التشوهات المعرفية لدى طالبات مرحلة الدراسة الثانوية

خيرية داود سلمان
Khwkhayhalbsrawyh993@gmail.com
وزارة الصحة– دائرة صحة البصرة قطاع القرنة

أ. د. بتول بناي زبيري
batool_2008@yahoo.com
جامعة البصرة – كلية التربية للعلوم الانسانية

الملخص:

هدف البحث الى التعرف على التشوهات المعرفية لدى طالبات مرحلة الدراسة الثانوية في قضاء القرنة التابع الى محافظة البصرة, وقد استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي, وتمثلت عينة البحث (٤٠٠) طالبة من طالبات مرحلة الدراسة الثانوية, من أصل (٨٢٢٥) طالبة, حيث بلغ عدد المدارس (١٧) مدرسةً (متوسط, اعدادي, ثانوي), و قامت الباحثتان بتبني مقياس (العلوي ,٢٠١٣) الذي يقيس التشوهات المعرفية, والذي تكونت فقراته من (٥٣) فقرةً, وعرضت الفقرات على مجموعة من المحكمين في القياس والتقويم وعلم النفس بلغ عددهم (٢٥) محكماً, واستخرجت الخصائص السيكو مترية له, واستعملت الباحثتان الوسائل الإحصائية, والاختبار التائي لعينتين مستقلتين, ومعامل ارتباط بيرسون, ومعادلة الفا كرونباخ, والتحليل العاملي التوكيدي لفقرات المقياس, وقد أظهرت النتائج وجود التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية, أذ بلغ المتوسط الحسابي (١٢٧.٥٥), وانحراف معياري(٢٢.٠٩), وقد أظهرت النتائج الى ان افراد العينة لا يعانون من التشوهات المعرفية, وفي ضوء هذه النتائج قدمت جملة من التوصيات كان ابرزها ضرورة التركيز على الجوانب المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال تعزيز التفكير الإبداعي, وإتاحة الفرص امام الطالبات للتعبير عن أفكارهم بحرية لمعرفة الطريقة الي يفكرن بها.

الكلمات المفتاحية : التشوهات المعرفية، الدراسة الثانوية.

Cognitive Distortions among Secondary School Students in Qurna District of Basrah Province

Khairia Dawood Salman Al Mansouri
Prof. Dr. Batool Bannai Zubairi

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ - المجلد ٤٩ - حزيران لسنة ٢٠٢٤

Abstract:

The research aimed to identify cognitive distortions among secondary school students in Qurna district of Basrah Province. The researchers used the descriptive approach. The research sample was (400) female students of secondary school, out of (8225) students, where the number of schools (17) (intermediate, preparatory, secondary). The researchers adopted a scale (Al Alawy, 2013), which measures cognitive distortions, consisted of (53) points, and presented. These are presented to a group of arbitrators in measurement, evaluation and psychology numbered (25) arbitrators, and extracted the psycho-metric characteristics. The researchers employed statistical means, and the T-test for two independent samples, and Pearson's correlation coefficient, and the equation of Alpha Cronbach, and the factorial analysis of the scale. The results showed the existence of cognitive distortions among secondary school students, as the arithmetic mean reached (127.55), and a standard deviation (22.09). The results showed that the sample members do not suffer from cognitive distortions. In light of these results a number of recommendations were made, the most prominent of which was the need to focus on the cognitive aspects of secondary school students by promoting creative thinking, and providing opportunities for students to express their ideas freely to know the way they think.

Keywords: cognitive distortions, secondary school.

اولاً: مشكلة البحث: Problem of the Research

حين ننظر الى تعقيدات الحياة اليومية وضغوطها لا يسعنا الا الاعجاب بقدرة رفاقنا البشر على خوضها بهذه الكفاءة, فالإنسان ليس قادراً فقط على مغالبة المحن ومسايرة التغيرات البيئية المباغتة والمواجهات الصعبة, بل إن باستطاعته ايضاً ان يعقد تسويات بين رغباته وآماله وتوقعاته من جهة وبين مقتضيات البيئة وقيودها من جهة أخرى, وباستطاعته أن يمتص الإحباطات والخيبات والانتقادات دون ان يصاب بعطب مستديم, فكثيرا ما تلزم الحياة المعاصرة الإنسان ان يتخذ وبسرعة خاطفة, قرارات حياة او موت, بل وتلزمه أيضا ان يصدر احكاماً أصعب حين يكون عليه ان يميز في الظروف المختلفة بين ما هو خطر حقيقي وما هو مجرد خدعة, وبهذا تعد التشوهات المعرفية جزءاً جوهرياً في نظام التواصل الداخلي "البينشخصي" التي تكون الحالة السلبية في التواصل الذاتي الداخلي "كشف الذات والاستنتاجات" وتظهر هذه الأفكار بوضوح في انخفاض تقدير الفرد لذاته ونقدها والتفسيرات السلبية وتؤثر على المستوى الدراسي والعلاقات الاسرية والتفاعل مع الآخرين وان هذهِ الأفكار الخاطئة هي شبكة مكونة من المعتقدات والافتراضات والقواعد السلبية والتي كثيراً ما تكون مرتبطة ارتباط وثيقاً بتشكيل بنية هذهِ المعتقدات والتي تتفاعل مع الموقف الرمزي لإنتاج الأفكار السلبية المشوهة (هارون, ٢٠١٧: ص.٥-٤).

ان الجانب الفكري من التشوه يشير ببساطة الى مجموعة الأفكار والمعتقدات والحجج وربما القيم التي يتبناها الشخص نحو ذاته ونحو بيئته, بحيث تؤدي بالنهاية الى أثارة السلبية او تأكيده وهذه الأفكار والمعتقدات غير المنطقية تكاد تكون عامة وعندما يتم تقبلها وتدعيمها عن طريق التلقين الذاتي تؤدي الى التشوه الفكري, لأنه لا يمكن العيش معها فالشخص "غير السعيد" لأنه غير قادر على التخلص من أفكاره مثل " ينبغي ويتحتم ويجب "ونحو ذلك ان هذه المعتقدات غير المنطقية التي يتحدث عنها اليس Ellis)) والتي يؤدي الاعتقاد بها الى ان يصبح الشخص مقهورا شاعر بالذنب وعدم الكفاءة وبالقصور الذاتي(إبراهيم ,١٩٨٠:ص.٥٥)

ان المعارف المشوهة مدركات وتفسيرات خطأ للمواقف والاحداث، كما أنها لا تعكس الحقيقة، بالإضافة الى كونها لا تكيفية، تؤدي الى التوتر الانفعالي، والمشكلات السلوكية، والاستثارة الجسمية (هوفمان , ٢٠١٢: ص.١٨).

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ - المجلد ٤٩ - حزيران لسنة ٢٠٢٤

أن مشكلة التشوهات المعرفية تكون بالأساس بأن الفرد يقوم في إفساد واقع حقائق بناء على مقدمات وافتراضات سلبية تتشكل عن تعلم خاطئ يحدث في مراحل النمو المعرفي، مما يؤثر على عمليات التفكير والانفعالات عنده فتكون نظرته في التفكير سلبيه نحو ذاته والأخرين (Beck, 1999,p,31).

