التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة بغداد

م . م . منى رحمن عبدالله
كلية الآداب-الجامعة المستنصرية

الكلمات المفتاحية: التشوهات المعرفية. أفكار مشوهة. طلبة الجامعة

الملخص:

يهدف البحث الى تعرف:

1-التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة.

2-دلالة الفروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير النوع(ذكور، اناث) التخصص(علمي، انساني).

تحقيقا لأهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس بدر للتشوهات المعرفية الذي يتألف من(20) فقرة، واختيرت عينة مكونة من(100) طالب وطالبة اختيرت بطريقة طبقية عشوائية، وللتحقق من صدق المقياس اعتمدت الباحثة على مؤشر الصدق المنطقي في فحص الخبراء للفقرات، ولتقدير الثبات اعتمدت على معادلة الفاكرونباخ. واظهرت النتائج أن ليس هناك فرقا بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي، اي قلة وجود تشوهات معرفية لدى عينة البحث وعدم وجود فرق دال احصائي تبعا لمتغير النوع ذكور واناث، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة(1.22) درجة وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة(1.96) درجة بدرجة حرية(99)، فضلا عن ذلك بينت النتائج بالنسبة لمتغير التخصص علمي او انساني وجود فروق دالة احصائيا، ولصالح الإنساني ،اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة(6,136) درجة، وهي أكبر من القيمة الجدولية(3,92) درجة بدرجة حرية(96,1). ولم تبين النتائج وجود تفاعل بين النوع والتخصص ،اذ بلغت القيمة الفائية(0,002) درجة. وخرجت بعدد من التوصيات والمقترحات.

مشكلة البحث:

يرى المعرفيون ان التشوهات المعرفية وتحريف التفكير عن الذات و العالم والمستقبل وراء نشأة واستمرار الاعراض العصابية والاضطرابات الانفعالية ،اذ يلجأ الفرد الى تضخيم السلبيات والتقليل من شأن الايجابيات وتعميم الفشل وتوقع الكوارث ولوم الذات

والمبالغة في المعايير، وكل هذا يرتبط بالتكوين المعرفي للفرد وكيفية ادراكه وتفسيره (ابو شعر، 2007، صفحة 2)، وتظهر تفسيرات الفرد للأحداث بصورة تلقائية من دون ارادة واضحة منه، وهذه الافكار التلقائية المشوهة تظهر بصورة متسلسلة وتتخذ شكل الاعتقادات التي تتضمن اختلالا وظيفيا بحيث يصعب على الاخرين فهم كيف ان الشخص مثقف ومتعلم يعتقد في هذه الأشياء من دون سبب عميق وراء هذا الاعتقاد (الاعجم، 2018، صفحة 263).

ان التشوهات المعرفيةُ تعد مشكلة في حياة الفرد عموما ولدى طلبة الجامعة على وجه التحديد، وذلك بحكم مستواهم العمري وما تفرضه البيئة الجامعية من مطالب اساسية مثل التفكير الايجابي عند التفاعل مع الزملاء والانسجام مع الملاك التدريسي في الجامعة وتوظيف الرؤى العقلانية عند الاجابة والقيام بالواجبات الدراسية، اذ إن غياب هذه النظرة الواقعية لدى الطالب الجامعي سيعيق من توافقه الشخصي والاجتماعي والدراسي في الوسط الاكاديمي، وفي هذا الصدد خلصت الدراسة (Beck, Robyn, Robbins, & Steohenh, 2001) ودراسة العوضي (2004)، إلى أن طلبة الجامعة الذين يعانون من كثرة التشوهات المعرفية كانوا يعانون من كثرة المشكلات الدراسية والشخصية مع زملائهم واساتذتهم في الجامعة، فهؤلاء يتعاملون مع مشكلاتهم بأساليب سطحية ومخطوءة في ضوء تضخم المشكلات والمبالغة في التعامل معها أو تبسيطها واختزالها واستسهالها، ومن ثم عدم الوصول الى حلول مناسبة ومقنعة لها، وبذلك اظهر هؤلاء علاقات ارتباطية عالية مع العديد من التغيرات السلبية مثل التفكير المنغلق وتدني الصحة النفسية وازدياد الحالات المرضية مثل الكآبة، والقلق ،والمعاناة، من الضغوط النفسية والعجز والشعور بالفشل، ذلك ما جعلهم يفقدون السيطرة في التحكم بمجريات حياتهم وينظرون إلى انفسهم ومستقبلهم بمنظار مظلم وقاتم وجعلهم أكثر تعاسة وتشاؤما عند التفكير بحياتهم و (بركات، 2006، صفحة 87).

و ُتعد التشوهات المعرفية بمثابة افكار سلبية تؤثر سلبياً في قدرة الفرد في مواجهة أحداث الحياة ومن ثم قدرته على التكيف ، ويؤدي إلى ردود فعل انفعالية زائدة لا تتلاءم مع الموقف أو الحدث (عمارة، 2008، صفحة 119). وبذلك يمكن ان نلخص مشكلة البحث بالتساؤل الاتي: أهناك تشوهات معرفية لدى طلبة الجامعة؟.

أهمية البحث:

اشار ارون بيك(Beck,1985) عالم النفس المعرفي إلى أن التفكير الجيد للأحداث التي نواجهها يعتمد بدرجة كبيرة على ما لدينا من افكار منطقية و واقعية نستطيع في ضوئها تفسير البيئة والاحداث الخارجية بصورة موضوعية ومعقولة، فكلما كانت معتقداتنا معقولة ومنسجمة مع المواقف الحياتية فأن سلوكياتنا ستكون على درجة عالية من الوعي والحكمة والواقعية، وهذا ما يجعلنا قادرين على ان نكون أشخاصاً فاعلين في البيئة وعلى حل مشكلاتنا اليومية مع الاخرين وفي المدرسة والعمل (Beck , Emery, & Greenberg RL, 1985, p. 21)، اذ إن الافكار المنطقية وغير المنطقية تفتح افاقاً كبيرة للأفراد في المحيط الاجتماعي والتعليمي والمهني، وتمنحهم قدرة كبيرة على مواجهة الضغوط البيئية بمرونة وايجابية وتجعلهم يجدون البدائل المناسبة لحل المشكلات (Leite & et, 2012, p. 70)،وفي هذا الصدد أشار إلى نتائج دراسة (عطية، محمد، و عصام ، 2000، الصفحات 87-102) لطلبة الجامعة علاقة ايجابية بين انخفاض التشوهات المعرفية والمرونة الادراكية في معالجة المواقف الضاغطة، التي اظهرت قدرة الطلبة على تغيير خططهم المعرفية لحل المواقف الجديدة وغير المتوقعة، ففي ضوئها يستطيع الافراد القيام بعمليات معالجة وبحث معرفية سريعة وجيدة حتى يتمكنوا من حل مشكلاتهم او تعديل الظروف البيئية، لأجل ان تتلاءم مع متطلباتهم ومتطلبات المهام الخارجية (عطية، محمد، و عصام ، 2000، صفحة 95).

