

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسن أ.د / محمد أحمد إبراهيم سغان
أستاذ الصحة النفسية أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية جامعة القازيق كلية التربية جامعة القازيق

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

المدرس المساعد بقسم الصحة النفسية
كلية التربية جامعة القازيق

مستخلص البحث :

هدف البحث الحالي إلى تحديد علاقة عوامل ما وراء المعرفة بالقلق لدى طلاب الجامعة، وكذلك التعرف على تأثير متغيري النوع ومستوى عوامل ما وراء المعرفة على القلق، والكشف عن عوامل ما وراء المعرفة المنبئة بالقلق، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣١١ طالب جامعي من طلاب الفرقة الأولى والثانية بكلية التربية جامعة القازيق (٩١ ذكور، ٢٢٠ إناث)، طُبّق عليهم مقياس عوامل ما وراء المعرفة النسخة المختصرة (ترجمة وتعريب محمد السيد عبد الرحمن، ٢٠١٧)، ومقياس بيك وزملائه للقلق لترجمة وتعريب الباحثة. أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط جزئي بين أبعاد القلق ودرجته الكلية وأبعاد عوامل ما وراء المعرفة ودرجته الكلية، وعدم وجود ارتباط دال بين أبعاد القلق ودرجته الكلية وبعد الوعي المعرفي بالذات لدى كل من الذكور والإناث، كما أوضحت النتائج وجود تأثير دال لعاملي النوع ومستوى ما وراء المعرفة بشكل منفصل على القلق في حين لم يظهر التفاعل بينهما تأثيراً على القلق. أظهرت النتائج أيضاً أن كلاً من بُعدي انعدام السيطرة على القلق / الخطر وبعده ضعف الثقة المعرفية يعدان عاملان منبئان بظهور القلق لدى الإناث، في حين ينبئ بُعد انعدام السيطرة على القلق / الخطر بظهور القلق لدى الذكور. وتوصي الدراسة بضرورة توجيه الاهتمام نحو تقديم برامج إرشادية ووقائية لتوعية طلاب الجامعة بأساليب المواجهة والتجنب اللاتكيفية التي تبقى على اضطراب القلق وإكسابهم طرق وأساليب فعالة لمواجهة القلق.

الكلمات المفتاحية: ما وراء المعرفة، القلق، طلاب الجامعة.

أ.د. / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د. / محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

Metacognitive Factors and its Relation to Anxiety in university students.

Abstract: This study aimed to explore the role of metacognitive factors in anxiety, and to examine the effect of gender and metacognitive factors level on anxiety. This study conducted on 311 university students (91 males/220 females), they completed Metacognitions Questionnaire-30, Beck Anxiety Inventory. Results: 1) There was partially correlation between metacognitive factors and anxiety in both males and females. 2) gender and metacognitive factors level separately effects anxiety, but the interaction of both variables didn't impact anxiety. 3) subscales of uncontrollability/danger, and poor cognitive confidence were good predictors of anxiety in females, while uncontrollability and danger was the only predictor of anxiety in males. Recommendations: Attention should be given to provide guidance and preventive programs to increase awareness of university students about maladaptive methods of coping and avoidance that keep anxiety disorder, and provide them with effective methods to overcome anxiety.

Keywords: Metacognitions, Anxiety, university students.

مقدمة:

يُمثل طلاب الجامعة شريحة كبيرة من الكوادر اللازمة للعطاء والانتاج والتطوير بالمجتمع، لذا فإنه من الأهمية بمكان أن يعتاد طلاب الجامعة طلب المشورة والإرشاد وغيرها من الخدمات النفسية التي تقي وتشخص وتعالج اضطرابات القلق وغيرها من المشكلات النفسية والسلوكية التي تمثل عائقاً أمام تحقيق هويتهم وأهدافهم. ومن هنا ظهر الاهتمام من قبل الباحثين بدراسة النواحي النفسية والاجتماعية والفكرية لطلاب الجامعة وكذلك الاهتمام بدراسة ميولهم واتجاهاتهم وأثرها على الجوانب التحصيلية والتوافق النفسي والاجتماعي وكذلك

التوجهات المستقبلية لهؤلاء الطلاب. فمن أهداف التعليم الجامعي تخريج كوادرسوية قادرة على تحمل الضغوط ومواجهتها بفاعلية وحل المشكلات بطريقة صحيحة.

ويرجع القلق للعديد من الأسباب مثل العوامل الوراثية والمواقف الضاغطة والعوامل البيئية المحيطة إلا أن عوامل ما وراء المعرفة أصبحت تتصدر هذه العوامل وفقاً لما ذكره (wells ,A., 2006:179) من أن نظرية ما وراء المعرفة في تفسيرها للاضطرابات الانفعالية تفترض أن التوتر والانزعاج لا يظهر نتيجة للمعتقدات الاجتماعية السلبية العامة التي يعتنقها الفرد وإنما تُشتق من قاعدة معرفية منفصلة، هذه القاعدة المعرفية هي ميتامعرفية في طبيعتها وتتحكم في النظام المعرفي. وتتكون المعرفة الميتامعرفية من المعتقدات الإيجابية والسلبية حول التفكير، وفي هذه النظرية فإن الأنماط اللاتكيفية أو المشوهة من التفكير كالتوتر وتركيز الانتباه نحو التهديد تنشأ من تنشيط المعتقدات الميتامعرفية، حيثأوضحت نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة (Barahmand, U.,2009) ارتباط عوامل ما وراء المعرفة بظهور اضطراب القلق والأفكار المرتبطة بالتحكم عدا الوعي الذاتي المعرفي الذي لم يظهر ارتباطاً دالاً بالأفكار المرتبطة بالتحكم. كما أشارت دراسة (Irak, M.&Tosun, A.,2008) ودراسة (Yilmaz, A., et al.,2011) إلى ارتباط المعتقدات الميتا معرفية بوجود اضطراب القلق . كما أكدت نتائج الدراسة التي أجراها (Spada, M., et al, 2006) والتي أكدت أن الأبعاد الخمسة لاستبيان ما وراء المعرفة ارتبطت إيجابياً بالشعور بالقلق. وعلى ضوء ما سبق تحاول الباحثة في هذه الدراسة تحديد العلاقة بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق لدى طلاب الجامعة.

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

مشكلة الدراسة:

نبعت مشكلة الدراسة من زيادة الاهتمام بمجال الاضطرابات النفسية ونسب انتشارها، حيث أشارت دراسة أيسنبرج وآخرين (Eisenberg, D.et al,2007,534) إلى أن نسبة انتشار أي من اضطرابات القلق أو الاكتئاب تصل إلى ١٥.٦% بين طلاب الجامعة تحت التخرج في حين تصل إلى ١٣% لدى طلاب التخرج. وذكر (محمد عبد الرحمن، ٢٥٦، ٢٠٠٩) أن مرضى القلق المعمم يمثلون نسبة تتراوح بين ١٠ - ١٥% من المترددين على العيادات الخارجية، في حين تبلغ نسبة مرضى القلق المقيمين بالمستشفيات حوالي ١٠%، وتوضح الدراسات أن ٢٥% من الأصحاء قد عانوا من القلق في يوم ما من حياتهم. وتتراوح نسبته في المجتمع العام بين ٣ - ٥%، أما في حالة ارتباطه مع اضطرابات إكلينيكية أخرى فإن النسبة قد ترتفع إلى ١٢%. وتزيد نسبة الإصابة لدى النساء عن الذكور بنسب تتراوح بين ١:٢ أو ٢:٣ على أقل تقدير.

ويمكن تحديد مشكلة البحث في السؤال التالي:

هل توجد علاقة بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق لدى طلاب الجامعة؟

وينبثق من هذا السؤال مجموعة أسئلة فرعية كالتالي:

- ١- هل توجد علاقة ارتباطية بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق لدى طلاب الجامعة؟
- ٢- هل يوجد تأثير لعاملي النوع (ذكور، إناث)، ومستوى عوامل ما وراء المعرفة (منخفض، مرتفع) على القلق لدى طلاب الجامعة؟
- ٣- تُنبئ بعض عوامل ما وراء المعرفة دون غيرها بالقلق لدى طلاب الجامعة؟

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:-

- ١- تحديد العلاقة بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق لدى طلاب الجامعة.
- ٢- التعرف على تأثير عاملي النوع (ذكور، إناث)، ومستوى عوامل ما وراء المعرفة (منخفض، مرتفع) على اضطراب القلق لدى طلاب الجامعة.
- ٣- الكشف عن الدور التنبؤي لعوامل ما وراء المعرفة في ظهور القلق لدى طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة :

تتضح أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:-

- ١- أهمية الفئة التي تتناولها الدراسة فشباب الجامعة هم قوة الأمة وأملها وعمادها وأساس تطورها ونموها.
- ٢- تعتبر هذه الدراسة إضافة ذات قيمة للمكتبة العربية نظراً للحدث النسبية لدراسة عوامل ما وراء المعرفة - في حدود علم الباحثة - .
- ٣- قد توجه نتائج هذه الدراسة الباحثين نحو الدراسة والبحث في مجال ما وراء المعرفة من جوانبه النظرية والتطبيقية.