تتحدد مشكلة البحث الحالي في التساؤل التالي:

- هل هناك تشوهات معرفية لدى طالبات مرحلة الدراسة الثانوية؟

ثانياً: أهمية البحث: –

احتلت دراسة التشوهات المعرفية أهمية خاصة في الجهود التي بذلها العلماء في هذا المجال، وذلك لأن المعرفة تعد طريق الفرد للتوصل الى تلك الحقائق والأشياء والتي تتضمن كل ما يدور في ذهن الفرد من أفكار حول ذاته والأخرين والعالم من حوله، وهي وسيلته لفهم ذاته والعالم من خلال التوصل الى حقائق الأشياء والسيطرة عليها فضلاً على انها الأساس في سلوكه وتصرفاته والتي تأتي غير سليمة وغير متوازنة او متطرفة، اذ تعمل الأفكار المشوهة كقوى داخلية تضخم من السلبيات وتتغاضى عن الإيجابيات، وعادة ما تشوه جميع الخبرات لدى الفرد في اتجاه سلبي وتصل به الى استنتاجات خاطئة مبنية على مقدمات محرفة (الفرحاتي, ١٩٩٧: ص.١١٥).

تطور الفكر التربوي تطورا كبيرا , فالنظرة الفلسفية التي تبنتها التربية من حيث التركيز على الطالب أكثر من التركيز على المحتوى الدراسي أتاحت الفرصة أمام الاتجاهات النظرية في علم النفس كي تسهم بفاعلية في رفع مستوى الطالب على كافة الجوانب سواء التحصيلي والاجتماعي والنفسي والانفعالي, وبالتالي أصبح لبرامج الإرشاد التربوي مكانة هامة في العميلة التربوية , كذلك ان تطور التكنلوجيا في مجمل جوانب الحياة ومظاهرها ادى الى تغيير في فكر الافراد حول مجتمعاتهم , كما ادى الى تغيير مفاهيم الكثيرين عن أنفسهم , مما جعلهم يعيدون النظر في قدراتهم الذاتية , بما يتلاءم والتغييرات الاجتماعية التي واكبت التطور التقني الهائل (الطروانة,٢٠٠٩: ص.١٨-١٩) والمدرسة الثانوية تستقبل الطلاب وهم على أعتاب مرحلة المراهقة وهي مهمة جسيمة حيث يعاني المراهق في هذا السن من أزمات عدة مرتبطة بنموه, ودراسته, وتفكيره في مستقبله, وموقفه من حياته الحاضرة وقد يتغلب على كل ازماته, وقد يلاقي بعض الصعوبات في حل بعضها, وليس التغلب على الازمات بالأمر السهل لذلك نجد بين تلاميذ المدرسة الثانوية الكثير من الصراعات والقلق والسلوك العدواني,

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

وتزداد حاجة المراهق الى تكوين علاقات وطيدة وحميمه مع من في سنهِ, وذلك لأنه يعتقد ان الكبار لا يمكن ان يفهموه الفهم الكافِ(عطية,٢٠١٠:ص١٠) فعند وضع المراهق تقييما سلبيا لنفسه فإنه يشعر بالحزن، ان الشخص المكتئب شبيه هذا المراهق المنتقص لذاته؛ فهو يشعر بالحزن, لأنه يخفض من أحساسة بقيمته من جراء تقييماته السلبية لذاته، (بيك , ٢٠٠٠: ص.٩٦),تنتج التشوهات المعرفية عن معتقدات غير تكيفية ومختلة، تنشط في أثناء الخبرات الانفعالية السيئة، على سبيل المثال، الشخص المصاب بالاكتئاب نتيجة انتهاء علاقة ما يصر على التردد "سأكون دائما بمفردي" (قراءة الغيب), لأنه يعتقد انه غير جذاب (معتقد أساسي) وتتضمن اخطاء التفكير الشائعة عند معالجة المعلومات في اثناء التعرض لخبرة انفعالية سلبية، مبدأ الكل او لا شيء، القفز الى الاستنتاجات، قراءة الافكار، التسمية، الاستدلال الانفعالي، (مايكل واخرون, ٢٠١٩,ص.٥),

ويعتبر المعرفيون مثل (بيك Beck , اليس Ellis, كيلي Kelly, كلارك Clark, ليوفينسون LewinsohN) ان التشوه المعرفي وتحريف التفكير عن الذات والعالم وعن المستقبل وراء نشأة اعراض الاكتئاب أذ يلجأ المكتئب الى تضخيم السلبيات والتقليل من شأن الإيجابيات, وتعميم الفشل, وتوقع الكوارث, ولوم الذات, والمبالغة في المستويات والمعايير, وذلك يرتبط بالتكوين المعرفي للفرد وكيفية إدراكه وتفسيره للأحداث, ويرى هؤلاء المعرفيون ان ذلك المحتوى المعرفي يعد مسؤولا عن انفعال الفرد وسلوكه في الحاضر والمستقبل, بل يحدد مدى صحته النفسية (كحلة, ٢٠٠٩: ص٤) .

تعد مرحلة المراهقة من أكثر المراحل العمرية التي يتعرض خلالها الفرد للتقلبات والتوتر النفسي والعصبي، وهذا ناجم عن النمو السريع والتغيرات الجسمية والاضطرابات في الاجهزة الحيوية، الامر الذي يؤدي الى تخبط الفرد بين محنة واخرى اثناء محاولته تحديد هويته وتأكيد ذاته ولا سيما في المدرسة (أبو جادو , ٢٠٠٣,ص.٤٠٣).

ويسعى المراهق الى ان تزداد هويته من خلال علاقته مع النوع الآخر , وفي إطار الحميمية النسبية لهذه العلاقات يكون قادرا على التوصل الى تحديد متزايد لهويته عن طريق إسقاطها على الآخرين وعن طريق التأمل والتفكير في علاقته بالآخرين , وهكذا فأن احساس المراهق بالانتماء للجماعة والفرد من الجنس الآخر يساعده على ان يوضح هويته الشخصية , وسلوكياته المواجهة الناتجة عن الخبرات التي يحتاج تعلمها في هذه المرحلة وهي السلوكيات الاجتماعية وسلوكيات هويته النوعية والسلوكيات الموجهة للإنجاز والتحصيل,(نرمين وآخرون ,٢٠١٩,ص.٦٦)

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

ثالثاً: هدف البحث: Aim of Research

يهدف البحث الحالي التعرف على:

- التشوهات المعرفية لدى طالبات مرحلة الدراسة الثانوية.

رابعاً: حدود البحث: (Research limitation)

يقتصر البحث الحالي على:

١- **الحدود البشرية:** عينة من طالبات مرحلة الدراسة الثانوية.
٢- **الحدود المكانية:** مدارس الثانوية الحكومية في قضاء القرنة، التابع الى محافظة البصرة.
٣- **الحدود الزمانية:** الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)

خامساً: تحديد المصطلحات: (Definition of terms)

- **التشوهات المعرفية: Cognitive Distortions**

عرفها

- **(Beck,1987)**

عرفها بيك (Beck) بأنها "مجموعة من وجهات النظر المشوهة والافكار اللاتكيفية والادراكات السلبية التي يتبناها الفرد حول نفسه والعالم والمستقبل" (Beck,1987: p,43)

- **آرون بيك (Beck, 1995):**

"تركيبات أو صيغ معرفية ثابتة، يعتنقها الفرد عن ذاته والعالم والمستقبل، بتضخيم السلبيات والتقليل من شأن الايجابيات وتعميمات مفرطة وتوقع كوارث والشخصنة ولوم الذات والمبالغة في المستويات ومعايير الاداء واستنتاجات عشوائية وتجريدات انتقائية تؤثر في التكوين المعرفي للفرد وفي كيفية ادراكه وتفسيره للأحداث" (Beck , 1995: p,23)

- **(كوروين واخرون ٢٠٠٨)**

هي "اخطاء في التفكير او تفكير ملتوي تؤدي الى المزاج السلبي وأنها عامة وشائعة لدى كل الجنس البشري لكنها تتولد وتتضح مع الكرب الانفعالي (كوروين واخرون ,٢٠٠٨,ص.٣٥)

- **التعريف النظري:**

تبنت الباحثتان تعريف بيك (Beck ,1987) لأنه التعريف المستند اليه في أداة التشوهات المعرفية، ولكونه تعريف صاحب النظرية المتبناة والمستند اليه في قياس التشوهات المعرفية في البحث الحالي، كما انه يتميز بالشمولية والوضوح.

