oxford University Press.