إطار نظري

عوامل ما وراء المعرفة Metacognitions

يعرف (محمد السيد عبد الرحمن، ٢٠١٥) عوامل ما وراء المعرفة إجرائياً بأنها عبارة عن مكونات أو طرق لمعالجة المعلومات المسئولة عن تطور واستمرار الاضطرابات النفسية، وتعد الموجه لكل من التفكير وأساليب المواجهة، فالأشخاص الذين لديهم معتقدات ميتامعرفية إيجابية وسلبية عن التفكير المؤثر في التقييمات التي يعطونها لأفكارهم والمواقف التي يواجهونها، لديهم أيضاً إجراءات ميتامعرفية ضمنية أو

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

كامنة تشكل الخطط أو البرامج المسئولة عن توجيه المعرفة والتصرفات والسلوك.

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس عوامل ما وراء المعرفة بأبعاده الخمسة وهي (المعتقدات الإيجابية عن القلق، انعدام السيطرة على القلق/الخطر، ضعف الثقة المعرفية، الحاجة للسيطرة على الأفكار، ضعف الوعي المعرفي بالذات).

ويوضح (Wells, A., 2009: 27-28) أن ما وراء المعرفة مفهوم متعدد الأبعاد يشمل على العمليات والمعتقدات المرتبطة باحتمال الإبقاء على الاضطراب الانفعالي، وهذه الأبعاد هي:

١. المعتقدات الإيجابية نحو التوتر: وهو التفكير المستمر بشأن نفع التوتر كالاعتقاد أن التوتر يساعد في حل المشكلات وتجنب المواقف غير السارة.

٢. المعتقدات السلبية نحو عدم القدرة على التحكم والشعور بالخطر: وتعني استمرار التفكير في الخطر والعجز والاعتقاد بأن التوتر لا يمكن التحكم به أو السيطرة عليه مما ينتج عنه مخاطر جسمانية وعقلية.

٣. عدم الثقة المعرفية: ويقصد بها المدى الذي يظهره الفرد من عدم الثقة في ذاكرته وانتباهه.

٤. الحاجة إلى السيطرة على الأفكار: وتعني الاعتقاد بضرورة قمع الأفكار أو تجنبها والسيطرة عليها.

٥. ضعف الوعي المعرفي بالذات: ويعني الميل لمراقبة وتقييم الأفكار وتركيز الانتباه نحو الذات. ويذكر (Wells, A., 2009: 94) أمثلة للفرق بين كل من الأفكار والمعتقدات الميتامعرفية الإيجابية والسلبية عن التوتر في اضطراب القلق المعمم كالتالي:

- ❖ المعتقدات الميتامعرفية الإيجابية: Positive metacognitive beliefs
 - يساعدني القلق على المواجهة. worrying help me cope
 - إذا شعرت بالقلق فسأكون مستعداً . If I worry I will be prepared
- ❖ المعتقدات الميتامعرفية السلبية/عدم التحكم: Negative metacognitive beliefs- Uncontrollability
 - لا يمكنني التحكم في القلق. I have no control over worry.
 - يصعب السيطرة على ما ينتابني من قلق. My worries are uncontrollable
- ❖ المعتقدات الميتامعرفية السلبية /الخطر : Negative metacognitive beliefs- Danger
 - قد أفقد عقلي بسبب القلق. I could lose my mind with worrying
 - سوف يدمر القلق جسدي. Worrying will damage my body.

اضطراب القلق Anxiety Disorder

يُعرف (أحمد عكاشه وطارق عكاشه، ٢٠٠٩، ٢٠٣) القلق بأنه الشعور الدائم بالخوف والتوتر، ويعتبر القلق أحياناً عرضاً طبيعياً كالقلق الذي يعانيه الطلبة قبل الامتحانات، ولكن أحياناً يشتد القلق ويؤثر على نشاط الفرد، ولا يُعرف له سبباً مباشراً. وهنا يحتاج مثل هذا العرض للعلاج الطبي، وعادة ما يصاحب القلق أعراض تنبيه في الجهاز العصبي اللاإرادي من جفاف الحلق وسرعة دقات القلب، والعرق البارد،

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

وارتعاش الأطراف، واختناق في الرقبة... إلخ، ويظهر هذا العرض خصوصاً في مرضى القلق النفسي، ولكنه يصاحب معظم الأمراض النفسية والعقلية والجسمية.

وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس بيك للقلق بأبعاده الأربعة وهي (الإحساسات الداخلية، الهلع، الأعراض الذاتية، المظاهر الخارجية للقلق).

ويذكر كل من (السيد علي، ٢٠٠٩، ٦٥ - ٦٦) و(أحمد عبدالكريم

حمزة، ٢٠١٠، ٣٨ - ٣٩) أن للقلق أسباب عديدة منها:

١. الاستعداد الوراثي في بعض الحالات.
٢. الاستعداد النفسي (الضعف النفسي العام) والاحباطات والصراعات بين الدوافع والاتجاهات والتوتر النفسي الشديد والخوف الشديدة في الطفولة المبكرة ومشاعر الذنب والنقص والعجز والخسائر والأزمات المفاجئة والصدمات النفسية.
٣. مواقف الحياة الضاغطة، والضغوط الحضارية والثقافية الناتجة عن المدنية الحديثة والتغيرات المتلاحقة والبيئة المشبعة بعوامل الخوف والقلق والحرمان وعدم الأمن.
٤. عوامل بيئية أسرية: كالتفكك الأسري وعدوى القلق من الوالدين واساليب المعاملة الوالدية غير السوية كالقسوة والتسلط والحماية الزائدة والحرمان.
٥. مشكلات الطفولة، والمراهقة، والشيخوخة مع التأكيد على التفاعل بين مواقف الحاضر وخبرات وذكريات الصراعات في الماضي.
٦. التعرض للحوادث، والخبرات الحادة مثل: الطرق الخاطئة لتجنب الحمل.
٧. عدم التطابق بين الذات الواقعية والذات المثالية وعدم تحقيق الذات.

أورد الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية (DSM-V, 2013:223) مجموعة من المظاهر التشخيصية Diagnostic features لاضطراب القلق المعمم كالتالي:

- أولاً : القلق والتوترات المرتبطة باضطراب القلق المعمم هي توترات مضطربة وتتداخل بشكل كبير مع الأداء النفسي والاجتماعي للفرد، أما التوترات العادية حول أحداث الحياة اليومية ليست مضطربة ويمكن التحكم بها أو تأجيلها عند ظهور أمور أكثر إلحاحاً.
- ثانياً: القلق والتوترات المرتبطة باضطراب القلق المعمم أكثر انتشاراً ووضوحاً وألماً وتستمر لمدة أطول وغالباً ما تحدث دون أسباب حقيقية، وكلما ازداد الروتين الذي يقلق بشأنه الفرد (كالشئون المالية، سلامة الأطفال، الأداء الوظيفي) كلما كانت أعراض هذه التوترات أكثر ارتباطاً بمعايير اضطراب القلق المعمم.

❖ ثالثاً: توترات الحياة اليومية غالباً ما تكون مصحوبة بأعراض جسدية (مثل عدم الارتياح أو الشعور بالاختناق أو عدم الراحة). فالأفراد ذوي اضطراب القلق المعمم يعانون ضغوطاً ذاتية بسبب استمرار القلق وما يرتبط به من عجز في النواحي الاجتماعية أو المهنية أو غيرها من المجالات الوظيفية الهامة، ويصاحب التوتر والقلق ثلاثة على الأقل من الأعراض التالية (عدم الراحة، سهولة التعب، صعوبة التركيز وفراغ العقل، التهيج، توتر العضلات، اضطراب النوم).

