



الاكتئاب وعلاقته بالتشوه المعرفي لدى موظفو سجن الناصرية الاصلاحية للأحكام الخفيفة
الباحث محمد صالح كاظم
جامعة ازاد الاسلامية \ ازاد جنوب طهران

الملخص

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة والفروق الإحصائية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي كما هدفت الى التعرف مستوى التشوه المعرفي لديهم والفروق تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي والتعرف على العلاقة الارتباطية بين التشوهات المعرفية والاكتئاب وقد بلغت العينة 506 من موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة (480 موظف و26 موظفة) ولتحقيق ذلك قام الباحث ببناء مقياس التشوهات المعرفية حسب نظرية بيك وتبني مقياس بيك (Beck) للاكتئاب وتم تحليل البيانات وفق برنامج SPSS واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي وبعد تحليل البيانات أظهرت النتائج منها: إن موظفي سجن الناصرية يعانون من الاكتئاب والتشوه المعرفي ويوجد فروق بين درجات التشوه المعرفي والاكتئاب بين الموظفين وكانت هذه الفروق لصالح الإناث كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين التشوه المعرفي والاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة وأوصت الدراسة ضرورة التركيز على تصحيح التشوهات المعرفية وعلاجها لتخفيف من حدة الاكتئاب

الكلمات المفتاحية: التشوه المعرفي - الاكتئاب

**Depression and its relationship to cognitive distortion The staff of the
Nasiriyah Correctional Prison for light sentences**
Mohammed Salih Kadhim
Islamic Azad University \ South Tehran Branch

Abstract

The study aimed to identify the cognitive distortions among the employees of the Nasiriyah Correctional Prison for light sentences and the statistical differences according to the gender variable. It also aimed to identify psychological depression among the employees in the Nasiriyah Correctional Prison and the differences according to the gender variable and to identify the correlation between cognitive distortions and depression. The sample amounted to 506 employees of the Nasiriyah Correctional Prison. For light sentences (480 male and 26 female employees). To achieve this, the researcher built a measure of cognitive distortions according to Beck's theory and adopted the Beck scale for depression. The data was analyzed according to the SPSS program, and the researcher relied on the descriptive, correlational approach, and after analyzing the data, the results showed, including: The employees of the Nasiriyah prison suffer from cognitive distortion and depression, and there are differences between the degrees of cognitive distortion and depression among the employees. These differences were in favor of females. The study also showed a correlation between cognitive distortion and depression among the employees of the Nasiriyah Correctional Prison for light sentences. The study recommended the need to focus



on correcting the cognitive distortions and treating them to reduce From the severity of depression

Keywords: cognitive distortion - depression

الفصل الأول: التعريف بالبحث

أولاً: مشكلة البحث:

منذ أن خلق الله الإنسان على الأرض وهو يحاول أن يتكيف مع الطبيعة من حوله ويحاول التوافق مع نفسه ورغباته مع غيره من بني البشر ولم يعد عصياً على الفهم أن الضغوط الواقعية على الجميع لا سبيل لمواجهتها إلا بالقبول الايجابي الفعال مع مصادر ما نظراً لتعقد الحياة واحتدام الصراع فيها وانتشار الحروب والتهديد بها وتزايد الضغوط والتوترات في الحياة من شأن ذلك أن يلقي أعباء ثقيلة على الفرد وعلى نفسيته فتتسبب الاضطرابات العصبية وقد تهدد أمن الفرد والمجتمع وتؤثر بالسلب على الفرد والاكتئاب خبرة وجدانية ذاتية تتبدى في أعراض الحزن والتشاؤم والشعور بالفشل والرغبة في عقاب الذات والإرهاق وعدم القدرة على بذل أي جهد وإن السلوك أحد المظاهر الخارجية التي تعبر عن فشل الفرد في التكيف مع الواقع ومع متطلبات الحياة الاجتماعية إذ يشعر الفرد بعدم التوافق في علاقاته الاجتماعية ويؤدي إلى انسحابه من التفاعلات الاجتماعية (نوفل، 2019: ١٧)

إن المتأمل لحياة الناس بصفة عامة نجد أنها لا تخلو من الخبرات التي تبعث على الانسحاب واليأس والعجز بسبب ما يتعرضون له من منكسات مادية ومعنوية وهذه الخبرات تتلون حسب ما يستنتجها كل إنسان في ضوء تقييمه الذاتي وقدرته على ضبطها والتفاعل معها وقد يؤدي إلى نوع من التشويه المعرفي الذي يلعب دوراً في حدوث بعض الأعراض المرضية حيث يسيطر عليه بعض المشاعر السلبية عن ذاته ومستقبله والعالم وتدني تقديراته لذاته (عطية، ٢٠١٠: ١٣٠)

وجد المرض النفسي والاضطرابات النفسية عبر العصور والنفس جزء من الدماغ وهي أعظم خلق الله والأمراض النفسية هي اضطرابات في مراكز هامة من الدماغ وبعد الاكتئاب من أقدم الأمراض النفسية وقد ورد وصف لأوضاع تشابه ما يشخص اكتئاب في عدد من النصوص القديمة الدينية والدينية وقد ذكر الاكتئاب في القرآن الكريم في قوله تعالى: "لقد خلقنا الإنسان في كبد" والكبد هي المشقة والتعب وإرهاق النفس (سرحان، 2008: 15)

يعد التشوه المعرفي متغير يؤثر في سلوك الفرد وتعامله مع الآخر وترى النظرية المعرفية أن الاضطراب الانفعالي يتشكل نتيجة التفسير الخاطئ والافتراض الخاطئ التي يفسرون بها الأحداث (Barrige, 2000: 36)

أن المشكلات النفسية ليس بالضرورة نتاج قوى خفية سرية فقد تنتج عن عمليات عادية مثل التعلم الخاطئ والاستدلال المغلوط المبني على معلومات غير صحيحة وغير كافية وعدم التمييز بين الخيال والحقيقة والتفكير قد يكون واحداً لأنه مستمد من مقدمات منطقية خاطئة والسلوك قد يكون انهزامياً لأنه مبني على اتجاهات غير عقلانية ويمكن أن تحل التشوهات المعرفية عن طريق شحذ الفهم والتمييز وتصحيح المفاهيم الخاطئة وتعلم اتجاهات أكثر تكيفاً وتعلم طرقاً أكثر واقعية لصياغة خبراته (بيك، 2017: 26)

وتتجلى مشكلة الدراسة "ما مدى اسهام الاكتئاب في حدوث التشوه المعرفي لدى الموظفين وماهي العلاقة الارتباطية بينهما ؟ ويتفرع عنها الأسئلة الفرعية:

ما مدى الاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الاصلاحي للأحكام الخفيفة ؟

ما مدى التشوه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية الاصلاحي للأحكام الخفيفة ؟