وانطلاقا من افكار الفرد المشوهة وتوقعاته وادراكاته السلبية المخطوءة التي تعد المسؤولة عن الانفعالات غير الملائمة والانماط السلوكية المختلفة لديه هي المعيار الاساس الذي يتحدد في ضوئه مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية أو المرض النفسي، ولهذا فأن الاضطرابات النفسية للفرد تعتمد إلى حد بعيد على وجود افكار مشوهة واعتقادات مخطوءة يكونها الفرد عن ذاته وعن الاخرين وعن العالم المحيط به (الريحاني، 1987، صفحة 18).

ان ما جذب انتباه الباحثة للقيام بدراسة هذه المشكلة الاشارات التي صرح بها بيك وزملاؤه،1991 من ان الافكار والمعتقدات التي يؤمن بها الافراد لها علاقة نوعا ما في تحكمهم وقدرتهم في توظيف معارفهم وانفعالاتهم وقواهم في تحقيق طموحاتهم في الحياة، اذ غالبا ما يبدي الافراد الذين يعانون من تشوهات معرفية احتمالية بعيدة في تحقيق مطالبهم والوصول الى ما يتمنونه (Butler, Brown, Beck, & Grishman, 2002, p. 1232).

نرى أن لدراسة هذا الموضوع لدى طلبة الجامعة تأثيرا فعالا، ويعطي أهمية كبيرة للدراسة في التعرف على مدى قدرة ابنائنا الطلبة في التصدي للمثيرات البيئية المختلفة الاتجاهات والصعوبات اليومية التي يواجهونها في ظل موجات الغزو الثقافي. فاصبح من الواجب علينا معرفة مدى انتشار التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة. ويمكن أن نلخص أهمية البحث بالنقط الآتية:

1-أهمية طلبة الجامعة، لأنهم عماد للمستقبل والشريحة التي يعول عليها في قيادة المجتمع نحو الرقي والابداع.

2-يمكن ان تساعد نتائج البحث فيما بعد المتخصصين والمرشدين النفسيين على كشف بعض المشكلات التي يعاني منها الطلبة في الجامعة وتوفير الخدمة الإرشادية اللازمة لتطوير خصائصهم النفسية والمعرفية.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى تعرف:

1-التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة.

2-دلالة الفروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير النوع (ذكور- اناث) والتخصص(علمي-انساني).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد من الذكور والاناث، فضلا عن التخصص العلمي والإنساني للعام الدراسي (2019-2020) من طلبة كليتي العلوم وكلية التربية للبنات.

تحديد المصطلحات:

التشوهات المعرفية Cognitive distortion

عرفها كل من :

1- كليمر Clemmer,2009: على انها "مصطلح يستخدم لوصف نمط من التفكير أو حديث النفس، عن طريق تفكير الفرد التلقائي عن احداث الحياة في إطار سلبي و تؤدي الى مشاعر مثل: الحزن، والغضب، والخجل، واليأس، والقلق". (Clemmer, 2009, p. 8).

2- ميرزا,2007: هي الافكار والمعتقدات والالفاظ الذاتية التي ترتبط بتقييم الأحداث على نحو كارثي او تقييم الذات بوصفها لا تستحق الاحترام مما يؤدي إلى الحزن والقلق (ميرزا، 2007، صفحة 45).

3- بيك (Beck,1999): انها أفكار مشوهة ومبالغ فيها، تجعل الفرد يفسر الاحداث بصورة غير منطقية وسلبية، ولا تنسجم مع الواقع، وتتسم بالانتقائية والتعميم والتضخم او التهوين (Beckfa, 1999, p. 12).

-التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (Beck,1999) بوصفه تعريفاً معبراً عن جوهر نظرية التشوهات المعرفية لـ(Beck,1999)وهي النظرية التي تبناها بدر في بناء مقياسه الذي اعتمد فيه على نظرية التشوهات المعرفية لبيك بوصفه إطاراً مرجعياً في قياس هذا المفهوم.

-التعريف الاجرائي: مجموع الدرجات التي يحصل عليها المجيب على مقياس التشوهات المعرفية الذي تبنته الباحثة.

(إطار نظري ودراسات سابقة) التشوهات المعرفية Cognitive distortio

أولا/ المفهوم:

ظهر مفهوم التشوهات المعرفية بشكل واسع في عام 1975 في كتاب ارون بيك عالم النفس المعرفي السلوكي، عن العلاج المعرفي، والاضطرابات الانفعالية التي عرفها على أنها مجموعة أفكار غير منطقية ،تجعل الفرد يفسر الواقع بصورة غير دقيقة ،وتجعله يفكر ويشعر بصورة سلبية وبطريقة لا تنسجم مع الأحداث الخارجية، ويرى بيك أن التشوهات المعرفية تميل إلى التدخل في تفكير الشخص وادراكه للأحداث المحيطة، ويمكن ان تعطيه رؤية سلبية شاملة عن ذاته والعالم الخارجي ومن تسبب له حالة كبيرة . من القلق والاكتئاب (Martin & Dahlen, 2005, p. 1249).