تفسير نموذج ما وراء المعرفة لاضطراب القلق The metacognitive model

يشير ويلز إلى أن حدوث اضطراب القلق لا يرجع إلى محتوى التوتر وإنما يرجع إلى إدراكات المرضى عن توترهم والتي تعرف بالمعتقدات عن التوتر (الميتامعرفة). وطبقاً لنموذج ما وراء المعرفة فإن التوتر يستخدم في البداية كاستراتيجية لمواجهة المشكلات الواقعية أو المتخيلة بناءً على المعتقدات

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

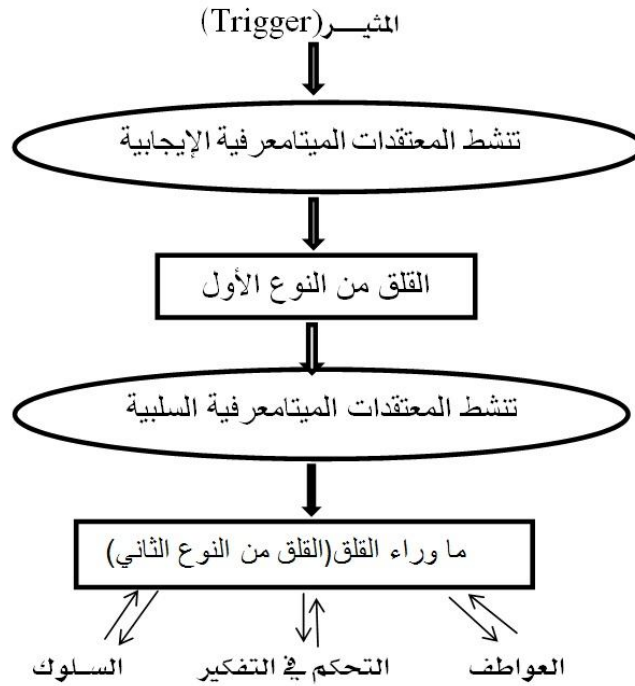
فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

الإيجابية التي يكونها أو يتبناها الأفراد عن التوتر والتي تساعدهم في الاستعداد للتعامل مع هذه المشكلات، ويتم تعلم هذه المعتقدات الميتمعرفية الإيجابية عن طريق النمذجة Modeling أو التعزيز Reinforcement (ومن هذه المعتقدات: يساعدنني التوتر في أن أستعد جيداً). وهذا يؤدي إلى حساسية زائدة للمعلومات المرتبطة بالخطر مما يترتب عليه إدراك الأفراد للمواقف الطبيعية على أنها تمثل خطراً ويركزون انتباههم على الجوانب السلبية للموقف. ونتيجة لذلك فإن التوتر المستمر يؤدي إلى التفكير في النتائج السلبية الممكنة أكثر فأكثر والتي تؤدي إلى مزيد من التوتر. (Muris, P., & Molen, V., 2005: p 69)

ويذكر (Muris, P., & Molen, V., 2005: pp 70-71) أن المعتقدات الميتمعرفية السلبية عندما تنشط فإنها تؤدي إلى ما يعرف باسم التوتر بشأن التوتر (worrying about worrying) والتي تسمى في نموذج ما وراء المعرفة باسم التوتر من النوع الثاني II أو الميتمعرفية (ما وراء التوتر) Meta- "type- II worrying" وتؤدي الاستجابات الانفعالية المصاحبة للتوتر كالقلق والخوف إلى تعزيز المعتقدات الميتمعرفية السلبية والتي تؤدي بدورها إلى زيادة المشاعر السلبية. ويحاول المرضى منع التوتر نفسه أو تقليل آثاره السلبية باستخدام استجابات سلوكية متعددة بالإضافة إلى محاولات التحكم في التفكير، وتنقسم الاستجابات السلوكية Behavioral Responses إلى فئات كالتالي: الفئة الأولى: محاولات تجنب الأشياء أو الأحداث التي قد تسبب التوتر، الفئة الثانية: محاولات تجنب التوتر في حد ذاته. الفئة الثالثة: البحث عن الطمأنينة Reassurance Seeking. في حين يستخدم التحكم في التفكير Thought control (المجالات المعرفية للتحكم في التوتر) خاصة في اضطراب القلق المعمم في عدة أشكال: الأول: محاولات قمع

التوتر الذي يعتقد أنه مصدر تهديد، فزيادة التوتر كرد فعل لمحاولات قمع الأفكار يؤدي إلى تطور معتقدات سلبية جديدة أو تعزيز المعتقدات السلبية الموجودة مسبقاً عن التوتر. الثاني: استخدام التوتر كاستراتيجية معرفية لتجنب المزيد من الصور المهددة، حيث تسهم هذه الاستراتيجيات في الوقاية من المعتقدات الميتامعرفية السلبية لأنها تبقى المعلومات المتناقضة بعيداً عن الفرد.



The metacognitive model of generalized anxiety disorder (GAD) (Wells, 1997)

دراسات سابقة

هدفت دراسة (Irak, M. & Tosun, A., 2008) إلى اختبار ارتباط المدركات الميتامعرفية بكل من أعراض القلق وأعراض الوسواس القهري، وذلك عن طريق تطبيق استبيان المدركات الميتامعرفية وقائمة القلق

أ.د. / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د. / محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

كحالة وسمة وقائمة مودسلي للوسواس القهري وذلك على عينة قدرها ٨٥٠ طالباً وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط دال بين المدركات الميتمعرفية وكل من أعراض القلق وأعراض الوسواس القهري.

في حين هدفت دراسة مشتركة لكل من Spada, M., Nikcevic, A., Monetac, G. & Wells, A., 2008 إلى الكشف عن العلاقة بين المدركات الميتمعرفية والضغط المدركة والمشاعر السلبية (القلق- الاكتئاب). باستخدام استبيان المدركات الميتمعرفية، ومقياس الضغوط المدركة، ومقياس القلق والاكتئاب العيادي، على عينة قدرها ٤٢٠ مشتركاً. أوضحت نتائج الدراسة أن المدركات الميتمعرفية ارتبطت ارتباطاً موجباً وذا دلالة إحصائية بكل من الضغوط المدركة والمشاعر السلبية (القلق- الاكتئاب). وأيدت النتائج صحة الفرض القائل بأن المدركات الميتمعرفية عملت كعامل وسيط في العلاقة بين الضغوط المدركة والمشاعر السلبية.

وهدف دراسة (Barahmand ,U.,2009) إلى الكشف عن العلاقة بين المدركات الميتمعرفية واضطرابات القلق، وتحديد العوامل الميتمعرفية المنبئة باضطرابات القلق العام والاكتئاب والوسواس القهري. ولتحقيق هذا الغرض تم تطبيق استبيان المدركات الميتمعرفية وقائمة الأفكار المرتبطة بالقلق واستبيان التحكم في التفكير وذلك على عينة قدرها ١٨٠ فرداً، أوضحت النتائج أن الخمسة أنواع من المعتقدات الميتمعرفية ارتبطت بالأفكار المرتبطة بالقلق والأفكار المرتبطة بالتحكم فيما عدا الوعي الذاتي المعرفي الذي لم يظهر ارتباطاً بالأفكار المرتبطة بالتحكم.

وهدفنا دراسة مشتركة لكل من (saed,O., purehsanb,S.&Akbaria, S.,2010) إلى الكشف عن العلاقة بين المعتقدات ما وراء المعرفية وأعراض القلق والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة. وشملت عينة الدراسة ٢٦٠ طالباً. وتم تطبيق استبيان ما وراء المعرفة (MCQ-30;Wells&Cartwright-Hatton,2004) ومقياس تقييم القلق والاكتئاب والضغط (Lovibond&Lovibond,) (2002. The Depression Anxiety Stress Scale-21). أظهرت النتائج أن المعتقدات الميتامعرفية وخاصة السلبية منها مثل (عدم القدرة على التحكم والخطر) ارتبطت إيجابياً بالقلق والاكتئاب (انفعالات سلبية). وأوضح تحليل الانحدار أن المعتقدات الميتامعرفية وخاصة المعتقدات الميتامعرفية السلبية (عدم القدرة على التحكم والخطر) تعد منبئات جيدة بكل من القلق والاكتئاب.

بينما هدفت دراسة مشتركة لكل من (Spada,M., Georgiou,G., Wells,A., 2010) إلى الكشف عن العلاقة بين ما وراء المعرفة والتحكم في الانتباه والقلق كحالة وذلك بتطبيق استبيان عوامل ما وراء المعرفة MCQ-30 ومقياس التحكم في الانتباه والمقياس الفرعي للقلق كحالة على عينة قوامها ١٤٢ طالباً جامعياً. أوضحت النتائج أن الأبعاد الفرعية التالية لاستبيان عوامل ما وراء المعرفة (المعتقدات السلبية المرتبطة بكل من الخطر وعدم القدرة على التحكم- الثقة المعرفية- الحاجة إلى التحكم والسيطرة على الأفكار) ارتبطت ارتباطاً إيجابياً بالقلق كحالة. في حين ارتبطت نفس الأبعاد سلباً بتحويل الانتباه فيما عدا الثقة المعرفية وتركيز الانتباه. وارتبط كل من تركيز الانتباه وتحويل الانتباه سلباً بالقلق كحالة. وهذه النتائج تدعم نظرية ما وراء المعرفة للاضطرابات النفسية والتي توضح دور عوامل ما وراء المعرفة في تطور القلق كحالة.