هل توجد علاقة ارتباطية بين الاكتئاب والتشوه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية للأحكام الخفيفة ؟

ثانياً أهمية البحث:

إن التحولات الاجتماعية والاقتصادية التي يمر بها المجتمع المعاصر أدت إلى تغير في الهوية الإنسانية وأصبح العصر عصر الأزمات والضغوطات النفسية والتحول السريعة ومع اندفاع التقدم التكنولوجي أخذ حجم العمل الوظيفي الخالص يتمدد ويتسع إلى المدى الذي قد ينفصل فيه العامل عن العمل وأصبح يفقد سيطرته على الأحداث وإن اعتبار حدث ضاعطاً يعتمد على الإدراك المعرفي للموقف يشعر فيها بالتوتر والخبرات المبكرة والطريقة التي يدرك فيها الفرد التهديد المصاحب للمثيرات (اسماعيل، 2004:23)

تعد الاضطرابات العصبية من العوامل التي تهدد سعادة الانسان وتدمرها وسعادة وأمن المحيطين به فالأسرة التي يصاب أحد أفرادها بالاكتئاب تعاني التعاسة وضيق الصدر فضلاً عن انخفاض إنتاجية الفرد وإبداعه وإسهامه في العمل الوطني يعتقد الأطباء النفسيين أن 30-35% من سكان أي دولة يعانون من اضطراب نفسي (غانم، 2014:35)

يعد الاكتئاب حالة مرضية وقد تم الاعتراف بها متلازمة سريرية لأكثر من 200 عام ولم يتم العثور على تفسير مرض له لسماته المحيرة والمتناقضة كما أن مرضى الاكتئاب يتعرضون للتشوهات المعرفية ولا يتأثرون للأدلة الموضوعية أو الاثبات المنطقي ويقومون بأفعال تزيد من معاناتهم (Beck, 1975, 6)

إن آثار الاضطراب سواء كان اكتئاب أم تشوه معرفي تمتد لتشمل كل حياة الشخص النفسية والاجتماعية فهو ينتشر في غالبية المجتمعات وتتسع قاعدته الاجتماعية الزمنية تدريجياً وبينت بعض الدراسات العربية فإن المواطن العربي كغيره يعاني من هذه الاضطرابات وما يرتبط بها من مشكلات أخرى (ابراهيم، 1998: 9)

ثالثاً أهداف البحث :

يهدف البحث تعرف العلاقة بين الاكتئاب والتشويه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة وذلك من خلال تحقيق الأهداف التالية:

1. تعرف الاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة
2. تعرف الفروق في الاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة حسب متغير الجنس
3. تعرف التشويه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة
4. تعرف الفروق في التشويه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة حسب متغير الجنس
5. تحديد العلاقة الارتباطية بين الاكتئاب والتشويه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة

رابعاً حدود الدراسة:

البعد الزمني: العام 2024

البعد المكاني: سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة

البعد البشري: عينة من موظفي سجن الناصرية الإصلاحية للأحكام الخفيفة

خامساً: التعاريف الإجرائية: الاكتئاب اجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها عينة موظفو سجن الناصرية للأحكام الخفيفة على مقياس بيك (Beck) للاكتئاب

التشويه المعرفي اجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها عينة موظفو سجن الناصرية للأحكام الخفيفة على مقياس التشوه المعرفي الذي أعده الباحث حسب نظرية Beck



الفصل الثاني (خلفية نظرية ودراسات سابقة)

أولاً: خلفية نظرية

الاكتئاب: لغة كآب: الكآبة: سوء الحال والانكسار من الحزن: كئيب يكأب كآباً واكتئب اكتئاباً: حزن واغتم وانكسر فهو كئيب وكئيب (ابن منظور ج 1: 694)

الاكتئاب: اضطراب نفسي مرضي يصحبه حالات من الاسى والضيق والقلق والحزن والإحباط يكاد يشل حركة المريض فقد لا يغادر منزله وأغلب الحالات تتطلب حجزاً وعلاجاً في مستشفيات الطب (عاشور 2017: 17)

مجموعة من الآلام النفسية والحسنية والمنغصات التي تمضي عليها الأيام والشهور فإذا عرفت أسبابه أمكن علاجه. (الأعظمي: ٢٠١٣: ٤٩)

النظريات المفسرة للاكتئاب:

النظرية البيولوجية: تؤكد النظرية البيولوجية أن الخبرات الانفعالية تؤثر على النشاط الكيميائي للدماغ وبالتالي المشاعر والأفكار والسلوك وقد تتغير تبعاً للتغيرات الكيميائية للدماغ وأن أي خلل في الخلايا العصبية يسهم في التعرض لمرض الاكتئاب.

النظرية السلوكية: تعتبر الاكتئاب ناجم عن تدني مستوى الدعم الايجابي وارتفاع مستوى الخبرات السلبية وغير السارة ويحدث الاكتئاب جراء عوامل عديدة تنخفض بموجبها تفاعلات الفرد مع البيئة المؤدية إلى نتائج إيجابية وتزداد معدلات الخبرات السلبية التي تمثل عقاباً بالنسبة له

النظرية المعرفية: تشير النظريات المعرفية أن تشوه خبرات الفشل والنجاح وتحريف الإدراك والذاكرة يؤدي إلى الاكتئاب وترى أن المكونات الرئيسية للاكتئاب:

مكونات انفعالية: عدم القدرة على الشعور بالسرور والبهجة والمرح.

مكونات دافعية: فقدان الدافعية والاعتمادية والهروب والرغبة في الموت وقلة الإرادة.

مكونات معرفية: شعور بالعجز وتكوين صورة سلبية عن الذات وتضخيم المشكلات.

مكونات جسدية: شعور بالتعب وفقدان الرغبة الجنسية وفقدان طابة الجسم والشعور بالأرق

التحليل النفسي: إن التناقض العاطفي هو الخاصية الأساسية للحياة النفسية لدى المصابين بالاكتئاب ويحدث الاكتئاب بسبب فقدان الحب سواء بالموت أو الهجر ويرى التحليل النفسي أن عوامل حدوث الاكتئاب هو تغير في علاقة المريض لموضوع الحب (الأعظمي، ٢٠١٩: ٤٨)

أسباب الاكتئاب:

أسباب اجتماعية: يرتبط الإنسان بعلاقات اجتماعية مع الأسرة والمجتمع فتؤثر بهم ويؤثرون به ومن أهم الأسباب الاجتماعية الضاغطة: الحرمان وفقدان الحب والمساندة العاطفية كفقد حبيب أو مكانة اجتماعية أو فقد كرامة الوحدة الطلاق سن العقود.