اذ ازداد اهتمام الفرد بالعمليات المعرفية فيما يقوله أو يمارسه في حياته بصفة عامة او خاصة، إذ كل ظاهرة نفسية تحدث لديه هي ظاهرة معرفية، فالمعرفة عبارة عن معتقدات وأفكار تشكل السلوك والانفعال لدى الفرد، اي تقوم بتفسير ما يعرفه او يفكر فيه، ولهذا تقود المعرفة الفرد الى فهم ما في المجتمع الذي يعيش فيه من حقائق وافكار تساعده في السيطرة على هذه الاشياء او الحقائق (حسين، 2007، صفحة 83).

ويشير(اليسEllis) إلى ان افكار الفرد غير العقلانية هي افتراضات ومقدمات غير تجريبية تظهر في لغة مطلقة ،اذ تظهر اعتقادات لا عقلانية تكون مسؤولة بقدر من القلق والغضب ويظهر في جمل يعبر عنها الفرد باستخدام مفردات كالحاجة وافعال الوجوب بحيث تكون مطالب ملحة ليس لها اساس تجريبي لاستخدامها فتكون نتاج هذه الافكار مدمرة لا

منطقية تؤدي الى القلق وعدم الراحة لدى الفرد ولا تساعده على تحقيق اهدافه (الصباح، سهير، الحموز، و العايد، 2007، صفحة 6). كذلك فأن من خصائص التشوهات المعرفية التشاؤم عند تفسير الاحداث، والمبالغة في تقييم الظروف والمواقف الخارجية والوهم الذي يحول اللاشئ (مثل الشعور المبالغ فيه بالفشل) الى حقيقة هائلة لا شك فيها، والرؤية السلبية للذات مثل وصف الفرد على انه عاجز وفاشل وغير محبوب ولا يمكن لاحد ان يتقبله او يساعده (الريحاني، 1987، صفحة 151) فهذه الافكار المشوهة سرعان ما تدفع بالفرد نحو التصادم مع الواقع والشعور السريع بالفشل وعدم التوافق والانسجام مع الناس والواقع الخارجي (بركات، 2006، صفحة 87)، ولذلك يجد الباحثون ان التشوه المعرفي والادراك المخطوء عند الافراد يؤدي الى سلوك سلبي، فوجود المعتقدات المخطوءة لدى الفرد تتعلق بحياته وتصوراته عن الحياة تؤدي به الى سلوك عدائي ومخطوء (الغامدي، 2013، صفحة 88).

ثانيا/ خصائص الاشخاص المشوهين معرفيا

هناك مجموعة من الخصائص يمكن ان نحدد منها خصائص الاشخاص الذين يعانون من التشوهات المعرفية، والتي تتمثل بما يأتي:

1- وجود انطباعات مبالغ فيها عن ذاته مثلا انه شخص عبقري او لا يمكن ان يفشل ابدا في حياته او تكون سلبية مثلا انه شخص ثرثار وفاشل ولا يستطيع النجاح في حياته مقارنة بالأفراد الاخرين. (Rush, Khatami, & Beck, 1975).

2-اختيار حلول عقيمة وغير مناسبة عن معالجة المشكلات وغالبا ما يبدو اسلوبه في التفكير منغلقا وتقليديا لاتصافه بالجمود الفكري والميل الى المغالاة والجدية وعدم التعاطي مع الرأي الاخر في حين قد يتجه الفرد نحو الطرف الاخر من هذه المعادلة وذلك عندما يبدي البعض ضعفا وخضوعا وعدم الاستقلالية عند التفاعل مع الاخرين وعدم القدرة على التوافق مع مجريات الحياة المتنوعة والجديدة (ابو شعر، 2007، صفحة 37).

3-يتصف الفرد ذو التفكير المشوه بضعف الاحساس الوجداني نحو الاخرين، اذ يتصرف من دون التعاطف مع مشكلاتهم ولا يهمه ما يتفوهون به من كلمات او ما يقومون به من افعال مؤذية وغير مسؤولة، فيقع في مواقف من الارباك والاحراج، ويضع نفسه بمواقف يدعي انه على دراية وخبرة كبيرين بها وخاصة عند الدخول في حوارات ونقاشات مع الاخرين في مواقف الحياة المختلفة (Rush, Khatami, & Beck, 1975, p. 399).

نظرية بيك في التشوهات المعرفية:

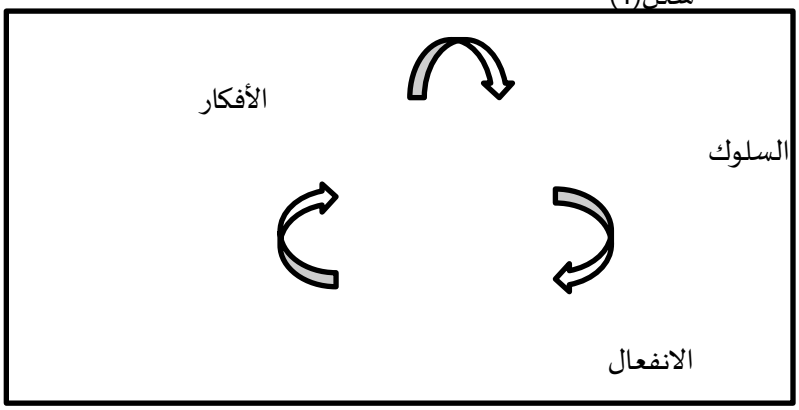
تعتمد نظرية بيك في تفسير التشوهات المعرفية على البنى المعرفية التي يطلق عليها اسم (المخططات)، وتعرف المخططات بانها مجموعة المعتقدات الخاصة بالفرد حول الاشياء والظواهر البيئية التي تفسر وتعالج في ضوئها المعلومات المتعلقة به وبالعالم من حوله (Oier Tdzkh, 2005, p. 20).