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

وهدفت دراسة مشتركة لكل من (Bacow ,L.T., May, E.J.,

Rody,R.L. and Pincus,B.D.,2010) إلى تحديد العلاقة بين

العديد من العمليات الميتامعرفية وحالات تم تشخيصها باضطراب القلق

(٩٨ فرداً تراوحت أعمارهم بين ٧- ١٧ عاماً)، وتم استخدام جدول مقابلة

اضطراب القلق الإصدار الخاص بالطفل والوالدين، واستبيان عوامل ما وراء

المعرفة الإصدار الخاص بالطفل والشباب. أوضحت النتائج أن مجموعة

الأفراد الأصحاء الذين لا يعانون أي من اضطرابات القلق كانت لديهم

معدلات مرتفعة من الوعي بأفكارهم مقارنة بالأفراد ذوي اضطراب قلق

الانفصال والأفراد ذوي اضطراب القلق المعمم. وأن المراهقين المشاركين في

الدراسة أظهروا معدلات مرتفعة على استبيان عوامل ما وراء المعرفة مقارنةً

بالأطفال الأصغر سناً. كما أظهرت النتائج ارتباط إحدى العمليات

الميتامعرفية ارتباطاً دائماً بتشخيص اضطراب القلق.

وهدفت دراسة مشتركة لكل من (Delavar, B., Dolatshahi

,B., Mohsen Nouri, M., Aryanfar,Kh.,2014). إلى تحليل

تأثير عوامل ما وراء المعرفة على كل من الاكتئاب وأعراض القلق كحالة

أو كسمة، ولاختبار هذا الغرض تم تطبيق مقياس بيك للاكتئاب

ومقياس عوامل ما وراء المعرفة ومقياس سبيلبيرجر للقلق كحالة وسمة

على عينة قوامها ٢٢٤ طالباً جامعياً في جامعة الرعاية الاجتماعية وعلوم

التأهيل. أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة عند

مستوى (٠,٠١) بين القلق و الدرجة الكلية لما وراء المعرفة وأربعة عناصر من

المعتقدات وهي (المعتقدات الإيجابية ، المعتقدات السلبية ، عدم التحكم ،

الثقة المعرفية المنخفضة)، وأن المعتقدات السلبية العامة فقط يمكن أن تنبئ

بالتغيرات في درجات الاكتئاب. وخلصت الدراسة إلى أن عوامل ما وراء المعرفة فعالة بشكل كبير في التنبؤ بأعراض كل من القلق والاكتئاب. وهدفت دراسة مشتركة لكل من (Besharat MA, Mirjalili RS, BahramiEhsan H.,2015) إلى الكشف عن الدور الوسيط لكل من المعتقدات الميتامعرفية وعجز التنظيم المعرفي الانفعالي في العلاقة بين الكمالية المعرفية والتوتر في اضطراب القلق العام، وتكونت عينة الدراسة من ٧٤ امرأة تراوحت أعمارهن ما بين ١٨ - ٥٢ عاماً، وأكمل المشاركون مقياس الكمالية المعرفية واستبيان بنسلفانيا للتوتر واستبيان المعتقدات الميتامعرفية واستبيان التنظيم المعرفي الانفعالي. أظهرت النتائج ارتباط كل من الكمالية المعرفية والمعتقدات الميتامعرفية وعجز التنظيم المعرفي الانفعالي بالتوتر في اضطراب القلق العام عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ ، كما أوضحت النتائج أن كلاً من المعتقدات الميتامعرفية والتنظيم المعرفي الانفعالي توسطوا العلاقة بين الكمالية المعرفية والتوتر في اضطراب القلق العام عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ .

في حين هدفت دراسة مشتركة لكل من (Lenzo,V., Toffle,M., Tripodi,F., Quattropani,M.,2016). إلى تحديد اختلاف عوامل ما وراء المعرفة تبعاً للنوع، والكشف عن العلاقة بين مكونات ما وراء المعرفة وأعراض كل من (القلق، الاكتئاب، التوتر النفسي، الوسواس القهري) في مجموعتين. تكونت عينة الدراسة من ٦٤ فرداً تم تقييم الأفراد باستخدام استبيان ما وراء المعرفة MCQ، قائمة القلق كسمة STAI، قائمة بيك للاكئاب BDI، استبيان بنسلفانيا للتوتر PSWQ، قائمة بادوا PADUA. أوضحت نتائج اختبارات للعينات المستقلة أن مقياس ما وراء المعرفة MCQ-30 لم يظهر اختلافات تبعاً للنوع. كما أوضحت النتائج وجود علاقات ارتباطية ذات دلالة بين المعتقدات الميتامعرفية المختلفة وظيفياً والمتغيرات الأخرى على أساس النوع .

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

وهدفت دراسة مشتركة لكل من (Ryum, t., Kennaire,L., Hjemdal, O., Hagen,R., 2017) إلى اختبار مدى إمكانية التنبؤ بالقلق عن طريق التوتر والمعتقدات الميتمعرفية أو التفاعل بين كل من التوتر والمعتقدات الميتمعرفية. ولتحقيق هذا الهدف تم تطبيق كل من استبيان عوامل ما وراء المعرفة MCQ-30 ومقياس بنسلفانيا للتوتر PSWQ ومقياس بيك للقلق BAI على عينة من طلاب الجامعة بلغ قوامها ١٧٠ طالباً. وأوضحت النتائج ارتباط المعتقدات الميتمعرفية السلبية بنمو وتطور القلق بشكل أساسي، وأكدت النتائج أن كلاً من التوتر والمعتقدات الميتمعرفية يلعبان دوراً بارزاً في تطور ونمو القلق.

وهدفت دراسة مشتركة لكل من (Ramos-Cejudo,J., Salguero,J.M., 2017) إلى الكشف عن العلاقة بين المعتقدات الميتمعرفية والضغط المدرسية والقلق، وشملت عينة الدراسة ١٣٥ طالباً جامعياً. واستخدمت في الدراسة مجموعة من الأدوات منها مقياس بيك للقلق، واستبيان عوامل ما وراء المعرفة- ٣٠، ومقياس الضغوط المدرسية. أشارت النتائج إلى أن المعتقدات الميتمعرفية لا تنبئ بشكل مستقل بالقلق طويل المدى، وأوضحت النتائج أيضاً أن المعتقدات الميتمعرفية السلبية المرتبطة بالخطر وعدم القدرة على التحكم تتوسط العلاقة بين الضغوط المدرسية والقلق، كما أن المعتقدات الميتمعرفية السلبية تتفاعل مع القلق الأساسي لتنبئ بالتغير في أعراض القلق. وتدعم هذه النتائج الدور الرئيسي الذي تلعبه عوامل ما وراء المعرفة في ظهور القلق وأنها تتضمن في النموذج المعرفي وعلاج القلق.

أولاً: من حيث الأهداف

هدفت الدراسات السابقة إلى التعرف على العلاقة بين عوامل ما وراء المعرفة واضطراب القلق مثل دراسة (Irak, M. & Tosun, A. (2008) ، دراسة Spada, M., Nikcevic, A., Monetac, G. & Wells, A. (2008) ، دراسة Lenzo, V., Barahmand, U. (2009) ، دراسة Ryum, t., Toffle, M., Tripodi, F., Quattropani, M. (2016). Ramos- Kennaire, L., Hjemdal, O., Hagen, R., (2017) Cejudo, J. & وكذلك كان هدف بعض الدراسات الكشف عن الدور التنبؤي لبعض عوامل ما وراء المعرفة في ظهور أعراض القلق مثل دراسة Barahmand, U. (2009).

وهدف دراسة Besharat MA, Mirjalili RS, BahramiEhsan H. (2015). إلى الكشف عن الدور الوسيط لكل من المعتقدات الميتامعرفية وعجز التنظيم المعرفي الانفعالي في العلاقة بين الكمالية المعرفية والتوتر في اضطراب القلق العام.

ثانياً: من حيث العينة:

تناولت معظم الدراسات فئة طلاب الجامعة مثل دراسة Ryum, t., Ramos- Kennaire, L., Hjemdal, O., Hagen, R., (2017) ، كما تناولت بعض الدراسات فئات عشوائية بناءً على وجود اضطراب القلق بشكل عام مثل ، دراسة Spada, M., Nikcevic, A., Monetac, G. & Wells, A. (2008) ، أما عن مجتمع الدراسة فقد تناولت جميع الدراسات بيانات أجنبية. وبالنسبة لحجم العينة فقد تراوح عدد أفراد العينة في الدراسات

أ.د. / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د. / محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

السابقة بين ٦٤ - ٨٥٠ فرداً، تراوحت أعمارهم بين ٧- ٨٥ عاماً، وشملت العينة كلا الجنسين من الذكور والإناث.

