# المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدى طالبات الجامعة


أ.د. محمد السيد عبد الرحمن
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة الزقازيق

د ثريا سراج
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية النوعية- جامعة طنطا



**ملخص الدراسة:**

تهدف الدراسة الحالية إلى:

أ-بحث طبيعة العلاقة الارتباطية المباشرة بين كل من المخططات المعرفية اللاتكيفية والضغوط النفسية من ناحية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة من ناحية أخرى.

ب- دراسة أثر عزل كل مخطط على حدة من المخططات المعرفية اللاتكيفية على العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

ج- دراسة أثر عزل جميع المخططات المعرفية اللاتكيفية على العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

د-التعرف على أهم المخططات المعرفية اللاتكيفية المنبئة بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

وتكونت عينة الدراسة من مجموعة غير إكلينيكية قوامها ١٨٧ طالبة بكلية التربية النوعية جامعة طنطا تراوحت أعمارهن بين ١٨-٢١ سنة بمتوسط ٢٠,٤ سنة وانحراف معياري ١,٠٨، موزعات على المستويين الثاني والثالث بالكلية، وينحدرن في الغالب من مستويات اقتصادية واجتماعية متوسطة.

وأسفرت النتائج عن:

- انخفاض قيم معاملات الارتباط بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدي طالبات الجامعة بعد عزل أثر المخططات المعرفية اللاتكيفية.
- وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.
- **تنبئ بعض الضغوط النفسية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة.**
- تنبئ بعض المخططات المعرفية اللاتكيفية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة..

# المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدى طالبات الجامعة

أ.د. محمد السيد عبد الرحمن
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة الزقازيق

د ثريا سراج
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية النوعية– جامعة طنطا

تلعب أحداث الحياة الضاغطة دوراً كبيراً في حدوث العديد من الاضطرابات النفسية والمشكلات الانفعالية والمعرفية والسلوكية للكائن البشرى، وتتنوع مصادر الضغوط وتتباين من فرد لأخر ولدى نفس الفرد من وقت لأخر، فقد تكون نفسية أو أسرية أو اقتصادية أو صحية أو دراسية إذا كان طالباً بأحد المراحل التعليمية.

ويعد الاكتئاب أكثر الاضطرابات النفسية التي تولدها هذه الضغوط وخاصة في مرحلة المراهقة، حيث تشير الدراسات المبكرة في هذا السياق إلى انتشار الاكتئاب بين طلاب الجامعة، حيث وجدت دراسة مايرز وآخرون Myers J. et al. 1984 في بحث عن معدلات انتشار الاضطرابات النفسية بين ٩٥٠٠ من البالغين فوق الثامنة عشر في أمريكا أن معدل انتشار الاختلالات المزاجية كانت شائعة في المرحلة العمرية بين ١٨ ، ٢٤ سنة بالنسبة للذكور، ٢٥– ٤٤ سنة بالنسبة للنساء. وبعد عشر سنوات وجد إكسلر وآخرون ١٩٩٤ أيضاً نسبة عالية من اختلالات المزاج في الفئة العمرية ١٥ – ٢٤سنة، وهناك عدد من العوامل المساعدة التي يمكن أن تشرح هذا الاستنتاج منها على سبيل المثال نقص الرعاية الوالدية، وضغوط التعليم والوظيفة، والغموض الذي يكتنف مرحلتي المراهقة والرشد المبكر في كيفية مجاراة الحياة وخاصة في المجتمعات الرأسمالية (في: مجمد السيد عبد الرحمن: ٢٠١٣)

ولا يخفي على أحد ما لهذا الاضطراب من تأثير على الفرد في جوانب ومجالات حياته المختلفة، حيث يشير بارنهوفر وآخرون (Barnhofer, et al., 2009, 366–373) إلى أن "الاكتئاب يعد من أكثر الاضطرابات النفسية انتشاراً، وأكثرها إعاقة، حيث إنه يؤثر على الوظائف الاجتماعية والشخصية والبيولوجية، وأن المكتئبين يعممون التفكير السلبي على وجهة نظرهم للماضي، والذات الحالية، والمستقبل، وينعدم لديهم الاهتمام والشعور بالاستمتاع، وتنخفض مشاركاتهم في الأنشطة التي يشعرون من خلالها بالخبرة والمتعة.

ومع ذلك يختلف تأثير هذه الضغوط على الأفراد طبقا لقدرتهم على مواجهتها والتعامل معها، حيث تلعب العوامل المعرفية دوراً في زيادة تأثيرها أو الحد منها، ومن بين هذه العوامل تأتى المخططات المعرفية اللاتكيفية التي تعد تطوير لأفكار بيك حول التشوهات المعرفية وثالوث الاكتئاب، حيث يتضمن المسار الخطيlinear path الذي طوره في البداية من نموذج من الخطوات المتتابعة الآتية: المخططات ← أفكار تلقائية ← تفسيرات سلبية ← مشكلات انفعالية/ سلوكية. والمخططات هي أفكار محورية تتطور عبر الحياة، تماثل معتقدات أنماط الحياة في نظرية أدلر التي تؤثر في تفسير الفرد للإحداث، وهذه التفسيرات غالبا ما تصبح تلقائية، أي أنها تقفز إلى ذهن الفرد مباشرة دون وعي منه بذلك.(محمد السيد عبد الرحمن، ٢٠١٤).

ومن التطويرات المثيرة تلك التي قام بها جيفري يونج ورفاقه Yung, J. et al., 2003, p: 6 في توسعته للنظرية المعرفية ما أطلق عليه نظرية المُخطط Schema Theory، وعرف المخططات اللاتكيفية المبكرة بأنها أنماط أو أنواع من الطرق السلبية للتفكير تميل للتكرار والمعاودة، وقد حصر يونج ورفاقه ثمانية عشر مخطط لاتكيفي مختلف، وقد تجمعت المخططات غير التكيفية الأولية في خمس مجالات للمخططات طبقا للحاجات الأساسية التي لم تُشبع في مرحلة الطفولة.

وتشرح نظرية المخطط على النحو الذي اقترحه يونج وزملاؤه ٢٠٠٣ العلاقة بين خبرات الطفولة والحالة المزاجية الفطرية لدى الفرد والنتائج النفسية والاجتماعية والشخصية المترتبة على ذلك في مرحلتي المراهقة والرشد، كما اقترحوا أنه بمجرد أن تأخذ المخططات المعرفية اللاتكيفية موضعها في وقت مبكر من حياة الفرد فإنها ستبقى تؤثر باستمرار في الطريقة التي يتفاعل بها الفرد مع كل من البيئة والعمليات الداخلية لديه، ومن ثم فهي تسهم في العديد من الاضطرابات المزمنة مثل الاكتئاب المزمن، والقلق، واضطرابات الشخصية.

ولذا يفترض أنصار المدرسة المعرفية أن العوامل المعرفية تتوسط العلاقة بين الأحداث التي يواجهها الشخص والاستجابات العاطفية أو الوجدانية اللاحقة، حيث تقع بين الموقف أو الحدث الضاغط وردود أفعال الفرد كل الخطوات الهامة المتعلقة بتجهيز وتقييم الجوانب المعرفية Lazarus, R. (1991)، وعلى سبيل المثال، فالأفراد الذين ينسبون فشلهم لعيوب شخصية مستقرة بهم من المرجح أن يصبحوا أكثر اكتئاباً وشعورا بالعجز واليأس. وينطبق نفس المبدأ على المؤثرات أو الضغوط الداخلية كالأحاسيس الجسمية غير المريحة التي تعد ضغوطا صحية، والأفكار غير المرغوبة أو العواطف والمشاعر المؤلمة كالإحساس بالذنب والخجل والخوف التي تعد بمثابة ضغوط شخصية او انفعالية، وبنفس الطريقة التي تحدثها المؤثرات أو الضغوط الخارجية في البيئة كالضغوط الاقتصادية، والنقد من الآخرين وغيرها من الضغوط النفسية.( Riskind, J.H.; Alloy, L.B. 2006, pp: 705-725)

وعلى الرغم من تباين واختلاف النماذج المعرفية حول تفاصيل هذه العلاقة إلا ان هناك سمات أو خصائص مشتركة، حيث يفترض ريسكايند وألوي Riskind & Alloy, 2006, pp: 705-725 وجود سلسلة سببية تبدأ بتطور الخبرات والمخططات المعرفية من خبرات الحياة المبكرة مثل أخطاء التعلق، والنمذجة، وأساليب المعاملة الوالدية اللاسوية، وبمجرد أن تتشكل مخططات الفرد المعرفية تتغير طريقة استجابته لأحداث وضغوط الحياة وتتحول إلى اضطرابات انفعالية ونفسية، حيث يفترض ان هذه المخططات والتشوهات المعرفية لها وظيفة تخطيطية schematic function (Clark, et al; 1999, p:18)، وتعرف هذه النظرية بنظرية التوتر- الضعف المعرفي cognitive vulnerability–stress theory لالوى وريسكايند.

وقد استخدمت نظرية التوتر- الضعف المعرفي لتفسير الاضطرابات المزاجية كالاكتئاب وغيره، واضطرابات القلق بصفة عامة بناء على نظرية بيك المعرفية، فالأفراد الذين لديهم مخططات معرفية أو معتقدات محورية سلبية أو مشوهة هم عرضة لخطر متزايد للإصابة بالاكتئاب، فعند وقوع أحداث الحياة الضاغطة يتم تنشيط المخططات المعرفية السلبية لديهم التي تؤثر بدورها على الطريقة التي يفسر بها الفرد هذا الحدث، مما يؤدي إلى أعراض اكتئابية، وقد تم اقتراح عملية مشابهة لشرح عملية الاستهداف للقلق من قبل هانكين وأبيلا Hankin & Abela, 2005, pp:32-46، اللذين قدما أدلة مهمة تدعم نظرية التوتر- الضعف المعرفي لالوى وريسكايند بنفس الطريقة المستخدمة في تفسير الاضطرابات المزاجية.

وتؤكد بعض الدراسات على طبيعة العلاقة بين هذه المخططات المعرفية اللاتكيفية والاضطرابات النفسية عموما والاكتئاب على وجه خاص، حيث أشار فان فايلربيج وآخرون Van Vlierberghe, L ;. et al, 2010, pp:316-323 في دراسة لهم قارنوا خلالها بين عينة سوية وأخرى إكلينيكية طبق عليهم استبيان يونج للمخططات إلى أن الذين يعانون من اضطرابات نفسية قد حصلوا على درجات عالية على أبعاد المخططات المعرفية اللاتكيفية مقارنة بالأسوياء، وهذا يشير إلى أن هذه المخططات يمكن أن تميز بصدق بين المجموعات التي لديها أشكال مختلفة من الاضطرابات النفسية، وأن درجاتهم على مقياس المخططات تشير لأعراض ومشاكل نفسية. كما دعمت مجموعة من الدراسات هذه الرؤية منها على سبيل المثال لا الحصر دراسة كالفت وآخرون Calvete, E., et al, 2007, pp:791-804 التي أكدت على دور المخططات المعرفية كمتغير وسيط في العلاقة بين عنف الزوج (كأحد ضغوط أحداث الحياة) وأعراض الاكتئاب، ودراسة جرينبرج Greenberg, M.W. 2008 التي توصلت إلى أن الضغوط الأسرية المختلفة مثل ضعف التماسك واضطراب التواصل والصراع وقلة النشاط الاجتماعي /والترويحي، وأحداث الحياة السلبية، واكتئاب الأمهات ترتبط جميعها بالاكتئاب لدى بناتهن، وان الثالوث المعرفي لدى الفتيات ينبأ بشدة أعراض الاكتئاب لديه، فقد كان بمثابة المتغير الوسيط في العلاقة بين الضغوط الأسرية والاكتئاب.

وتدعم كل هذه الآراء وجهة نظر بيك في رؤيته أن التشويه المعرفي المسبب للاكتئاب يحدث نتيجة أفكار تلقائية تظهر في عقولنا أو تحلق في أذهاننا على حافة الشعور، ويتقبل مريض الاكتئاب هذه الأفكار دون تمحيص، ويتسق هذا الافتراض مع رأى المدرسة السيكودينامية من أن التعرض للفشل والخسارة تسبب الاكتئاب، وقد أكدت العديد من الدراسات على فرض بيك من أن الأشخاص المكتئبين لديهم أفكار تلقائية مشوهة، وأن محتوى هذه الأفكار يركز على الفشل والخسارة(محمد السيد عبد الرحمن: ٢٠١٣).

**مشكلة الدراسة:**

يصيب شخص على الأقل من بين كل ستة أشخاص في أمريكا أي ما يعادل ثمانية عشر مليون أمريكي سنويا(**farah, D. et al; 2013**)، وتتباين نتائج الدراسات التي حاولت استقصاء معدلات انتشاره إلا أنها في مجملها تشير إلى انتشاره بمعدلات مرتفعه مقارنة بغيره من الاضطرابات النفسية الأخرى، ووفقا لتقارير منظمة الصحة العالمية ٢٠٠٥ تتراوح المعدلات العالمية لانتشار الاكتئاب مابين (٢.٦%-١٧.٧%)، وتتفاوت نسب انتشار الاكتئاب في دول أوربا

فتبلغ ٢.٦% في أسبانيا، ١٧.١% في المملكة المتحدة، كما تتفاوت على صعيد الدول العربية، وعلى سبيل المثال تصل في الكويت إلى ١٠.٩%، وفي الإمارات ١٥.٨%، وفي الجزائر ١٨.١٣% وفي السعودية إلى ٢٠%، وفي مصر تتراوح النسبة بين ١١.٤%-١٩.٧% ، وان أعلى نسب الاكتئاب توجد في سوريا تليها تونس(على كاظم، ومحمد الانصارى٢٠٠٨، ١٩٩).

أشارت الدراسات السابقة زيادة ملحوظة في حدوث الاكتئاب خلال فترة المراهقة، ولا سيما للإناث، وقد وجدت الأبحاث أن هذه الظاهرة ترتبط بتطور الأفكار والمعتقدات حول الذات، والعالم، والمستقبل المعروفة باسم الثالوث المعرفيthe cognitive triad ، وهو ما يشكل التهيئة المعرفية المحتملة للإصابة بالاكتئاب وأن الضغوط المختلفة سواء الأسرية أو الأكاديمية أو غيرهما قد تلعب دوراً في حدوث الاكتئاب كذلك، وأن هذه التشوهات والمخططات المعرفية اللاتكيفية أو بعضها قد تلعب دورا وسيطا في العلاقة بين هذه الضغوط والاكتئاب كما أوضحتها نظرية التوتر- الضعف المعرفي cognitive vulnerability–stress theory لألوى وريسكايند، ودراسة جرينبرج Greenberg, M.W. (2008)، ودراسة فايلربيج وآخرون Van Vlierberghe, L ;. et al, 2010 وغيرهما.

**تساؤلات الدراسة:**

يمكن صياغة التساؤل الرئيسي للدراسة على النحو الآتي:

هل تُعد المخططات المعرفية اللاتكيفية متغير وسيط في العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدى طالبات الجامعة؟.

ويتفرع عن هذا التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية:

١- هل تنخفض قيم معاملات الارتباط بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدي طالبات الجامعة بعد عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية؟.

٢- هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

٣- هل تنبأ بعض الضغوط النفسية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة؟.

٤- هل تنبأ بعض المخططات المعرفية اللاتكيفية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

**الهدف من الدراسة:**

**تهدف الدراسة الحالية إلى:**

أ. الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية المباشرة بين كل من المخططات المعرفية اللاتكيفية والضغوط النفسية من ناحية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة من ناحية أخرى.

ب. بيان أثر عزل كل مخطط على حدة من المخططات المعرفية اللاتكيفية على العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

ج. كشف اثر عزل جميع المخططات المعرفية اللاتكيفية على العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

د. التعرف على أهم المخططات المعرفية اللاتكيفية المنبئة بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

**أهمية الدراسة:**

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أنها:

أ. من الناحية النظرية: تقدم إطاراً نظرياً وعدد من الدراسات السابقة توضح دور المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

ب. من الناحية التطبيقية: تقدم نتائجها دعما واضحا لأهمية مراعاة كل من الضغوط النفسية والمخططات المعرفية اللاتكيفية عند علاج حالات الاكتئاب النفسي من طالبات الجامعة.

**مصطلحات الدراسة:**

**أ- المخططات المعرفية اللاتكيفية:**

يستخدم مصطلح مخطط Schema، وجمعها مُخططات Schema أو Schemata في العديد من المجالات العلمية كالتربية والأدب، وبرامج الكمبيوتر وغيرها، والمعنى العام لهذا المفهوم هو تركيب أو بنية structure أو إطار عمل أو خطوط عريضة Outline ( Young, J.; et al 2003, P: 6).

ولا يعد مصطلح المخططات مصطلح حديث في علم النفس وخاصة في مجال علم النفس المعرفي، حيث يرى العديد من الباحثين أن بياجيه أول من استخدمه في مجال علم النفس، حيث عرف المخطط بأنه البنية المعرفية الأساسية التي من خلالها تتشكل المعرفة في صور عقلية، أو بمعنى أخر يتم تمثلها أو استيعابها ذهنياً.

وقد عرفها بيك بأنها بنية معرفية تستخدم لفحص أو اختبار، وترميز، وتقييم المثيرات التي يتعرض لها الكائن العضوي، وتتحكم بصورة عامة في عملية معالجة المعلومات والسلوك(Beck, A. et al; 1990).