اذ يؤكد نموذج بيك(Beck,1985) ان المعنى الذي يضيفه الفرد على الاحداث وادراكه وتفسيره لهذه الاحداث لا يؤثر في انفعاله وسلوكه فقط ولكن في نظرته لذاته ولعالمه ومستقبله أيضا، بل انها تحدد مدى صحته النفسية او مرضه النفسي، ومن ثم اصبح بيك(Beck) مقتنعا بالتحليل المعرفي Cognitive analysis لأفكار المريض واتجاهاته وتوقعاته وما يضيفه على هذه الاحداث من دلالات ومعان،

وان العبارات والافكار الذاتية والتخيلات هي التي تتحكم في الحالة الانفعالية والسلوكية للفرد، ولذلك فأن هناك تفاعلا وتأثيرا متبادلين بين الافكار والسلوك والانفعالات التي يوضحها (المحارب، 2000) في الشكل الاتي:

التأثير المتبادل بين الافكار والسلوك والانفعالات

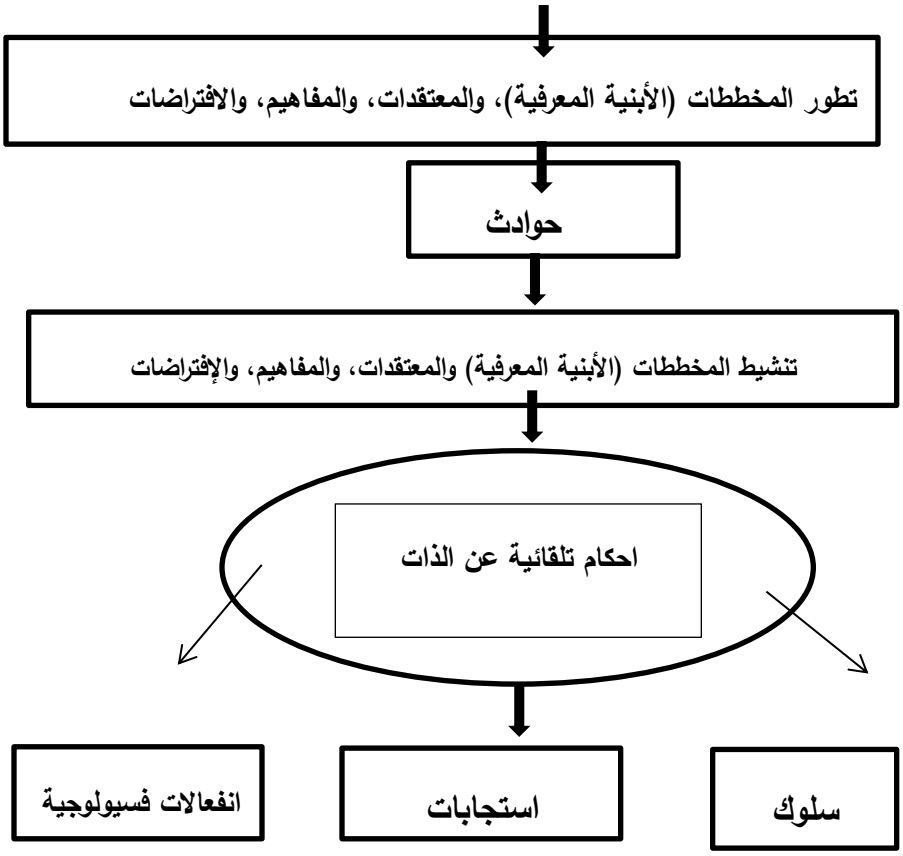
شكل(1)



فالشخصية كما يرى بيك تتكون من مخططات او ابنية معرفية تشتمل على المعلومات والمعتقدات والمفاهيم والافتراضات والصيغ الاساسية لدى الفرد التي يكتسبها عبر مراحل النمو، فالمزاج النفسي والمشاعر السالبة تكون ناتجا لمعارف محرفة ولا عقلانية، وهذه الابنية المعرفية تميز الاضطرابات الانفعالية وتؤثر في ادراكات الفرد والتفسيرات التي يقدمها

للأشياء، ويتم ادراك الخبرات في ضوء علاقاتها بالأبنية المعرفية للفرد، ومن المحتمل ان يتم تشويه تلك الخبرات التي تتناسب مع هذه الابنية(Beck,1985). والشكل(2) يوضح ذلك:

شكل(2) المخطوطة المعرفية



افكار الية تلقائية تنشا عنه

وكان نموذج بيك(Beck,1967) اكثر النماذج المعرفية اصالة وتأثيرا، فهو يرى ان العدوان اضطراب للتفكير وليس اضطرابا انفعاليا، فطريقة تفكير الفرد وكيفية اعماله(Processing) لما يدركه من معلومات وما يعتقده وكيف يفسر الاحداث والوقائع من حوله، تمثل كلها عوامل مهمة تؤثر في احداث الاضطرابات الوجدانية، فهو يعطي المعارف والتفكير اسبقية لحدوث الانفعالات، ويرى ان ما يصاحب الاكتئاب من اعراض سلوكية وتغيرات انفعالية او دافعية انما تترتب على نمط من التفكير السلبي والتشويه المعرفي المميز

للمكتئبين ، الذي يقوم على ثلاثية معرفية من الافكار السلبية عن الذات والمواقف والمستقبل (الهويش، 2010، صفحة 18).

ان الفرد تسيطر عليه تلقائيا افكار وخواطر سلبية عن نفسه والناس والعالم اجمع، وتعمل هذه الافكار قوى داخلية تشوه وتحرف تفسيره لجوانب الخبرة في الاتجاه السلبي، اذ يصل الى استنتاجات مخطوءة قائمة على مقدمات مشوهة، الامر الذي يؤيده تقديره السلبي لذاته. فالوقائع يخطأ في سماعها او رؤيتها ومن ثم يتحرف ادراكها ثم يتحرف تمثيلها واستيعابها اذ تتماشى مع خط التفكير السلبي، فالمشكلات النفسية ترجع بالدرجة الاساس الى ان الفرد يقوم بتحريف الواقع والحقائق بناء على مقدمات مغلوطة وافتراضات مخطوءة، تنشأ هذه الاوهام عن تعلم مخطوء في احدى مراحل نموه المعرفي (Beck, Robyn, Robbins, & Steohenh, 2001, p. 7).

يرى بيك ان هناك ثمانية انواع من التشوهات المعرفية تظهر لدى الافراد وهي:

أ- الاستنتاج التعسفي: عملية تفسير الفرد للمواقف او الحدث او الخبرة من دون ان تكون هناك ادلة واقعية تدعم تفسيره او استنتاجه (Beck , Emery, & Greenberg RL, 1985, p. 150).