ثالثاً: من حيث الأدوات:

استخدمت معظم الدراسات في تقدير اضطراب القلق كل من مقياس بيك للقلق (BAI; Beck and Steer, 1990) مثل Ryum, t., Kennaire,L., Hjemdal, O., Hagen,R., دراسة (2017)، ولتقييم عوامل ما وراء المعرفة استخدمت معظم الدراسات استبيان عوامل ما وراء المعرفة مثل دراسة Lenzo,V., Toffle,M., Tripodi,F., ودراسة Spada,M., Georgiou,G., ، ودراسة Quattropani,M.(2016) Wells,A.(2010)

رابعاً: من حيث النتائج:

أثبتت نتائج معظم الدراسات وجود علاقة ارتباطية بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق وغيره من الاضطرابات مثل دراسة Barahmand U.(2009), والتي أوضحت نتائجها أن الخمسة أنواع من المعتقدات الميتامعرفية السلبية ارتبطت بالأفكار المرتبطة بالقلق والأفكار المرتبطة بالتحكم فيما عدا الوعي المعرفي بالذات الذي لم يظهر ارتباطاً بالأفكار المرتبطة بالتحكم، ودراسة saed,O., purehsanb,S.&Akbaria, S., (2010) التي أظهرت نتائجها أن المعتقدات الميتامعرفية وخاصة السلبية منها مثل (عدم القدرة على التحكم والخطر) ارتبطت إيجابياً بالقلق والاكتئاب(انفعالات سلبية). ودراسة Spada,M., Georgiou,G.,

Wells,A.(2010) التي أثبتت أن الأبعاد الفرعية التالية لاستبيان عوامل ما وراء المعرفة (المعتقدات السلبية المرتبطة بكل من الخطر وعدم القدرة على التحكم- الثقة المعرفية- الحاجة إلى التحكم والسيطرة على الأفكار) ارتبطت ارتباطاً إيجابياً بالقلق كحالة. في حين أوضحت دراسات أخرى وجود علاقة بين المدركات الميتامعرفية والقلق مثل دراسة Irak,M. &Tosun,A.(2008).

فروض الدراسة:

تُبنى الدراسة الحالية على مجموعة من الفروض كما يلي:

- ١- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق لدى طلاب الجامعة.
- ٢- يوجد تأثير دال إحصائياً لعاملي النوع (ذكور/ إناث) ومستوى عوامل ما وراء المعرفة (منخفض/ مرتفع) على القلق لدى طلاب الجامعة.
- ٣- تُنبئ بعض عوامل ما وراء المعرفة دون غيرها بالقلق لدى طلاب الجامعة.

منهجية البحث وإجراءاته:

أولاً: منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي في

الكشف عن العلاقة بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق.

ثانياً: عينة البحث:

تكونت عينة الدراسة من ٣١١ طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الأولى والثانية والمقيدين بالفرق الأولى والثانية بشعب الطفولة واللغة الانجليزية واللغة العربية والمواد الاجتماعية بكلية التربية جامعة الزقازيق (٢٢٠ طالبة، ٩١ طالباً) تراوحت أعمارهم بين ١٨- ٢٣ عاماً بمتوسط عمر زمني ١٩.٣٩ عاماً، وانحراف معياري قدره ٠.٧٩.

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسه

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

ثالثاً : أدوات البحث :

أ- مقياس عوامل ما وراء المعرفة ترجمة وتقنين محمد السيد عبد الرحمن، ٢٠١٧.

تم استخدام النسخة المختصرة من مقياس عوامل ما وراء المعرفة-

٣٠ من إعداد ويلس وكاترايت- هاتون (٢٠٠٤) ويتكون المقياس في صورته المختصرة من خمسة أبعاد فرعية لكل بعد منها ست عبارات يتم الاستجابة عليها عن طريق الاستجابة طبقاً لطريقة ليكرت وهي: غير موافق (درجة واحدة)، أوافق قليلاً (درجتان)، أوافق بدرجة معقولة (٣ درجات)، أوافق بدرجة كبيرة جداً (٤ درجات). ويتضمن البعد الأول "المعتقدات الإيجابية عن القلق"، والبعد الثاني "انعدام السيطرة على القلق والخطر، والبعد الثالث "ضعف الثقة المعرفية"، ويتضمن البعد الرابع "الحاجة للسيطرة على الأفكار"، بينما يتضمن البعد الخامس "ضعف الوعي المعرفي بالذات". وتبلغ الدرجة الصغرى للمقياس (٣٠ درجة) والدرجة القصوى (١٢٠ درجة).

➤ الاتساق الداخلي للمقياس: تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد، وأسفرت نتائج التحليل عن ارتباط جميع مفردات المقياس بالبعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة ٠,٠١ فيما عدا المفردتين ١٣، ١٥ فقد كان معامل ارتباطهم دالاً عند ٠,٠٥، في حين ارتبطت أبعاد المقياس بالدرجة الكلية له عند مستوى دلالة ٠,٠١.

➤ صدق المقياس: لتقدير الصدق التلازمي للصورة القصيرة من مقياس عوامل ما وراء المعرفة على عينة الدراسة الحالية، تم حساب الصدق التلازمي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين الأبعاد الفرعية

للمقياس والدرجة الكلية له ومقياس جامعة بنسلفانيا للقلق، حيث ارتبطت الأبعاد انعدام السيطرة على القلق والخطر الذي يمثله، الحاجة للسيطرة على الأفكار والدرجة الكلية للمقياس بدلالة إحصائية موجبة عند ٠,٠١ وارتبط بعد ضعف الثقة المعرفية بدلالة إحصائية موجبة عند ٠,٠٥، بينما لم توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعدي المعتقدات الإيجابية عن القلق والوعي المعرفي بالذات مع مقياس بنسلفانيا للقلق.

➤ ثبات المقياس: وتمتع أبعاد المقياس بدرجة مناسبة من الثبات تراوحت بين ٠,٦٩ - ٠,٧٤، و ٠,٧٢ للدرجة الكلية.

ب- مقياس بيك للقلق ترجمة وتقنين الباحثة

أعد هذا المقياس كل من Aaron T. Beck, Gary Brown, Norman Epstein, Robert A. Steer, 1988 ويتكون هذا المقياس من ٢١ عبارة من أصل ٨٦ عبارة والتي تم اشتقاقها من قائمة القلق The Anxiety Checklist وقائمة القلق الموقفى The Situational Physician's Anxiety Checklist والقائمة المرجعية للكتب الطبية Desk Reference Checklist وتتناول هذه العبارات أعراض القلق، وتتم الاستجابة لعبارات هذا المقياس وفقاً لتدرج رباعي (على الإطلاق، بدرجة طفيفة لكن لا تقلقني، بدرجة متوسطة وتزعجني في بعض الأوقات، بدرجة شديدة وتزعجني كثيراً) والتصحيح بالتوالي (٠,١،٢،٣)، وقد صمم هذا المقياس لتقييم الأعراض المختلفة للقلق لدى المراهقين والبالغين. وقامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس والتي أوضحت ان المقياس اظهر اتساقاً داخلياً جيداً حيث كانت معاملات ارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية لجميع الأبعاد أكبر من ٠,٦١ وبلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ ٠,٨٨ مما يعطي ثقة كبيرة في نتائجه.

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسه

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

➤ الاتساق الداخلي

تم حساب الاتساق الداخلي لمفردات المقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة حيث تراوحت معاملات الارتباط بين ٠.٣٣ إلى ٠.٦٤ عند مستوى دلالة عند (٠.٠١)، وأيضاً على اتساق الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس حيث تراوحت معاملات الارتباط بين ٠.٦١ إلى ٠.٨٩ عند مستوى دلالة عند (٠.٠١).

➤ الثبات

تمتعت أبعاد المقياس بدرجة عالية من الثبات حيث تراوحت معاملات الثبات ما بين (٠.٥٩ - ٠.٨٣)، وبلغ معامل الثبات للمقياس ككل ٠.٨٨

➤ الصدق: تم حساب صدق المحك بين مقياس بيك للقلق ومقياس

سمة القلق لسيلبيرجر وزملائه حيث كان ارتباط أبعاد مقياس بيك ودرجته الكلية بمقياس سمة القلق ارتباطاً دالاً إحصائياً عند (٠.٠١).

رابعاً: المعالجة الإحصائية:

تم استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة من الحزمة الإحصائية للعلوم

الإنسانية والاجتماعية SPSS ومنها:

١- معامل الارتباط البسيط لبيرسون.

٢- تحليل التباين ذا التصميم العاملي ٢×٢.

٣- تحليل الانحدار المتدرج Stepwise Regression

نتائج الدراسة ومناقشتها:

(١) اختبار صحة الفرض الأول: وينص الفرض الأول على: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين عوامل ما وراء المعرفة والقلق لدى طلاب الجامعة".