**التعريف الإجرائي للمخططات:** سوف يتبنى الباحثان تعريف يونج للمخططات بأنها: مخططات لها صفة الثبات والاتساع والعمق تتعلق بنظرة الفرد لذاته وعلاقته مع الآخرين، وتتطور أو تنمو خلال مرحلة الطفولة وتتضح تفاصيلها خلال مراحل حياته اللاحقة، وتتميز بكونها مختلة بصورة واضحة(Young et al. 2003, p:7)،

**ضغوط أحداث الحياة:**

الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة اليومية بصورها النفسية، والأسرية، والصحية، والدراسية، والاقتصادية كما يشعر بها الطالبة الجامعية.

**ج- الاكتئاب:**

تعتمد الدراسة على تعريف غريب عبد الفتاح٢٠٠٤، ٢٥ للاكتئاب بأنه " خبرة معرفية وجدانية تتبدى في أعراض الحزن والتشاؤم وعدم حب الذات ونقدها، والأفكار الانتحارية والتهيج أو الاستثارة وفقدان الاهتمام والتردد وانعدام القيمة وفقدان الطاقة، وتغيرات في نمط النوم، والقابلية للغضب وتغيرات في الشهية، وصعوبة التركيز والإرهاق او الإجهاد، وفقد الاهتمام بالجنس.

**الإطار النظري:**

**المخططات المعرفية اللاتكيفية، ماهيتها، ونشأتها، وأثارها:**

يرى يونج **Young, j. 1999, PP:14** أن المخططات المعرفية تتطور وتتشكل مبدئيا نتيجة خبرات الطفولة المؤلمة والصادمة، ويتم الاحتفاظ بها بسبب التشوهات في طريقة معالجة المعلومات، وتستمر مع الفرد إلى النهاية كجزء لا يتجزأ من النضال على مدار حياته. وهكذا تظهر المخططات في مرحلة الطفولة أو المراهقة كتمثيل جوهري للواقع المحيط بالفرد. وتتضح طبيعة الخلل الوظيفي للمخططات المعرفية بصورة أكبر في وقت لاحق من حياة الكائن البشرى عندما يستمر المرضى في إظهار وتكريس مخططاتهم في تفاعلاتهم مع

الآخرين، حتى لو لم تعد ترتكز تصوراتهم على الواقع.

وقد اقترح بيك وويشار Beck, A., &Weishaar, M.E. 2005 في آخر أعمالهما أن وجهة النظر للمخططات والأفكار التي تقدح زناد المشاعر والدوافع والسلوك معقدة للغاية، حيث أشارا إلي أن المخططات تكون الصيغ أو الوسائط modes، التي هي عبارة عن شبكة من المخططات والعواطف والدوافع والسلوك التي تنظم وتركب الشخصية وتفسر الأحداث الجارية، وتحدثا عن تفريغ وتعديل الصيغ المختلة بمفاهيم العلاج المعرفي فيقولا: توجد ثلاث مداخل أساسية للتعامل مع الصيغ المختلة أو المضطربة: الأولى هي: إخمادها، والثانية هي: تعديل تركيبها ومحتواها، والثالثة هي بناء أو تأسيس صيغ ووسائط أكثر تكيفيه لمعادلتها، وخلال الممارسة الفعلية يكون الإجرائيين الأول والثالث هما الأكثر استخدماً على التوالي، أي بمعنى إظهار أن فكره أو اعتقاد ما خاطئ أو مختل، وأن فكرة أو اعتقاد أخر أكثر دقة وفعالية.(محمد السيد عبد الرحمن: ٢٠١٤)، ومن أهم خصائص المخططات المعرفية ما يلي:

(١) أنها تعد حقائق مطلقة، وأساسية، وجوهرية.

(٢) يتم التعبير عنها عادة في قوالب جامدة "مثل: "إذا حدث كذا.... فإنه يجب أن يحدث كذا...".

(٣) أنهم مدعمة الذات ومساعدة على استمرارها self-perpetuated، ومن ثم فهي مقاومة للتغيير.

(٤) تتشكل في سن مبكرة وتصبح مألوفة، بحيث ينظر إلى أي تغييرات من قبل الفرد باعتباره تهديداً. ونتيجة لذلك فإنه سوف يحاول حماية سلامة وصحة هذه التركيبات التي يُنظر لها على أنها جوهرية وأساسية.

(٥) أنها يمكن أن تؤدي إلى مشاكل نفسية عديدة كتلك التي عرضها الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض النفسية في محوريه الأول والثاني.

(٦) يتم تنشيطها بسبب الأحداث ذات الصلة بالفرد أي التي يمر بها في حياته.

(٧) أنها نتيجة لتجارب وخبرات الحياة السابقة (كالأسرة والآخرين ذوى الأهمية الذين يلعبون دورا حاسما في نمو الفرد).

وقد حدد يونج وآخرون (٢٠٠٣) بصورة عامة ثمانية عشر مخططا لسوء التكيف المبكر مقسمة إلى خمس مجالات يحتوى كل مجال منها علي عدة مخططات يقابل كل مخطط منها نوع ما من الإحباط أو فقدان الأمل الناتج عن عدم إشباع الحاجة الأساسية (Young, et al. 2003, p:13-21) وهذه المخططات هي:

**المجال الأول: - الانفصال والرفض**

يحتوي هذا المجال علي مخططات ترتبط بخبرة الطفل الخاصة بالإحباط المرتبط بالحاجة للتعلق الآمن بالآخرين Secure Attachment to others Core Need. فقد يشعر الطفل أنه قد فصل عن الرعاية البدنية والعاطفية الصحيحة، وعن من هم أولي برعايته (الوالدين عادة) ومن ثم يشعر بالافتقار إلى الحب والآمان والعطف، ويتوقع أن حاجته للأمان المستمر، وللاستقرار، والرعاية، وتقبل الآخرين له، ومشاركة مشاعره، واحترامه لن يتم إشباعها، كما يعتقد يونج أن تلك المخططات تتكون بصفحة عامة في الأطفال الذين ينحدرون من أسر لا يجد الطفل فيها سوى البرود والرفض، والكبت، والعزلة، وسرعة الانفعال، والأفعال غير المتوقعة، أو العنف (Young, et al. 2003, p:13-15; Theiler, 2005, pp.51-67)، وقد تنشط مخططات هذا المجال عندما يجد الشخص الإهمال أو يفقد وضعة كما يحدث عندما يفقد أحد والديه أو يمر بخبرة من الإساءة العاطفية أو العنف الجسدي. Bricker, et al, 1993, pp. (125-88)، ويحتوي هذا المجال علي المخططات الخمس التالية:

**١-الهجر/عدم الاستقرار Abandonment / Instability:**

الأشخاص الذين لديهم هذا المخطط مقتنعون بأن الآخرين المهمين بالنسبة لهم لن يستمروا في تقديم الدعم العاطفي، والمساندة، والتواصل معهم أو الحماية لهم، سواء بسبب توفيهم من أنهم- أي مُقدمي الدعم والمساندة- سوف يموتون أو يهجرونهم.

**٢- عدم الثقة / العنف Mistrust/ Abuse:**

الأشخاص الذين لديهم مخطط عدم الثقة/ العنف يتوقعون بصورة مُبالغ فيها أن الآخرين سوف يستخدمونهم لإشباع رغباتهم الأنانية بمجرد أن تسنح الفرصة لهم بذلك، كما يتوقعون أن الآخرين سوف يؤذونهم ويسيئون إليهم، و يخدعونهم، ويكذبون عليهم أو يعرضوهم للإهانة أو الاستغلال، وعندما يتعرضون لأي نوع من الإيذاء من قبل الآخرين يفسرونه بأنه حدث عن قصد وبطريقة غير مبررة.

**٣-الحرمان العاطفي *Emotional Deprivation*:**

الأشخاص الذين يعانون من مخطط الحرمان العاطفي يشعرون ويتوقعون أن الآخرين لن يلبوا رغباتهم في الحصول علي الدعم العاطفي بشكل كاف، ولن يشبعوا حاجتهم لأن يكونوا مفهومين من الآخرين وأن يُستمع إليهم، أو حاجتهم للتوجيه.

٤-الشعور بالنقص/ الخجل Defectiveness/ Shame:

يقود مخطط "الشعور بالنقص/ الخجل" الأشخاص لأن يروا أنفسهم علي خطأ، أو ناقصين، أو غير مرغوب فيهم، أو سيئين، أو أقل مكانة، أو بلا قيمة وبلا أهمية. وهم يتوقعون أن الآخرين لن يحبونهم أو لن يتقبلوهم. وهم في العادة حساسين للغاية تجاه النقد واللوم، أو الرفض. ويشعرون بالخجل بسبب أي أخطاء يقعون فيها، حتى لو كانت تلك الأخطاء عامة (مثل الظهور بمظهر غير لائق أو الارتباك الاجتماعي أمام الآخرين)، أو خاصة (مثل الأنانية والرغبات الجنسية غير المقبولة).

٥-العزلة الاجتماعية/ الاغتراب *Social Isolation/ Alienation*

يتمثل هذا المخطط في إحساس الفرد بأنه منعزل عن العالم، ومختلف بوضوح عن الآخرين، ولا يتكيف بأي طريقة مع أي مجموعة اجتماعية خارج الوسط الأسري.

**المجال الثاني: قصور الاستقلال الذاتي وضعف الأداء *Impaired Autonomy and Performance***

يتكون هذا المجال من المخططات التي تطورت نتيجة إحباط إشباع الحاجة الأساسية للاستقلال Autonomy ، والكفاءة Competence ، والشعور بالهوية Sense of Identity، فهو يتضمن المخططات المرتبطة بالشعور بضعف الاستقلالية، وفقد السيطرة علي المصير، والحاجة المفرطة للتوجيه والدعم، واعتقاد الفرد بأنه غير قادر علي انجاز المهام اليومية بنجاح بدون مساعدة، والأشخاص الذين هم في هذا المجال عادة ما يكونوا قد تعرضوا لعملية تقويض لشعورهم بالمسئولية، أو السيطرة، أو الأمان، أو الثقة. ويفتقدون إلى الدعم الوالدي للأداء خارج مجال الأسرة، (Young, et al. 2003, p:15-17) ويحتوي هذا المجال علي أربع مخططات هي:

١-الاعتمادية / العجز *Dependence / Incompetence*

يقصد بهذا المخطط اعتقاد الفرد بأنه غير قادر علي إدارة مسئولياته اليومية ( مثل إدارة أمواله، وحل مشكلات اليومية) بمفردة بدون مساعدة قوية من الآخرين.

٢-القابلية للأذى أو المرض Vulnerability to Harm or Illness

الأشخاص الذين لديهم هذا النوع من المخططات لديهم خوف مفرط من كارثة قادمة لا

= المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة يمكن تجنبها، فدائما ما يتوقعون أن هناك كارثة عاطفية أو صحية، أو كارثة خارجية وشيكة (كحادثة مثلاً) سوف تحدث في أي وقت.

**٣-التعلق بالآخرين/ عدم النضج الذاتي Enmeshment/ Undeveloped Self**

يتضمن هذا المخطط الشعور بالارتباط العاطفي المبالغ فيه مع شخص أو أكثر من الأشخاص المهمين في حياته – الوالدين في العادة– ويشعر الأشخاص الذين لديهم هذا المخطط أنهم لن يكونوا سعداء يوما ما، ولن يتمكنوا من العيش بدون الأشخاص الذين يتعلقون بهم، وقد يشعرون أيضاً أن الأشخاص الذي وقعوا في شباكهم لن يتمكنوا من العيش بدونهم، ويؤدي ذلك إلي اضطراب هوية الفرد، وإلي اضطراب نموه الاجتماعي الطبيعي، وقد يشعر هؤلاء الأشخاص أنهم مختنقون من أو منصهرون مع الآخرين، وقد يشعرون أيضاً أنهم لا يمتلكون هوية مستقلة.

**٤-الفشل Failure:**

يقصد بمخطط الفشل قناعة الفرد بأنه لم ينجح ولن ينجح بالتأكيد في نواحي تتعلق بالانجاز (كالمدرسة والعمل)، أو أنه أقل مكانة من أقرانه أو لديه شعور بالنقص إذا قارن نفسه بهم، ويشتمل هذا المخطط علي الشعور بانخفاض الذكاء، وضعف الموهبة، والإهمال والتجاهل، وتدني المكانة، وقلة النجاح مقارنة بالآخرين.

**المجال الثالث: ضعف القيود أو الحدود impaired limits**

يتضمن هذا المجال المخططات التي تنبع من الإحباط وفقدان الأمل في إشباع الحاجة الرئيسية لإدراك القيود الواقعية وممارسة التحكم في النفس need of realizing realistic limits and exercising self control، ويشتمل هذا المجال على المخططات المتعلقة بقلة الوعي باحتياجات الآخرين ورغباتهم وعدم القدرة علي كبت رغبات الفرد والشعور بالاستعلاء وعدم القدرة علي المشاركة في علاقات تبادلية، ويشعر الفرد في هذا المجال أن له خصوصية وأن حريته ليس لها قيود (Bricker, et al, 1993, p. 88-125)، حيث يعاني الفرد من صعوبات في التعاون مع الآخرين وأداء الالتزامات وتحقيق الأهداف الواقعية بعيدة المدي، كما يفترض يونج وآخرون ١٩٩٣ أن هذه الحالة تنشأ من الأسر المتساهلة شديدة التسامح التي ينقصها أيضا التوجيه، والنظام، والانضباط، والقيود المتعلقة بقبول المسئولية، والشعور بالتعاون المشترك، نظرا لأنه في بعض الحالات لا يصر الآباء علي أن يسير الطفل وفق قواعد

السلوك المنضبط (Young, et al., 2003, p.17-19)، ويحتوي هذا المجال على مخططين هما:

**١-الجدارة/ العظمة Entitlement/ Grandiosity**

الأشخاص الذين لديهم هذا المخطط على قناعة بأنهم أعلي مكانة من الآخرين، ومن ثم فإنهم يعتقدون بأن قواعد التعامل الاجتماعي الطبيعية لا تنطبق عليهم، فهم يؤكدون علي استعلائهم (مثل كونهم مشهورين أو الأكثر نجاحاً)، ومن أجل الحصول علي القوة والسلطة يحاولون إجبار الآخرين علي الإيمان بوجهات نظرهم، ويحاولون أيضاً السيطرة علي سلوكيات الآخرين لتتوافق مع رغباتهم الخاصة دون تعاطف معهم أو اهتمام بهم.

**٢-عدم كفاية ضبط الذات/ التنظيم الذاتي Insufficient self–control/' Self-Discipline.**

الأشخاص الذين لديهم عدم كفاية ضبط الذات يكونوا عادة غير قادرين علي ممارسة القدر الكاف من التحكم في النفس أو يختاروا ذلك بملء إرادتهم مما يعيق تحقيق أهدافهم الشخصية، فهم لا يستطيعون كبح جماح تعبيراتهم الانفعالية الفجة أو ضبط انفعالاتهم، وفي الشكل الأخف أو الأكثر اعتدالاً منها يلجأ الأفراد إلي تجنب الانزعاج discomfort-avoidance أي تجنب الألم، والمسئولية، والصراع أو الصدام مع الآخرين.

**المجال الرابع: التوجه نحو الآخرين Other-Directedness**

يتعلق هذا المجال بالمخططات التي تتطور نتيجة الإحباط أو فقدان الأمل المتعلق بالحاجات الأساسية لحرية التعبير عن المشاعر والحاجات المشروعة freedom to express valid needs and emotions، حيث يؤكد الأشخاص الذين يقعون في هذا المجال علي احتياجات ومشاعر الآخرين ويتغاضون عن احتياجاتهم ومشاعرهم الخاصة، وذلك علي حساب احتياجاتهم ورغباتهم، ويحاولون بهذه الطريقة أن يكسبوا محبة واستحسان الآخرين أو استمرارية ودوام العلاقة معهم، وهم عادة يكبتون غضبهم، كما أنهم في الغالب لا يدركون احتياجاتهم ورغباتهم الخاصة، ويبدوا أن هؤلاء الأشخاص وهم أطفال كانوا غير قادرين علي التعبير عن مشاعرهم بسبب أفكارهم الخاصة بالشعور بالذنب أو بالانتقام، أو قد ترجع إلى تفضيل أسرة الطفل احتياجاتها ورغباتها أو وضعها الاجتماعي علي حساب احتياجات الطفل، ولا تتقبل تلك الأسر أطفالها إلا بشرط وهو أن يكبت هؤلاء الأطفال جوانب أو نواحي هامة من

شخصياتهم من أجل الحصول علي الحب، والاهتمام، والقبول(Young, et al., 2003, p.19-21). يحتوي هذا المجال علي ثلاثة مخططات هي:

**١-الخضوع أو الإذعان Subjugation**

يتعلق هذا المخطط بالانصياع أو الإذعان لضبط وتحكم الآخرين، الأشخاص الذين يعانون من مخطط الخضوع يطيعون الآخرين أو يتبعونهم لشعورهم بأنهم مجبرون علي عمل ذلك: مثلا، لتجنب الغضب أو الانتقام أو الهجر، وهم يعتقدون أن رغباتهم وآرائهم ومشاعرهم ليست ذات أهمية من وجهة نظر الآخرين، ولديهم حساسية مفرطة تجاه الشعور بالاستغلال الذي يؤدي بهم إلي الشعور بالغضب الذي يتم التعبير عنه عادة بأعراض لا تكيفيه (مثل: السلوكيات العدوانية السلبية أو الغضب الحاد).