ب- التجريد الانتقائي: ويعني فهم الموقف عبر حذف التفصيل الاساسي من سياق الكلام وتجاهل كل التفسيرات الايجابية الممكنة، ولهذا فأن التجريد الانتقائي يجعل الفرد لا يرى سوى الاشياء السلبية ويسبب له المعاناة ويقوم بعزل الخصائص الايجابية (ابراهيم، 1980، صفحة 212).

ت- المبالغة في التعميم: المبالغة في ادراك جوانب القصور الذاتي والتهوين من المزايا والنجاح الشخصي (محمد، 2010، صفحة 304).

ث- اخطاء التقييم(التضخيم او التهوين): اخطاء في تقييم حجم الحدث او الفعل بحيث تسبب للفرد الشعور بالإحباط والذنب او عدم الاهتمام والاكتراث لما حدث له او قام به من فعل (الريحاني، 1987، صفحة 20).

ج- التفكير الثنائي: تصنيف المواقف بطريقة متطرفة جدا والى ابعد حد، كأن يرى الفرد ان اداءه في العمل اما يمثل النجاح الكامل واما الفشل التام (ابراهيم، 1980، صفحة 213).

ح- استعمال عبارات (لابد وينبغي): وهي قول الفرد لنفسه ان الاشياء يجب ان تكون بنفس الطريقة التي يأمل او يتوقع ان يكون عليها (السنيدي، 2013، صفحة 13).

خ- الاستدلال الانفعالي: يعني افتراض الفرد ان المشاكل الانفعالية السلبية تعكس حقيقة الاشياء،اذ ان افكار الفرد ومعتقداته تكون افكارا مشوهة، ومشاعره غير صادقة، فشعوره بالذنب والقلق تنعكس على طريقة تفكيره بصورة غير عقلانية (Burns, 1980, p. 76).

د- التفسيرات الشخصية: وهي اقامة علاقة سببية مباشرة بين ذات الفرد والاحداث والمواقف بالرغم من عدم وجود اي ارتباط بينهما، ويقوم الفرد بتحمل مسؤولية الاحداث التي لا تكون تحت سيطرته تماماً (السنيدي، 2013، صفحة 16).

دراسات سابقة:

ان من ضروريات البحث لاي باحث هو الاطلاع على الدراسات السابقة لأنها تزوده بالأفكار والاجراءات التي يمكن الاستفادة منها في اجراءات بحثه وكذلك لإظهار مشكلة بحثه وتحديد اهدافه بشكل اكثر وضوحا، فضلا عن انها تساعده في تجنب ما ورد في البحوث والدراسات السابقة من سلبيات او نواقص والافادة من نتائج بحثه وتفسيرها (الوزني، 2011، صفحة 80).

1- دراسة (الشمري، 2013)

(التشوهات المعرفية والعدوى الانفعالية وعلاقتها بالشخصية الهدمية)

تهدف الدراسة الى التعرف على التشوهات المعرفية وكذلك ايجاد العلاقة بين متغيرات البحث الثلاثة، وكذلك معرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية والمتغيرين الاخرين، وبلغت عينة البحث(400) طالب وطالبة من جامعة بغداد ومن كلا التخصصين(العلمي والانساني)، وقام الباحث بتبني مقياس التشوهات المعرفية لـ(ارون بيك) والمكون من (45) فقرة، وقد استعمل الباحث الوسائل الاحصائية الاتية(المجموعتين المتطرفتين، التجزئة النصفية معادلة سبيرمان، اعادة الاختبار)، واشارت النتائج الى وجود التشوهات المعرفية لدى مختلف الجنسين(الذكور والاناث)، وكذلك وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات الثلاثة.

2- دراسة (العلوي، 2013) (التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة لدى طلاب المرحلة الاعدادية)

تهدف الدراسة الى التعرف على التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة الاعدادية، اذ بلغت عينة البحث(315) طالبا وطالبة من الصف الخامس العلمي والادبي في محافظة كربلاء، حيث قامت الباحثة ببناء مقياس التشوهات المعرفية مؤلفا من ثمانية مجالات(التفكير الثنائي، والاستدلال الانفعالي، والتفكير الكارثي، والعنونة غير الصحيحة، وتضخيم او

تصغير التعميم الزائد، والشخصنة، والايجابيات او الحتميات) ومكون من (53) فقرة، وقد استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية الاتية(ارتباط بيرسون، والفاكرونباخ، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين، طريقة اعادة الاختبار)، واظهرت النتائج ان الاناث لديهن تشوهات معرفية اكثر من الذكور، ويوجد فرق دلالة احصائية في متغير الجنس ولا يوجد فرق ذي دلالة احصائية في متغير التخصص.

منهجية البحث وإجراءاته:

في هذا الفصل سيتم وصف الاجراءات التي قامت بها الباحثة من اجل تحقيق اهداف البحث والتي تناولت تحديد مجتمع البحث واختيار عينة ممثلة لذلك المجتمع واعداد اداة البحث وتحقيق الشروط التي ينبغي ان تتوفر فيها من صدق وثبات وموضوعية من اجل تحليل البيانات ومعالجتها احصائيا، وتقوم الباحثة في هذا الفصل بعرض هذه الاجراءات.

اولاً- منهجية البحث:

اختلاف طريقة البحث واعتماد الباحثة على منهج معين في بحثها ينطلق من طبيعة المشكلة التي يبحث فيها للإجابة عنها، وبذلك فقد استعملت الباحثة في بحثها منهج البحث الوصفي.

ثانياً- مجتمع البحث:

يقصد بمجتمع البحث جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها او هو جميع الافراد او الاشياء او الاشخاص الذين يشكلون موضوع مشكلة البحث (عباس و نوفل، 2009، صفحة 217). ويشتمل مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد كلية التربية للبنات وكلية العلوم للعام الدراسي(2019- 2020).

ثالثاً- عينة البحث:

يقصد بالعينة هي جزء من المجتمع، فعندما تتعذر دراسة المجتمع كله، لأسباب فنية او اقتصادية او عملية تتم الاستعاضة عن دراسة المجتمع بدراسة العينة وصفاتها ومنها نستطيع ان نستنتج خواص المجتمع الاصلي (الزوبعي و واخرون، 1981، صفحة 51).