ولاختبار صحة هذا الفرض، تم حساب معامل ارتباط بيرسون لفحص اتجاه العلاقة بين عوامل ما وراء المعرفة والدرجة الكلية لها والقلق والدرجة الكلية له وتتلخص النتائج في الجدول التالي:

جدول (١)

معاملات الارتباط بين أبعاد عوامل ما وراء المعرفة وأبعاد القلق والدرجة الكلية لكليهما لدى عينة الإناث (ن=٢٢٠)

عوامل ما وراء المعرفة						القلق
الدرجة الكلية لعوامل ما وراء المعرفة	ضعف الوعي المعرفي بالذات	الحاجة للسيطرة على الأفكار	ضعف الثقة المعرفية	انعدام السيطرة على القلق/الخطر	المعتقدات الإيجابية عن القلق	
**٠,٣٤٣	٠,١٢٩	**٠,٢٤٩	**٠,٣٢٠	**٠,٣٨٨	٠,١٠٩	الاحساسات الداخلية
**٠,٣٩٦	٠,٠٧٦	**٠,٣٨٧	**٠,٣٣٦	**٠,٤٤٥	٠,٠٢٥	الهلع
**٠,٣٠٨	٠,٠٠٣	*٠,١٥٢	**٠,٢٩٢	**٠,٢٦٩	*٠,١٣٩	الأعراض الذاتية
**٠,٢٦٧	٠,٠٥٢	*٠,١٣٥	**٠,٢٢٣	**٠,١٩٢	*٠,١٥٠	المظاهر الخارجية للقلق
**٠,٤٢٤	٠,٠٧٤	**٠,٣٠٧	**٠,٣٨٢	**٠,٤٣٦	٠,١٢٧	الدرجة الكلية للقلق

** دالة عند ٠,٠١ * دالة عند ٠,٠٥

يتضح من الجدول (١) مايلي:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند (٠,٠١) بين كل من بعد الإحساسات الداخلية وبعد الهلع والدرجة الكلية للقلق مع أبعاد انعدام السيطرة على القلق/الخطر وضعف الثقة المعرفية والحاجة للسيطرة على

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسه

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

الأفكار، والدرجة الكلية لمقياس عوامل ما وراء المعرفة، وغير دالة مع بعدي
المعتقدات الإيجابية عن القلق وضعف الوعي المعرفي بالذات (لدى عينة
الإناث).

٢- توجد علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين كل من بعد
الأعراض الذاتية للقلق وبعد المظاهر الخارجية للقلق مع كل من المعتقدات
الإيجابية عن القلق والحاجة للسيطرة على الأفكار، بينما كانت العلاقة دالة
عند (٠,٠١) مع بعدي انعدام السيطرة على القلق/الخطر وضعف الثقة
المعرفية، والدرجة الكلية لمقياس عوامل ما وراء المعرفة، وغير دالة مع بعد
ضعف الوعي المعرفي بالذات (لدى عينة الإناث).

جدول (٢) معاملات الارتباط بين أبعاد عوامل ما وراء المعرفة وأبعاد القلق والدرجة الكلية ل كليهما لدى

عينة الذكور (ن=٩١)

عوامل ما وراء المعرفة						القلق
الدرجة الكلية لعوامل ما وراء المعرفة	ضعف الوعي المعرفي بالذات	الحاجة للسيطرة على الأفكار	ضعف الثقة المعرفية	انعدام السيطرة على القلق/الخطر	المعتقدات الإيجابية عن القلق	
*٠,٣٨٧ *	٠,١٨ ٠	*٠,٢١٢	*٠,٢٧٢ *	*٠,٤٤١ *	٠,١٤ ٤	الاحساسات الداخلية
*٠,٤٤٠ *	٠,١٧ ٥	*٠,٣٢٢ *	*٠,٢١٣	**٠,٦٥٠	٠,٠٨ ٧	الهلع
*٠,٢٩٦ *	٠,٠٤ ٣	*٠,٣٦٠ *	*٠,٢٦٨	*٠,٤٩٨ *	٠,١٢ ٤	الأعراض الذاتية
٠,١٦٨	٠,٠٣ ٧	٠,١٥٢	*٠,٢٦٤	*٠,٣٣٢ *	٠,١١ ٤	المظاهر الخارجية للقلق
*٠,٤٥٠ *	٠,١٤ ٩	*٠,٣٤٠ *	*٠,٣٣٤ *	*٠,٦٣٥ *	٠,٠٤ ٠	الدرجة الكلية للقلق

* دالة عند ٠,٠٥

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢) مايلي:

- ١- توجد علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند (٠,٠١) بين كل من بعد الإحساسات الداخلية والدرجة الكلية للقلق مع أبعاد انعدام السيطرة على القلق/الخطر وضعف الثقة المعرفية والحاجة للسيطرة على الأفكار، والدرجة الكلية لمقياس عوامل ما واره المعرفة، وغير دالة مع بعدي المعتقدات الإيجابية عن القلق وضعف الوعي المعرفي بالذات (لدى عينة الذكور).
- ٢- توجد علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين كل من بعد الأعراض الذاتية للقلق وبعد الهلع مع كل من المعتقدات الإيجابية عن القلق والحاجة للسيطرة على الأفكار، بينما كانت العلاقة دالة عند (٠,٠١) مع بعدي انعدام السيطرة على القلق/الخطر وضعف الثقة المعرفية، والدرجة الكلية لمقياس عوامل ما واره المعرفة، وغير دالة مع بعد ضعف الوعي المعرفي بالذات (لدى عينة الذكور).
- ٣- توجد علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين بعد المظاهر الخارجية للقلق مع بعد ضعف الثقة المعرفية المعتقدات الإيجابية عن القلق، بينما كانت العلاقة دالة عند (٠,٠١) مع انعدام السيطرة على القلق/الخطر، وغير دالة مع بعد ضعف الوعي المعرفي بالذات والدرجة الكلية لمقياس عوامل ما واره المعرفة، والمعتقدات الإيجابية عن القلق والحاجة للسيطرة على الأفكار (لدى عينة الذكور).

(٢) اختبار صحة الفرض الثاني:

وينص الفرض الثاني على: "يوجد تأثير دال إحصائياً لعاملي النوع (ذكور- إناث)، ومستوى عوامل ما وراه المعرفة (منخفض- مرتفع) على القلق لدى طلاب الجامعة".

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسه

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد ناهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

جدول (٣)

البيانات الوصفية لدرجات القلق في ضوء متفيري النوع ومستوى عوامل ما وراء المعرفة

النوع	مستوى عوامل ما وراء المعرفة	العدد	بعد الإحساسات الجسمية الداخلية		بعد الهلع المرتبط بالقلق		بعد الأعراض الذاتية للقلق		بعد المظاهر الجسمية الخارجية		الدرجة الكلية للقلق	
			متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري
إناث	منخفضة	١١١	٨,٢٢	٤,٩٩	٣,٧٥	٤,٠٩	٢,٩٧	٣,٠٠	١,٩٦	٢١,٢٤	١٠,٥٣	
	مرتفعة	١٠٩	١١,٠٦	٥,١٢	٨,٣٨	٥,٩٦	٣,٠٣	٣,٦٩	٢,٢٠	٢٩,٠٨	١٠,٢١	
	المجموع	٢٢٠	٩,٦٢	٥,٢٤	٧,١٥	٣,٩٧	٣,١٤	٣,٣٤	٢,١١	٢٥,١٣	١١,٠٧	
ذكور	منخفضة	٤٥	٥,٩٣	٤,٩٠	٣,٠٤	٣,٠٧	٢,١٥	٢,٥٦	١,٩٧	١٥,٧١	٩,٢٦	
	مرتفعة	٤٦	٨,٤١	٤,٣٩	٥,٧٦	٣,٠٩	٢,٩٨	٣,٣٣	٢,٢٢	٢١,٨٠	٩,٣٢	
	المجموع	٩١	٧,١٩	٤,٧٩	٣,١٥	٣,٦٩	٢,٦٦	٢,٩٥	٢,١٣	١٨,٧٩	٩,٧٣	
المجسوم	منخفضة	١٥٦	٧,٥٦	٥,٠٥	٣,٢٨	٣,٧٩	٢,٧٩	٢,٨٧	١,٩٧	١٩,٦٥	١٠,٤٦	
	مرتفعة	١٥٥	١٠,٢٧	٥,٠٥	٧,٦٠	٣,٤٢	٣,١٠	٣,٥٨	٢,٢٠	٢٦,٩٢	١٠,٤٧	
	المجموع	٣١١	٨,٩١	٥,٢٢	٦,٥١	٣,٥٢	٣,٠٦	٣,٢٣	٢,١٢	٢٣,٢٧	١١,٠٦	

جدول (٤)

نتائج تحليل التباين ثنائي الاتجاه ٢×٢ لتفاعل كلاً من النوع (ذكور- إناث) ، ومستوى عوامل ما وراء

المعرفة (منخفض - مرتفع) على القلق لدى طلاب الجامعة

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الإحساسات الجسمية الداخلية	النوع (أ)	٣٩٠,٢٩	١	٣٩٠,٢٩	١٥,٩٩	٠,٠١
	مستوى عوامل ما وراء المعرفة	٤٥٥,١٨	١	٤٥٥,١٨	١٨,٦٥	٠,٠١
	تفاعل (أ)×(ب)	٢,٠٨	١	٢,٠٨	٠,٠٩	غير دالة
	تباين الخطأ	٧٤٩٢,٤٣	٣٠٧	٢٤,٤١		
	المجموع	٣٣١٤٧,٠٠	٣١١			
الهلع المرتبط بالقلق	النوع (أ)	٣١١,٠٦	١	٣١١,٠٦	٣٠,٣٥	٠,٠١
	مستوى عوامل ما وراء المعرفة	٢٦٣,٢٣	١	٢٦٣,٢٣	٢٥,٦٨	٠,٠١
	تفاعل (أ)×(ب)	١١,١٩	١	١١,١٩	١,٠٩	غير دالة
	تباين الخطأ	٣١٤٦,٤٢	٣٠٧	١٠,٢٥		
	المجموع	١٧٠١٠,٠٠	٣١١			
الأعراض	النوع (أ)	١١٥,٧٨	١	١١٥,٧٨	١٣,٨٣	٠,٠١