**٢-التضحية بالذات Self-Sacrifice**

يتكون هذا المخطط من التأكيد المُفرط علي التلبية الطوعية لاحتياجات ورغبات الآخرين علي حساب متعتهم الشخصية، فالأشخاص الذين يقعون في هذا المخطط يلبون احتياجات الآخرين بدون إجبار لكي يتجنبوا الشعور بالذنب أو لكي يحافظوا علي علاقتهم مع الآخرين الذين يحتاجون لذلك من وجهة نظرهم، وهم يعتقدون أن تلبية احتياجات شخص ما سوف تجنبهم الشعور بالألم، ونتيجة لتلك السلوكيات سوف ينمو لدي هؤلاء الأشخاص إحساس بأن حاجاتهم الخاصة لا تلبي ولا تُشبع ويؤدي ذلك إلي شعورهم بالاستياء من الذين يترددون إليهم.

**٣-السعي للقبول/ طلب التقدير والاعتراف Approval Seeking/ Recognition-Seeking**

الاهتمام الرئيسي للأشخاص في مخطط السعي للقبول هو التركيز المفرط علي كسب الاهتمام والقبول من الآخرين والتكيف مع الآخرين ومجاراتهم علي حساب تطوير إحساس واقعي وآمن بالذات، ويرتبط الاعتداد بالذات وتقديرها واحترامها بالنسبة لهؤلاء الأشخاص بردود أفعال الآخرين بدلاً من ميولهم ونزعاتهم الطبيعية، وهم يؤكدون علي المكانة والمظهر والقبول الاجتماعي والمال والثروة والإنجازات ليس من أجل القوة أو السلطة في المقام الأول، ولكن من أجل كسب الحب أو الإعجاب أو الاهتمام من الآخرين أولاً.

**المجال الخامس : الحذر الزائد والكبت Over Vigilance and Inhibition**

يتكون هذا المجال من المخططات التي تطورت نتيجة الإحباط أو فقدان الأمل في الحاجة الأساسية للعفوية أو التلقائية واللعب **need for spontaneity and play** وهو يتعلق بالمخططات التي ترتبط بالتأكيد البالغ علي إتباع قواعد وتوقعات صارمة تُضفي عليها صفة الذاتية وتختص بالأداء والسلوكيات الأخلاقية، كما أنه من سمات هذا المجال أن هؤلاء الأشخاص يكبتون مشاعرهم وخياراتهم ودوافعهم علي حساب سعادتهم والتعبير عن ذاتهم والاسترخاء والراحة و/ أو العلاقات الوطيدة، ويؤدي ذلك عادة إلي شعورهم بالحزن والافتقار للعاطفة وعدم التأثر، واعتلال الصحة، والإحساس بالتوتر (**Young, et al., 2003, p. 21-23**). كما أنهم يميلون إلي تجنب السعادة والعلاقات الحميمية (**Theiler, S. 2005, pp.51-67**)، وغالباً ما تنشأ مخططات هذا المجال لدى أشخاص ينحدرون من أُسر شرسة، وكثيرة المطالب، وعقابية، حيث تؤكد مثل هذه الأسر علي الأداء والالتزام بالواجب وتحمل المسئولية، واتباع القواعد، وإخفاء المشاعر، وتجنب الأخطاء، وتتجاهل السعادة والفرح والراحة، إذ ينقل هؤلاء الآباء لأبنائهم نزعه مُحددة إزاء الاتجاهات المقلقة والمتشائمة، ويحاول أطفالهم أن يكسبوا حب آبائهم عن طريق المسايرة واتباع معايير الأداء العالية لوالديهم (**Bricker, et al, 1993, p.88-125**)، والمقاييس الفرعية التي تم يتضمنها هذا المجال هي:-

**١-السلبية / التشاؤم Negativity/ Pessimism**

يختص هذا المخطط بالتركيز الذي يدوم عبر الحياة علي النواحي السلبية من حياتنا (مثل: الألم، والموت، والخسارة، والصراعات، والذنب، والمشكلات التي لم تُحل...الخ)، وفي الوقت ذاته إغفال أو تحقير قيمة النواحي الإيجابية أو التفاؤلية من جوانب الحياة، ويتوقع الأشخاص في هذا المخطط أن الأمور سوف تسوء بشدة، أو أن الأمور التي تبدو علي ما يرام الآن سوف تنهار في النهاية، ولذلك فهم يخافون في العادة من فعل الأخطاء التي قد تؤدي إلي مشكلات مثل الخسارة المالية أو الاقتصادية، أو فقد أي شيء، أو الإهانة، أو الوقوع في موقف عسير. ويتعرض هؤلاء الأشخاص عادة إلي القلق المزمن أو الشكوى المستمرة أو التردد والحيرة.

**٢-الكبت العاطفي Emotional Inhibition**

يقدم هذا المخطط التضييق المبالغ فيه علي التصرفات أو المشاعر أو العلاقات العفوية للشخص بغرض تجنب الشعور بالخجل أو الاستهجان من الآخرين، أو لتجنب فقد سيطرة الفرد

علي دوافعه، والأنماط الشائعة من الكبت هي: كبت الغضب والعدوان أو العنف، وكبت الدوافع الإيجابية مثل المتعة واللعب، وصعوبة تعبير الفرد عن حساسيته وقابليته للانجراح، أو صعوبة التواصل والتعبير بحرية عن مشاعره وحاجاته، والتركيز المبالغ فيه علي العقلانية وإغفال المشاعر أو العواطف.ويتسم الأفراد في هذا المخطط بالانسحاب والبرود العاطفي.

**٣-صرامة المعايير/ الحساسية للنقد Unrelenting Standards/Hypocriticalness**

يؤكد الأشخاص أصحاب هذا المخطط بصورة مبالغ فيها علي الوصول لأعلي معايير السلوكيات والأداء، وهم يناضلون للوصول لتلك المعايير العالية لتجنب النقد، ويؤدي ذلك إلي شعورهم بالضغط أو إلي تدني الإحساس السعادة والمتعة، أو الراحة، أو الصحة، أو تقدير الذات، أو إدراك الانجازات أو تدمير العلاقات الجيدة.

**٤-العقابية Punitiveness**

يُبنى هذا المخطط على المبدأ القائل بأن الناس يجب أن يعاقبوا بشدة لارتكابهم أخطاء، ويميل الأشخاص الذين لديهم هذا النوع من المخططات إلي سرعة الغضب وعدم التسامح والعقابية وعدم الصبر مع الأشخاص (ومع أنفسهم) الذي لا يتوافقون مع توقعاتهم ومعاييرهم، حيث يجد الفرد انه من الصعب التسامح مع أخطاء الآخرين أو أخطاءه لعدم رغبته في قبول التبريرات أو الظروف الخارجية التي تؤدي إلي القصور البشري، أو التي تأخذ نية الشخص في الاعتبار.

وسوف نتناول في هذه الدراسة خمسة عشر مخطط معرفي لا تكيفي منها طبقا للنسخة المستخدمة من المقياس.

**تطور المخططات اللاتكيفية المبكرة:**

يكتسب الناس مخططاتهم المعرفية عادة في مرحلة الطفولة، ويتم تطويرها خلال مراحل نموهم اللاحقة حتى الرشد، فإذا مروا بخبرات سلبية كالإهمال والإساءة والإذلال فقد يطورون وجهة نظر مشوهة نحو ذاتهم، ومستقبلهم، ونحو الآخرين، والعالم من حولهم، وهو ما يسهم في تشكيل مخططات معرفية لا تكيفيه (Lee, E.J. 2007).

ويتفق يونج ورفاقه مع بيك في أن الاستعداد البيولوجي والحالة المزاجية تلعب دورا أساسياً في تطور المخططات اللاتكيفية، كما يتفقون مع نظريات النمو في هذا الأمر، فهم يركزون على دور الوالدين والأقران، وتأثير الثقافة في اكتساب ونمو او تطور المخططات المعرفية اللاتكيفية(Theiler, 2005, P.51-67).

وطبقا لتعبير يونج ورفاقه Young et al, 2003; p.10 تعد خبرات الطفولة المسمومة Toxic Childhood Experience هي السبب الأولى في تشكيل المخططات المعرفية اللاتكيفية، بالإضافة إلى ذلك فقد لاحظوا أن العديد من المخططات قد تتشكل من خلال بعض خبرات الطفولة السلبية أكثر من غيرها.

وقد حدد يونج ورفاقه أربعة أنماط من العوامل أو الظروف التي تحدث في مرحلة الطفولة المبكرة تسهل نمو المخططات اللاتكيفية وهي:

**النمط الأول:** الإحباط المسمم للحاجات Toxic Frustration of Needs، ويحدث ذلك عند عدم إشباع الحاجات الأساسية أو الجوهرية للطفل، أو بمعنى أخر عندما لا تتوفر سوى خبرات جيدة لدى الطفل، وعلى سبيل المثال عندما يفتقر الطفل إلى وجود العوامل الايجابية مثل الحب والرعاية والأمان في بيئته، وهذا من شأنه أن يقود إلى نمو مخططات معرفية من قبيل: النبذ أو التخلي Abandonment، والحرمان العاطفي.

وقد افترض يونج وآخرون ٢٠٠٣ وجود خمس حاجات وجدانية للوجود الإنساني يؤدى الإحباط وعدم إشباع هذه الحاجات المحورية إلى تكوين واحدة أو أكثر من المخططات اللاتكيفية، كما افترضوا أن هذه الحاجات الخمس عامة ولكنها تختلف من شخص لأخر وهى:

التعلق الأمن بالآخرين، ويشمل: الثبات والآمان والتقبل والحنو.

الاستقلال والكفاية والإحساس بالحنو.

حرية التعبير عن الحاجات والانفعالات المشروعة.

ممارسة اللعب والأعمال العفوية Spontaneity & play.

الحدود الواقعية Realistic Limits، والضبط الذاتي.

**النمط الثاني:** تجربة الطفل للعديد من الأشياء الجيدة Child experience too much of good thing، وعلى سبيل المثال عندما تشبع كل مطالب الطفل وحاجاته بصورة فورية وعاجلة، او عندما ينغمس الوالدين كلية في حياة الطفل وينجزون او يحققون مطالبه بمجرد الإشارة إليها، او يتيحون له درجة مبالغ فيها من الحرية، في هذه الحالة سوف تنمو لديه مخططات معرفية لا تكيفيه من قبيل: الاستحقاق Entitlement أو الاعتمادية/ عدم الكفاية.

**النمط الثالث**: الخبرات الصادمة او المؤذية في مرحلة الطفولة المبكرة. Dramatization or Victimization Experience in Early Childhood ، مثلما يحدث عندما يكون الطفل ضحية لعمل ما أو يتعرض لإيذاء شديد، وهذا من شانه أن يؤدي إلي مخططات من قبيل عدم الثقة/ الإساءة.

**النمط الرابع**: الاستدماج أو التوحد المفرط مع الآخرين ذوى الأهمية في حياته مثل الوالدين Extreme Internalization or Identification with Significant Others such as Parents، وعادة ما يتحقق ذلك عندما يحدث استدماج أو تشرب انتقائي لأفكار الوالدين ومشاعرهم وخبراتهم وسلوكهم، وعلى سبيل المثال فان الطفل الذي يكون ضحية أو يتعرض لإيذاء في مرحلة الطفولة المبكرة سوف يؤذى الآخرين فيما بعد، ويصبح عدواني أو مؤذ وفي هذه الحالة فان هذا الشخص يكون قد توحد مع والديه واستدمج أو تشرب سلوكهم وأفكارهم العدوانية، بينما الأشخاص الآخرين الذين تعرضوا للإيذاء وكانوا ضحايا أيضاً في طفولتهم المبكرة قد يصبحوا سلبيين ومطيعين ومنقادين أو متذللين بسبب شعورهم بأنهم ضحايا، ولكنهم على العكس من سابقيهم فهم لم يستدمجوا أو يتشربوا أفكار والديهم العدوانية، ومن المفترض أن تلعب هذه العملية دوراً في تحديد ما إذا كان الفرد سوف يتوحد مع الآخرين من عدمه((Young, et al. 2003, P. 32; Theiler, 2005, P.51-67).

**الدراسات السابقة:**

تناولت العديد من الدراسات الأجنبية العلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة والاكتئاب في أمريكا وأوربا وتركيا وإيران وغيرها، كما تناولت دور المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط فى العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب، وأهما: ومن الدراسات المبكرة نسبيا في هذا الاتجاه دراسة كولي وتورنر (Cole, D. A. & Turner, J. E,1993, P.221-281) التي هدفت إلى التعرف عن الدور الوسيط للمعارف المشوهة عن الذات في العلاقة بين أحداث الحياة الإيجابية والسلبية والاكتئاب، وكذلك الدور الوسيط لأساليب العزو في العلاقة بين الكفاءة المدركة والاكتئاب لدى عينة قوامها(٣٦٥) تلميذا ملتحقين بالفرقة الرابعة والسادسة والثامنة في مدرستين ابتدائية وإعدادية، وباستخدام مقياس بيك للاكتئاب، واستبيان أخطاء التفكير السلبي للتعرف على المعارف المشوهة، واستبيان أسلوب العزو للأطفال، ومقياس للأحداث الإيجابية والسلبية، ومقياس الكفاءة المدركة، ومقياس لتزكية القرين للكفاءة في خمسة مجالات( أكاديمية، اجتماعية، رياضية، المظهر الخارجي، والسلوك)، وأظهرت نتائج الدراسة أن الكفاءة، وأسلوب العزو، والمعارف المشوهة، كانت مسئولة عن قدر

كبير من التبيان في عامل التقرير الذاتي للاكتئاب، وأشارت نتائج الدراسة إلى قدرة المعارف المشوهة وأسلوب العزو على التوسط بين الأحداث الإيجابية والسلبية والتقرير الذاتي للاكتئاب.

وعندما وضع يونج مقياسه للمخططات ساهم في فتح باب لدراسات مباشرة للعلاقة بين المخططات المعرفية والاكتئاب ومنها، دراسة جين سيمونز Simmons, J. et al, 2006, P.219-232 التي هدفت إلى بحث العلاقة بين المخططات المعرفية (والجوانب المعرفية الأخرى) والاكتئاب لدى عينة من المراهقات وأمهاتهن وذلك من خلال مقارنتهن بمجموعة ضابطة .كما تم فحص العلاقة بين الجوانب المعرفية للمراهقات وأمهاتهن، وتكونت عينة الدراسة من ١٤ فتاة مراهقة وأمهاتهن في المجموعة التجريبية، ١٥ فتاة وأمهاتهن في المجموعة الضابطة حيث أوضحت النتائج أن الفتيات المراهقات من مرضى الاكتئاب كانوا أعلى في مجموع درجاتهم على مقياس المخططات مقارنة بالمراهقات في المجموعة الضابطة وأعلى كذلك في عدة أبعاد فرعية .كما سجلوا أيضا درجات بشكل واضح على اثنين من الاتجاهات المختلة وظيفيا والأفكار التلقائية السلبية كما كانت أمهات المراهقات المكتئبات أكثر اكتئاباً من أمهات المراهقات في العينة الضابطة .ومع ذلك، فإن المجموعتين من الأمهات لا تختلفان في الجوانب المعرفية بما في ذلك المخططات المعرفية .كما وجدت علاقة ارتباطية بين درجة الاكتئاب لدى الفتاه والمخططات المعرفية لدى أمهاتهن في المجموعة التجريبية فقط. وقامت التفسيرات المحتملة لنتائج على طبيعة العلاقة بين المزاج والجوانب المعرفية، يتم النظر فيها . ومناقشة تفسيرات النظرية المعرفية وأساليبها العلاجية لدى المراهقين من مرضى الاكتئاب باختصار.

أما دراسة مارجريت لوملى، وكاتى هاركينز Lumley, M. N.; Harkness, K. L. 2007, (P.636-657) وهى دراسة عبر مقطعية Cross-Sectional فقد هدفت إلى اختبار العلاقة بين نوعية محن او خبرات الطفولة المسيئة(مثل الإساءة العاطفية، والجسدية، والجنسية) ونماذج محددة من المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة(مثل انعدام القيمة/ الفقد مقابل الخطر)، وبروفيل الأعراض المرضية(مثل: الاكتئاب مقابل القلق Anhedonic vs. anxious) حيث أجاب ٧٦ مراهق مكتئب على مقياس لاسترجاع أو استعادة خبرات الطفولة من خلال ثلاث مظاهر لها هي: الإساءة العاطفية، والإساءة الجسدية، والإساءة الجنسية، في سياق مقابلة شبه مقننه، كما طُبق عليهم مقياس يونج للمخططات اللاتكيفية المبكرة، ومقياس الأعراض المزاجية والقلقة لقياس أعراض حالة الاكتئاب والقلق، وأوضحت النتائج أن بعد الفقد/ انعدام القيمة من المخططات المعرفية اللاتكيفية قد توسط العلاقة بين محن أو خبرات الإساءة في الطفولة وأعراض الاكتئاب، بينما توسط بعد الخطر من أبعاد المخططات اللاتكيفية المبكرة العلاقة بين خبرات الإساءة في الطفولة وأعراض القلق، ولم توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين إساءة المعاملة الجنسية وأعراض أي من القلق والاكتئاب، ولذلك لم تختبر دور المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين الإساءة الجنسية وكل من القلق والاكتئاب، وتم مناقشة النتائج في ضوء النماذج المفسرة للاضطرابات النفسية.