اذ تألفت عينة البحث الحالي من (100) طالب وطالبة موزعين على قسمين في كلية العلوم والتربية للبنات قسم في الاختصاص العلمي وقسم في الاختصاص الانساني، وقد اختيرت عينة هذا البحث بطريقة طبقية عشوائية والجدول(1) يوضح ذلك.

جدول رقم (1)

توزيع افراد عينة البحث

الكلية	القسم	التخصص		الصنف		المجموع
		علمي	انساني	ذكور	اناث	
التربية للبنات	رياض الاطفال		-		15	15
	تاريخ		-		15	15
العلوم	الكيمياء	-		25	10	35
	تقنيات احيائية	-		25	10	35
المجموع				50	50	100

رابعاً- اداة البحث:

وتحقيقا لأهداف البحث الحالي فأن ذلك يتطلب توفر اداة تتصف بالصدق والثبات لغرض تعرف التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة، لذلك قامت الباحثة بتبني مقياس(بدر، 2017) المتكون من(20) فقرة مستوحاة من نظرية بيك(Beck,1999) للتشوهات المعرفية التي تتفق مع التعريف النظري للمفهوم.

خامساً- صدق الاداة:

أ- رأي الخبراء في فقرات المقياس (الصدق الظاهري)

يعني الصدق قدرة الاداة على قياس ما وضع من اجل قياسه، ويعد الصدق الظاهري احدى انواع الصدق، وللتأكد من صدق المقياس اعتمدت الباحثة الصدق الظاهري وهو ما اشار اليه ابيل، فانه يعرض المقياس على عدد من الخبراء المتخصصين لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت من اجله (Ebel, 1972, p. 555).

وللتأكد من ذلك اعتمدت الباحثة الصدق الظاهري بأن يعرض المقياس وتعليماته بصورته الاولية على عدد من الاساتذة والمتخصصين في قسم علم النفس على مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لقياسه، وقد طلب من الخبراء ابداء الملاحظات والآراء فيما يخص صلاحية تعليمات المقياس، حذف او تعديل او اضافة بعض الفقرات واي ملاحظات اخرى.

ب- تحليل الفقرات احصائياً

لغرض تحليل الفقرات احصائيا ثم تطبيق المقياس على عينة بلغ عدد افرادها(100) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية من كليتين من جامعة بغداد وبالتساوي على وفق متغير التخصص والنوع وكما موضح سابقا في الجدول (1).

وقد تم تحليل الفقرات بطريقة القوة التميزية للفقرات: لأجل احتساب تمييز الفقرات بهذه الطريقة اتبعت الباحثة الخطوات الاتية:-

1- قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث والبالغ عددها (100) طالب وطالبة.
2- قامت الباحثة بتصحيح كل استمارة بإعطاء كل فقرة درجة معينة.
3- تم جمع درجات كل مجيب في فقرات المقياس لاستخراج الدرجة الكلية لكل فرد من افراد العينة.
4- ترتيب الاستمارات(54) وفقاً لدرجاتها من اعلى درجة الى ادنى درجة للمجموعتين.
5- تعيين الـ(27%) من استمارات العليا والبالغ عددها(108) استمارة و(27%) من الاستمارات الدنيا والبالغ عددها(108) استمارة ايضا وبذلك تم فرز مجموعتين بأكبر حجم واقصى تمايز.

وبعد استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة من فقرات الاداة قامت الباحثة باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين اوساط المجموعتين، وقد تبين ان جميع الفقرات دالة احصائيا. والجدول(2) يوضح ذلك.

جدول رقم(2) القوة التميزية لفقرات مقياس التشوهات المعرفية

المجموعة العليا			المجموعة الدنيا		
الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة
1	3,063	1,001	2,014	1,210	3,651
2	4,259	9,443	2,185	1,110	7,391
3	2,703	1,602	1,888	1,250	2,019
4	4,074	1,141	3,037	1,153	2,915
5	4,140	1,133	3,510	1,424	1,797
6	4,074	1,103	2,250	1,195	5,787
7	3,814	1,075	2,740	1,403	3,157

2,797	1,349	2,205	1,174	3,025	8
4,035	1,330	2,000	1,150	4,037	9
2,062	1,471	2,020	1,300	3,407	10
2,572	1,368	2,444	1,275	3,370	11
3,218	1,321	1,551	1,455	3,074	12
2,191	1,649	2,518	1,450	3,444	13
2,638	1,203	2,296	1,272	3,185	14
2,005	1,181	2,370	1,330	2,200	15
1,451	1,619	3,666	1,066	4,222	16
1,212	1,255	2,693	1,213	3,370	17
3,182	1,000	2,111	1,292	9,148	18
2,000	1,181	2,629	1,220	2,481	19
5,017	1,133	2,148	1,301	3,814	20

واظهرت النتائج بأن جميع الفقرات مميزة باستثناء اربع فقرات غير مميزة عند مستوى دلالة(0,05) وعند درجة حرية (106).

ت- الاتساق الداخلي للفقرات(علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس)

ان هذه الطريقة وان كانت تعد من ادق الوسائل المستخدمة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس، فأنها تهتم بمعرفة ما اذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في الاتجاه نفسه الذي يسير فيه المقياس الكلي (عيسوي، 1985، صفحة 51).

وعليه فقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وبعد المعالجة الاحصائية تبين ان جميع الفقرات كانت دالة عند مستوى(0,05)، والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول رقم (3) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للتشوهات المعرفية

الفقرات	قيمة معامل الارتباط
1	0,415
2	0,550
3	0,320
4	0,251
5	0,483
6	0,314
7	0,326
8	0,410
9	0,290
10	0,372
11	0,370
12	0,252
13	0,265
14	0,300
15	0,307
16	0,505
17	0,514
18	0,428
19	0,355
20	0,548

الثبات Reliability:

اعتمدت الباحثة معامل الفاكرونباخ لاستخراج الثبات لمقياس التشوهات المعرفية وقد بلغ معامل الفا لهذا المقياس (0,688) وهو معامل ثبات جيد.