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الذاتية للقلق	مستوى عوامل ما وراء المعرفة	١٥٥,٧٣	١	١٥٥,٧٣	١٨,٦١	٠,٠١
	تفاعل (أ)×(ب)	٦,٥٠	١	٦,٥٠	٠,٧٨	غير دالة
	تباين الخطأ	٢٥٦٩,٤٩	٣٠٧	٨,٣٧		
	المجموع	٩٥٧٨,٠٠	٣١١			
المظاهر الجسمية الخارجية	النوع (أ)	١٠,٤٧	١	١٠,٤٧	٢,٤٠	غير دالة
	مستوى عوامل ما وراء المعرفة	٣٤,٢٤	١	٣٤,٢٤	٧,٨٥	٠,٠١
	تفاعل (أ)×(ب)	٠,١٠٩	١	٠,١٠٩	٠,٠٢٥	غير دالة
	تباين الخطأ	١٣٣٨,٦١	٣٠٧	٤,٣٦		
المجموع	٤٦٢٣,٠٠	٣١١				
الدرجة الكلية للقلق	النوع (أ)	٢٦٤٠,٦٩	١	٢٦٤٠,٦٩	٢٦,٠٣	٠,٠١
	مستوى عوامل ما وراء المعرفة	٣١٢٣,٦٢	١	٣١٢٣,٦٢	٣٠,٧٩	٠,٠١
	تفاعل (أ)×(ب)	٤٩,٠٦	١	٤٩,٠٦	٠,٤٨٤	غير دالة
	تباين الخطأ	٣١١٤٣,١٧	٣٠٧	١٠١,٤٤		
المجموع	٢٠٦٤٠٤,٠٠٠	٣١١				

يتضح من الجدول (٤) وجود تأثير دال إحصائياً عند (٠,٠١) لعاملي النوع ومستوى عوامل ما وراء المعرفة منفردين على القلق، حيث وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين الذكور والإناث في جميع أبعاد القلق ودرجته الكلية لصالح الإناث فيما عدا بعد المظاهر الجسمية الخارجية والتي لم تظهر الفروق بين الذكور والإناث دلالة إحصائية في هذا البعد، كما وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين منخفضي ومرتفعي مستوى عوامل ما وراء المعرفة في جميع أبعاد القلق ودرجته الكلية لصالح مرتفعي مستوى عوامل ما وراء المعرفة، في حين لم يوجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل بين كلا من النوع ومستوى عوامل ما وراء المعرفة على القلق.

(٣) اختبار صحة الفرض الثالث:

وينص الفرض الرابع على: " تنبئ بعض عوامل ما وراء المعرفة دون غيرها بالقلق لدى طلاب الجامعة".

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسه

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

جدول (٥)

نموذج تحليل التباين لانحدار أبعاد عوامل ما وراء المعرفة على القلق لدى عينة الإناث

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف ودالاتها
القلق	انعدام السيطرة على القلق/الخطر ضعف الثقة المعرفية	الانحدار	٦٩١٥,٤٦٥	٢	٣٤٥٧,٧	٣٧,٦٣٧
		البواقي	١٩٨٤٣,٨٨٧	٢١٦	٩١,٨٧٠	دالة عند ٠,٠١
		المجموع	٢٦٧٥٩,٣٥٢	٢١٨		

يتضح من الجدول (٥): أن بعدي انعدام السيطرة على القلق/الخطر وضعف الثقة المعرفية هما البعدين المنبئين بعوامل ما وراء المعرفة (لدى عينة الإناث)، والجدول التالي يوضح حجم التأثير ومعامل الانحدار لكل منهما .

جدول (٦)

نموذج الانحدار الخطى لدراسة إمكانية التنبؤ بالقلق من عوامل ما وراء المعرفة لدى عينة الإناث .

مستوى الدلالة	قيمة ت	المعاملات المعيارية			المعاملات غير المعيارية		مكونات النموذج	
		قيمة بيتا Beta	نسبة المساهمة R2	معامل الارتباط المتعدد R	الخطأ المعياري	قيمة (B)	المتغيرات المستقلة المنبئة	المتغير التابع
٠,٠١	٥,٧٢	٠,٣٥	٠,١٩	٠,٤٤	٠,١٦٤	٠,٩٤	انعدام السيطرة على القلق/الخطر	القلق
٠,٠١	٤,٤٥	٠,٢٧	٠,٢٦	٠,٥١	٠,١٦٣	٠,٧٣	ضعف الثقة المعرفية	
قيمة الثابت العام = ١,٣٧٠								

يتضح من الجدول (٦) ما يلي: ينبئ كل من انعدام السيطرة على القلق/الخطر و ضعف الثقة المعرفية بالقلق لدى عينة الإناث بنسبة مساهمة إجمالية ٢٦% (١٩% لانعدام السيطرة على القلق، ٧% لضعف الثقة المعرفية)، ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية على النحو التالي

$$\text{القلق} = ٠,٣٥ \times \text{انعدام السيطرة على القلق} + ٠,٢٧ \times \text{ضعف الثقة المعرفية} + ١,٣٧$$

جدول (٧)

نموذج تحليل التباين لانحدار أبعاد عوامل ما وراء المعرفة على القلق لدى عينة الذكور

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف ودالاتها
القلق	انعدام السيطرة على القلق/الخطر	الانحدار	٣٤٤٤,٢٠٠	١	٣٤٤٤,٢٠	٦٠,٢٨٤
		البواقي	٥٠٨٤,٨٣٣	٨٩	٥٧,١٣٣	دالة عند
		المجموع	٨٥٢٩,٠٣٣	٩٠		٠,٠١

يتضح من الجدول (٧) ما يلي: أن بعد انعدام السيطرة على القلق/الخطر هو البعد المنبئي بعوامل ما وراء المعرفة (لدى عينة الذكور)، والجدول التالي يوضح حجم التأثير ومعامل الانحدار لكل منهما .

جدول (٨)

نموذج الانحدار الخطي لدراسة إمكانية التنبؤ بالقلق من عوامل ما وراء المعرفة لدى عينة الذكور.

مستوى الدلالة	قيمة ت	المعاملات المعيارية			المعاملات غير المعيارية		مكونات النموذج	
		قيمة بيتا Beta	نسبة المساهمة R2	معامل الارتباط المتعدد R	الخطأ المعياري	قيمة (B)	المتغيرات المستقلة المنبئة	المتغير التابع
٠,٠١	٧,٧٦	٠,٦٤	٠,٤٠	٠,٦٤	٠,١٩٢	١,٤٩	انعدام السيطرة على القلق/الخطر	القلق
قيمة الثابت العام = ٠,٢١٨								

يتضح من الجدول (٨) ما يلي:

ينبئ بعد انعدام السيطرة على القلق/الخطر بالقلق لدى عينة الذكور بنسبة مساهمة ٠,٤٠٪، ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية على النحو التالي:

$$\text{القلق} = ١,٤٩ \times \text{انعدام السيطرة على القلق} + ٠,٢١٨$$

مناقشة وتفسير النتائج:

هدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين عوامل ما وراء المعرفة واضطراب القلق لدى طلاب الجامعة، وجاءت النتائج لتوضح وجود علاقة

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد ناهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

ارتباطية جزئية موجبة بين بعض عوامل ما وراء المعرفة وبعض أبعاد اضطراب القلق وعدم وجود علاقة بين بعض أبعاد عوامل ما وراء المعرفة والبعض الآخر من أبعاد اضطراب القلق، واختلفت الأبعاد التي لم تظهر ارتباطاً بين الذكور والإناث، حيث لم تظهر النتائج ارتباطاً دالاً بين الأبعاد الفرعية للقلق والدرجة الكلية له ببعد ضعف الوعي المعرفي بالذات لدى الإناث، كما لم تظهر الأبعاد الفرعية الآتية للقلق (الإحساسات الداخلية، الهلع، الدرجة الكلية للقلق) ارتباطاً دالاً ببعد المعتقدات الميتمعرفية الإيجابية المرتبطة بالقلق لدى الإناث. في حين لم تظهر أي من الأبعاد الفرعية أو الدرجة الكلية لمقياس القلق ارتباطاً دالاً ببعد ضعف الوعي المعرفي بالذات وبعد المعتقدات الميتمعرفية الإيجابية المرتبطة بالقلق لدى الذكور، كما لم يظهر بعد المظاهر الخارجية للقلق ارتباطاً دالاً بالمعتقدات الميتمعرفية الإيجابية والحاجة إلى السيطرة على الأفكار والدرجة الكلية لعوامل ما وراء المعرفة لدى الذكور.