وأكدت دراسة جولدبرج وآخرون Goldberg, J.F ; 2008, P.207-310 et al ., علي افتراض أنصار العلاج المعرفي من أن أنماط التفكير المختلة وظيفياً تكمن وراء التحيزات المعرفية في المرضى الذين يعانون اضطراب المزاج، ومع ذلك، ترى أنه لا توجد أي دراسات قارنت بين أنماط التفكير المختلة وظيفيا في كل من مرضى الهوس ثنائي القطب ومرضى الاكتئاب أحادي القطب bipolar manic and unipolar depressed ، ولذلك هدفت إلى تقييم المخططات المعرفية والاتجاهات المختلة وظيفياً باستخدام القائمة المعرفية للهوس، ومقياس الاتجاهات المختلة وظيفياً على ٣٤ من مرضى الهوس ثنائي القطب، ٣٥ مريض من مرضى الاكتئاب أحادي القطب، ٢٩ من غير المرضى يمثلون العينة الضابطة، حيث أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرضى الاكتئاب والمجموعة الضابطة في كل من المخططات المعرفية وأنماط التفكير المختلة وظيفيا، في حين وقع مرضى الهوس في منطقة وسط بين المجموعتين . ظهر ارتباط واضح بين التشوهات المعرفية وأعراض الهوس ثنائي القطب وخاصة في نوبة الهوس، كما أكدت الدراسة على أهمية العلاج المعرفي للاكتئاب بغض النظر عن وجود أعراض الهوس من عدمه.

كما هدفت دراسة كالفت وآخرون Calvete, E., et al, 2007, P.791-804 إلى فحص دور المخططات المعرفية كمتغير وسيط في العلاقة بين عنف الزوج (كأحد ضغوط أحداث الحياة) وأعراض الاكتئاب. وتألفت عينة الدراسة من ٣١٢ من النساء اللاتي عانين من إساءة الزوج، حيث أجبن على مقياس الإساءة البدنية والنفسية والجنسية measures of physical, psychological and sexual abuse, ، ومقياس يونج للمخططات المعرفية اللاتكيفية، ومقياس بيك للاكتئاب، وأوضحت النتائج أن تأثير المخططات كمتغير وسيط كان منخفضا وكان أوضحها تأثيراً هو بعد قصور الحكم الذاتي، وفي المقابل، فإن النتائج قد دعمت النموذج الذي يقترح ارتباط العنف بالمخططات المعرفية، وهذه بدورها ترتبط بأعراض الاكتئاب، وكان تأثير كل من الفصل والرفض كأبعاد للمخططات المعرفية جزئيا أو ضعيفاً، ولكنها تشرح معظم معاملات ارتباط بين العنف والاكتئاب. وأخيرا، تم تقديم عدة تفسيرات لهذه النتائج، وتم مناقشة آثارها على مفهوم وقياس المخططات المعرفية

وتقوم دراسة جرينبرج Greenberg, M.W., 2008 على ما أظهرته الدراسات والأبحاث السابقة من أن الضغوط الأسرية المختلفة مثل ضعف التماسك واضطراب التواصل والصراع والنشاط الاجتماعي /والترويحي وأحداث الحياة السلبية، واكتئاب الأمهات ترتبط جميع بالاكتئاب وتطور نمط معرفي سلبي لدي الأبناء، ومن فقد هدفت هذه الدراسة إلى للبناء على التراث السابق حول تأثير أحداث الحياة السلبية، والعوامل الأسرية، والمعرفية المرتبطة بالاكتئاب لدي الشباب، وتحليل مسارات المعرفية البينشخصية المحددة للاكتئاب لدى الفتيات خلال فترة انتقالهم من الطفولة إلى المراهقة .شاركت في الدراسة ١٩٤ فتاة تتراوح أعمارهن بين ٨-١٤ سنة ، جنبا إلى جنب مع أمهاتهم حيث أكملت المشاركات مقاييس تعتمد على التقرير الذاتي عن المناخ الأسرية، وآخر عن الأفكار والمعتقدات حول الذات، والعالم، والمستقبل، والثالث حول أحداث الحياة السلبية كما أكملت الأمهات مقياس التقرير الذاتي عن الاضطراب النفسي كما أكملت جميع المشاركات أيضا مقابلة تشخيصية تُعد بمثابة المقياس الرئيسي لأعراض الاكتئاب كما عرضها الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، حيث أشارت النتائج أن للثالوث المعرفي لدى الفتيات ينبأ بشدة أعراض الاكتئاب لديه. وعلاوة على ذلك فقد كان بمثابة المتغير الوسيط في النموذج، حيث شكلت المتغيرات الأسرية أفكار ومعتقدات الإبنة وأثرت عليها، ومن ثم أثرت هذه الأفكار على ارتفاع مستوى وشدة أعراض الاكتئاب لديهن، وعلى وجه التحديد، فقد وجد أن الفتيات اللاتي تعرضن لنزاعات عائلية مرتفعة و لم يمارسن سوى عدد محدود من الأنشطة الاجتماعية والترفيهية وكان لديهم أفكار

معرفية سلبية أو كان ثالوثهم المعرفي أكثر سلبية وبالتالي مستويات أعلى من الاكتئاب . بالإضافة إلى ذلك، فإن أحداث الحياة السلبية أثرت بشكل كبير في الثالوث المعرفي وبشكل غير مباشر على أعراض الاكتئاب عبر هذا الثالوث المعرفي كما أن والتفاعل بين أحداث الحياة السلبية والثالوث المعرفي قد أثرت بوضوح كبير في حدوث الاكتئاب .وأشارت النتائج أيضا إلى أن الأبعاد الفرعية للثالوث المعرفي تعد عامل مهم لا سيما في هذا النموذج من الاكتئاب، وعلي عكس ما كان متوقعا، لم تنبأ تقارير الأم عن أعراض الاكتئاب بأعراض الاكتئاب أو الثالوث المعرفي لدى ابنتها وتم تفسير نتائج هذه الدراسة في ضوء النظرية المعرفية لبيك وعرضت أهم محدداتها وتوصياتها والدراسات المستقبلية.

واختبرت دراسة لنددسى Lindsay M. A., 2010 التي كانت بعنوان "المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة وأحداث الحياة السلبية في التنبؤ بالاكتئاب والقلق" العلاقة بين نموذج يونج للمخططات المبكرة وأحداث الحياة السلبية التي حدثت على مدار الشهور الأربعة الماضية، وأعراض الاكتئاب، والقلق .حيث تكرر الدراسة تصميم اختبار قدرة المخططات المعرفية اللاتكيفية و أحداث الحياة السلبية، وتفاعلهما معا على التنبؤ بالاكتئاب والقلق وامتد التصميم ليشمل فئات محددة من أحداث الحياة السلبية وهى الأحداث المتعلقة بالجوانب البينشخصية (أي بالعلاقة مع الآخرين) والإنجاز .وأظهرت النتائج قدرة المخططات المعرفية اللاتكيفية على التنبؤ بأعراض الاكتئاب والقلق، ولكن معدلات تنبؤ أحداث الحياة السلبية بهما كانت أكبر، وأن معدلات تنبؤ المخططات المعرفية اللاتكيفية بالقلق لا تختلف عن معدلات تنبؤها بالاكتئاب، وتعد هذه الدراسة الأولى من نوعها التي تناولت أنواع معينة من أحداث الحياة السلبية وعلاقاتها بالمخططات المعرفية اللاتكيفية، حيث ارتبطت المخططات المعرفية بدرجة اكبر مع الانجازات السلبية negative achievement مقارنة بارتباطها بالأحداث البينشخصية السلبية، ومع ذلك يبدو أن المخططات المعرفية اللاتكيفية تعد منبأ قوى للتهيئة لضغوط الحياة بشكل عام.

وتناولت دراسة نيكول ايبرهارت وآخرون Eberhart, N.K., et al; 2011, P. 75-104 المخططات اللاتكيفية كمتغير في العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب، حيث أكدت الدراسة على وجود أدلة قوية لارتباط ضغوط أحداث الحياة بالقابلية للإصابة بالاكتئاب أو الاستهداف له، وعلى الرغم من ذلك فإن الآلية المحددة لهذا التأثير غير واضحة، حيث تحاول الدراسة الحالية سد هذه الفجوة باختبار العلاقة بين كل من الاستهداف للضغوط ونماذج تولد الضغوط والقابلية للإصابة بالاكتئاب من خلال عينة من المشاركين المتطوعين بجامعة ماك جيل McGill University الذين ابلغوا بان لهم الحق في إيقاف مشاركتهم في أي وقت، وهم من الدارسين بأحد أقسام علم النفس الذين منحوا درجات إضافية على مشاركتهم وكان عددهم ١٨٨ طالبة تتراوح أعمارهن بين ١٩-٢٧ سنة من أصول قوقازية وأسيوية وافريقية واسبانية وغيرها، متوسط أعمارهن ٢١,٢٨ سنة، طبقت عليهم ثلاث مقاييس هي: مقياس مركز الدراسات الوبائية للاكتئاب لرادولف RadloffK , 1977، ومقياس المنغصات العامة للطلاب General Hassles Scale for Students—Dependent Interpersonal Hassles Subscale لبلانكشتين وفليت Blankstein & Flett, 1993، ويستخدم لقياس الضغوط الأكاديمية والاجتماعية للطالب خلال الأسبوع المنصرم، واستبيان يونج للمخططات (الصورة المختصرة، ١٩٩٨). واستمرت التقييمات المتابعة للطلاب لمرة واحدة أسبوعياً لمدة خمسة أسابيع، حيث كان المفحوصين يجيبون على مقياسي الضغوط والاكتئاب في كل مرة، وتراوحت تقديرات نسبة الالتزام بالمشاركة بين ٩٤٪ - ٩٨٪. وتوصلت الدراسة إلى دعم قوى لمنظور تولد الضغوط باستخدام تحليل تصميمي متعدد المستويات باستخدام برنامج SAS الإحصائي لدراسة الفروق داخل الحالات مع مرور الوقت، والفروق بين الحالات وبعضها البعض، وأوضحت الدراسة أن هناك العديد من المخططات المعرفية اللاتكيفية مثل: الحرمان العاطفي، وعدم الثقة/ الإساءة، والعزلة الاجتماعية، والعجز، والخلل Defectiveness، والفشل، والقهر Subjugation تُنبأ بتولد الضغوط الشخصية والتي بدورها تنبأ بالاكتئاب، كما تنبأت النتائج بدعم جزئي لنموذج الاستهداف للتوتر، حيث كشفت التحليلات عن تفاعل الضغوط البينشخصية المستقلة مع مخطط التضحية بالذات في التنبوء بالأعراض الاكتئابية، ومن ثم تقدم هذه النتائج أدلة أولية على أن الضغوط يمكن أن تكون ميكانزم أولى هام لجعل المخططات المعرفية اللاتكيفية تؤثر على أعراض الاكتئاب.

وأشارت دراسة رويلوفز وآخرون Roelofs, J.; et al. 2011, P. 471-479 حول الدور الوسيط للمخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة في العلاقة بين نوعية أو نمط التعلق وأعراض الاكتئاب في مرحلة المراهقة، وتقوم هذه الدراسة على فكرة مفادها أنه من المحتمل أن يرتبط نمط التعلق بين المراهق ووالديه بالمخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة من ناحية، وبأعراض الاكتئاب من ناحية أخرى، حيث هدفت هذه الدراسة إلى قياس ومعرفة ما إذا كانت المخططات المعرفية اللاتكيفية تتوسط العلاقة (أي تأتى كمتغير وسيط في العلاقة) بين نوعية نمط التعلق بالوالدين والأصدقاء وأعراض الاكتئاب لدى عينة من غير إكلينيكية من المراهقين قوامها ٢٢٢ مراهق، طبقت عليهم بطارية من الاختبارات والمقاييس تشمل مقياس نوعية علاقات التعلق quality of attachment relations، ومقياس يونج للمخططات المعرفية اللاتكيفية، ومقياس بيك للاكتئاب، حيث أوضحت النتائج أن أبعاد المخططات: الانفصال Disconnection ، والرفض Rejection، والتوجهات الأخرى other-directedness جاءت كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين نوعية نمط التعلق وأعراض الاكتئاب، كما جاء مخططي: عدم الثقة/ الإساءة، والعزلة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الثقة بالوالدين وأعراض الاكتئاب، بينما جاءت العزلة الاجتماعية والتضحية بالذات كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الاغتراب عن الوالدين وأعراض الاكتئاب، واقترحت الدراسة ضرورة تركيز التدخلات العلاجية لأعراض الاكتئاب في مرحلة المراهقة على كل من روابط أو أنماط التعلق، والمخططات المعرفية اللاتكيفية لديهم.

كما هدفت دراسة برينينج واخرون Brenning, K. et al, 2012, P. 164 إلى استكشاف سبب الاختلافات بين الجنسين في معدلات انتشار أعراض الاكتئاب، حيث تشير الدراسات إلى أن البنات يشعرن بأعراض الاكتئاب أكثر من الأولاد وخاصة في مرحلة المراهقة، فهل ترجع هذه الفروق بين الجنسين إلى اختلاف في المخططات المعرفية بينهم؟، وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين من المراهقين العينة الأولى عينة إكلينيكية قوامها ١١٠ مراهقاً والأخرى غير إكلينيكية قوامها ١١٨ مراهق، طبق عليهم استبيان المخططات المعرفية للشباب الصورة المختصرة YSQ-SF وأظهرت النتائج أن المراهقات يملن إلى تسجيل درجات أعلى على العديد من المخططات المعرفية اللاتكيفية، وأن هذه المخططات تميل إلى أن تكون اعلي ارتباطا بأعراض الاكتئاب مقارنة بنفس النتائج مع المراهقين الذكور، علاوة على ذلك، توسطت المخططات المعرفية العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الفتيات ولم يتم التوصل إلى نفس النتيجة على الأولاد.

ودراسة فرح دارفيش وآخرون darvish, F., et al .2013, 1072-1077 التي هدفت إلى مقارنة العلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى عينة من المرضى الذين حاولوا الانتحار وأخرى غير إكلينيكية، وتكونت عينة الدراسة الكلية من ٢٠٩ شخص(١٠١ مريض بالاكتئاب حاولوا الانتحار، ١٠٨ كعينة غير إكلينيكية) تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وطبقت عليهم الصورة المختصرة من مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية ليونج المكونة من ٧٥ بندا، ومقياس بيك للاكتئاب(الصورة الثانية)، حيث أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أبعاد المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب في كلا العينتين(ذوى الميول الانتحارية، والعاديين)، وبناء على تحليل الانحدار الهرمي hierararchical regression analysis تنبأت أبعاد: الدفاعية/الخزي defectiveness/ shame، والفشل، الاستحقاق/ هوس العظمة entitlement/ grandiosity ، بالاكتئاب لدى عينة الميول الانتحارية، في حين كانت أهم أبعاد المخططات المنبئة بالاكتئاب لدى العينة العادية هي: الدفاعية/ الخزي، والاستحقاق/ هوس العظمة، والحساسية للإساءة، والمعايير الصارمة/ النفاق، كما أوضحت النتائج التي تم التوصل إليها للمقارنة بين قيم معاملات الارتباط في المجموعتين بطريقة Z Fishers عدم وجود اى فروق بينهما.

**تعقيب عام على الدراسات السابقة:**

الهدف من الدراسات: تباينت وتنوعت أهداف الدراسات السابقة، ومع ذلك يمكن تقسيمها إلى هدفين أساسيين،

بعض الدراسات هدفت إلى بحث العلاقة المباشرة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى حالات إكلينيكية وغير إكلينيكية مثل: دراسة فرح دارفيش وآخرون Farah, Darvish; et al .2013، أو بين الذكور والإناث مثل دراسة برينتج وآخرون ,.Brenning, K. et al 2010، أو من خلال المقارنة بين مرضى الهوس والاكتئاب كما في دراسة جولدبرج وآخرون ., et al ; 2008Goldberg, J.F

هدفت بقية الدراسات إلى بحث دور المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين ضغوط احدث الحياة بأنواعها المختلفة والاكتئاب (والقلق في دراسة واحدة) مثل دراسة كولي وتورنر Col & Tumer,1993، ودراسة مارجريت لوملى، وكاتى هاركينز .Margaret N Lumly & Kate L. Harknees (2007)، ودراسة كلفت وآخرون Calvete, E., et al, 2007على سبيل المثال لا الحصر.

عينات الدراسات المستخدمة: تباينت عينات الدراسات المستخدمة فى الدراسات السابقة بين مرحلتي الطفولة والمراهقة، كما أجريت بعض الدراسات على حالات اكلينيكة، إلا أن أغلب الدراسات كانت على حالات غير اكلينيكة من طلاب الجامعة واقتصرت دراستين منها على الإناث فقط.

١- **الأدوات المستخدمة**: يعد مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية ليونج هو الأداة الأساسية فى أغلب الدراسات التي تمت في هذا السياق، كما استخدم مقياس بيك للاكتئاب فى العديد منها، بينما تنوعت طرق قياس ضغوط أحداث الحياة مابين ضغوط خبرات الطفولة المسيئة كما فى دراسة مارجريت لوملى، وكاتى هاركينز Lumly, M.N. & Harknees, K. L. (2007)، أو الضغوط الأسرية كما في دراسة جرينبرج Greenberg, M.W. (2008)، أو الضغوط الناتجة عن عنف الزوج كما في دراسة كلفت وآخرون Calvete, E., et al, 2007، أو الضغوط النفسية الناتجة عن التعلق غير الأمن بالوالدين والاغتراب عنهما كما فى دراسة رويلوفز وآخرون Roelofs, J.; et al. 2011، او ضغوط الاحداث اليومية كما فى بقية الدراسات مثل دراسة نيكول ايبرهارت وآخرون Eberhart, N.K. et al; 2011، وغيرها من الدراسات.