- **التعريف الاجرائي:**

الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبات مِن خلال اجابتهن على فقرات مقياس التشوهات المعرفية الذي تم تنيهِ في البحث الحالي.

- مرحلة الدراسة الثانوية:

- **وزارة التربية (١٩٩٥):**

تنقسم المرحلة الثانوية الى مرحلتين تنتهيان بامتحانات البكالوريا وهما المرحلة المتوسطة في "ثلاث سنوات" والمرحلة التحضيرية (الإعدادية) في "ثلاثة سنوات" ولا يمكن لاي طالب من متابعة تحصيله العلمي الجامعي من دون شهادة البكالوريا (وزارة التربية,١٩٩٥: ص٣).

مفهوم التشوهات المعرفية

أولاً: - التشوهات المعرفية Cognitive Distortions

تعد الأفكار المشوهة بمثابة أفكار سلبية تؤثر سلبا في قدرة الفرد على مواجهة احداث الحياة، ومن ثم في قدرته على التكيف مما يؤدي الى ردود فعل انفعالية زائدة لا تتلاءم مع الموقف او الحدث، وقد لا يكون الفرد على وعي بهذه الأفكار، (محمد,٢٠٠٠: ص٦٩)، أذ يقترح النموذج المعرفي أن التفكير المخل (يؤثر على مزاج الفرد وسلوكه فعندما يتعلم الناس تقييم تفكيرهم بطريقة أكثر واقعية وتكيفا فأنهم يعانون من انخفاض في المشاعر السلبية والسلوك غير المتكيف، (Beck, 1979: p,4)

ويرى بيك (Beck) ان ردود الفعل الانفعالية ليست استجابات مباشرة ولا تلقائية بالنسبة للمثير الخارجي وانما يجري تحليل المثيرات وتفسيرها من خلال النظام المعرفي(العقلي) الداخلي، وقد ينتج عن عدم الاتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية وجود الاضطرابات النفسية. (الشناوي,١٩٩٨: ص١٤٧)، وانه يمكن تصنيف العمليات المعرفية غير المنطقية (الاستدلال التعسفي، التجريد الانتقائي، والإفراط في التعميم) او الاسلوبية (المبالغة)، أو الدلالية (وضع علامات غير دقيقة) وهذه تدل على تشوهات المعرفية لدى الافراد (Beck,2009: p,204).

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

- النظرية المعرفية المفسرة للتشوهات المعرفية: -

- النظرية المعرفي "بيك" Beck:

ترى هذه النظرية ان التفكير يرتبط بالانفعال، وان الانفعال ما هو الا تفكير يحمل في طياته احكام عقلانية اتجاه أي موضوع بانه جيد او سيء، كما ان النظريات هي التي تعطي وزن للعمليات المعرفية. (عبد الله,١٩٨٩: ص٩٨)

يعد آرون بيك (Beck) من أبرز رواد الارشاد المعرفي، أسس بيك الارشاد المعرفي كطبيب نفسي في جامعة بنسلفانيا، وقد عمل مع الافراد المكتئبين ووجد انهم يعانون من أفكار سلبية يبدوا انها تظهر تلقائياً وأطلق عليها مصطلح "الأفكار الاوتوماتيكية", واكتشف ان محتواها ينقسم الى ثلاث فئات من الأفكار السلبية حول أنفسهم والعالم والمستقبل، وبدأ بمساعدة هؤلاء الافراد وذلك بتحديد وتقييم هذه الأفكار ووجد ان القيام بذلك يمكن الافراد من التفكير بصورة أكثر واقعية مما دفعهم الى الشعور بعاطفة أفضل والتصرف بفاعلية أكبر. (بلان, ٢٠١٥: ص.٣٥٥)

يرى بيك (Beck, 1979) ان المعرفة التي يكونها الفرد عن الحدث تؤثر في انفعالاته، فالأشخاص ينفعلون, لان الاحداث الضاغطة في البيئة تطرح لهم اعتقادات ومخططات معرفية مشوهة وسلبية وغير واقعية، وبالتالي يتوقف تغيير الاستجابة الانفعالية للفرد وتغيير الطريقة التي يفكر بها في الاشياء والاحداث، ومهاجمة الأفكار التلقائية السلبية واستبدالها بأفكار أكثر منطقية وايجابية (Beck, 1979, 45).

ان أحد التشوهات المعرفية الشائعة التي ذكرها بيك "التفكير في كل شيء او لا شيء" مثل هذا التفكير يجعلنا ننظر الى العالم في فئات صارمة ومتبادلة، تساهم طريقة التفكير هذه في المزاج المكتئب, لأنه عندما يصنف المرء تجربته بدقة بين المثالية والمدمرة فأن معظم التجارب ستنتهي في الفئة المدمرة حتى لو كان الشخص مثالياً تقريباً، اما كل شيء او لا شيء، قد يؤثر هذا التشويه على التفكير الديني من خلال جعل الشخص يتوقع انه ما لم يكن كل جانب من جوانب العقيدة منطقياً، فلن يكون أي منها منطقياً.

هناك تشويه شائع آخر وهو "الافراط في التعميم" الذي يجعل الناس ينظرون الى حدث واحد على انه نمط لا ينتهي ابداً، غالباً ما يتضمن هذا النمط الكلمات دائماً وابداً، تساهم طريقة التفكير هذه في المزاج المكتئب من خلال الاستنتاج الخاطئ بأن التجربة كانت من نوع واحد مع اغفال الجوانب

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ - المجلد ٤٩ - حزيران لسنة ٢٠٢٤

الأخرى من التجربة. ان حدثاً واحداً لا يشبه النمط الذي لا ينتهي ابداً ولكم التعميم الزائد يجعل الفرد يعتقد خلاف ذلك، قد يؤثر هذا النمط على المعتقد الديني على سبيل المثال (عندما تكون استجابة الصلاة بطيئة، قد يقول هؤلاء الأشخاص لأنفسهم ان صلواتهم لا تحصل على الاستجابة ابداً لذلك يتوقفون عن الصلاة تماماً).