الصيغة النهائية للمقياس:

يتضمن مقياس التشوهات المعرفية بصورته النهائية من (20) فقرة وامام كل فقرة خمسة بدائل، واعلى درجة للمقياس (100) وادنى درجة (20) والوسط الفرضي(60).

الوسائل الإحصائية:

استعانت الباحثة بالحقيبة الاحصائية (SPSS) واعتمدت على:

1- الاختبار التائي لعينة واحدة.
2- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين.
3- معامل ارتباط بيرسون.
4- معادلة الفا كرونباخ.
5- تحليل التباين الثنائي.

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا المبحث عرض النتائج التي توصل اليها هذا البحث على وفق اهدافه المرسومة، ومناقشة تلك النتائج في ضوء الدراسات السابقة والاطار النظري المعتمد، ومن ثم الخروج بالتوصيات والمقترحات، وكانت تلك النتائج كالاتي:-

الهدف الاول: تعرف التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة

لتحقيق الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس التشوهات المعرفية على عينة من طلبة الجامعة البالغ عددهم(100) وبعد تصحيح الاجابات حصلت العينة على المتوسط الحسابي (61,250) درجة وبانحراف معياري (10,439) درجة في حين كان الوسط الفرضي (60) درجة، وبعد استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان القيمة التائية المحسوبة (1,22) درجة وهي اصغر من القيمة الجدولية (1,96) درجة عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (99) وهذا يشير الى انه ليس هناك فروق بين الوسط الحسابي والفرضي، اذن التشوهات المعرفية بمستوى دون المتوسط وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول رقم (4) الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي لمقياس التشوهات المعرفية

المتغير	العدد	الوسط الحسابي للعينة	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	ستوى دلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية		
التشوهات المعرفية	100	61,250	10,439	60	1,22	1,96	99	يردال

يمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً لنموذج بيك ان طلبة الجامعة لا يحملون افكاراً ذات تشوهات معرفية ويمكن ان نعزو ذلك لأسباب ان الافراد في حالة تفاعل وتأثير متبادل بين افكارهم وسلوكهم والانفعالات التي يحملونها، لان شخصية طلبة الجامعة باعتبارهم شريحة مثقفة ذات بنى معرفية ومعتقدات ومفاهيم يمكن ان يسيطرون على امزجتهم النفسية ومشاعرهم السلبية فتكون افكارهم غير محرفة وعقلانية، وان هذه النتيجة لا تتفق مع دراسة الشمري (2013).

الهدف الثاني: دلالة الفروق في التشوهات المعرفية على وفق متغير:

1- النوع (ذكور- اناث).

2- التخصص (علمي انساني).

بينت النتائج عدم وجود فرق دال احصائيا تبعاً لمتغير النوع ذكور واناث، اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (2,116) درجة وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3,92) درجة بدرجة حرية (96,1) وفقاً لنظرية بيك يمكن ان تفسر النتيجة بأن افراد المجتمع تسيطر عليهم افكار وخواطر متساوية، ويمكنهم السيطرة على انفعالاتهم وعواطفهم في ضوء المعلومات التي يحملونها حول العالم ومن حولهم.

فضلا عن ذلك بينت النتائج بالنسبة لمتغير التخصص علمي او انساني، وجود فرق دال احصائيا ولصالح الانساني، اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (6,136) درجة وهي اكبر من القيمة الفائية الجدولية (3,92) درجة وبدرجة حرية (96,1).

فضلا عن ذلك لم تبين النتائج وجود تفاعل بين النوع والتخصص، اذ بلغت القيمة الفائية (0,002) درجة، وجدول (5) يوضح ذلك.

جدول رقم (5)نتائج تحليل التباين الثنائي (النوع والتخصص) لمقياس التشوهات المعرفية

مصدر التباين	مجموعات المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	الدلالة
النوع	219,040	1	219,040	2,116	غير دالة
التخصص	635,040	1	635,040	6,136	دالة
التفاعل	0,160	1	0,160	0,002	غير دالة
الخطأ المتبقي والكلي	9935,920	96.1			

وبالنسبة لمتغير النوع ان هذه النتيجة لا تتفق مع دراسة الشمري (2013)، وكذلك لمتغير التخصص لا تتفق هذه النتيجة مع دراسة العلوي (2013)، ويمكن تفسير ذلك ان طلبة الجامعة ذوي التخصص الانساني وفقاً لنظرية بيك يكونون اكثر عرضة للضغوط والاضطرابات الوجدانية والافكار السلبية عن الذات وعن المواقف المستقبلية والخواطر التي يحملونها عن انفسهم وعن افراد المجتمع من حولهم لان هذه الافكار بوصفها قوى داخلية تشوه عندهم الافكار المعرفية التي يحملونها.

الخاتمة والتوصيات:

1- المحافظة على مستوى الافكار الصحيحة التي يتمتع بها الطلاب وتدعيمها من خلال ربط المناهج الدراسية بحياة وشخصية الطلبة.

2- على التدريسيين استثمار المستوى العالي لأفكار الطلبة نحو مستقبلهم للحصول على افضل النتائج العلمية.

3- ضرورة الاهتمام بالمرشدين التربويين عبر تزويدهم بالبرامج الارشادية لكي يتسنى لهم العمل على تنمية وتعزيز افكار الطلاب الصحيحة وتعديل الافكار المخطوءة والمشوهة لما لها منأثر مهم وتأثير مباشر في جميع الانشطة.

المقترحات: اقترح عقد دراسات عنوانها:

1- التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة.

2- التشوهات المعرفية وعلاقتها بالقلق من المستقبل لدى طلبة الجامعة.

المراجع

الصباح، سهير، الحموز، و العايد. (2007). الافكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعات الضفة الغربية في فلسطين. مجلة اتحاد الجامعات العربية.

اشرف عطية، العقاد محمد، و عبد اللطيف عصام . (10 يناير, 2000). الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بالدوجماتية والمرونة والتصلب والرفض الوالدي لدى شباب جامعتي الزقازيق وجنوب الوادي. مجلة دراسات نفسية القاهرة.

حامد بن احمد ضيف الله الغامدي. (2013). فاعلية العلاج السلوكي في معالجة بعض اضطرابات القلق (المجلد الاولى). الاسكندرية، مصر: دار الوفاء للنشر والتوزيع والطباعة.