٢- **نتائج الدراسات السابقة**:

توصلت الدراسات السابقة الى نتائج عديدة، ويمكن تلخيص هذه النتائج فى نتيجتين اساسيتين هما:

أ. وجود علاقة ارتباطيه مباشرة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب، وهو ما أكدته دراسة كل من جولدبرج وآخرون Goldberg, J.F 2008; et al .، دراسة برينتج وآخرون Brenning K. et al, 2012، فرح دارفيش وآخرون Darvish, F.; et al .2013.

ب. تلعب المخططات المعرفية اللاتكيفية دور المتغير الوسيط فى العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب، وهو ما أوضحته العديد دراسة كل من: كولي وتورنر Col & Tumer,1993 التي أشارت إلى أن المعارف المشوهة وأسلوب العزو تتوسط العلاقة بين الأحداث الإيجابية والسلبية والتقرير الذاتي للاكتئاب، ودراسة لوملى، هاركينز Margaret Lumly,N. & Harknees, K.L. (2007) التي توصلت إلى أن بعد الفقد/ انعدام القيمة من المخططات المعرفية اللاتكيفية قد توسط العلاقة بين محن أو

خبرات الإساءة في الطفولة (كضغوط شخصية أو نفسية) وأعراض الاكتئاب. وأشارت دراسة كلفت وآخرون Calvete, E., et al, 2007 أن تأثير المخططات كمتغير وسيط كان منخفضاً وكان أوضحها تأثيراً هو بعد قصور الحكم الذاتي، وفي المقابل، فإن النتائج قد دعمت النموذج الذي يقترح ارتباط العنف بالمخططات المعرفية، وهذه بدورها ترتبط بأعراض الاكتئاب. وأشارت دراسة إيبرهارت وأخرون Eberhart, N.K. et al; 2011 إلى أن هناك العديد من المخططات المعرفية اللاتكيفية مثل: الحرمان العاطفي، وعدم الثقة/ الإساءة، والعزلة الاجتماعية، والعجز، والخلل Defectiveness، والفشل، والقهر Subjugation تُنبأ بتولد الضغوط الشخصية والتي بدورها تنبأ بالاكتئاب.

**فروض الدراسة:**

**بناء على نتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة فى ضوء تساؤلاتها على النحو الأتي:**

١. **تنخفض قيم معاملات الارتباط بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدي طالبات الجامعة بعد عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية؟.**

٢. **توجد علاقة ارتباطيه موجبة وذات دلالة إحصائية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.**

٣. **تنبأ بعض الضغوط النفسية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة.**

٤. **تنبأ بعض المخططات المعرفية اللاتكيفية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة.**

**إجراءات الدراسة:**

**١-منهج الدراسة:**

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، حيث قامت بفحص العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والمخططات المعرفية اللاتكيفية من ناحية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة من ناحية أخرى، كما درست العلاقة السببية بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب وكذلك العلاقة السببية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

**٢- عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة من مجموعة غير إكلينيكية قوامها ١٨٧ طالبة بكلية التربية النوعية جامعة طنطا تراوحت أعمارهن بين ١٨-٢١ سنة بمتوسط ٢٠.٤ سنة وانحراف معياري ١.٠٨ ، موزعات على المستويين الثاني والثالث بالكلية، وينحدرن من مستويات اقتصادية واجتماعية متوسطة. وقد قررت كل الطالبات عدم ترددهن على عيادات نفسية من قبل، وأنهن ينحدرن من أسر سوية أو طبيعية وغير متصدعة بعد أن استبعدت ١٦ حالة لا ينطبق عليها هذا الشرط مثل وفاة احد الوالدين أو طلاقهما، وذلك بهدف تحقيق اكبر قدر ممكن من التجانس بين أفراد العينة.

ويرجع اقتصار عينة الدراسة على الطالبات فقط للأسباب التالية:

١- أن اغلب الدراسيين بكلية التربية النوعية جامعة طنطا من الطالبات، إذ يمثلن ما يقرب من ٨٥% من إجمالي عدد طلاب الكلية.

٢- أن اضطراب الاكتئاب ينتشر بين الطالبات في هذه المرحلة العمرية مقارنة بالطلاب طبقا لما أشارت إليه العديد من الدراسات التي تمت في هذا السياق مثل دراسة برينتج وآخرون Brenning, K. et al, 2012.

وبناء على ما سبق فان وجود عينة صغيرة من الذكور ضمن عينة الدراسة سوف يؤدى إلى عدم تجانس العينة الكلية وعدم اتساق نتائجها. ومن ثم رأى الباحثين اقتصار عينة الدراسة على الطالبات فقط.

**أدوات الدراسة:**

١-مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية(إعداد يونج، ترجمة وتعريب محمد السيد عبد الرحمن، محمد احمد سعفات، ٢٠١٤)

ويعرف باسم مقياس يونج للمخططات(الصورة المختصرة) Young Schema Questionnaire Short -2(YSQ-S2) - Young, j. ويحتوي على(٧٥) بندا مقسمة إلى (١٥) بعدا بواقع (٥) بنود لكل بعد، وأبعاد هذا المقياس هي: (الحرمان العاطفي، الهجران- عدم الاستقرار، التشكيك-الإساءة، العزلة الاجتماعية-الوحدة ، العيب – العار ، الفشل، الاتكالية- الاعتماد، توهم الأذى أو المرض، التعلق – هدم الذات، الإذعان- الانقياد، التضحية بالنفس ،الكبت العاطفي، المعايير الصارمة، الاستحقاق-هوس العظمة، العجز عن ضبط النفس). حيث يقوم المفحوص بوضع الدرجة التي تنطبق عليه أمام كل عبارة من عبارات المقياس والدرجات تتراوح ما بين(١ إلى ٦)، ويتم احتساب أجمالي الدرجات لكل بعد بواسطة معدل الخمس فقرات المدرجة فيه، وقد ترجم هذا المقياس إلى العديد من اللغات وطبق في كثير من الدول الأوروبية كفرنسا واسبانيا وهولندا وتركيا (Yong & Brown, 2001).

من خلال استعراض بعض الدراسات الأجنبية التي طبقت استبيان مخطط يونج يظهر أن الاستبيان يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الصدق والثبات، ففي عام (١٩٩٥) أجرى شميت وآخرون Schmidt, N. B.; et al, 1995 أول دراسات شاملة عن الخصائص السيكومترية للنسخة الطويلة لاستبيان يونج للمخططات، وأوضحت نتائجها تمتع أبعاد المقياس بدرجة مناسبة من الثبات كما حسبت بطريقة الفاكرونباخ ٩٦,. (العيب/العار) ، وأن معامل ثبات الاختبار يتراوح من ٥٠,. إلى ٨٢,. في المجموعات غير الإكلينيكية. وأثبتت المخططات الفرعية الأولية مصداقية عالية في معامل ثبات الاختبار والاتساق الداخلي له، كما أظهر الاستبيان أيضا أن الصدق التقاربي والصدق التمييزي جيداً مع مقاييس الضغوط النفسية، وتقدير الذات، والاختلال الإدراكي للاكتئاب ودراسة أعراض اضطرابات الشخصية. وأظهرت دراسة ولر (Waller,2001) نتائج جيدة من حيث الصدق والثبات، حيث أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط معامل الفا كرونباخ ٩٦,. في العينة الإكلينيكية، أما العينة غير الإكلينيكية في نفس الدراسة فقد بلغ متوسط معامل الفا ٩٢,٠، وفي دراسة قام بها باراتوف Baranoff,2006 على عينة طلاب من كوريا الجنوبية كان معامل الفا عند٩٤,٠، وفي دراسة أخرى كذلك لباراتوف(٢٠٠٦) أجريت على عينة استرالية كان نتيجة متوسط معامل الفا عند ٩٤,٠، وهذا يؤكد الخصائص الجيدة لهذا المقياس (Young, et al., 2003, p. 24-26).

## صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية:

### أولا صدق المقياس:

**الصدق التمييزي:** يمكن التعرف على القدرة التمييزية للمقياس إذا وجدت فروق بين مرتفعي ومنخفضي الاكتئاب في أبعادة أو في عدد كبير منها، حيث انه من المتوقع أن يحصل الأفراد ذوى الدرجات المرتفعة في الاكتئاب على درجات مرتفعه أيضاً في المخططات المعرفية اللاتكيفية، وللتحقق من ذلك تم حساب قيم ت لدلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الاكتئاب لعينة قوامها ١٠٠ طالب من طالبات الجامعة. كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (١) قيم ت لدلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الاكتئاب في المخططات المعرفية اللاتكيفية

| أبعاد المخططات | منخفضي الاكتئاب ن=٥٠ | | مرتفعي الاكتئاب ن=٥٠ | | قيمة ت ودلالتها |
|---|---|---|---|---|---|
| | م | ع | م | ع | |
| الحرمان العاطفي | ٩,١٨ | ٣,٦٤ | ١٤,١٠ | ٤,٧٣ | ٥,٠٣** |
| الهجران/ عدم الاستقرار | ١٣,٦٦ | ٤,٥٢ | ١٧,٢٠ | ٤,٦٣ | ٣,٨٧** |
| التشكيك / الإساءة | ١٣,٧٢ | ٤,٥٥ | ١٥,٦٠ | ٤,٦٤ | ٢,٠٥* |
| العزلة الاجتماعية/ الوحدة | ١٠,٠٦ | ٣,٩٢ | ١٤,٨٦ | ٥,٠٤ | ٥,٣١** |
| العيب/ العار | ٧,٢٨ | ٣,٣٩ | ١٠,٥٠ | ٤,٦١ | ٣,٩٨** |
| الفشل | ١٠,٣٢ | ٤,٤٣ | ١٢,٥٢ | ٤,٠١ | ٢,٦١** |
| الاتكالية/ الاعتماد | ١٠,٩٦ | ٣,٩٨ | ١٢,٠٠ | ٤,٤٢ | ١,٢٤ |
| توهم الأذى أو المرض | ١٢,٢٨ | ٤,١٧ | ١٤,٩٢ | ٤,١٤ | ٣,١٨** |
| التعلق/ هدم الذات | ١٣,٠٦ | ٤,٧٤ | ١٣,٠٨ | ٤,٨٦ | ٠,٠٢ |
| الإذعان أو الانقياد | ١٠,٢٤ | ٣,٣٩ | ١٢,٩٠ | ٤,٥١ | ٣,٣٣** |
| التضحية بالذات | ١٦,٨٦ | ٥,٩٧ | ١٧,٦٦ | ٤,٢٧ | ٠,٧٧ |
| الكبت العاطفي | ١٣,١٨ | ٤,١٧ | ١٤,٩٢ | ٣,٦٢ | ٢,٢٣* |
| المعايير الصارمة/ النفاق | ١٦,٣٠ | ٤,٧٦ | ١٧,٣٢ | ٤,٠٠ | ١,١٦ |
| الاستحقاق/ هوس العظمة | ١٤,٣٨ | ٤,٠٧ | ١٦,٠٢ | ٣,٣٧ | ٢,١٩* |
| العجز عن ضبط الذات/ ضبط الذات | ١٠,٠٦ | ٣,١٥ | ١٢,١٦ | ٢,٧٧ | ٣,٠٣** |

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الاكتئاب في المخططات المعرفية اللاتكيفية في ١١ بعد من بين ١٥ بعد للاختبار، مما يدل على تمتعه بدرجة جيدة من الصدق التمييزي.

**ثانيا: ثبات المقياس:**

للتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحثان طريقة الفا كرونباخ حيث تراوحت قيم معاملات ثبات الأبعاد بين ٠,٦٠، ٠,٨١ . وتشير الى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات تجعلنا نثق في نتائجه كما يوضحها الجدول التالي:

جدول(٢) معاملات الفاكرونباخ لثبات أبعاد مقياس يونج للمخططات المعرفية اللاتكيفية

| ابعاد المخططات اللاتكيفية | معامل الفاكرونباخ |
|---|---|
| الحرمان العاطفي | ٠,٧٧ |
| الهجران/ عدم الاستقرار | ٠,٧٤ |
| التشكيك / الإساءة | ٠,٦٦ |
| العزلة الاجتماعية / الوحدة | ٠,٨١ |
| العيب/ العار | ٠,٧٢ |
| الفشل | ٠,٨٠ |
| الاتكالية/ الاعتماد | ٠,٧٥ |
| توهم الأذى او المرض | ٠,٦٣ |
| التعلق/ هدم الذات | ٠,٧٣ |
| الإذعان أو الانقياد | ٠,٦٠ |
| التضحية بالذات | ٠,٧٠ |
| الكبت العاطفي | ٠,٦٣ |
| المعايير الصارمة/ النفاق | ٠,٧٢ |
| الاستحقاق/ هوس العظمة | ٠,٦٠ |
| العجز عن ضبط الذات/ ضبط الذات | ٠,٦٠ |

**مقياس ضغوط أحداث الحياة**: (**إعداد: ثريا سراج**)

تطلبت الدراسة الحالية بناء مقياس للضغوط النفسية لطالبات الجامعة، ويهدف المقياس إلى التعرف على الضغوط المختلفة التي يتعرض لها الطالبات. وقد مر إعداد المقياس بالخطوات الاتية:

١-الاطلاع على المقاييس المشابهة التي تم إعدادها عن الضغوط النفسية لدى طالبات الجامعة

٢-قامت الباحثة بعدة مقابلات مع طالبات كلية التربية النوعية بجامعة طنطا، بهدف إلقاء سؤال، وهو: ما هي أنواع الضغوط التي تتعرضون ؟

وكان الهدف من هذا السؤال هو معرفة أنواع الضغوط التي تتعرض لها الطالبات، ومن ثم يمكن صياغة هذه الأفكار في صورة عبارات مختلفة. وبناء على استجابات الطالبات تبين وجود خمسة أنواع من الضغوط هي:

أ. **الضغوط النفسية(الشخصية)**: وعدد عباراته (٢٢عبارة)، وتتمثل في الشعور بالذنب، والخوف من المستقبل، وتوقع الفشل، والتشاؤم، والتوتر والإحباط، مما ينعكس سلبيا على الحالة النفسية للفرد.

ب. **الضغوط الأسرية**: وعدد عباراته (١٨عبارة)، وتتمثل في اضطراب العلاقة من الوالدين أو الأشقاء والشعور بأن المناخ الأسرى مضطرب وينعكس بشكل مباشر أو غير مباشر على الطالب.

ج. **الضغوط الصحية**: وعدد عباراته (١٦عبارة)، ويتمثل في وجود اضطرابات صحية متكررة وأمراض عضوية مزمنة أو غير مزمنة يتولد معها الخوف من اعتلال شديد في الصحة

د. **الضغوط الدراسية**: وعدد عباراته (٢٦ عبارة)، ويقصد به: "مجموعة الصعوبات المباشرة التي يواجهها الطالب في المناخ المدرسي والشعور بالضغط من المعهد بصفة عامة".

هـ- **الضغوط الاقتصادية**: وعدد عباراته (١٣ عبارة)، ويقصد به: "التباين بين المتطلبات المادية للطالب وقدرته على الاستجابة لها، كما تتضمن الشعور بالضغط، وعدم الرضا الناتج من عدم التوافق مع الأوضاع الاقتصادية".

**وبذلك تكونت الصورة الأولية من المقياس من ٩٣ عبارة**

بعد ذلك تم عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين من أساتذة الصحة النفسية في كليتي التربية بجامعتي طنطا والزقازيق* للتأكد من صدق المحتوى، وبناءً على ذلك تم تفريغ آراء المحكمين على العبارات، مع الأخذ في الاعتبار بالملاحظات والمقترحات الخاصة بحذف أو تعديل أو إضافة بعض العبارات.

كما روعي أثناء تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية تدوين الملاحظات التي أبداها الطالبات، والتي تبدو في عدم فهم معاني بعض الكلمات، وقد تم تعديلها بالصورة المناسبة حتى يسهل على الطالب فهمها، والإجابة عليها بسهولة، ورتبت عبارات المقياس بصورة دائرية على أبعاده وذلك بأخذ عبارة من كل بعد، أي عبارة من البعد الأول تليها عبارة من البعد الثاني، ثم عبارة من البعد الثالث، وهكذا لباقي عبارات المقياس، وقد كان ميزان التقدير ثلاثياً (دائماً – أحياناً – نادراً).وتعطى الإجابة دائماً ٣ درجات، والإجابة أحياناً درجتين، والإجابة نادراً درجة واحدة.

**الخصائص السيكومترية للمقياس:**

**أولا: الاتساق الداخلي للمقياس:**

للتعرف على مدي تماسك البناء الداخلي للمقياس تم حساب الاتساق الداخلي له عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة ودرجة البعد الذي تنتمي له بعد استبعاد درجة المفردة، وذلك على العينة الاستطلاعية للدراسة (ن=١٠٠) وأسفر ذلك عن استبعاد ٤٥ مفردة كانت درجاتها غير مرتبطة بدرجة البعد الذي تنتمي له.