أسباب نفسية: إن الحاجات النرجسية للفرد اذا لم تشبع يصبح الفرد مهياً للإصابة بالاكتئاب ويصبح تقديره لذاته في خطر وحينئذ يكون مستعداً للقيام بأي عمل ليرغم الآخرين على الالتفات إليه وقد يلجأ إلى الذلة والمسكنة لإتمام مصادر الاشباع الخارجية على أن تكون طوع يده وكثيراً ما تنجح في محاولة التسلط على بيئته.

ومن أسباب الإصابة بالاكتئاب التوتر الانفعالي والاحباط والفشل وخيبة الأمل والشعور بالذنب والسرعة في عقاب الذات ويكون الاكتئاب على هيئة انسحاب ووجود كره وعدوان مكبوت قد يتجه نحو الذات وتظهر على شكل محاولات انتحارية.

الأسباب الوراثية: تعد الأسباب الوراثية مسؤولة عن الاكتئاب بين الأجيال المتعاقبة ولكن الأطباء يرون أن معظم الأسباب المؤدية للاكتئاب ترجع لتأثير العوامل الاجتماعية والنفسية أكثر منها وراثية.



أسباب جسمية: بعض العوامل الجسمية تقلل من قدرة بعض الناس على التكيف معها وعند تعرضهم لشدة بسيطة لا يستطيعون كإصابة بالتسمم أو اكتئاب بعد الولادة.

(أبو سعدة، ٢٠١٦: ٣٠)

يعتبر الاكتئاب مرضاً يصيب الذهن والجسد معاً وتظهر أعراض جسدية على المكتئب ولكن طبيعتها الحقيقية تختلف من شخص لآخر وتتنوع أعراض الاكتئاب فتظهر جليلة لدى البعض ومخفية لدى البعض الآخر:

تعكر المزاج: لا يعني أن كل مكتئب يعاني من تعكر مزاج وبعض الأشخاص يصابون بالقلق والبغض الآخر يتعكر مزاجهم وغالباً يكون المزاج العكر الذي يصيب المكتئب أقوى منها من الشخص المثبط أو الحزين.

القلق: اذ يستيقظ بعض الأشخاص ويسيطر عليهم مزاج قاق ويثير القلق المزاج المتعكر ويصبح أحد أهم أعراض الاكتئاب وفي حال سيطر القلق قد يصبح الفرد شرساً وحاد الطباع.

التفكير الكئيب: يتغير نمط التفكير الفكري عن الشعور بالاكتئاب فيرى العالم من منظار مختلف وتطغى السلبية على كل ما يحيط به وقد يلوم نفسه على أشياء سيئة أكثر مما يستدعي الأمر.

التوهم والهوس: في حال الاكتئاب الشديد قد يتشوه التفكير فيفقد صلته بالواقع مشكلات في القدرة والتركيز: والذاكرة عندما يستطيع المخاوف والقدرة على التفكير والتركيز

(مكينزي، ٢٠١٣: ٥)

التشويه المعرفي: التشويه مصدر شوه ورجل أشوه قبيح الوجه يقال شوه وجهه يشوه وقد شوهه الله عز وجل فهو مشوه وشاه الوجه أي تنكر وتغول (ابن منظور ج13: 508)

الفلتر الذهنية وعدم قدرة الفرد على ملاحظة النواحي الإيجابية في حياته بسبب انشغال ذهنه بفكر بسيط نسبياً (قنبي، ٢٠١٩: ١٥٣)

إن المخططات المعرفية التي تؤدي إلى التشوه المعرفي قد يؤدي بدوره إلى شعور أن الأحداث الإيجابية إلى الحظ والصدفة وليس لمجهوداته ويعزو الفشل إلى ما هو داخلي إدراك أن أحداث الحياة لا تتوقف ولا تعتمد على سلوكياته ولا يمكن ضبطها أو التحكم بها. (نوفل، ٢٠١٩: ٨٦)

يوجد العديد من أنماط التفكير الخاطئة التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي والمشاكل الحياتية والتي ركز عليها العالم أرون بيك في النظرية المعرفية:

التجريد الانتقائي: التركيز على عدة تفاصيل صغيرة أخرجت عن سياقها وتجاهل غيرها من الميزات البارزة في المواقف وتسلط الضوء على التفاصيل السلبية ووضعها تحت المجهر واستبعاد الجوانب الإيجابية لموقف ما.

التفكير الحدي: تقييم الأشياء بشكل متطرف (أبيض أو أسود) (إما جيد أو سيء) وإما الحصول على كل شيء أو خسارة كل شيء وتصنيف الأحداث والأشخاص في خانة (أما، أو) دون وجود منطقة رمادية.

الافراط في التعميم: استنتاج عام بناء على حدث معين أو دليل واحد وتطبيقها على حوادث غير مشابهة.

القفز إلى الاستنتاجات: الاستدلال التعسفي وهو استخلاص واستنتاج شيء من حالة أو حدث أو تجربة دون أن يدعمه بأدلة وحجج وقد يكون الاستنتاج مخالفاً للأدلة والشخص الذي يشوه تفكيره يستنتج الأمور السلبية دون وجود دليل يدعم استنتاجه حتى لو كانت الأدلة تشير إلى نتائج إيجابية.

وتتضمن حالتين قراءة الأفكار: أي استنباط أفكار الآخرين دون دليل.

تفكير العرافة: تمسك الفرد بتوقعاته السلبية للمستقبل وما يمكن أن تؤول إليه الأمور قبل حدوثها وأن عواقب الأمور ستكون سلبية دون امتلاك دليل على ذلك.

التهوين والتهويل: إدراك حالة أو موقع بشكل أكبر أو أقل من الواقع وتضخيم العيوب الصغيرة والتقليل من أهمية الأحداث المهمة

الشخصنة: ميل الأفراد إلى عزو الأسباب والحوادث الخارجية إلى أنفسهم وقد يدفع ذلك صاحب التفكير إلى لوم الذات والشعور بالذنب.



إلقاء اللوم: نقيض الشخصية فيلق صاحبه اللوم على الظروف الخارجية والأشخاص وتحميلهم مسؤولية الفشل.

عبارات الوجوب: يحدد الشخص قانوناً ثابتاً لما يجب أن يكون عليه الآخرين والعالم المحيط ويرفع من مستوى التوقعات عن نفسه والآخرين والعالم المحيط كأن يقول كان ينبغي فعل كذا.