خالد السنيدي. (2013). التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمة الانبساط والانطواء لدى متعاطي المخدرات والمتعافين منه. الرياض، السعودية: جامعة نايف العربية للعلوم الامنية.

رأفت محمد. (2010). فعالية ممارسة العلاج بالمعنى من منظور الخدمة الاجتماعية العيادية في تحسين معنى الحياة لدى كبار السن. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية.

ريما الهويش. (2010). الاحكام التلقائية عن الذات والعدوان والعدائية لدى عينة من النساء المعنفات(نزيلات دار الحماية)،وغير المعنفات بمحافظة جدة. جامعة ام القرى.

زياد بركات. (2006). التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات. الاردن: كلية التربية، جامعة مؤتة.

زينب عبد الكريم قاسم العلوي. (2013). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية. العراق: كلية التربية، جامعة كربلاء.

زينب نعمة كيطان الوزني. (2011). الدافعية الاكاديمية الذاتية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية. جامعة كربلاء، كلية التربية للاختصاصات الانسانية.

سليمان الريحاني. (1987). الافكار اللاعقلانية عند طلبة الجامعة الاردنية وعلاقة الجنس والتخصص بالتفكير اللاعقلاني. مجلة دراسات(14).

طه عبد العظيم حسين. (2007). العلاج المعرفي السلوكي(المفاهيم والتطبيقات) (المجلد الاولى). الاسكندرية، مصر: دار الوفاء للطباعة والنشر والتوزيع.

عبد الجليل الزوبعي، و واخرون. (1981). الاختبارات والمقاييس النفسية. دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، جامعة الموصل.

عبد الرحمن عيسوي. (1985). القياس والتجريب في علم النفس والتربية. بيروت: دار المعرفة.

عبد الستار ابراهيم. (1980). العلاج النفسي الحديث(قوة الانسان). الكويت: دارالقلم للنشر والتوزيع.

عبد الفتاح عبد القادر ابو شعر. (2007). الافكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات. الجامعة الاسلامية.

عمار عبد علي حسن الشمري. (2013). التشوهات المعرفية والعدوى الانفعالية وعلاقتها بالشخصية الهدمية لدى طلبة الجامعة. العراق: اطروحة دكتوراه غير منشورة.

فاتن يوسف ميرزا. (2007). علاقة الافكار اللاعقلانية بالضغوط المهنية وصراع الادوار المهنية والاسرية واستراتيجيات التعامل لدى معلمي الدراسات الخاصة في الكويت. الجامعة الاردنية، كلية الدراسات العليا.

محمد جليل عباس، و محمد بكر نوفل. (2009). مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس. عمان، الاردن: دار المسيرة للطباعة والنشر.

محمد علي عمارة. (2008). برامج علاجية لخفض مستوى السلوك العدواني لدى المراهقين. الاسكندرية ، مصر: المكتب الجامعي الحديث.

نادية محمد رزوقي الاعجم. (2018). قدرة الذات وعلاقتها بالتشوه الادراكي لدى طلبة المرحلة الاعدادية. مجلة الفتح.

ناصر المحارب. (2000). العلاج الاستعراضي السلوكي. الرياض: مطابع الحميضي.

مصادر أجنبية

Beck , A., Emery, G., & Greenberg RL. (1985). *Anxiety Disorders and, Phobjasia Cognitive Perspective.* NY, USA: Basic Books.

Beck, R. p., Robyn, H., Robbins, M., & Steohenh, G. M. (2001). *The cognitive Emotional phenomenology.*

Beckfa, T. (1999). *Prisoners of hate: The cognitive basis of hostility, and violence.* New York: Harpercollins publishers.

Burns, D. (1980). *Feeling good, the new mood therapy.* Penguin Books.

Butler, A., Brown, G., Beck, A., & Grishman, J. (2002). *Assessment of dysfunctional beliefs in borderline personality disorder; Behaviour Research and Therapy.*

Clemmer, K. (2009). *The Center for Eating Disorders Blog.* Retrieved from http:// eatngdisorder.org.

Ebel, R. (1972). *Essentials of Educational measurement.* New, Jersey, Prentice Hall lnc.

Leite, D. T., & et, a. (2012). *Psychometric characteristics of the personality Belief Questionnaire-short form* (XIV ed.). Revista Brasileira de Comportamentafe cognitive.

Martin, R. C., & Dahlen, E. R. (2005). *Cognitive emotiom regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger Personality and. Lndividual Differences* (39 ed.).

Oier Tdzkh, A. (2005). *Vipallasa Sutta: Distortions of the Min.* (Thanissaro, Trans.)

Rush, A., Khatami, M., & Beck, ~. (1975). *Cognitive and ^Behavior Therapy in chronic Depression".Behavior Therapy* (6 (3) ed.).

Cognitive distortions among Baghdad University students

Muna Rahman Abdullah

College of Literature

Al-Mustansiriyah University

rhmuna9@gmail.com

Keywords: cognitive distortions. Distorted thoughts. University students

Summary :

The research aims to identify:

1-Cognitive distortions among university students.

2-The significance of differences in cognitive distortions according to the variable of gender (males, females) and specialization (scientific, humanities).

To achieve the objectives of the research, the researcher adopted the Badr scale for cognitive distortions, which consists of (20) items, and a sample of (100) male and female students was selected in a random stratified manner. To verify the validity of the scale, the researcher relied on the logical validity index in the experts' examination of the items, and to estimate reliability, she relied On the Facronbach equation. The results showed that there is no difference between the arithmetic mean and the hypothetical mean, that is, the lack of cognitive distortions in the research sample and the absence of a statistically significant difference depending on the gender variable, males and females, as the calculated T-value reached (1.22) degrees, which is smaller than the tabulated T-value of (1.96). A degree with a degree of freedom (99). Moreover, the results for the variable of specialization, scientific or humanitarian, showed that there were

statistically significant differences, in favor of humanity, as the calculated F value reached (6.136) degrees, which is greater than the tabular value (3.92) degrees with a degree of freedom. 96,1). The results did not show an interaction between gender and specialization, as the F value reached (0.002) degrees. It came up with a number of recommendations and proposals.