وأوضحت النتائج أن كلاً من بعدي ضعف الثقة المعرفية وانعدام السيطرة على الأفكار/القلق باضطراب القلق لدى الإناث بنسبة مساهمة إجمالية ٢٦٪ في حين كان بعد انعدام السيطرة هو العامل المنبئ بالقلق لدى الذكور بنسبة مساهمة ٤٠٪.

كما أوضح تحليل التباين ثنائي الاتجاه لتفاعل عاملي النوع/ مستوى عوامل ما وراء المعرفة على القلق وجود تأثيردال إحصائياً عند (٠,٠١) لعاملي النوع ومستوى عوامل ما وراء المعرفة منفردين على القلق، في حين لم يوجد تأثيردال إحصائياً للتفاعل بين كلاً من النوع ومستوى عوامل ما وراء المعرفة على القلق،

وتتفق تلك النتائج مع ما أسفرت عنه نتائج دراسة (Delavar, B., Dolatshahi, B., Mohsen Nouri, M., Aryanfar, Kh., 2014). التي أوضحت وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة عند مستوى (٠,٠١) بين القلق و الدرجة الكلية لما وراء المعرفة وأربعة عناصر من المعتقدات وهي (المعتقدات الإيجابية، المعتقدات السلبية، عدم التحكم، الثقة المعرفية المنخفضة). ونتيجة دراسة (Ramos-Cejudo, J. & Salguero, J.M., 2017) التي أيدت الدور الرئيسي الذي تلعبه عوامل ما وراء المعرفة في ظهور القلق.

كما تتفق هذه النتيجة جزئياً مع ما جاءت به دراسة (Ramos-Cejudo, J. & Salguero, J.M., 2017) في أن المعتقدات الميتامعرفية لا تنبئ بشكل مستقل بالقلق طويل المدى، وأن المعتقدات الميتامعرفية السلبية تتفاعل مع القلق الأساسي لتنبئ بالتغير في أعراض القلق. ونتائج دراسة (saed, O., purehsanb, S. & Akbaria, S., 2010) والتي كشفت أن المعتقدات الميتامعرفية وخاصة السلبية منها مثل (عدم القدرة على التحكم والخطر) ارتبطت إيجابياً بالقلق. وأوضح تحليل الانحدار أن المعتقدات الميتامعرفية وخاصة المعتقدات الميتامعرفية السلبية (عدم القدرة على التحكم والخطر) تعد منبئات جيدة بكل من القلق والاكتئاب.

ويمكن تفسير ذلك بأن الإناث أكثر قابلية وحساسية للشعور بالقلق والتوتر، وأكثر ميلاً للتفكير المستمر في أفكارهم، وأقل قدرة على السيطرة على انفعالاتهن، فالإناث في هذه الدراسة كن أكثر ميلاً للتفكير السلبي نحو التوتر، وأقل في المعتقدات الإيجابية نحو التوتر مقارنة بعينة الذكور. فالعديد من الدراسات والأدبيات في مجال الاضطرابات النفسية أيدت الدور الذي تلعبه عوامل المعرفة في تطور أعراض القلق والتي فسرت السبب في ظهور الاضطرابات النفسية يرجع إلى نمو متلازمة الانتباه المعرفي والتي تعد

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن حسه

أ.د/ محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

نوعاً من التفكير المسموم الذي يتسم بالقلق والاجترار وتركيز الانتباه على مصادر التهديد .

توصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي فإنه يمكن تقديم مجموعة التوصيات التالية:

- تقديم البرامج الإرشادية للأسرة حول كيفية التعامل مع القلق.
- تدريب الشباب على كيفية التعامل مع القلق دون اللجوء إلى أساليب المواجهة أو التجنب اللاتكيفية.
- تشجيع الباحثين على البحث في مجال ما وراء المعرفة كي يتم إثراء المكتبة العربية في هذا المجال.

المراجع

- السيد فهمي علي(٢٠٠٩) . علم نفس الصحة(الخصائص النفسية الإيجابية والسلبية للمرضى والأسوياء). الأسكندرية: دار الجامعة الجديدة للنشر.
- أحمد عبدالكريم حمزة(٢٠١٠). الإرشاد النفسي والاضطرابات الانفعالية للأطفال والمراهقين. عمان: دار الثقافة.
- أحمد عكاشه(٢٠٠٩). علم النفس الفسيولوجي. ط١٢. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد السيد عبد الرحمن(٢٠٠٩). علم الأمراض النفسية والعقلية. ط٢. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- محمد السيد عبدالرحمن (٢٠١٤). العلاج المعرفي والميتا معرفي. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

محمد السيد عبدالرحمن (٢٠١٥). مقياس عوامل ما وراء المعرفة. القاهرة:
دار الكتاب الحديث (تحت النشر).

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

Bacow ,L.T., May, E.J., Rody,R.L. and
Pincus,B.D.(2010).Are there specific
metacognitive processes associated with anxiety
disorders in youth?. *Psychology Research and
Behavior Management*:3, 81-90.

Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. (1988). An
Inventory for Measuring Clinical Anxiety:
Psychometric Properties. *J Consult Clinical
Psychology* , 56, 893-897 .

Besharat MA, Mirjalili RS, BahramiEhsan H.(2015). The
mediating role of meta-cognitive beliefs and
cognitive emotion regulation deficit on the
relationship between cognitive perfectionism and
worry in generalized anxiety disorder. *Journal of
Fundamentals of Mental Health*,17(3), 115-22.

Barahmand, U. (2009). Meta-Cognitive Profiles in
Anxiety Disorder.*Psychiatry Research*, 169,
240-243.

Delavar, B., Dolatshahi ,B., Mohsen Nouri, M.,
Aryanfar,Kh.(2014). Metacognition and
Depression, State Anxiety and Trait Anxiety
Symptoms.*Practice in clinical psychology*. 2 (3),
220-225.

Eisenberg, D., Gollust,S.,
Golberstein,E.&Hefner,J.(2007). Prevalence and
correlates of Depression, Anxiety, and

أ.د. / محمد السيد عبد الرحمن حسنة

أ.د. / محمد أحمد إبراهيم سعفان

فاطمة الزهراء محمد زاهر محمد

عوامل ما وراء المعرفة وعلاقتها بالقلق لدى طلاب الجامعة

Suicidality among University students.
American Journal of Orthopsychiatry, 77(4) ,
534-542.

Iraka, M. & Tosun, A. (2008). Exploring the role of metacognition in obsessive-compulsive and anxiety symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 1316-1325.

Lenzo, V., Toffle, M., Tripodi, F., Quattropiani, M. (2016). Gender Differences In Anxiety, Depression And Metacognition. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, EPSBS. EISSN: 2357-1330.

Ramos-Cejudo, J. & Salguero, J.M. (2017). Negative metacognitive beliefs moderate the influence of perceived stress and anxiety in long-term anxiety. *Psychiatry Research*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2017.01.056>.

Ryum, t., Kennaire, L., Hjemdal, O., Hagen, R., (2017). Worry and Metacognitions as predictors of Anxiety Symptoms : A Prospective Study. *Frontiers in Psychology*. 8 (924), 1-6.

saed, O., purehsanb, S. Saeed Akbaria, S., (2010). Correlation among meta- cognitive beliefs and anxiety – depression symptoms . *Procedia Social and Behavioral Sciences* .5, 1685-1689.

Spada, M., Nikcević, A., Moneta, G. & Wells, A. (2008). Metacognition, perceived stress, and negative emotion. *Personality and Individual Differences*, 44, 1172-1181.

- Spada, M., Georgiou, G., Wells, A. (2010). The relationship among Metacognitions, Attentional Control, and State Anxiety. *Journal of Cognitive Behaviour Therapy*. 39(1).
- Sharifi M, Golmirzaei J, Bushehri E, Paskhandi S, Paskhandi S, Namazi SS, et al. (2002). The Prevalence of Anxiety Among students of Hormozgan University of Medical Sciences in 2007. *International Electronic Journal of Medicine (IEJM)*; 1(2):24-29.
- Wells, A., (2006). *The Metacognitive Model of Worry and Generalized Anxiety Disorder*. IN *Worry and Its Psychological Disorders: Theory, Assessment and Treatment*. Edited by G.C.L. Davey and A. Wells. John Wiley & Sons, Ltd.
- Wells, A., (2009). *Metacognitive Therapy for Anxiety and Depression*, 9 th Ed, New York: The Guilford Press.
- Yilmaz, E.A., Gencoz, T. & Wells, A. (2011). The temporal precedence of metacognition in the development of anxiety and depression symptoms in the context of life-stress: A prospective study. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 389–39.