ربط بيك "Beck" التشوهات المعرفية بالسلوكيات غير قادرة على التكيف حيث قام بتحديد التشوهات المعرفية التي قد تكون مرتبطة بالسلوكيات الإشكالية، فالشخصية المعادية للمجتمع تحمل عدداً من المعتقدات الانانية التي توجه أفعال الفرد وتشمل في كثير من الأحيان المعتقدات الستة الاتية:

١- **التبرير:** " الرغبة في شيء ما او الرغبة في تجنب بعضه الشيء الذي يبرر أفعال الفرد".
٢- **التفكير هو الايمان:** "افكاري ومشاعري كاملة دقيقة؛ لأنها ببساطة تحدث لي".
٣- **العصمة الشخصية:** " انا دائماً أقوم باختيارات جيدة".
٤- **المشاعر تصنع الحقائق:** "اعلم انني على حق، لأنني اشعر انني على حق مما افعلهُ".
٥- **عجز الاخرين:** "آراء الاخرين لا علاقة لها، قراراتي ما لم تكن تسيطر بشكل مباشر على نتائجي المباشرة".
٦- **العواقب ذات التأثير المنخفض:** "لن تكون هناك عواقب غير مرغوب فيها سيحدث او لن يهمني".

الأفكار وردود الفعل التلقائية كثيراً ما يتم تشويهها من خلال المعتقدات الانانية وهذا يتعلق بدرجة الثقة او عدم الثقة بالأخرين (Beck, et al ,2004,p.175).

حدد بيك (Beck,1995) انواع للتشوهات المعرفية:

١. **التفكير الثنائي: Dichotomous** – وهي التطرف في الحكم على الأشياء وإدراك الأشياء حسب معايير لا درجات بينها وهو ما يعرف بالتفكير في الكل او اللاشيء All or Nothing thinking ويعني الميل للتفكير بصورة مطلقة.
٢. **التفكير الكارثي (توقع الكوارث): Catastrophizing**– ويقصد به انشغال الفرد وقلقه الزائد من احتمال حدوث مخاطر او مصائب له ووضعه لأسوء الاحتمالات الممكنة للأحداث.
٣. **الاستدلال الانفعالي: Emotional reasoning**– ويعني إطلاق حكم معين مشروط بالحالة الانفعالية ومع ذلك يشعر الفرد بانه صحيح، والفرد هنا يقدم على تفسير الاحداث في ضوء مشاعره الشخصية والتي قد لا تكون مرتبطة بالحدث مباشرة.
٤. **العنونة غير الصحيحة: Libeling** – وهي ان يطلق الفرد مسميات على نفسه او على الاخرين او على المواقف التي يتعامل معها بثبات الادراك لذلك العنوان.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

٥. **التضخيم والتصغير: Magnification & Minimization** –وهي ميل الفرد الى التضخيم من أهمية الاحداث السلبية والتقليل من الجوانب الإيجابية التي ينطوي عليها الموقف.

٦. **التعميم الزائد: Overgeneralization**– يشير الى ان الفرد يحاول الخروج بنتائج معممة قياساً بحوادث صغيرة حدثت معه.

٧. **الشخصنة: Personalization** – يحمل الفرد نفسه مسؤولية حدث ما ويجعل نفسه المسؤول الوحيد عنه او ربط أنفسنا بأحداث لا تعنينا او ننسب العيوب الى أنفسنا.

٨. **اليجبيات، الحتميات: Should& Must**–وهي ان يضع قواعد صارمة على الطريقة التي يسلك بها والتي يسلك بها الآخرون. (Beck,1995:181-182)

وقد ذكر بيك (Beck) انَّ التشوهات المعرفية لها أثر في ثلاثة أبعاد ترتبط بالفرد:

أ- **ذاته:** إذ يميل الفرد في التقليل من ذاته وينظر الى نفسه بطريقة سلبية وهي افكار مخربة أي تساهم بإحداث الشعور بضعف الثقة بالنفس وضعف احترام الذات وصعوبة في العلاقات. (ابو اسعد , ٢٠١٤: ٣١٢)

ب- **نظرة المكتئبون:** الى تفاعلاتهم مع العالم الخارجي على انها فقيرة في أحسن الأحوال، وهم حساسون جداً أي حاجز يكون في طريق تحقيقهم لأهدافهم فإي درجة من الصعوبة تفسر بانها نتيجة او مؤشر لعدم كفاءتهم التامة. (Beck et al,1979,209)

ت- **المستقبل:** يعتقد الفرد أنَّ تجاربه وخبراته غير السارة التي يعاني منها في الحاضر سوف تؤثر على مستقبله ويشعر بالإحباط والقلق لكل مهمة عليه القيام بها أي ينظر الى المستقبل نظرة تشاؤمية. (القمش والمعايطة ,٢٠٠٩: ٢٢٧)

خصائص التشوهات المعرفية:

ذكر بيك (Beck) خصائص للتشوهات المعرفية وهذه الخصائص هي: -

١- التشوهات المعرفية تعتبر حقائق مطلقة ورئيسيه وجوهريه عند الفرد.

٢- تعد التشوهات المعرفية داعمة للذات وبصورة سلبية وتساعدها في الاستمرار وفي الوقت نفسه مقاومة لأي تغيير يحدث للذات.

٣- التشوهات المعرفية تتكون لدى الفرد في السنوات المبكرة أذ تصبح مألوفة لدى الفرد ولهذا ينظر الفرد الى أي تغيرات تحدث تعد خطراً يهدد ذاته.

٤- محاولة الفرد حماية تركيبات وصيغ التشوهات المعرفية التي تبناها والتي ينظر اليها على أنها أساسية وجوهرية. (Leite& al et,2012, p.70)

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ - المجلد ٤٩ - حزيران لسنة ٢٠٢٤

٥- تكون التشوهات المعرفية نشطة عبر المواقف والاحداث التي تكون ذات صلة بالفرد أي الأحداث المؤثرة التي يمر بها الفرد في حياته.

٦- التشوهات المعرفية ناتجة عن تجارب الفرد وخبرات حياته السابقة مثلاً (علاقة الفرد بالأسرة والأصدقاء الذين يؤدون دورا مهما في مراحل نموه). (Beck & al et ,2001, p.278)

دراسات سابقة:

دراسة العلوي (٢٠١٣):

التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

اهداف الدراسة: هدف البحث التعرف على التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، والفروق الإحصائية فيها تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص.

عينة الدراسة: شملت عينة الدراسة (٣٥١) طالبا وطالبة من طلبة الخامس بفرعيه العلمي والادبي.

أدوات الدراسة: قامت الباحثة ببناء مقياس التشوهات المعرفية مؤلف من ثمان مجالات استناداً الى نظرية (Beck).

الوسائل الإحصائية: استعملت الباحثة (مربع كاي، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعامل الفا كرونباخ، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين، والاختبار التائي لعينة واحدة)

نتائج الدراسة: أظهرت الدراسة ان طلبة المرحلة الإعدادية يعانون من التشوهات المعرفية، وان الاناث لديهم تشوها معرفياً أكثر من الذكور.

إجراءات البحث

استعملت الباحثتان في بحثهما الحالي، المنهج الوصفي، أذ يعد من أساليب البحث العلمي، الذي يعتمد على دراسة الواقع او الظاهرة كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً، وبهذا فأن التعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، واما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقميا.

أولا: – مجتمع البحث: Population Research

يعرف "مجتمع البحث" بانهُ جميع العناصر ذات العلاقة بمشكلة الدراسة التي يسعى الباحث الى ان يعمم عليها نتائج الدراسة (البياتي,٢٠١٨: ص.٢٦٧).