• يشكر الباحثين الزملاء في قسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة الزقازيق، وكلية التربية جامعة طنطا على تحكيم مقياس ضغوط أحداث الحياة.

جدول (٣) الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى طالبات الجامعة

| الضغوط الشخصية | | الضغوط الأسرية | | الضغوط الصحية | | الضغوط الدراسية | | الضغوط الاقتصادية | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| العبارة | معامل الارتباط | العبارة | معامل الارتباط | العبارة | معامل الارتباط | العبارة | معامل الارتباط | العبارة | معامل الارتباط |
| ١ | ٠,٤٢** | ٢٣ | ٠,٦٢** | ٤١ | ٠,٦٣** | ٥٧ | ٠,٤٢** | ٨٣ | ٠,٦٤** |
| ٢ | ٠,٥٣** | ٢٤ | ٠,٦٠** | ٤٢ | ٠,٥١** | ٥٨ | ٠,٥١** | ٨٤ | ٠,٣٥** |
| ٣ | ٠,١١ | ٢٥ | ٠,٥٢** | ٤٣ | ٠,٠٨ | ٥٩ | ٠,٠٥ | ٨٥ | ٠,٠٩ |
| ٤ | ٠,٢٤* | ٢٦ | ٠,٤٨** | ٤٤ | ٠,٤٥** | ٦٠ | ٠,٠٢ | ٨٦ | ٠,١٢ |
| ٥ | ٠,٠٨ | ٢٧ | ٠,١٤ | ٤٥ | ٠,٣٦** | ٦١ | ٠,١٤ | ٨٧ | ٠,١٥ |
| ٦ | ٠,٥٥** | ٢٨ | ٠,١٣ | ٤٦ | ٠,٥٨** | ٦٢ | ٠,١٤ | ٨٨ | ٠,٥٢** |
| ٧ | ٠,١٢ | ٢٩ | ٠,٠٨ | ٤٧ | ٠,٦٠** | ٦٣ | ٠,١٤ | ٨٩ | ٠,٠٦ |
| ٨ | ٠,٦١** | ٣٠ | ٠,١٥ | ٤٨ | ٠,١٥ | ٦٤ | ٠,١٨ | ٩٠ | ٠,١٦ |
| ٩ | ٠,٠٩ | ٣١ | ٠,١٧ | ٤٩ | ٠,٦٢** | ٦٥ | ٠,٦١** | ٩١ | ٠,١٨ |
| ١٠ | ٠,١٦ | ٣٢ | ٠,١١ | ٥٠ | ٠,٠٩ | ٦٦ | ٠,٤٣** | ٩٢ | ٠,٤٢** |
| ١١ | ٠,١٤ | ٣٣ | ٠,٠٥ | ٥١ | ٠,٥٠** | ٦٧ | ٠,١٨ | ٩٣ | ٠,٥٥** |
| ١٢ | ٠,١٢ | ٣٤ | ٠,٠٢ | ٥٢ | ٠,٤٩** | ٦٨ | ٠,١٤ | | |
| ١٣ | ٠,١٢ | ٣٥ | ٠,١٥ | ٥٣ | ٠,٤٩** | ٦٩ | ٠,١٢ | | |
| ١٤ | ٠,٥٣** | ٣٦ | ٠,٤٦** | ٥٤ | ٠,١٣ | ٧٠ | ٠,٩ | | |
| ١٥ | ٠,١٩ | ٣٧ | ٠,٦٤** | ٥٥ | ٠,٥٤** | ٧١ | ٠,٣٩** | | |
| ١٦ | ٠,٤٦** | ٣٨ | ٠,٦٣** | ٥٦ | ٠,٥٣** | ٧٢ | ٠,٤٠** | | |
| ١٧ | ٠,١٥ | ٣٩ | ٠,٦١** | | | ٧٣ | ٠,١٥ | | |
| ١٨ | ٠,١٣ | ٤٠ | ٠,٥٥** | | | ٧٤ | ٠,٥٤** | | |
| ١٩ | ٠,١٤ | | | | | ٧٥ | ٠,٥٦** | | |
| ٢٠ | ٠,١٥ | | | | | ٧٦ | ٠,٢٥* | | |
| ٢١ | ٠,٤٩** | | | | | ٧٧ | ٠,٣٩** | | |
| ٢٢ | ٠,٥٦** | | | | | ٧٨ | ٠,١٨ | | |
| | | | | | | ٧٩ | ٠,٥٢** | | |
| | | | | | | ٨٠ | ٠,٥٢** | | |
| | | | | | | ٨١ | ٠,٥ | | |
| | | | | | | ٨٢ | ٠,٥٩** | | |

* دال عند مستوى ٠,٠٥،
** دال عند مستوى ٠,٠١،
ن= ١٠٠

## يتضح من الجدول السابق:

انه قد تم استبعاد عدد من بنود كل بعد نظراً لعدم ارتباطها بالبعد الذي تنمى إليه واستقر العدد النهائي لبنود المقياس على ٤٨ بند موزعة على النحو الأتي: ٩ بنود للضغوط الشخصية، ٩ بنود للضغوط الأسرية، ١٢ بند للضغوط الصحية، ١٣ بند للضغوط الدراسية، ٥ بنود للضغوط الاقتصادية. كما أوضحت مؤشرات الاتساق الداخلي للمقياس ككل التي تم حسابها من خلال علاقة البعد بالدرجة الكلية له بتمتع المقياس بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي كما يوضحها الجدول التالي.

جدول (٤) الإتساق الداخلي لمقياس الضغوط النفسية لدى طالبات الجامعة

| أبعاد مقياس الضغوط النفسية | معامل الارتباط مع الدرجة الكلية |
|---|---|
| الضغوط الشخصية | ٠,٦٢** |
| الضغوط الأسرية | ٠,٥٥** |
| الضغوط الصحية | ٠,٤٥** |
| الضغوط الدراسية | ٠,٦٥** |
| الضغوط الاقتصادية | ٠,٦٠** |

** دالة عند ٠,٠١

**ثانياً: صدق المقياس:**

**أ-الصدق الظاهري للمقياس:**

يتمتع المقياس بدرجة واضحة من الصدق الظاهري حيث كانت عبارات المقياس قصيرة وبسيطة ومباشرة، وتعليماته واضحة وقد حصلت عباراته على موافقة السادة المحكمين، ولم تلاحظ الباحثة اى شكوى من الطالبات أثناء تطبيقه على العينة الاستطلاعية أو النهائية.

**ب-الصدق الذاتي للمقياس:**

يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات المقياس، ونظرا لان المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات فقد كانت مؤشرات صدقه الذاتي أيضاً جيدة وتراوحت بين كما يوضحها الجدول التالي

جدول ( ٥) مؤشرات الصدق الذاتي لأبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى طالبات الجامعة

| أبعاد مقياس الضغوط النفسية | الصدق الذاتي |
|---|---|
| الضغوط الشخصية | ٠,٨٧ |
| الضغوط الأسرية | ٠,٨٦ |
| الضغوط الصحية | ٠,٨٣ |
| الضغوط الدراسية | ٠,٨٨ |
| الضغوط الاقتصادية | ٠,٨٢ |
| الدرجة الكلية للضغوط | ٠,٩٠ |

**ثالثاً- ثبات المقياس:**

تم حساب ثبات الصورة النهائية لمقياس الضغوط النفسية باستخدام معادلة ألفاكرونباخ ، وبطريقة التجزئة النصفية لكل من جتمان وسبيرمان براون، حيث تمتعت أبعاد المقياس بدرجة جيدة من الثبات كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٦) مؤشرات ثبات أبعاد مقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية له لدى طالبات الجامعة

| أبعاد مقياس الضغوط النفسية | الفاكرونباخ | التجزئة النصفية | |
|---|---|---|---|
| | | بطريقة جتمان | بطريقة سبيرمان/ براون |
| الضغوط الشخصية | ٠,٧٥ | ٠,٧٨ | ٠,٧٨ |
| الضغوط الأسرية | ٠,٧٤ | ٠,٧٧ | ٠,٧٨ |
| الضغوط الصحية | ٠,٦٩ | ٠,٧٠ | ٠,٧٠ |
| الضغوط الدراسية | ٠,٧٨ | ٠,٨٠ | ٠,٨١ |
| الضغوط الاقتصادية | ٠,٦٨ | ٠,٧١ | ٠,٧١ |
| الدرجة الكلية للضغوط | ٠,٨١ | ٠,٨٤ | ٠,٨٥ |

**٣-مقياس بيك للاكتئاب- الصورة الثانية (إعداد بيك، ترجمة غريب عبد الفتاح ٢٠٠٠):**

أعده غريب عبد الفتاح ٢٠٠٠ عن مقياس بيك للاكتئاب المعروف اختصاراً بـ (BDI-II)، هو أحدث صورة مطورة لمقياس بيك للاكتئاب ويتكون المقياس من ٢١بنداً والمقياس صمم لقياس شدة الأعراض الاكتئابية لدى المراهقين والبالغين بداءً من سن ١٣عاماً، والأعراض التي يقيسها مقياس بيك الثاني للاكتئاب في صورته الأخيرة هي: الحزن، التشاؤم، الفشل السابق، فقدان الاستمتاع، مشاعر الإثم وتأنيب الضمير، مشاعر العقاب، عدم حب الذات، نقد الذات، الرغبة بالانتحار، البكاء، التهيج والاستثارة، فقدان الاهتمام، التردد، انعدام القيمة، فقدان الطاقة، تغيرات في نمط النوم، تغيرات في الشهية، صعوبة التركيز، الإرهاق والإجهاد، فقدان الاهتمام بالجنس، (بالنسبة للدراسة الحالية فقد تم استبعاد بند "فقد الاهتمام بالجنس" كونه لا يتناسب مع ثقافة المجتمع السعودي وأصبح المقياس في الصورة النهائية مكون من ٢٠بنداً).

وتتميز الصورة الحالية لمقياس بيك للاكتئاب بأنه قد تم بناؤها وتصميمها بغرض تقييم الأعراض المتضمنة في محك تشخيص الاضطرابات الاكتئابية في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية (DSM-IV) والصادر عن الجمعية الأميركية للطب النفسي عام ١٩٩٤، ولم يقصد من القائمة أن تكون أداة لتحديد تشخيصي إكلينيكي، لذلك يتعين استخدام القائمة بحذر بوصفها أداة تشخيصية منفردة، لأن الشكوى من الاكتئاب يمكن أن توجد تقريباً في كل الاضطرابات العقلية (غريب،٢٠٠٤، ص. ٢٥).

وتتمتع القائمة في نسختها العربية بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الصدق والثبات، وذلك على عينات مصرية (غريب، ٢٠٠٠)؛ وعينات عمانية (كاظم، والأنصاري،٢٠٠٨)، وعينات كويتية (عبد الخالق، وكاظم، وعيد،٢٠١١)، وتشير النتائج في مجملها إلى أن قائمة"بيك" الثانية للاكتئاب تتمتع بخصائص قياسية توحي بإمكانية تطبيقها على عينات عربية أخرى، وفي الدراسة الحالية سيقوم الباحث بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من عينة دراسته.

**أ- ثبات المقياس:**

استخدم غريب طريقتين لحساب ثبات المقياس، هما:

طريقة إعادة الاختبار: فقد طُبق المقياس مرتين بفاصل زمني أسبوعين على عينة قوامها ٥٥ طالب وطالبة (٣١ طالباً و٢٤ طالبة) وبلغ معامل الثبات ٠,٧٤ ، وهو معامل مرتفع.

طريقة الاتساق الداخلي: حيث وصل معامل ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا لمجموعة من الطلاب(ن=١١٤: ٧٠ ذكور، ٤٤ إناث) إلى ٠,٨٣ (غريب عبد الفتاح،٢٠٠٠).

**ثبات المقياس في الدراسة الحالية:**

تم إعادة حساب ثبات المقياس على عينة استطلاعية قوامها ٨٠ طالبة جامعية بطريقة الفاكرونباخ للمقياس ككل، وثبت تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات بهذه الطريقة إذ بلغت قيمة معامل ثباته ٠,٩٢ وهى قيمة مرتفع تجعلنا نثق في نتائج الدراسة.

**٢- صدق المقياس:**

استخدم مُعرب المقياس طريقتين لحساب صدقه، هما:

الصدق التقاربي: حيث تمّ تطبيق كلاً من مقياس بيك الأول المعدّل للاكتئاب ومقياس بيك الثاني للاكتئاب على مجموعة من الطلاب (ن=١١٤: ٧٠ ذكور، ٤٤ إناث)، كما استخدم مقياسان آخران بين تطبيق صورتي مقياس الاكتئاب وهما مقياسي القلق(A) وتوكيد الذات. وكان معامل الارتباط بين الصورة الأولى المعدلة لمقياس بيك للاكتئاب ومقياس بيك الثاني للاكتئاب ٠,٧٦ وهو معامل دال عند مستوى ٠,٠٠١.

الصدق التمييزي: يُستدل عليه بانخفاض معاملات الارتباط بين مقياس بيك الثاني للاكتئاب ومقياس القلق (A) والتي بلغت ٠,٤٢ ، ومن وجود ارتباط سالب بين مقياس بيك الثاني للاكتئاب ومقياس توكيد الذات والذي بلغ – ٠,٣٧ وهو معامل دال عند مستوى ٠,٠١ .

وقد قام غريب بمقارنة متوسط مجموعة من العاديين (ن=٣٦) بأخرى من المرضى العقليين المشخصين باضطراب الاكتئاب الرئيسي (ن=٣٦)، وقد وصل متوسط مجموعة المرضى على المقياس ٣٤,٨٩ بانحراف معياري ٩,٤٥ ومجموعة العاديين بلغ متوسطها على المقياس ٢١,٦٩ بانحراف معياري ٩,٤٥ ، والفرق بين المتوسطين دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١

**الأساليب الإحصائية المستخدمة:**

أ- معامل الارتباط الخطى البسيط لبيرسون.

ب- معامل الارتباط الجزئي.

ج- تحليل الانحدار المتدرج(متعدد الخطوات) Stepwise Regression

**نتائج الدراسة:**

**نتائج الفرض الأول:**

وينص هذا الفرض على:

"تنخفض قيم معاملات الارتباط بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدي طالبات الجامعة بعد عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية".

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين الضغوط النفسية والاكتئاب بطريقة الارتباط البسيط لبيرسون، ثم حساب العلاقة الارتباطية بعد عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية ككل بطريقة الارتباط الجزئي، وتلخيص النتائج في الجدول التالي،

جدول (٧)

قيم معاملات الارتباط الخطي والارتباط الجزئي بين الضغوط النفسية والاكتئاب قبل وبعد عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية لدى طالبات الجامعة

| الاكتئاب / ضغوط أحداث الحياة | معامل الارتباط الخطي لبيرسون | معامل الارتباط الجزئي عند عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية |
|---|---|---|
| ض نفسية | **٠,٣٦ | **٠,٢١ |
| ض أسرية | **٠,٣٤ | **٠,٢٤ |
| ض صحية | **٠,٢٩ | *٠,١٨ |
| ض دراسية | **٠,٢٧ | *٠,١٩ |
| ض اقتصادية | **٠,٢٠ | *٠,١٦ |
| مجموع الضغوط | **٠,٣٩ | **٠,٢٦ |

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

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند ٠,٠١ بين جميع أبعاد ضغوط أحداث الحياة والدرجة الكلية لها والاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

٢-عند عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية انخفضت قيمة معاملات الارتباط بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب بصورة واضحة.

**ويشير هذا الانخفاض في قيمة معامل الارتباط عند عزل أثر المخططات المعرفية اللاتكيفية إلى أن العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية والاكتئاب تكون أقوى عند وجود هذه المخططات. مما يدل على تأثيرها السلبي في هذه العلاقة .**

**ولمعرفة اثر عزل المخططات المعرفية اللاتكيفية كل على حدة على العلاقة بين الدرجة الكلية لضغوط أحداث الحياة والاكتئاب تم حساب معامل الارتباط الجزئي بين الدرجة الكلية لضغوط أحداث الحياة والاكتئاب مع عزل بعد واحد من أبعاد المخططات في كل مرة، وتلخيص النتائج في الجدول التالي:**

جدول (٨) قيم معاملات الارتباط الجزئية بين الدرجة الكلية للضغوط النفسية والاكتئاب عند عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية كل على حدة لدى طالبات الجامعة

| أبعاد المخططات اللاتكيفية | معامل الارتباط الجزئي بين الدرجة الكلية للضغوط والاكتئاب عند عزل اثر أبعاد المخططات المعرفية | مستوى الدلالة |
|---|---|---|
| عند عزل اثر الحرمان العاطفي | ٠,٢٩ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر الهجران/ عدم الاستقرار | ٠,٣٥ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر التشكيك / الإساءة | ٠,٣٦ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر العزلة الاجتماعية / الوحدة | ٠,٣٠ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر العيب/ العار | ٠,٣٠ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر الفشل | ٠,٣٥ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر الاتكالية/ الاعتماد | ٠,٣٩ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر توهم الأذى أو المرض | ٠,٣٤ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر التعلق/ هدم الذات | ٠,٤٠ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر الإذعان او الانقياد | ٠,٣٥ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر التضحية بالذات | ٠,٤٠ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر الكبت العاطفي | ٠,٣٨ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر المعايير الصارمة/ النفاق | ٠,٣٨ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر الاستحقاق/ هوس العظمة | ٠,٣٧ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر العجز عن ضبط الذات/ ضبط الذات | ٠,٣٥ | دالة عند ٠,٠١ |
| عند عزل اثر جميع المخططات المعرفية اللاتكيفية | ٠,٢٦ | دالة عند ٠,٠١ |

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

١- انخفاض قيمة اغلب معاملات الارتباط بين الضغوط النفسية والاكتئاب عند عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية (وعددها ١٢ بُعد) وهي:الحرمان العاطفي، والهجران أو

عدم الاستقرار، والتشكيك/ الإساءة، والعزلة الاجتماعية، والعيب/ العار، والفشل، وتوهم الأذى أو المرض، والإذعان أو الانقياد، والكبت العاطفي، والمعايير الصارمة/ النفاق، والاستحقاق/ هوس العظمة، وأخيراً العجز عن ضبط الذات. ويشير هذا الانخفاض في قيمة معامل الارتباط ولو بدرجة بسيطة عند عزل أثر المخططات المعرفية اللاتكيفية إلى أن العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب تكون أقوى في ضوء وجود هذه المخططات

٢- ارتفعت قيمة معامل الارتباط عند عزل اثر بعدين هما: التعلق/ هدم الذات، والتضحية بالذات، ويشير هذا الارتفاع في قيمة معامل الارتباط ولو بدرجة بسيطة عند عزل أثر المخططات المعرفية اللاتكيفية إلى أن العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب تكون أقل عند وجود هذين البعدين من المخططات المعرفية اللاتكيفية.