التفكير الانفعالي: اعتماد الفرد على انفعالاته ومشاعره كدليل لإثبات الحقائق. (مناع وحسين وهشام، ٢٠٢١: ٤٣)

تكمّن خطورة التشوه المعرفي في اعتقاد صاحبها أنها أفكار صائبة ويبني تعامله على هذا الأساس (مناع وآخرون، ٢٠٢١: ٤٧)

ثانياً: دراسات سابقة:

1. دراسات عربية:

(العلوي: 2013) التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية، جامعة كربلاء كلية التربية للعلوم الإنسانية، قسم العلوم التربوية والنفسية، رسالة ماجستير، ص 1-245

هدفت الدراسة التعرف على التشوهات المعرفية عند طلبة المرحلة الإعدادية والفروق الإحصائية فيها تبعاً لمتغير الجنس والتخصص وكذلك التعرف على مستوى الاكتئاب عد الطلبة والفروق الإحصائية تبعاً للجنس والتخصص ولتحقيق ذلك قام الباحث بتطبيق المقاييس التشوه المعرفي والاكتئاب وقد شملت العينة المختارة 351 طالب وطالبة وتوصلت الدراسة إلى نتائج منها: يعاني طلبة المرحلة الإعدادية من تشوهات معرفية وكان لدى الإناث بدرجة أكبر من الذكور وكذلك معاناة الطلبة من الاكتئاب وكانت الإناث أكثر معاناة من الذكور وطلاب المرحلة الإعدادية يعانون من الشعور بالوحدة النفسية وتوجد فروق لصالح الإناث وأوصت الدراسة بضرورة التركيز على البرامج الإصلاحية التي تبرز مهارات التفكير الصحيح.

(القريشي: 2016) التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة المتوسطة، الجامعة المستنصرية، مجلة كلية التربية الأساسية، المجلد 22، العدد 95، ص 585-612

سعت الدراسة إلى قياس التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة المتوسطة إذ بلغت عينة الدراسة 100 طالب من طلاب الثاني متوسط وقد تبنت الباحثة مقياس التشوهات المعرفية (العلوي) القائم على نظرية بيك وبعد التأكد من صدق وثبات المقياس تم تحليل البيانات وتوصلت الدراسة أن طلاب المرحلة المتوسطة لديهم تشوهات معرفية كما أوصت الدراسة بضرورة توعية الطلبة على توسيع مداركهم والتركيز على البرامج التي تبرز أهمية البناء المعرفي

(ملحم و المطارنة: ٢٠٢٢) مستوى التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من الممرضين في الأردن، مؤتة للبحوث والدراسات المجلد السابع والثلاثون، ص ٧٧-١١٦

سعت الدراسة تعرف مستوى التشوهات المعرفية لدى الممرضين في محافظة الكرك وبلغت عينة الدراسة ٣٥٤ ممرضاً من المستشفيات الحكومية والمراكز الصحية في المحافظة، تم اعتماد المنهج المسحي الوصفي وقام الباحث بتطبيق مقياس التشوهات المعرفية المكون من ٤٢ فقرة وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها: إن درجة ممارسة التشوهات المعرفية لدى الممرضين جاءت بدرجة متوسطة وأظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التشوهات المعرفية تعزى للحالة الاجتماعية لصالح المتزوجين وأوصت الدراسة بضرورة العلاج المعرفي من خلال توضيح الأفكار الخاطئة وتصحيحها

(كنز: 2014) الاكتئاب النفسي لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات، جامعة الزاوية مجلة كلية التربية العدد الأول ديسمبر، ليبيا ص 166-185



هدفت الدراسة معرفة الاكتئاب النفسي لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات وسعت لمعرفة الفروق بين درجة الإصابة بالاكتئاب حسب بعض المتغيرات كالمؤهل العلمي والتخصص إذ اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي وشملت العينة 102 طالباً وطالبة من طلاب جامعة الزاوية وطبق الباحث مقياس الاكتئاب لبيك وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الاكتئاب وبعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة وأظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجة الإصابة بالاكتئاب حسب متغيرات الجنس والمؤهل العلمي وأوصت الدراسة ضرورة مساندة الأسر ودعمها النفسي لأبنائها لتخطي الظروف الصعبة التي تعترض الطلبة والقضاء على النظرة السلبية للأنثى ومنحها كافة حقوقها

2. دراسات أجنبية:

(Maraton&Churchard&Kutcher:1993) التشويه المعرفي لدى المراهقين المكتئبين، مركز صنيبروك للعلوم الصحية، ورقة بحث، مجلة الطب النفسي وعلم الاعصاب، المجلد 18 العدد 3، 1993 جامعة تورنتو، تورونتو، أونتاريو، ص 103

أجريت هذه الدراسة لتحديد ما إذا كان الاضطراب المعرفي يميز المراهقين المصابين بالاكتئاب عن المراهقين غير المصابين بالاكتئاب أم لا. تم تطبيق مقياس السلوك المختل، وهو مقياس للتشوه المعرفي، على ثلاث مجموعات من المراهقين: المكتئبون سريريًا؛ غير مكتئب مع اضطرابات نفسية غير ذهانية. ومجموعة غير سريرية من المراهقين الذين لا يعانون من اضطرابات نفسية. تمت إعادة إدارة المقياس لمجموعة فرعية من مرضى الاكتئاب بعد أن تعافوا سريريًا من نوبة الاكتئاب. كان لدى المراهقين المكتئبين تشويه إدراكي أكبر بكثير من المراهقين غير المصابين بالاكتئاب. وارتبط تراجع الاضطراب الاكتئابي بانخفاض كبير في التشويه المعرفي، على الرغم من أن مستوى التشويه المعرفي كان لا يزال أعلى بكثير من المعدل الطبيعي

التعليق على الدراسات السابقة:

- بعد استعراض الدراسات السابقة المتعلقة بالتشويه المعرفي والاكتئاب
1. معظم الدراسات تبنت نظرية Beck في الاكتئاب والتشويه المعرفي في بناء المقاييس
 2. أظهرت بعض الدراسات وجود علاقة بين الاكتئاب والتشويه المعرفي والقلق والامن النفسي لدى بعض الطلبة
 3. معظم الدراسات اعتمدت المنهج الوصفي الارتباطي لإيجاد العلاقة بين متغيرين
 4. اختلفت الدراسة عن الدراسات السابقة في تناولها العلاقة بين التشويه المعرفي والاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة
 5. ساعد الباحث في اعداد مقياس التشوهات المعرفية الاكتئاب
 6. تم الاستفادة من الدراسات السابقة في الطريقة والمنهج وتصميم الاستبانة وأساليب معالجة البيانات

الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته

أولاً منهج البحث:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي فقد تم دراسة كل متغير على حدا ووصفه حسب وجوده في الواقع ثم دراسة علاقته بالمتغير الآخر لدى العينة المختارة إذ قام الباحث بتطبيق مقياسين لقياس متغيرات البحث والتحقق من الصدق والثبات واستعمال الوسائل الإحصائية الملائمة للدراسة.