وللحصول على تفصيلات المجتمع الأصلي في البحث الحالي قامت الباحثتان بجرد مجتمع البحث وكان مجتمع البحث يتألف من طالبات المرحلة الثانوية في قضاء القرنة البالغ عددهن (٨,٢٢٥) طالبة موزعات على (١٧) مدرسة ثانوية

عينة البحث: Research Sample

يعد اختيار الباحثتان للعينة من الخطوات والمراحل الهامة للبحث، ويقوم الباحث عادة بتحديد جمهور بحثة او مجتمع بحثه حسب الموضوع أو الظاهرة او المشكلة التي يختارها، ولما كانت المجتمعات الدراسية كبيرة الحجم في الغالب، فأنه لا يمكن لباحث واحد ان يقوم بدراسة الظاهرة او الحدث في ذلك المجتمع منفردا وانما يلجأ لاختيار عينته الدراسية من ذلك المجتمع بحيث تمثله تمثيلاً صادقاً (ملحم,٢٠٠٠: ص.١٤٨) لذا اعتمدت الباحثتان عينات للبحث الحالي وتتمثل بالاتي:

١- عينة التحليل الاحصائي:

لغرض اجراء التحليل الاحصائي لمقياس التشوهات المعرفية اختارت الباحثتان عينة البحث مكونة من (٤٠٠) طالبة من طالبات مرحلة الدراسة الثانوية قد تم اختيارهم بطريقة عشوائية بلغت أعمارهم (١٤-١٨) سنة, من خمسة مدارس (متوسط، اعدادي، ثانوي)، وقد تم اختيار الطالبات في الصفوف ادناه لأسباب عدة منها ان طالبات الصف الأول في مرحلة انتقالية من المرحلة الابتدائية الى المرحلة المتوسطة، كما ان الصف الثالث والسادس في مرحلة دراسة وزارية, اذ يرى نانلي الى ان اختيار عينة التحليل الاحصائي يجب ان لا تقل نسبة افرادها الى عدد فقرات المقياس عن (١/٥) .(Nunnally,1978,p.262)

٢- عينة الثبات:

بَلغت عينة الثبات في البحث الحالي (٣٠) طالبة من طالبات ثانوية الكوثر.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢- المجلد ٤٩- حزيران لسنة ٢٠٢٤

خامساً: أداة البحث: Research tool

مقياس التشوهات المعرفية:

بعد اطلاع الباحثتان على المقاييس والدراسات السابقة التي تقيس التشوهات المعرفية منها دراسة (طموني ,٢٠١٩) و (اللهيبي, ٢٠١٨) و(العلوي, ٢٠١٣) , عمدت الباحثتان على تبني مقياس (العلوي ,٢٠١٣) واستندت الى مجموعة من المبررات, فقد وجدت المقياس ملائم للعينة وتم بناءه على أساس نظري حديث وانه ملائم لأهداف بحثها الحالي, وتميزت فقراتهُ بالدقة في تحديد الافراد الذين لديهم تشوهات معرفية , أذ طبق المقياس على طالبات مرحلة الدراسة الاعدادية وكانت عدد الفقرات التي تغطي مجالات مقياس التشوهات المعرفية (٥٣) فقرةً ملحق (٣) اما بالنسبة للخصائص السيكو مترية لمقياس "العلوي" فقد استخدمت الباحثتان اختبار(T- Test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين درجات كل فقرة بين المجموعتين المتطرفتين, وبعد تحليل الفقرات احصائياً تبين ان (٥٣) فقرة صالحة لقياس ما أعدت لأجلهِ , اما بالنسبة للصدق فقد استخدمتهما الباحثة الصدق الظاهري وصدق البناء والثبات استخرج بطريقة إعادة الاختبار ومعادلة الفاكرونباخ بحيث استخدمت معامل الثبات (٠.٧٧) وهذا مؤشر جيد للثبات، أذ ان المجالات المستند عليها في المقياس كالتالي (التفكير الثنائي، توقع الكوارث، الاستدلال الانفعالي، العنونة غير الصحيحة، التضخيم والتصغير، التعميم الزائد، الشخصنة، الحتميات) واعطيت كل فقرة درجة تتراوح ما بين (٤-١) فأعطيت الدرجة (٤) أوافق بشدة، والدرجة (٣) للبديل الثاني أوافق، والدرجة (٢) للبديل الثالث، والدرجة (١) للبديل الرابع، وبالتالي فأن اعلى درجة يحصل عليها المستجيب بحسب المقياس هي (٢٠٢) واقل درجة هي (٦٨) والوسط الفرضي (١٣٠) درجة.

اولاً: - صدق المقياس:

الصدق ان يقيس الاختبار ما وضع لقياسه، بمعنى ان الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسها ولا يقيس شيئاً آخر بدلا منها أو بالإضافة إليها (أبو زايده, ٢٠١٨: ص,١٥١)، قامت الباحثتان بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين.

- **الصدق الظاهري: validity Face**

وهو الإشارة الى مدى قياس الاختبار للغرض الذي وضع من اجلهُ ظاهرياً، ويتم التوصل اليه من خلال توافق تقديرات المحكمين على درجة قياس الاختبار للسمة، والصدق الظاهري يقصد بهِ المظهر العام للاختبار من حيث المفردات وكيفية صياغتها، ومدى وضوحها كذلك يتناول تعليمات الاختبار

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ - المجلد ٤٩ - حزيران لسنة ٢٠٢٤

ودقتها ودرجة وضوحها وموضوعاتها ومدى مناسبة الاختبار للغرض الذي وضع من اجلهِ (العزاوي, ٢٠٠٧: ص.٩٤)، وبناء على ذلك قامت الباحثتان بعرض المقياس وبدائل الإجابة عليه وتعليماتهُ على مجموعة من أساتذة في القياس والتقويم وعلم النفس, في داخل العراق وخارجهُ, بلغ عددهم (٢٥) محكماً, والذين يتصفون بالخبرة التي تمكنهم من الحكم على صلاحية فقرات المقياس في قياس الخاصية المراد قياسها وكذلك صلاحية تعليمات المقياس وبدائلها بحيث تجعل مطمئنة الى آرائهم وتأخذ بالأحكام التي يتفق عليها معظمهم وبالتحديد (٨٠٪) فأعلى (الكبيسي, ٢٠١٠, ص.٣٥), وقد حسبت النسبة المئوية وقيمة (Chi - Square) للاستقلالية لكل فقرة وقورنت بقيمتها الجدولية والبالغة (٣.٨٤) بدرجة حرية (١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، اذ بينت النتائج ان جميع فقرات المقياس صادقة .

وطبقا لهذا الإجراء تم قبول جميع فقرات مقياس التشوهات المعرفية والبالغ عددها (٥٣) فقرةً التي أصبحت معدة للتطبيق على عينة التحليل الإحصائي.

ثانياً – صدق البناء: Construct Validity

تم استخراج الصدق البنائي من خلال الإجراءات التالية:

أ. القوة التمييزية لفقرات المقياس:

قامت الباحثتان باستعمال أسلوب "المجموعتين المتطرفتين", وتبين ان جميع الفقرات دالة ومميزه ما عدا الفقرة (٥٠) حذفت في التمييز لكونها غير دالة احصائياً.

ب. أسلوب الاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية):

بمقارنة القيمة التائية المحسوبة مع القيمة الجدولية التائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٤٨) والبالغة (١.٩٦) فكانت علاقة جميع الفقرات بالدرجة الكلية دالة احصائياً باستثناء الفقرة (٥٠). وهذا يشير إلى أن الفقرات تسير في الاتجاه نفسه الذي يسير فيه المقياس.