٣- لم يحدث تغير على قيمة معامل الارتباط عند استبعاد اثر بعد واحد هو الاتكالية/ الاعتمادية.

**نتائج الفرض الثاني:**

وينص هذه الفرض على: "توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والإكتئاب لدى طالبات الجامعة" وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بحساب العلاقة الارتباطية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب بطريقة الارتباط البسيط لبيرسون، وتلخيص النتائج في الجدول التالي:

جدول (٩) قيم معاملات الارتباط بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب ودلالتها لدى طالبات الجامعة

| ابعاد المخططات اللاتكيفية | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|
| الحرمان العاطفي | ٠,٣٦ | ٠,٠١ |
| الهجران/ عدم الاستقرار | ٠,٢٧ | ٠,٠١ |
| التشكيك / الإساءة | ٠,٢٠ | ٠,٠١ |
| العزلة الاجتماعية / الوحدة | ٠,٣٥ | ٠,٠١ |
| العيب/ العار | ٠,٣٣ | ٠,٠١ |
| الفشل | ٠,٢١ | ٠,٠١ |
| الاتكالية/ الاعتماد | ٠,١١ | غير دالة |
| توهم الأذى أو المرض | ٠,٢٦ | ٠,٠١ |
| التعلق/ هدم الذات | ٠,١٠ | غير دالة |
| الإذعان أو الانقياد | ٠,٢٢ | ٠,٠١ |
| التضحية بالذات | ٠,٠٦ | غير دالة |
| الكبت العاطفي | ٠,١٤ | غير دالة |
| المعايير الصارمة/ النفاق | ٠,٠٩ | غير دالة |
| الاستحقاق/ هوس العظمة | ٠,١٥ | ٠,٠٥ |
| العجز عن ضبط الذات/ ضبط الذات | ٠,٢٧ | ٠,٠١ |

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

١.توجد علاقة ارتباطيه موجبة وذات دلالة إحصائية عند ٠,٠١ بين كل من الحرمان العاطفي، والهجران/ عدم الإستقرار، التشكيك/ الإساءة، والعزلة الاجتماعية/ الوحدة، والعيب/ العار، والفشل، وتوهم الأذى أو المرض، والإذعان أو الانقياد، والعجز عن ضبط الذات/ ضبط الذات كأبعاد في مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة، بينما كانت دالة عند ٠,٠٥ مع الاستحقاق/ هوس العظمة،

٢.لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين كل من الاتكالية/ الاعتمادية، والتعلق/ هدم الذات، والتضحية بالذات، والكبت العاطفي/ والمعايير الصارمة/ النفاق كأبعاد في مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة،

**نتائج الفرض الثالث:**

وينص هذا الفرض على "تنبأ بعض الضغوط النفسية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة"

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة معامل الانحدار المتدرج باعتبار الاكتئاب متغير تابع والضغوط النفسية متغيرات مستقلة مؤثرة، وتلخيص النتائج في الجدولين التاليين:

جدول(١٠) نتائج تحليل التباين لانحدار الضغوط النفسية على الاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

| المتغير التابع | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف ومستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| الاكتئاب | الانحدار | ٤٣٨٤,١٠ | ٣ | ١٤٦١,٤٩ | ١٤,٤٣ |
| | البواقي | ١٨٦٣٠,٨٦ | ١٨٤ | ١٠١,٢٦ | دالة عند ٠,٠١ |
| | المجموع | ٢٣٠١٥,٣٢ | ١٨٧ | | |

يتضح من الجدول السابق وجود ثلاث أنواع من الضغوط تنبأ بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة يمكن توضيح أنواعها وتأثيرها من خلال الجدول التالي:

جدول(١١) نتائج تحليل الانحدار لتأثير المخططات المعرفية اللاتكيفية على الاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

| المتغير التابع | المتغيرات المتنبئة | الارتباط المتعدد R | نسبة المساهمة R2 | معامل الانحدار Beta | قيمة ت | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الاكتئاب | الضغوط النفسية | ٠,٣٦ | ٠,١٣ | ٠,٢٤ | ٣,١٦ | ٠,٠١ |
| | الضغوط الأسرية | ٠,٤٢ | ٠,١٧ | ٠,١٩ | ٢,٥٠ | ٠,٠٥ |
| | الضغوط الدراسية | ٠,٤٤ | ٠,١٩ | ٠,١٤ | ٢,٠٢ | ٠,٠٥ |
| | قيمة الثابت العام = -١٠,٢٣ | | | | | |

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

١- تنبأ كل من الضغوط النفسية، والضغوط الأسرية، والضغوط الدراسية بالاكتئاب لدي طالبات الجامعة بنسبة مساهمة إجمالية مقدراها ١٩ % (١٣% للضغوط النفسية، ٤% للضغوط الأسرية، ٢% للضغوط الدراسية على الترتيب).

٢- يمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية للعلاقة بين هذه المتغيرات:

الاكتئاب= ٠,٢٤ × الضغوط النفسية+ ٠,١٩ × الضغوط الأسرية + ٠,١٤ × الضغوط الدراسية- ١٠,٢٣.

**نتائج الفرض الرابع:**

وينص هذا الفرض على "تنبأ بعض المخططات المعرفية اللاتكيفية دون غيرها بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة معامل الانحدار المتدرج باعتبار الاكتئاب متغير تابع والمخططات المعرفية اللاتكيفية متغيرات مستقلة مؤثرة، وتلخيص النتائج في الجدولين التاليين:

جدول(١٢) نتائج تحليل التباين لانحدار المخططات المعرفية اللاتكيفية على الاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

| المتغير التابع | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف ومستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| الاكتئاب | الانحدار | ٥١٧٩,١٣ | ٥ | ١٠٣٥,٨٣ | ١٠,٥٤ |
| | البواقي | ١٧٧٩٦,٣١ | ١٨١ | ٩٨,٣٢ | دالة عند ٠,٠١ |
| | المجموع | ٢٢٩٧٥,٤٤ | ١٨٦ | | |

جدول(١٣) نتائج تحليل الانحدار لتأثير المخططات المعرفية اللاتكيفية على الاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

| المتغير التابع | المتغيرات المنبئة | الارتباط المتعدد R | نسبة المساهمة R2 | معامل الانحدار Beta | قيمة ت ودلالتها | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الاكتئاب | الحرمان العاطفي | ٠,٣٦ | ٠,١٣ | ٠,٢١ | ٢,٦٩ | ٠,٠١ |
| | ضبط الذات | ٠,٤١ | ٠,١٧ | ٠,١٩ | ٢,٦٦ | ٠,٠١ |
| | العيب/ العار | ٠,٤٤ | ٠,١٩ | ٠,٢٣ | ٢,٩٩ | ٠,٠١ |
| | الهجران/عدم الاستقرار | ٠,٤٦ | ٠,٢١ | ٠,١٥ | ٢,١٥ | ٠,٠٥ |
| | الاتكالية/ الاعتماد | ٠,٤٨ | ٠,٢٣ | ٠,١٥- | ١,٩٨ | ٠,٠٥ |
| قيمة الثابت العام = ١,٩٢ | | | | | | |

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

١- تُنبأ المخططات المعرفية اللاتكيفية الخمسة التالية دون غيرها: الحرمان العاطفي، ضبط الذات، والعيب/ العار، والهجران/عدم الاستقرار، الاتكالية/ الاعتماد بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة بنسبة مساهمة إجمالية مقدراها ٢٣ % (١٣% للحرمان العاطفي، ٤% لضبط الذات، ٢% للعيب/ العار، ٢ % للهجران/عدم الاستقرار، ٢% للاتكالية/ الاعتماد على الترتيب).

٢- يمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية للعلاقة بين هذه المتغيرات:

الاكتئاب= ٠,٢١ × الحرمان العاطفي+ ٠,١٩ × ضبط الذات+ ٠,٢٣ × العيب/ العار+ ٠,١٥ × الهجران/ عدم الاستقرار- ١٥ × الاتكالية/ الاعتماد+ ١,٩٢.

**تفسير النتائج:**

**سوف يتم تفسير نتائج الدراسة الحالية من ثلاث زوايا هي:**

**الأولى:** تتعلق بالعلاقة المباشرة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب.

**الثانية:** تتعلق بالتأثير الايجابي غير المباشر للمخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين ضغوط إحداث الحياة والاكتئاب.

**الثالثة:** الإسهام الايجابي المباشر للمخططات المعرفية اللاتكيفية على الاكتئاب لدى طالبات الجامعة.

**أولا: العلاقة المباشرة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب**، حيث تتضح هذه العلاقة من الجزئية

الأولى في الفرض الأول التي أكدت وجود علاقة ارتباطيه موجبة وذات دلالة إحصائية عند ٠,٠١ بين جميع أبعاد ضغوط أحداث الحياة والدرجة الكلية لها والاكتئاب لدى طالبات الجامعة، وكذلك من نتائج الفرض الثالث التي توصلت إلى أن كل من الضغوط النفسية، والضغوط الأسرية، والضغوط الدراسية تنبأ بالاكتئاب لدي طالبات الجامعة بنسبة مساهمة إجمالية مقدراها ١٩ % (١٣% للضغوط النفسية، ٤% للضغوط الأسرية، ٢% للضغوط الدراسية على الترتيب).

حيث تشير هذه النتائج إلى خطورة الدور الذي تلعبه الضغوط النفسية بكافة أنواعها في حدوث الاكتئاب لأنها تعد الشرارة الأولى التي تقدح زناد الأفكار والمشاعر السلبية نحو الذات والماضي والمستقبل المعروفة بالثالوث المعرفي للاكتئاب، وخاصة في ظل الظروف الاجتماعية والاقتصادية والسياسية الراهنة للمجتمع المصري الذي يفتقد فيه الفرد إلى المساندة والدعم من اقرب الناس له، ويترتب عليها ضعف شبكة العلاقات الاجتماعية التي تمثل مصدر أساسي للمساندة والدعم عند حدوث هذه الضغوط.

أضف إلي ذلك الطبيعة الخاصة لعينة الدراسة التي تتمثل في طالبات المرحلة الجامعية، ففي هذه المرحلة تحدث تغيرات فسيولوجية متلاحقة للفتاه تغير من شكلها وتركيبتها الجسمية وان كانت أكثر هدوءا من بداية المرحلة إلا أن آثارها تبقى خلال المراهقة المتأخرة، كما أن علاقة الفتيات بأسرهن ورفاق السن والتفكير في العمل والزواج بعد التخرج تبقى مصدر أساسي للضغوط لديهن وتنعكس سلباً على صحتهن النفسية، فضلا عن ذلك ما زالت المرأة تعاني من نظرة سلبية من قبل المجتمع تشعر فيه بالتهميش وعدم توفر الفرص التى تتاح للرجل على الصعيد المجتمعي والمهني وفي مجال الحرية الشخصية، وكلها عوامل تتفاعل مع الضغوط النفسية وتسبب أعراض الاكتئاب.

وتتفق نتائج الدراسة في هذا الجزء مع نظرية الاستهداف للضغوط Diathesis-Stress Theory وهى إطار عمل يطبق على نطاق واسع لفهم السلوك البشرى، لأنه يقوم على فرضية وجود تفاعل ديناميي بين الاستعداد الوراثي وضغوط أحداث الحياة، ومن خلاله يمكننا أن نفهم على نحو أفضل سلوك الشخص واستراتيجياته في المواجهة واتخاذ قراراته، كما ترى أن الاضطرابات النفسية تحدث بسبب المزاوجة بين العوامل الوراثية وعوامل الخطر في البيئة التي تعد الضغوط النفسية الخارجية أهم مظاهرها.

كما تتفق مع نتائج العديد من الدراسات السابقة التي تمت في هذا السياق مثل دراسة راوية دسوقي(١٩٩١)، ودراسة حسن مصطفي( ١٩٩٣) ، دراسة إيمان صقر(٢٠٠١) التي أشارت

جميعها إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين ضغوط أحداث الحياة توصلت إلي وجود علاقة ارتباطيه دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب."

**ثانيا: التأثير الايجابي غير المباشر للمخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير وسيط في العلاقة بين ضغوط إحداث الحياة والاكتئاب:** الذي أوضحته نتائج الجزء الثاني من الفرض الأول عند عزل اثر المخططات المعرفية اللاتكيفية حيث انخفضت قيمة معاملات الارتباط بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب بصورة واضحة لكنها بقيت دالة إحصائيا عند ٠.٠١، ويشير هذا الانخفاض في قيمة معامل الارتباط إلى أن العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية والاكتئاب تكون أقوى عند وجود هذه المخططات مما يدل على تأثيرها الايجابي في هذه العلاقة.

ويعتقد الباحثان أن أفضل تفسير لهذه النتائج يكون من خلال نظرية ألوى وريسكايند ٢٠٠٦ المعروفة بنظرية التوتر- الضعف المعرفي التي سبق الإشارة إليها، حيث يفترضا وجود سلسلة سببية تبدأ بتطور الخبرات والمخططات المعرفية من خبرات الحياة المبكرة مثل أخطاء التعلق، والنمذجة، وأساليب المعاملة الوالدية اللاسوية، وبمجرد أن تتشكل مخططات الفرد المعرفية تتغير طريقة استجابته لأحداث وضغوط الحياة وتتحول إلى اضطرابات انفعالية ونفسية، كما يفترض كلارك **Clark, et al; 1999** أن هذه المخططات والتشوهات المعرفية لها وظيفة تخطيطية **schematic function**. وقد استخدمت في تفسير نفس النتائج من قبل رزيسكايند وألوى ٢٠٠٦، مفترضين وجود دور وسيط للمخططات المعرفية اللاتكيفية في العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب، حيث يرون أن الأفراد الذين لديهم مخططات معرفية أو معتقدات محورية سلبية أو مشوهة هم عرضة لخطر متزايد للإصابة بالاكتئاب، وعند وقوع أحداث الحياة الضاغطة يتم تنشيط هذه المخططات المعرفية السلبية لديهم التي تؤثر بدورها على الطريقة التي يفسرون بها هذا الحدث، مما يؤدي إلى أعراض اكتئابية.

وقد دعمت العديد من الدراسات السابقة التي تم عرضها في الدراسة الحالية هذه الرؤية، ومنها على سبيل المثال لا الحصر دراسة كلفت وآخرون Calvete, E., et al, 2007 التي أكدت على دور المخططات المعرفية كمتغير وسيط في العلاقة بين عنف الزوج (كأحد ضغوط أحداث الحياة) وأعراض الاكتئاب، ودراسة جرينبرج Greenberg, M.W. (2008) التي توصلت إلى أن الضغوط الأسرية المختلفة مثل ضعف التماسك واضطراب التواصل والصراع وقلة النشاط الاجتماعي/ والترويحي، وأحداث الحياة السلبية، واكتئاب الأمهات ترتبط جميعها بالاكتئاب لدى بناتهن، وان الثالوث المعرفي لدى الفتيات ينبأ بشدة أعراض الاكتئاب لديهن، فقد كان بمثابة المتغير الوسيط في العلاقة بين الضغوط الأسرية والاكتئاب.

**ثالثاً: الإسهام المباشر للمخططات المعرفية اللاتكيفية في الاكتئاب لدى طالبات الجامعة،**

الذي توضحه نتائج كل من الفرض الثاني الذي أكد وجود علاقة ارتباطيه موجبة وذات دلالة إحصائية عند ٠,٠١ بين كل من الحرمان العاطفي، والهجران/ عدم الاستقرار، التشكيك/ الإساءة، والعزلة الاجتماعية/ الوحدة، والعيب/ العار، والفشل، وتوهم الأذى أو المرض، والإذعان أو الانقياد، والعجز عن ضبط الذات/ ضبط الذات كأبعاد في مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية والاكتئاب لدى طالبات الجامعة، بينما كانت العلاقة دالة عند ٠,٠٥ مع بعد الاستحقاق/ هوس العظمة، وهو ما دعمته نتائج الفرض الرابع حيث تنبأت المخططات المعرفية اللاتكيفية الخمسة التالية دون غيرها: الحرمان العاطفي، ضبط الذات، والعيب/ العار، والهجران/عدم الاستقرار، الاتكالية / الاعتماد بالاكتئاب لدى طالبات الجامعة بنسبة مساهمة إجمالية مقدراها ٢٣ % (١٣% الحرمان العاطفي، ٤% لضبط الذات، ٢% للعيب/ العار، ٢ % للهجران/عدم الاستقرار، ٢% للاتكالية / الاعتماد على الترتيب).