ج. علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليهِ:

بمقارنة القيمة المحسوبة مع القيمة الجدولية التائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) والبالغة (١.٩٦) فكانت علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه دالة احصائياً.

د. علاقة درجة المجال بالمجالات الأخرى وبالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي):

بمقارنة القيمة المحسوبة مع القيمة الجدولية التائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) والبالغة (١.٩٦) فكانت علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه دالة احصائياً.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

هـ. التحليل العاملي التوكيدي: (Confirmatory Factor Analysis)

من اجل الثبت من صحة الانموذج النظري المتبنى في البحث وتقويم درجة صلاحيتهُ والتأكد من مطابقتهُ مع البيانات المستقاة من العينة تم استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي؛ اذ يشترط ما يأتي:

أ- وجود إطار نظري يفسر الظاهرة ومفاهيمها ومتغيراتها وعواملها.
ب- وجود تحديد دقيق للعوامل المكونة لها وتكون ذات مسميات متأصلة بالظاهرة.
ت- وجود مجموعة من المؤشرات المواقف او الفقرات المكونة لكل عامل والتي يجب ان تتشبع عليه دون العوامل الأخرى (تيغزة , ٢٠١٢: ص.٢٣٦) وفيما يلي جدول رقم (١) يوضح مؤشرات التحليل العاملي التوكيدي:

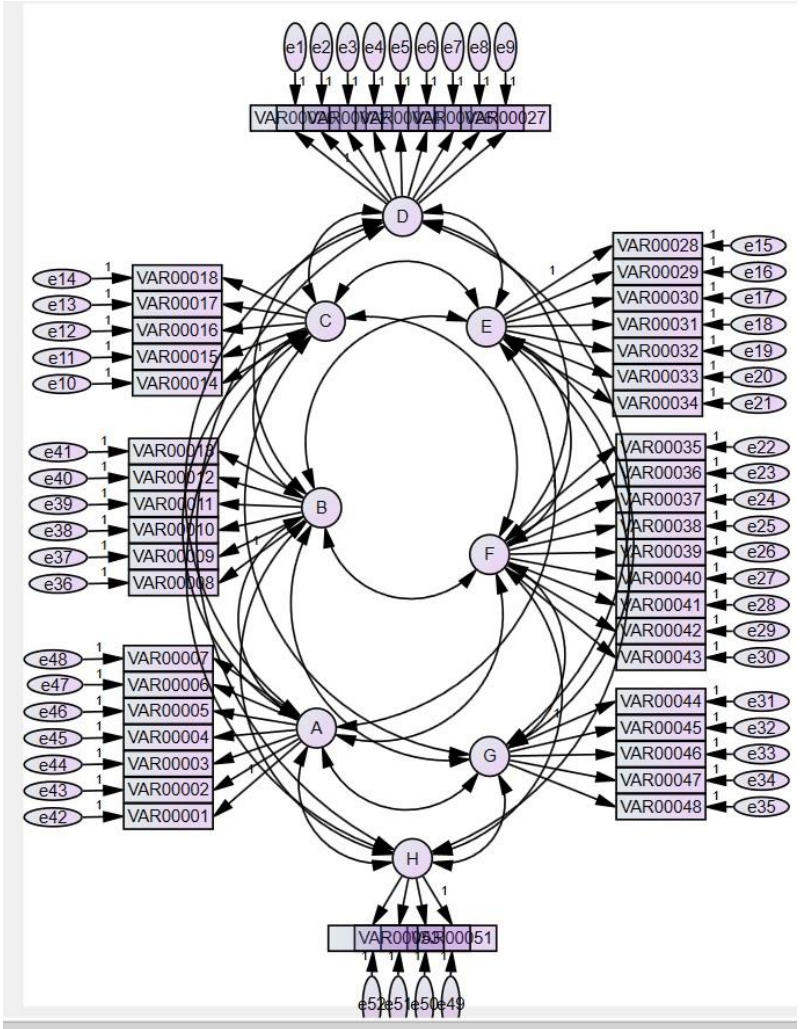
جدول رقم (١)

يوضح مؤشرات التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التشوهات المعرفية

ت	مؤشر جودة المطابقة	القيمة	قيمة درجة القطع (معيار المقبولة)
١	**Chi Square: df. (χ^2)**	٢.٥٩	أصغر من ٥
٢	**مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط الخطأ التقريبي RMSEA**	٠.٠٣١	اقل من ٠.٠٥
٣	**مؤشر المطابقة المقارن CFI**	٠.٨٥٣	كلما اقتربت من ١
٤	**مؤشر حسن المطابقة GFI**	٠.٨٨٣	تساوي أو أكبر من ٠.٩٠
٥	**مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI**	٠.٧٩٢	تساوي أو أكبر من ٠.٨٠
٦	**مؤشر جذر مربعات البواقي RMR**	٠.٠٢٢	تساوي او أقل من ٠.١ في حين ان القيمة صفر تعني المطابقة التامة
٧	**مؤشر حسن المطابقة الاقتصادي PGFI**	٠.٥٥١	تساوي أو أكبر من ٠.٥٠
٨	**مؤشر المطابقة المعياري الاقتصادي PNFI**	٠.٥١٨	تساوي أو أكبر من ٠.٥٠

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ - المجلد ٤٩ - حزيران لسنة ٢٠٢٤

من خلال المؤشرات ادناه يمكن الاستنتاج بأن اغلب المؤشرات المطابقة تدل على وجود مطابقة مقبولة للنموذج, وبالتالي فأن النموذج النظري قد تأكدت مطابقته للمجتمع من خلال مقايسة بيانات العينة للمؤشرات الإحصائية المعتمدة في التحليل العاملي التوكيدي, وعليه فإن الاستنتاج الناشئ من النتائج يقود الى تبني الرؤية النظرية الاتية, ان مقياس التشوهات المعرفية في البحث الحالي يؤشر تطابقاً مقبولاً بين النموذج النظري المعتمد في الاختبار وبين البيانات الناتجة من العينة المختارة, وبذلك يكون التحليل العاملي التوكيدي قد وفر اسناداً قوياً لصدق البناء لهذا الاختبار, والشكل رقم (١) يوضح ذلك.



الشكل رقم (١) التحليل التوكيدي لمقياس التشوهات المعرفية

يتبين من الشكل أعلاه التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التشوهات المعرفية حيث يرمز A التفكير الثنائي: و B توقع الكوارث: و C الاستدلال الانفعالي: وD العنونة غير الصحيحة: وE التضخيم والتصغير: و F التعميم الزائد: و G الشخصنة: و H الحتميات.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

ثالثاً: ثبات المقياس: Reliability of the Scale

للكشف عن مؤشرات ثبات مقياس التشوهات المعرفية اعتمدت الباحثتان طريقتين في حساب ثبات المقياس هما:

أ- الاختبار وإعادة الاختبار: Test & Retest

تم على وفق هذه الطريقة اجراء تطبيقي اولي يوم (الخميس) بتاريخ (٢٠٢٣/١٢/٢٨) على عينة الثبات البالغة (٣٠) طالبة وبعد مرور أسبوعين على التطبيق الأول على العينة اعيد التطبيق على العينة نفسها يوم (الخميس) بتاريخ (٢٠٢٤/١/١١), وتم حساب معامل تطبيق بيرسون بعد التطبيق الثاني اذ بلغت نسبة الثبات (٠.٧٧) وهو معامل يمكن الاعتماد عليهِ, كما أشار (العيسوي, ١٩٨٥) الى ان معامل الثبات الذي يتراوح بين (٧٠-٩٠٪) مؤشراً جيدً لاختبار الثبات.