حيث تشير هذه النتائج إلى أن الأشخاص الذين لديهم درجة مرتفعه من الاكتئاب لديهم تشوهات معرفية ومخططات معرفية لا تكيفيه تدعم وجهة نظر أنصار المدرسة المعرفية وخاصة بيك ويونج، فهم –اى ذوى الدرجة المرتفعة من الاكتئاب– يشعرون دائما بأن الأشخاص الآخرين المهمين بالنسبة لهم لن يستمروا في تقديم الدعم العاطفي، والمساندة، والتواصل معهم أو الحماية لهم، ولن يلبوا رغباتهم في الحصول علي الدعم العاطفي بشكل كاف، وأن شبكة الدعم الخاص بهم غير مستقرة أو غير متوقعه في أفعالها ولا يعتمد عليها، ومن ثم فهم يفتقدون إلى الشعور بالأمان، ويتضمن ثالوث الحرمان لديهم الحرمان من الرعاية، والجرمان من العطف، والحرمان

من الحماية. كما يتوقعون أن الآخرين سوف يستخدمونهم لإشباع رغباتهم الأنانية بمجرد أن تسنح الفرصة لهم بذلك، أو سوف يؤذونهم ويسيئون إليهم، و يخدعونهم، ويكذبون عليهم أو يعرضوهم للإهانة أو الاستغلال، وعندما يتعرضون لأي نوع من الإيذاء من قبل الآخرين يفسرونه بأنه حدث عن قصد وبطريقة غير مبررة. ويدفعهم ذلك إلى الطاعة العمياء للآخرين وشعورهم بأنهم مجبرون علي عمل ذلك لتجنب الغضب أو الانتقام أو الهجر، وهم يعتقدون أن رغباتهم وآرائهم ومشاعرهم ليست ذات أهمية من وجهة نظر الآخرين. وهم يفرطون ويبالغون في تلبية احتياجات ورغبات الآخرين علي حساب متعتهم الشخصية طواعية وبدون إجبار لكي يتجنبوا الشعور بالذنب أو لكي يحافظوا علي علاقتهم مع الآخرين الذين يحتاجون لهم من وجهة نظرهم، وهم يعتقدون أن تلبية احتياجات شخص ما سوف تجنبهم الشعور بالألم.

كما تتشبع مخططاتهم المعرفية بتشويه معرفي حول الذات يتمثل في رؤيتهم لذاتهم دائما بأنهم علي خطأ، أو ناقصين، وغير مرغوب فيهم، أو سيئين، أو أقل مكانة، أو بلا قيمة وبلا أهمية. وهم يتوقعون أن الآخرين لن يحبونهم أو لن يتقبلوهم. وهم في العادة حساسين للغاية تجاه النقد واللوم، أو الرفض. ويشعرون بالخجل بسبب أي أخطاء يقعون فيها. ولديهم قناعة بأنهم لن يحققوا النجاح في نواحي تتعلق بالانجاز (كالمدرسة والعمل)، أو أنهم أقل مكانة من أقرانهم أو لديهم شعور بالنقص إذا قارنوا أنفسهم بغيرهم، كما يكبتون مشاعرهم وخياراتهم ودوافعهم علي حساب سعادتهم والتعبير عن ذاتهم والاسترخاء والراحة والعلاقات الوطيدة مع الآخرين، ويؤدي ذلك عادة إلي شعورهم بالحزن والافتقار للعاطفة وعدم التأثر، واعتلال الصحة، والإحساس بالتوتر. ولتحسين صورة الذات يحاولون الوصول لأعلي معايير السلوكيات والأداء، ويناضلون للوصول لتلك المعايير العالية لتجنب النقد، مما يؤدي إلي شعورهم بالضغط وتدني الإحساس بالسعادة والمتعة، أو الراحة، أو الصحة، أو تقدير الذات.

كما تتشبع مخططاتهم المعرفية كذلك باختلال صورة المستقبل والخوف منه، فلديهم خوف مفرط من كارثة قادمة لا يمكن تجنبها، فقد يتوقعون وقوع كارثة عاطفية أو صحية، أو أن كارثة خارجية وشيكة (كحادثة مثلاً) سوف تحدث في أي وقت. كما أن تركيزهم المعرفي يرتبط دوماً بالنواحي السلبية من حياتهم مثل: الألم، والموت، والخسارة، والصراعات، والذنب، والمشكلات التي لم تُحل...الخ، وفي الوقت ذاته يغفلون أو يحتقرون قيمة النواحي الإيجابية أو التفاؤلية من جوانب الحياة، ويتوقع الأشخاص ذوى الدرجة المرتفعة من الاكتئاب أن الأمور سوف تسوء بشدة، أو أنها لا تبدو علي ما يرام الآن وسوف تنهار في النهاية، ولذلك فهم يخافون في العادة من فعل الأخطاء التي قد تؤدي إلي مشكلات مثل الخسارة المالية أو الاقتصادية، أو فقد أي شيء، أو

الإهانة، أو الوقوع في موقف عسير.

وتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة فان فـايلربيج وآخـرون Van Vlierberghe, L et al, .; 2010 التي توصلت إلى أن الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية قـد حصـلوا علـى درجات عالية على أبعاد المخططات المعرفية اللاتكيفية مقارنة بالأسوياء.

## توصيات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة نوصي بما يلي:

١- الاهتمام بالكشف عن محتوى المخططات المعرفية للمراهقـات اللائـي يعـانين مـن الاكتئاب.

٢- مراعاة دور التفاعل بين الضغوط النفسية والمخططات المعرفية اللاتكيفية في حـدوث الاكتئاب في مرحلة المراهقة.

٣- تفعيل برامج العلاج بالمخططات schema therapy للمراهقات اللائي يعـانين مـن الاكتئاب.

٤- إرشاد وتوجيه الأباء والأمهات إلي أهمية استخدام أساليب سوية في التنشئة للحـد مـن تشكيل مخططات معرفية سلبية لدى الأبناء وانعكاس ذلك على أساليبهم في مواجهـة الضغوط والاستجابة لها.

## مراجع الدراسة:

١. إيمان محمد السيد صقر(٢٠٠١) النموذج السببي بين ضغوط إحداث الحياة وأساليب مواجهة الضغوط والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتورات غير منشورة – كلية التربية – جامعة الزقازيق.

٢. حسن مصطفي عبد المعطي(١٩٩٢) ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية وبعض متغيرات الشخصية. مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد ٩. ص ص٨٩-٦٦.

٣. راوية دسوقي(١٩٩١) أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة، دراسة مقارنة بين عينة مصرية وأخرى سعودية ، مجلة كلية التربية – جامعة طنطا، ع ١٣، ص: ٣٠١-٣٢٦.

٤. سوزان بسيونى، فاروق جبريل(٢٠١١) إحداث الحياة الضاغطة والقلق والاكتئاب لدى طالبات الجامعة، دراسة مقارنة بين المجتمع المصري والسعودي، المؤتمر السنوي (العربي السادس، والدولي الثالث) لكلية التربية النوعية بالمنصورة.

٥. على مهدي كاظم، ومحمد بدر الأنصارى(٢٠٠٨) الخصائص القياسية لقائمة بيك الثانية للاكتئاب لدى طلبة جامعة عمان والكويت، مجلة دراسات نفسية،١٨(٢).١٩٧-٢٤٦.

٦. غريب، عبد الفتاح (٢٠٠٠). مقياس الاكتئاب(د-٢)BDI-II التعليمات ودراسات الصدق والثبات وقوائم المعايير والدرجات الفاصلة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٧. غريب، عبد الفتاح (٢٠٠٤). المواصفات السيكومترية لقائمة "بيك" الثانية للاكتئاب في البيئة المصرية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية

٨. محمد السيد عبد الرحمن(٢٠١٣). علم الأمراض النفسية والعقلية، الأسباب، الأعراض، التشخيص، العلاج، ط٣، ج٢. القاهرة. مكتبة زهراء الشرق.

٩. محمد السيد عبد الرحمن(٢٠١٤). العلاج المعرفي والميتامعرفي، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.

1- **Alloy, L. B., & Riskind, J. H. (Eds.). (2006).** *Cognitive vulnerability to emotional disorders*. **Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.**

2- Baranoff, J.; Oei, T. P. S.; Kwon, S. M. & Cho, S. (2006). ***Factor structure and internal consistency of the young Schema questionnaire (short form)***. Journal of Affective Disorders; 93, 133– 140.

3- Barnhofer, T.; Crane, C.; Hargus, E.; Amarasinghe, M.; **Winder, R.; & Williams, J.M.(2009).** *Mindfulness-based cognitive therapy as a treatment for chronic depression: A preliminary study*, **Journal of Behavior Research Therapy . May , 47(5): 366–373.**

4- **Beck, A. T., & Weishaar, M. E. (2005).** *Cognitive therapy. In R. J. Corsini &D. Wedding (Eds.), Current psychotherapies (7th ed., pp. 238–26),* **Balmont, CA: Brooks/Cole.**

5- **Brenning, K.; Bosmans, G.; Braet, C. & Theuwis, L. (Sep. 2012).** *Gender Differences in Cognitive Schema Vulnerability and Depressive Symptoms in Adolescents,* **journal. of behavior Change, Vol. 29 Issue 3, p164.**

6- **Bricker, D., Young, J. E., & Flanagan, C. M. (1993).** *Schema-focused cognitive therapy: A comprehensive framework for characterological problems. In K. T. Kuehlwein, & H. Rosen (Eds.), Cognitive therapies in action (pp. 88-125).* **San Francisco: Jossey-Bass.**

7- **Calvete, E., Estévez, A., & Corral, S (2007).** *Intimate partner viole nce and depressive symptoms in women: Cognitive schemas as moder ators and mediators,* **Behaviour Research and Therapy, 45, 791 –804.**

8- **Clark, D. A., Beck, A. T., & Alford, B. A. (1999).** *Scientific*

*foundations of cognitive theory and therapy of depression.* **New York, NY: Wiley.**

9- Cole, D. A.; Turner, J. E. (1993). ***Models Of Cognitions Mediation And Moderation In Child Depression***. Journal of Abnormal Psychology, 102(2), 221-281.

**10- darvishi, F., ali, M., Bahman, R., & Morteza R. A. (2013).** *A comparison of relationship between early maladaptive schemas with depression severity in suicidal group and non-clinical sample,* **Social and Behavioral Sciences 84 ( 2013 ) 1072 – 1077**

**11- Goldberg, J. F, Gerstein, R.K., Wenze, S.J., Welker, T.M. & Beck, A.T.(march 2008).** *Dysfunctional Attitudes and Cognitive Schemas in Bipolar Manic and Unipolar Depressed Outpatients: Implications for Cognitively Based Psychotherapeutics,* **The Journal of Nervous and Mental Disease,vol. 196 no. (3): pp:207-310.**

12- **Greenberg, M.W. (2008).** *Negative Life Events, Family Functioning, Cognitive Vulnerability, and Depression in Pre- and Early Adolescent Girls,* **Ph.D. The University of Texas at Austin,**

**13- Hankin, B. L., & Abela, J. R. Z. (2005).** *Development of psychopathology: A vulnerability-stress perspective.* **Thousand Oaks, CA: Sage.**

**14- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., Miller, N., & Haeffel, G. J. (2004):** *Cognitive vulnerability-stress theories of depression: Examining affective specificity in the prediction of depression versus anxiety in three prospective studies.* **Journal of Cognitive Therapy and Research, 28(3); 309–345.**

**15- Lee, E.J., (2007).** *A cognitive vulnerability model of depression for people with temporal lobe epilepsy*: **A longitudinal Study Doctor Dissertation,.University of Wisconsin.**

**16- Lindsay, M. A. (2010).** *Early Maladaptive Schemas and Negative Life events in the Prediction of Depression and Anxiety*, **partial fulfillment of the requirement For the degree of Master of Arts in Clinical Mental Health Counseling at Rowan University.**

17- Lumley, M. N.; Harkness, K. L. (Oct 2007) ***Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas, and symptom profiles in adolescent depression.*** Cognitive Therapy and Research, Vol 31(5), 639-657

**18- Myers J. K., Weissman, M. M., Tischler, G. L., Holzer, C. E., III, Leaf, P. J., Orvaschel, H., Anthony, J. C., Boyd, J. H., Bourke, J. D., Keamer, M., & Stoltzman, R.,(1984)** *Six-month prevalence of psychiatric disorders in three communities:* **Archives of General Psychiatry, 41,.**

19- **Nicole, K.; Eberhart R. P., Auerbach, J. B. P. & John R. Z. A. (2011).** *Maladaptive Schemas and Depression: Tests of Stress Generation and Diathesis-Stress Models, Journal of Social and Clinical Psychology*, **Vol. 30, No. 1, 2011, pp. 75-104 75**

20- **Reardon, J. M., & Williams, N. L. (2007).** *The specificity of cognitive vulnerabilities to emotional disorders: Anxiety sensitivity, looming vulnerability and explanatory style.* **Journal of Anxiety Disorders, 21(5), 625–643. http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.09.013**

21- **Riskind, J..H.; Alloy, L.B. (2006).** *Cognitive Vulnerability to psychological disorders : Overview of theory, design and methods,* **Journal of Social and Clinical Psychology, Vol. 25, No. 7, 2006, pp. 705-725**

22- **Roelofs, J.1, Lee C, Ruijten T, & Lobbestael J.( 2011).** *The mediating role of early maladaptive schemas in the relation between quality of attachment relationships and symptoms of depression in adolescents.* **Journal of Behavior Cognitive Psychotherapy ;39 (4) :471-479.**

23- Schmidt, N. B.; Joiner, T. E.; Young, J. E. & Telch, M. J. (1995). ***The Schema Questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemata***. Cognitive Therapy and Research, 19(3), 295–321.

24- **Simmons , J.; Cooper, M. J.; Drinkwater, J. & Stewart, A. (April 2006).** *Cognitive Schemata in Depressed Adolescent Girls and Their Mothers,* **j. of Behavioral and Cognitive Psychotherapy, Volume 34 , Issue 02, pp 219-232.**

25- **Theiler, S.(2005).** *The efficacy of Early Childhood Memories as indicators of current maladaptive schemas and psychological health*. **a report of an investigation submitted as a requirement for the degree of Doctor of Philosophy, School of Social and Behavioral Sciences, Swinburne University of Technology , Hawthorn, Victoria, Australia.**

26- Van Vlierberghe, L.; Bosmans, G.; Rosseel, Y. & Bogels, S. (2010). ***Maladaptiv schemas and psychopathology in adolescence: On the utility of youngs schema theory in youth***. Cognitive therapy and Research, 34, 316-332.

27- Waller, G.; Meyer, C. & Ohanian, V. (2001). ***Psychometric properties of the long and short versions of the Young Schema Questionnaire: Core beliefs among bulimic and comparison women***.Cognitive Therapy and

Research, 25, 137 – 147.

**28- Wilson,G.T., nathon,P.,E., O'Leary,K..& Clark, L. A. (1996). bnormal Psychology Integrating Perspective, Allyn and Bacon, Boston.**

29- Young, J. E. (1999). ***Cognitive therapy for personality disorders: A schema focused approach ( rev. ed.)***. Sarasota, FL: Professional Resources Press.

30- **Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003).** *Schema therapy: A practitioner's guide.* **New York: Guilford.**

31- **Young, J.E. (2005).** *Young Schema Questionnaire-Short Form 3 (YSQ-S3).* **New York: Schema Therapy Institute**

# Non-adaptive cognitive schemas as intermediary variable between the pressures of life's events and depression among university students

**D. Thorya Serag**
Teacher of psychological Health
Faculty of Specific Education
Tanta university

**Prof. Mohammed El-Said Abdulrahman**
Professor of Psychological Health
Faculty of education
Zagazig University

**Abstract**

**This current study aims to:**

a) Examine the nature of direct correlational relationship between each of Non-Adaptive cognitive schemas and psychological pressures in terms of life's events pressures and depression among university students.

b) Study the effects of isolating each schema of Non-Adaptive cognitive schemas on the relationship between psychological pressures and depression among university students.

c) Study the effects of isolating all Non-adaptive cognitive schemas on the relationship between psychological pressures and depression among university students.

d) Identifying the most important Non-adaptive cognitive schemas that predict depression among university students.

The study sample composed of non-clinical sample of 187 of faculty of specific education's students at Tanta University, their age ranged between 18 – 21 years with a mean age 20,4 year, and standard deviation of 1,08; sample was distributed on the second and third levels at the faculty, and most of them are coming from medium socioeconomic background.

**Study's results showed the following:**

- The values of correlation coefficient between psychological pressures and depression among university students were reduced after isolating the effects of non-adaptive cognitive schemas.
- There is statistically significant relationship between non-adaptive cognitive schemas and depression among university students.
- Some specific psychological pressures predict depression among university students.
- Some specific non-adaptive cognitive schemas predict depression among university students.