ب- معادلة الفاكرونباخ: Cronbach Alpha

تم استخراج الثبات بطريقة الفاكرونباخ لمقياس التشوهات المعرفية والذي تم تطبيقهُ على عينة التحليل الاحصائي البالغة (٤٠٠) طالبة، وقد بلغ الثبات بهذه الطريقة للمقياس (٠.٨٧) وهو معامل ثبات جيد يُمكن الاعتماد عليهِ.

- **المؤشرات الاحصائية للمقياس:**

أوضحت الأدبيات العلمية ان المؤشرات الاحصائية التي ينبغي ان يتصف بها أي مقياس تتمثل في تعرف على طبيعة التوزيع الاعتدالي، الذي يمكن التعرف عليه من خلال مؤشرين أساسيين هما الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وانه كلما قلت درجة الانحراف المعياري واقتربت من الصفر دل ذلك على وجود نوع من التجانس أو التقارب بين قيم درجات التوزيع. (البياتي واثناسيوس,١٩٧٧:١٦٧)

وبهذا تم استخراج بعض المؤشرات الإحصائية الوصفية لعينة البحث والبالغ عددها (٤٠٠) طالبة من طالبات مرحلة الدراسة الثانوية في مقياس التشوهات المعرفية، جدول (٢) والشكل (١) يوضحان ذلك.

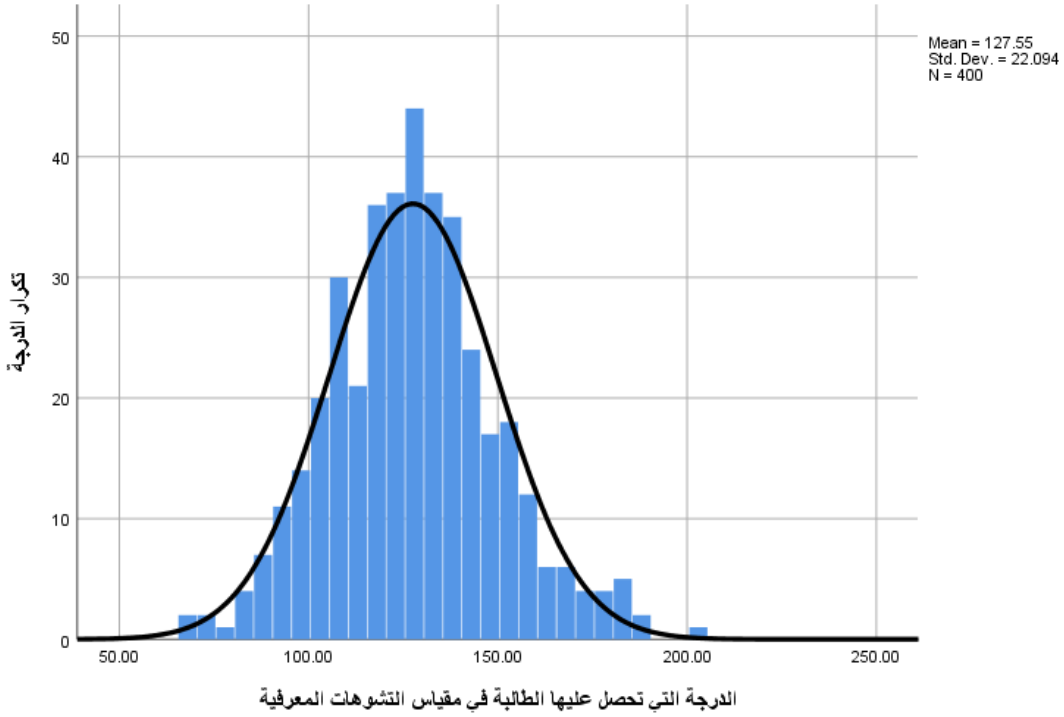
جدول رقم (٢)

المؤشرات الإحصائية لمقياس التشوهات المعرفية

المؤشرات	التشوهات المعرفية
الوسط الفرضي	١٣٠
الوسط الحسابي Mean	١٢٧,٥٥
الوسيط Median	١٢٧
المنوال Mode	١٣٠
الانحراف المعياري Std. Deviation	٢٢,٠٩
الالتواء Skewness	٠,٢٥٠
التفرطح Kurtosis	٠,٣٠٠
أقل درجة Minimum	٦٨
أعلى درجة Maximum	٢٠٢
المدى Range	١٣٤

وبملاحظة قيم المؤشرات الإحصائية المذكورة أنفا الذكر لمقياس التشوهات المعرفية نجد ان تلك المؤشرات تتسق مع معظم مؤشرات المقاييس العلمية، إذ تقترب درجات طالبات الثانوية وتكراراتها لهذا المقياس نسبياً من التوزيع الاعتدالي؛ ولان درجات الوسط والوسيط والمنوال متقاربة مع بعضها البعض مما يسمح بتعميم نتائج تطبيق هذا المقياس وشكل رقم (٢) يوضح ذلك بيانياً.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤



شكل رقم (٢) التوزيع الاعتدالي لفقرات مقياس التشوهات المعرفية

الصورة النهائية للمقياس:

بعد الانتهاء من أعداد الأداة بصيغتها النهائية أصبح المقياس يتكون من (٥٢) فقرةً موزعةً على ثمان مجالات هي (التفكير الثنائي، توقع الكوارث، الاستدلال الانفعالي، العنونة غير الصحيحة، التضخيم والتصغير، التعميم الزائد، الشخصنة، الحتميات)، وبدائل الإجابة (موافق بشدة، موافق، ارفض، ارفض بشدة)، واعتمدت الباحثتان طريقة التصحيح للفقرات السلبية (١,٢,٣,٤) وان اعلى درجة محتملة للمستجيب (٢٠٢) درجة –وأدنى درجة (٦٨) والمتوسط الفرضي للمقياس (١٣٠) درجة.

عرض النتائج: the results display

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل اليها ومناقشتها على وفق هدف البحث الحالي وهو التعرف على (التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية), لقد أظهرت نتائج البحث ان المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على "مقياس التشوهات المعرفية" بلغ (١٢٧.٥٥), وبانحراف معياري بلغ (٢٢.٠٩), بينما بلغ المتوسط الفرضي للمقياس (١٣٠) درجة وباستخدام الاختبار التائي (t–test) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطين, أظهرت نتائج ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢.٢١), وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

مستوى دلالة (٠.٠٥), وبدرجة حرية (٣٩٩), وهذا يعني ان طالبات مرحلة الدراسة الثانوية ليس لديهن تشوهات معرفية وهذه النتائج تتعارض مع نتائج دراسة العلوي (٢٠١٣) والتي اكدت وجود تشوهات معرفية لدى طالبات مرحلة الدراسة الاعدادية وبالخصوص الخامس بفرعيه العلمي والادبي, في حين ان الدراسة الحالية اكدت ان طالبات المرحلة الثانوية ليس لديهن تشوهات معرفية وهذا يرجع الى الوعي الثقافي والمعرفي الحديث ومستوى التحصيل المعرفي للافراد , والجدول رقم (٣) يوضح ذلك.

جدول رقم (٣)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات التشوهات المعرفية لدى طالبات والمتوسط الفرضي للعينة

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
التشوهات المعرفية	٤٠٠	١٢٧.٥٥	٢٢.٠٩	١٣٠	٢.٢١	١.٩٦	دالة

الاستنتاجات: the Conclusion

- وجود نسبة قليله من التشوهات المعرفية يرجع ذلك للوعي المعرفي لدى الطالبات وظهور التكنلوجيا ووسائل الاعلام والتواصل، كذلك رفض المجتمع للتشوه المعرفي، والمستوى الثقافي الذي يعيشه افراد المجتمع.

التوصيات: Recommendations

في ضوء النتائج اوصت الباحثتان بالآتي: –

١. ضرورة التركيز على الجوانب المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال تعزيز التفكير الإبداعي.
٢. التركيز بإتاحة الفرص امام الطالبات للتعبير عن أفكارهم بحرية لمعرفة الطريقة الي يفكرن بها.

المقترحات: Suggestions

في ضوء نتائج البحث تقترح الباحثتان:

١–اجراء دراسة مشابهة للدراسة الحالية على عينات مختلفة.

٢–اجراء دراسة على ضوء اسلوبين او أكثر من الأساليب الارشادية لمعرفة مدى فاعليتهما في تعديل او خفض التشوهات المعرفية.

٣–اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية والأفكار الاستحواذية.

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٢ – المجلد ٤٩ – حزيران لسنة ٢٠٢٤

المصادر:

- إبراهيم، عبد الستار (١٩٨٠): ***العلاج النفسي الحديث قوة للإنسان***، القاهرة، مكتبة مدبولي.
- البياتي، عبد الجبار توفيق واثناسيوس، زكريا زكي (١٩٧٧): ***الإحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس***، بغداد، مطبعة مؤسسة الثقافة العمالية.
- البياتي، توفيق عبد الجبار (١٩٧٩): ***الإحصاء التربوي***، الطبعة الأولى، مطبعة جامعة بغداد.
- بيك، ارون (٢٠٠٠): ***العلاج المعرفي الاضطرابات الانفعالية*** (عادل مصطفى، مترجم)، دار الآفاق العربية.
- بلان، كمال يوسف (٢٠١٥): ***نظريات الارشاد والعلاج النفسي***، الطبعة الاولى، دار الاعصار العلمي، عمان.
- حسين، طه عبد العظيم (٢٠٠٧): ***العلاج النفسي المعرفي مفاهيم وتطبيقاته***، الطبعة الأولى، دار الوفاء للطباعة والنشر، الاسكندرية.
- هوفمان، اس جي. (٢٠١٢): ***العلاج المعرفي السلوكي المعاصر (الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية)***، (مراد علي عيسى، مترجم)، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة: مصر.
- الفرحاتي, محمود (١٩٩٧): ***دراسة تنبؤية للعجز المتعلم والتشوهات المعرفية في بعض البيئة التعليمية المدركة لدى طلاب المرحلة الثانوية***, رسالة ماجستير, كلية التربية, جامعة المنصورة, مصر.
- الطروانة، عبد الله عبد الرزاق (٢٠٠٩): ***مبادئ التوجيه والارشاد التربوي***، الطبعة الاولى,دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، عمان: الاردن.
- عطية محمود (٢٠١٠): ***ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها***، الطبعة الاولى، مكتبة الانجلو المصرية.
- مايكل نينا، ويندي درا يدن (٢٠١٩): ***العلاج المعرفي السلوكي ١٠٠ نقطة اساسية وتكنيك***، الطبعة الثالثة، مكتبة الانجلو المصرية.
- كحلة، ألفت (٢٠٠٩): ***العلاج المعرفي السلوكي والعلاج السلوكي عن طريق التحكم الذاتي للمرضى***، إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
- نرمين محمود خليل الحميد، جابر عبد، (٢٠١٩): ***الارشاد النفسي النظرية والتطبيق***، مكتبة الانجلو المصرية.
- كوروين بيرني ، بيتر رودلف، ستيفين بالمر (٢٠٠٨): ***العلاج المعرفي – السلوكي المختصر***، (محمود عيد مصطفى مترجم)، دار ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
- محمد، عادل عبد الله (٢٠٠٠): ***العلاج المعرفي السلوكي اسس وتطبيقاته***، الطبعة الاولى، دار الراشد.

- الشناوي، محمد محروس (١٩٩٨): ***نظريات الارشاد والعلاج النفسي***، دار غريب للطباعة والنشر، الطبعة الاولى، القاهرة، مصر.
- القمش، مصطفى نوري والمعايطة، خليل عبد الرحمن (٢٠٠٩): ***الاضطرابات السلوكية والانفعالية***، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.
- النعيمي، مهند محمد عبد الستار (٢٠١٤): ***القياس النفسي في التربية وعلم النفس***، الطبعة الاولى، دار الكتب والوثائق الوطنية، بغداد.
- فرج، صفوت (٢٠١٧): ***القياس النفسي***، مكتبة الانجلو المصرية.
- العزاوي، رحيم يونس كرو (٢٠٠٨): ***مناهج البحث العلمي***، الطبعة الاولى، دار دجلة، عمان، المملكة الأردنية الهاشمية.
- الكبيسي، وهيب مجيد (٢٠١٠): ***القياس النفسي بين النظرية والتطبيق***، مؤسسة مصر، مرتضى للكتاب العراقي للنشر.
- الكبيسي، حامد جهاد (٢٠١٤): ***مناهج البحث العلمي في العلوم الإدارية***، المنهل للنشر والتوزيع.
- العلوي، زينب عبد الكريم قاسم (٢٠١٣): ***التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية***، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة كربلاء، العراق.
- تايلر، ليونا (١٩٨٩): **الاختبارات والمقاييس**، (محمد عثمان نجاتي، مترجم)، المركز القومي للترجمة.
- عبد المحسن، علي صلاح (٢٠١٩): ***تعلم الإحصاء من البداية وحتى التمكن***، ماستر للنشر والتوزيع.
- وزارة التعليم العالي والبحث العلمي (١٩٩٥): ***تخطيط البرامج الارشادية***، دار الحكمة للطباعة والنشر.

المصادر الأجنبية

-Beck, A.T. (1979): ***Depression Clinical Experimental and theoretical Aspects***, Harper and Row co, New York.

-Beck, A.T. (1987): **cognitive therapy**. In J.K Zeig (Ed.): ***the evolution of psychotherapy,*** Brunner, Mazel, New York.

-Beck, A. (1995): ***cognitive therapy, Basics and beyond***, Guilford press, New York.

-Beck, Richard, Perkins, T. Scott; Holder Robyn; Robbins, Marla; Gray, Mellissa Allison, Stephen H. (2001): ***The cognitive Emotional phenomenology***.

Beck, Arthur Freeman, Denise D. Davis & associates, (2004): ***Cognitive Therapy of Personality Disorders***, New York, Lond.

-Michael S. Nystul (2013): ***INTRODUCTION TO CONUNSELING:AN ART AND SCIENCE PERRSPECTIVE***

-Leite, Donizete Tadeu, (2012): ***Psychometric characteristics of the Personality Belief Questionnaire – Short Form, Revisal Brasileira de Treepie Comport amental e Cognitive.***

-Ebal, R. Beike, (2009), What we Regert Most Are Lost Opportunities**: A Theory of Regret Intensity. Personality and social psychology and Bulletin. 10.1177,** 385-397 https://n9.cl/1lb4v.