ثانياً إجراءات البحث:

1. مجتمع البحث وعينته:

ضم مجتمع البحث موظفو سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة وتم بشكل عشوائي من كلا الجنسين اختيار 506 موظف وموظفة (480 موظف و26 موظفة) وتم اختيار العينة بشكل عشوائي

2. أدوات البحث:

• مقياس الاكتئاب

بالاطلاع على الادبيات والاستفادة من الدراسات السابقة وبما أن الباحث تبنى نظرية بيك في مقياس التشوهات المعرفية قام الباحث بتبني مقياس بيك للاكتئاب الذي أعده (بيك، 1961) وترجمه (ابراهيم: 1998) المكون من 21 فقرة ويضم الاختبار مجموعات من العبارات حول الشعور بالحزن والهم والتشاؤم من المستقبل والشعور بالسخط وعدم الرضا والتردد في اتخاذ القرارات وفقدان الاهتمام في كل شيء مثل فقدان الرغبة الجنسية و ويتم وضع درجات مقابل كل إجابة في كل مجموعة على النحو التالي:

الإجابة أ: صفر الإجابة ب: 1 الإجابة ج: 2 الإجابة د: 3

تحتسب الدرجات في النهاية بجمع هذه النقاط فإذا كان المجموع الكلي لإجابة الشخص على مجموعات الاختبار وعددها 21 فإذا كان المجموع بين 10 و30 درجة فإن الشخص يعاني من حالة بسيطة إلى متوسطة من الاكتئاب (عاشور، 2017: 51)

الخصائص السيكومترية لمقياس بيك للاكتئاب

للتأكد من الصدق والثبات قام الباحث بتطبيق المقاييس على العينة استطلاعية
الصدق الظاهري: بغرض التحقق من صلاحية الفقرات لوصف ما وضع لقياسه قام الباحث بعرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين عددهم 8 خبراء في مجال علم النفس وقد تم اعتماد اختبار كاي مربع مقياساً لقبول الفقرات كما الاكتئاب

جدول رقم (1) اختبار كاي مربع لفقرات مقياس الاكتئاب:

قيمة مربع كاي الجدولية	قيمة مربع كاي المحسوبة	المحكمين			أرقام الفقرات	
		غير الموافقين	الموافقون	العدد		
3.84	9.8	-	8	8	1، 2، 9، 7، 20	الاكتئاب
	9.800	-	8	8	3، 8، 13، 19، 4، 17، 18	
	9.800	-		8	5، 6، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 20، 21	

من الجدول (1) يتبين أن جميع فقرات المقياس دالة احصائياً عند مستوى دلالة 0.05

صدق الاتساق الداخلي: يتم حساب صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة التي تنتمي إليها وكانت النتائج كالتالي

الجدول رقم (2) معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة التي ينتمي إليها:

الفقرات	معاملات الارتباط	الدلالة
---------	------------------	---------



0.08	*0.48	1
0.01	**0.610	2
0.02	**0.557	3
0.02	** 0.665	4
0.01	**0.647	5
0.03	**0.528	6
0.01	**0.618	7
0.01	**0.719	8
0.08	**0.541	9
0.02	**0.472	10
0.00	**0.575	11
0.00	**0.629	12
0.00	**0.552	13
0.00	**0.638	14
0.00	**0.708	15
0.00	**0.694	16
0.00	**0.656	17
0.00	**0.771	18
0.05	**0.548	19
0.08	* 0.443	20
0.01	**0.712	21

● دال احصائياً عند 0.01 ** دال احصائياً عند 0.05
يتضح من الجدول رقم (2) أن معامل الارتباط بيرسون بين فقرات مقياس الاكتئاب مع الدرجة الكلية المنتمية إليها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، (0.05)
ثبات المقياس: تم حساب معامل ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس وكانت النتيجة:
جدول رقم (3) معامل ألف كرونباخ

معامل ألفا كرونباخ	
0.722	مقياس بيك للاكتئاب

يبين الجدول رقم (3) أن معامل الثبات لمقياس الاكتئاب بلغ 0.722 وهو معامل ثبات مرتفع ومقبول

● مقياس التشوه المعرفي
بعد الاطلاع على الأدب النظري والاستفادة من بعض الأدب النظري التي تناول التشويه المعرفي تبني الباحث نظرية (Beek) وصمم مقياس للتشوهات المعرفية وتم اعداد تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الإجابة عن الفقرات دون تقييد وقام الباحث بصياغة المقياس بصورته الأولية المكون من 42 فقرة وقد راع الباحث مجال الفقرات لمقياس التشوهات المعرفية حسب نظرية بيك الخصائص السيكو مترية لمقياس التشويه المعرفي
قام الباحث بالتأكد من صدق الأداة وثبات نتائجها من خلال مجموعة من الاجراءات حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عددها 30 موظف وموظفة من خارج عينة الدراسة صدق الأداة: تعني التأكد من أن المقياس سيقاس الظاهرة التي أعدت من أجلها (عبيدات وآخرون، 2002: 179) وقام الباحث بحساب صدق الأداة بعدة طرق:



الصدق الظاهري: من أجل التعرف على صلاحية الفقرات لمقياس التشوه المعرفي والصدق الظاهري له عرض المقياس بصورته الأولية والمكون من 43 فقرة على 8 محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول فقرات المقياس للحكم على مدى ملائمته لمقياس ما أعد لأجله وفي ضوء ما قرره المحكمون تم تعديل بعض الفقرات وقد اعتمد الباحث على مقياس كاي مربع لمعرفة صلاحية الفقرات وتم الأخذ بآراء السادة المحكمين واستقر المقياس بصورته النهائية على 42 فقرة:

الجدول رقم (4) اختبار كاي مربع لفقرات مقياس التشوه المعرفي

قيمة كاي مربع الجدولية	قيمة كاي مربع المحسوبة	المحكمين		أرقام الفقرات	
		غير الموافقون	الموافقون		
3.84	3	3	12	43، 1	التشوه المعرفي
	5400	-	12	2، 3، 9، 4، 5، 6، 7، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42	

من الجدول (4) يتبين أن قيمة كاي مربع المحسوبة عند مستوى دلالة ودرجة حرية $df=1$ للفقرات 1-43 بلغت 0.290 وهي أصغر من الجدولية لذلك تم حذف الفقرتان 1-43 من المقياس أما باقي الفقرات كانت كاي مربع المحسوبة أكبر من الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 فلا داعي لحذف هذه الفقرات وتم التقيد بآراء المحكمين من إضافة وحذف وتعديل بعض الفقرات واستقرت الاستبانة بشكلها النهائي صدق الاتساق الداخلي: يتم حساب صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس ودرجة البعد الذي تنتمي إليه وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (5) معاملات ارتباط فقرات مقياس التشويه المعرفي مع الدرجة الذي تنتمي إليه:

الدالة	معامل الارتباط	الفقرات
0.02	*0.420	انا لا اؤمن بالحل الوسط في أي مشكلة او قضية
0.03	*0.414	لا شيء يجعلني سعيداً
0.00	**0.556	لا شيء يشجعني على الحياة الطبيعية
0.01	**0.582	أشعر بالقلق الدائم
0.04	*0.368	أشعر بالتوتر الدائم بس ما يصادفني من مواقف مزعجة
0.00	**0.660	أعتقد أنني سأفشل في المستقبل
0.00	**0.645	أعتقد ان المستقبل يحمل لي اشياء غير سارة
0.01	**0.583	أشعر أن الواقع غير إيجابي
0.00	**0.583	أعتقد ان المجتمع بأكمله فاسد ومنحرف
0.00	**0.543	أشعر أن الحق لا ينتصر أبداً
0.00	**0.626	سلبيات المجتمع تفوق إيجابياته
0.00	**0.577	أحكم على موافقي بشكل سلبي
0.02	**0.414	أركز على مساوئ الناس من حولي
0.01	**0.556	أتعامل بشكل سلبي مع زملائي في العمل
0.01	**0.583	إذا طلب احد مساعدتي فهذا دليل على ضعفه
0.00	**0.626	العالم الذي أعيش فيه ظالم مظلم



0.00	**0.577	لاثق بالناس من حولي
0.00	**0.558	الموظف أشقى الناس
0.00	**0.645	تحب الناس إظهار المتاعب
0.00	**0.599	الخسارة تشعرني بالنقص
0.00	**0.645	دائماً ماأحاول تعميم نتائج فشلي
0.02	*0.480	كل المواقف في حياتي متشابهة في نظري
0.00	**0.655	ألوم نفسي على أفعال الآخرين
0.00	**0.712	أبكي دائماً على نفسي
0.00	**0.703	لاحظوظ لي في الحياة
0.00	**0.623	اعتقد ان الناس يتكلمون عني بسوء
0.00	**0.688	لا أحب الأسئلة الكثيرة وأحاول تجنبها دائماً
0.00	**0.689	القوي ينتصر دائماً
0.00	**0.613	أحاسب نفسي عند النوم
0.00	**0.587	أندم على كثير من التصرفات التي قمت بها
0.00	**0.691	أندم على كلامي الذي قلته
0.00	**0.681	انا اسبب الضيق لكل من اعرفه
0.00	**0.701	اشعر ان زملائي يصابون بالملل بسببي
0.02	*0.543	أنا سبب فشل الأمور
0.01	**0.556	حاضري شيء ومستقبلي شيء
0.01	**0.626	أقتنع بطباعي
0.00	**0.569	أتسرع بالحكم على من حولي
0.00	**0.644	أكثر بالامبالاة في تعاملتي مع الغير
0.00	**0.645	أشعر أن الضحك أخره بكاء
0.00	**0.569	انفعالاتي سلبية وأفسر الواقع بناء عليها
0.00	**0.598	أصف الناس بشكل سيء
0.00	**0.566	الفشل دائماً يلاحقني

*دال احصائياً عند 0.01 ** دال احصائياً عند 0.05

يتضح من الجدول رقم (5) أن معامل الارتباط بيرسون بين فقرات المقياس مع الدرجة الكلية المنتمية إليها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.001)، (0.005)

ثبات المقياس: يعبر مفهوم ثبات المقياس على درجة التوافق والاتساق في درجات مجموعات من الأفراد عند تكرار تطبيق المقياس، ويقصد بالمقياس الثابت أن يكون متسقاً في تقدير العلاقة التحقيقية للفرد في السمة التي يقيسها وقام الباحث بالتأكد من الثبات بطريقتين:

أ- **طريقة إعادة الاختبار:** قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة من 30 موظف وموظفة اختيرت بشكل عشوائي ثم أعيد التطبيق على العينة نفسها بعد مرور عشرة أيام وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين وحساب معامل الثبات بين التطبيقين 0.77 وهو معامل ثبات جيد

ب- **معامل ألفا كرونباخ:** يعد معامل ألفا كرونباخ الشكل الأكثر شيوعاً لاختبار معامل الثبات وتتراوح قيم معامل ألف كرونباخ بين (0-1) بحيث تشير القيمة (1) إلى ارتباط مرتفع بين المتغيرات في حين أن القيمة (0) تشير إلى عدم وجود ارتباط بين المتغيرات والحد (0.6-0.7) هو الحد الأدنى المقبول لوجود الموثوقية وأن القيمة 0.70 هي الحد الأدنى لقبولها أما القيمة 0.8 فما فوق تعد قيمة جيدة (المبيضين، 2017:63) عينة الثبات مكونة من 30 موظف من موظفي سجن الناصرية للأحكام الخفيفة اختيروا بالطريقة العشوائية المتناسبة وهي نفسها عينة التحليل الإحصائي فقد تم حساب معامل ألفا كرونباخ لفقرات المقياس ككل:



الجدول رقم (6) معامل ألفا كرونباخ

أبعاد المقياس	معامل الثبات
مقياس التشوه المعرفي	0.906

يتبين من الجدول (6) أن أبعاد الاستبانة تتمتع بمعامل ثبات مرتفع بلغ 0.906 وأن معامل الثبات لجميع الفقرات.

الفصل الرابع النتائج الإحصائية والتوصيات

النتائج المتعلقة بالهدف الأول: التعرف على الاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة تم استخراج المتوسطات والانحرافات المعيارية لأفراد عينة الدراسة لمعرفة درجة الاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية للأحكام الخفيفة إذا قام الباحث بإجراء اختبار T العينة الواحدة كما في الجدول رقم (7) : جدول رقم (7) نتائج اختبار T لعينة واحدة

الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
35.7	31.5	0.390	505	97.602	1.96	0.05
5.6					دالة	

من الجدول (7) يتبين أن الوسط الحسابي لدرجات مقياس الاكتئاب بلغت 35.7 بانحراف معياري 0.390 لدى عينة الدراسة والمتوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي البالغ 31.5 وقيمة T المحسوبة أعلى من الجدولية مما يدل على وجود فروق بمستويات الاكتئاب بين أفراد عينة الدراسة من موظفي السجن الإصلاحي للأحكام الخفيفة

النتائج المتعلقة بالهدف الثاني: تعرف الفروق في الاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية حسب متغير النوع الاجتماعي

جدول رقم (8) نتائج اختبار t لعينتين مستقلتين

أفراد العينة	متغير الجنس	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
480	ذكور	34.506	31.5	0.336	504	12.633	1.96	0.05
26	إناث	52.584		0.406				

من الجدول (8) يتبين أن الوسط الحسابي للذكور بلغ 34.506 بانحراف معياري 0.336 والمتوسط الحسابي للإناث بلغ 52.584 بانحراف معياري 0.406 وظهرت القيمة التائية الجدولية 12.633 وهي أكبر من الجدولية مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق في الاكتئاب حسب متغير الجنس ولصالح الإناث ويمكن تفسير ذلك الناس في الحياة المعاصرة تعاني من الاكتئاب بصورة أكبر كما النساء أكثر عرضة للاكتئاب فقد أظهرت الأبحاث العلمية أن الأسباب هو ما يتعلق بإيديولوجية ووراثية وتشمل التغيرات الهرمونية المصاحبة لحالات المرأة من حمل ونفاس وسن اليأس وضغوط العائلة والوظيفة والضغوط الاجتماعية

النتائج المتعلقة بالهدف الثالث: التعرف على التشويه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة .

الجدول رقم (9) نتائج اختبار t لعينة واحدة

العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
5.6	140.35	132.5	10.23	505	13.5	1.96	0.05
						دالة	



تبين من الجدول (9) وبعد تطبيق مقياس التشوه المعرفي أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات التشوهات المعرفية لدى موظفي السجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة 140.35 بانحراف معياري 10.23 ومع مقارنته للوسط الفرضي البالغ 132.5 تبين أنه أكبر من الوسط الفرضي وللتحقق أن الفرق دال احصائياً أظهرت اختبار العينة الواحدة t أن الفرق دال احصائياً وبلغت القيمة المحسوبة 13.5 وهي أكبر من الجدولية 1.96 مما يدل على وجود التشوهات المعرفية لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة حيث أن التشوهات المعرفية حسب نظرية بيك تعود للفكر الذي يلعب دوراً في تشكيل الانفعال والشخص الذي تدرب على أن يرصد أفكاره ويمسك بها بمقدوره أن يلاحظ أن تفسيره للموقف يسبق استجابته الانفعالي أن نفس الظروف قد تحدث حزناً في أحد الأشخاص وقلقاً في شخص آخر وغضباً في شخص ثالث وإن ظرفاً قد تبدو مشابهة ولكن تترك تأثيراً مختلفاً عند كل شخص حسب الأنماط المعتادة في تصور صنوف معينة والحالة النفسية فظرف واحد قد يؤدي إلى انفعالات مختلفة

النتائج المتعلقة بالهدف الرابع : تعرف الفروق في التشوه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية حسب متغيري الجنس .لمعرفة الفروق في درجة الاكتئاب بين أفراد العينة حسب متغير الجنس (ذكر-أنثى) قام الباحث بإجراء اختبار t لعينتين مستقلتين وكانت النتائج كما في الجدول (10):

أفراد العينة	الجنس	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة 0.05
480	ذكور	34.506	31.5	0.336	504	12.633	1.96	دالة
26	اناث	52.584		0.406				

الجدول (10) يظهر نتائج تحليل اختبار T لعينتين المستقلتين أن الوسط الحسابي للذكور 133.2 بانحراف معياري 0.559 والوسط الحسابي للإناث 139.5 بانحراف معياري 0.886 مما يدل على وجود فروق بين استجابات أفراد العينة على مقياس التشوه المعرفي ولدى مقارنة قيمة t المحسوبة (3.75) مع الجدولية 1.96 وجد أنها ذات دلالة مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في التشوهات المعرفية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث ويمكن تفسير ذلك إلى طبيعة البيئة العراقية ومحدودية وتقيد خروج الإناث مقارنة بالذكور وقلة ارتيادها مصادر المعرفة وبالتالي تتشكل لديهن مفاهيم معرفية مشوهة مقارنة بالذكور

النتائج المتعلقة بالهدف الخامس: تعرف العلاقة بين التشوه المعرفي والاكتئاب لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة:

لمعرفة وجود علاقة بين المتغيرين تم استخراج معامل الارتباط بيرسون بين التشوه المعرفي والاكتئاب وكما استخراج معامل التحديد لمعرفة وجود علاقة الأثر :

الاكتئاب	معامل الارتباط	معامل التحديد	المعنوية
التشوه المعرفي	0.79	0.621	0.00

يتبين من الجدول السابق رقم (11) بلغ معامل الارتباط 0.79 بمستوى معنوية 0.00 أصغر من 0.05 مما يدل على وجود ارتباط قوي وموجب بين الاكتئاب والتشوه المعرفي إذ أن التشوه المعرفي له دوراً هاماً في حدوث الاكتئاب والعكس صحيح كما أظهر معامل التحديد أن 62.1% من حالات الاكتئاب لدى العينة المدروسة تعود للتشوه المعرفي والنسبة الباقية ترجع لعوامل أخرى وبالتالي يوجد علاقة أثر التشوه المعرفي على حدوث الاكتئاب

إذ أنه هناك علاقة ارتباطية بين المعرفة والانفعال والسلوك وأقرت دراسات أن بعض الأفراد تعلموا من الخبرات المبكرة في حياتهم أن يستجيبوا بطريقة معينة لبعض أشكال فقدان أو الأحداث الضاغطة عن طريق تنشيط مجموعة من الأفكار تدعى بالثالوث المعرفي والذي يتكون من النظرة السلبية للذات والعالم والمستقبل وإن المخططات المعرفية التي تؤدي إلى التشوه المعرفي الذي بدوره يؤدي للاكتئاب وهذا يتفق مع دراسة (العلوي: 2013) الذي أثبت وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الاكتئاب والتشويه المعرفي



والوحدة النفسية لدى طلبة الإعدادية ودراسة فارسي:2015) التي أظهرت وجود علاقة بين الاكتئاب والخلل لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي الاستنتاجات:

- إن موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة يعانون من الاكتئاب والإناث أكثر اكتئاباً من الذكور
- إن موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة يعانون من التشوهات المعرفية وإن الإناث لديهن تشوهات معرفية أكثر من الذكور
- توجد علاقة ارتباطية بين الاكتئاب والتشويه المعرفي لدى موظفي سجن الناصرية الإصلاحي وأظهرت النتائج أن 62.7% من حالات الاكتئاب تعود للتشويه المعرفي

التوصيات:

- التأكيد على العلاج المعرفي وتصحيح المفاهيم المعرفية الخاطئة لدى الموظفين من خلال عقد دورات تدريبية والعمل على استبدال الافكار المشوهة بأفكار صحيحة
 - العمل على تشجيع مهارات التفكير السليم
 - العمل على دعم البرامج الموجهة للمرأة وتفعيل مشاركتها في الندوات المعرفية
 - العمل على التأكيد على دور الإعلام في نشر لطريقة التفكير بين الافراد والتوجيه لتعلم طرق جديدة لحل المشكلات
 - زيادة الحوافز المادية والمعنوية وزيادة العلاقات بين الزملاء في العمل من خلال الأعمال المشتركة
 - مراعاة طبيعية المرأة وتخفيف ضغوطات العمل وتشجيع النشاطات الترفيهية والخروج الجماعي في رحلات أو حفلات جماعية
- المقترحات: استكمالاً لموضوع البحث يقترح البحث:

- القيام بدراسات تركز على التشوهات المعرفية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى الموظفين
- القيام بدراسات عن الاكتئاب عند المرأة وآثاره النفسية والاجتماعية والتربوية وسبل التخفيف منه

المراجع والمصادر:

أولاً المراجع العربية

- ابراهيم، عبد الستار (1998) الاكتئاب، اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- ابن منظور، أبو الفضل جمال الدين بن مكرم (2005) لسان العرب، دار صادر، بيروت المجلد 4-5 .
- أبو سعدة، أحمد سعد مسعود (٢٠١٦) معاملة المراهق وأثرها على جوانب الشخصية (وجداني معرفي _ سلوكي)، مؤسسة حورس الدولية.
- أحمد، عطية سليمان (2014) في علم اللغة النفسي نمو الدلالة وتكوين المفاهيم الأكاديمية الحديثة للكتاب الجامعي، القاهرة.
- اسماعيل، بشرى (2004) ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية، الأنجلو المصرية .
- بيك أرون، (2017) العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة عادل مصطفى، دار هندواي المملكة المتحدة .
- سرحان، وليد. الخطيب، جمال. حباشنة، محمد (2008) الاكتئاب، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، عمان.
- عاشور، ثائر، (2017) الاكتئاب (أسبابه أعراضه-أنواعه-طرق علاجه)، دار الخليج للنشر والتوزيع .
- عطية، محمود (٢٠١٠) ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها، الأنجلو المصرية.
- غانم، محمد حسن (2014) الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية، الأنجلو المصرية .



- قنبي، إياد (٢٠١٩)، حسن الظن بالله، مؤسسة بداية للنشر والتوزيع.
- مكنزي، كوام (٢٠١٣) الاكتئاب، ترجمة زينب منعم، مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية.
- مناع، فريد. أحمد، محمد حسين وآخرون (٢٠٢١) التفكير التفاولي، دار نبراس للنشر والتوزيع.
- نوفل، فاطمة، (٢٠١٩) الاكتئاب، الأنجلو المصرية.
- ثانياً المراجع الاجنبية
- Barrige ,A.(2000)K Cognitive, distortions and problem behaviors in adolescents .criminal justice and behavior 27(1) 36-56.
- Beck.T.A(1970)depression ,cause and treatment, university of Pennsylvania press,.

الملاحق

الملحق(1) مقياس التشوه المعرفي قبل التعديل بناء على رأي الخبراء

م/استبانة آراء الخبراء

الأستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة:

يروم الباحث اجراء بحثه الموسوم ب(التشوه المعرفي وعلاقته بالاكتئاب دراسة على عينة من موظفي سجن الناصرية الإصلاحي للأحكام الخفيفة) ومن متطلبات اجراء الدراسة بناء مقياس التشوهات المعرفية وقد تبني الباحث نظرية بيك للتشوهات المعرفية وتبنت تعريفه الذي يعبر عن وجهات النظر المشوهة والإدراك السلبي للمحيط

ونظراً لما تتمتعون به من آراء علمية وخبرة في المجال التربوي يرجى التفضل ببيان رأيكم في صلاحية الفقرات وكتابة ملاحظاتكم القيمة للفقرات لإخراج أداة القياس بالصورة الموضوعية المطلوبة

ولكم فائق الشكر

الفقرات	صالحة	غير صالحة	بحاجة لتعديل
استدلال اعتباطي			
لاأؤمن بالحل الوسط			
سأعيش حياتي برغبتي			
لا شيء يجعلني سعيد			
أشعر بالقلق الدائم			
لا أرى أي موقف يشجعني عل الحياة الطبيعية			
أشعر بالتوتر الدائم بس المواقف المزعجة			
أعتقد أنني سأفشل في المستقبل			
أعتقد ان المستقبل يحمل لي اشياء غير سارة			



التجريد الانتقائي			الواقع بالنسبة لي غير ايجابي
			اعتقد ان المجتمع بأكمله فاسد ومنحرف
			أعتقد أن الحق لا ينتصر ابدا
			سلبيات المجتمع كثيرة تفوق الايجابيات
			أحكم على موافقي بشكل سلبي
			أركز على مساوئ الناس
			دائماً أتذكر الخبرات السيئة في حياتي
			أتعامل بشكل سلبي مع زملائي في العمل
			إذا طلب احد مساعدتي فهذا دليل على ضعفه
			العالم الذي أعيشه ظالم ومظلم
التعميم الزائد			لا أثق بالناس من حولي
			الموظف أشقى الناس
			تحب الناس إظهار المتاعب
			الخسارة تشعرني بالنقص
			دائماً ماأحاول تعميم نتائج فشلي
			كل المواقف في حياتي متشابهة في نظري
			ألوم نفسي على أفعال الآخرين
			أبكي دائماً على نفسي
			لاحظوظ لي في الحياة
			اعتقد ان الناس يتكلمون عني بسوء
لوم الذات			لا أحب الأسئلة الكثيرة وأحاول تجنبها دائماً
			القوي ينتصر دائماً
			أحاسب نفسي عند النوم
			أندم على كثير من التصرفات التي قمت بها
			أندم على كلامي الذي قلته
			انا اسبب الضيق لكل من اعرفه
			اشعر ان زملائي يصابون بالملل بسببي



			أنا سبب فشل الأمور	
			حاضري سيء ومستقبلي سيء	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية
			أقتنع بطباعي	
			أتسرع بالحكم على من حولي	
			أكثر بالامبالاة في تعاملتي مع الغير	
			أشعر أن الضحك أخره بكاء	
			انفعالاتي سلبية وأفسر الواقع بناء عليها	
			أصف الناس بشكل سيء	
			واقعي متعب	

مقياس التشويه المعرفي بعد الالتزام بأراء المحكمين:

الفقرات	موافق بشدة	موافق	ارفض بشدة	ارفض
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				



19	تحب الناس إظهار المتاعب			
20	الخسارة تشعرني بالنقص			
21	دائماً ماأحاول تعميم نتائج فشلي			
22	كل المواقف في حياتي متشابهة في نظري			
23	ألوم نفسي على أفعال الآخرين			
24	أبكي دائماً على نفسي			
25	لاحظو ظلي في الحياة			
26	اعتقد ان الناس يتكلمون عني بسوء			
27	لا أحب الأسئلة الكثيرة وأحاول تجنبها دائماً			
28	القوي ينتصر دائماً			
29	أحاسب نفسي عند النوم			
30	أندم على كثير من التصرفات التي قمت بها			
31	أندم على كلامي الذي قلته			
32	انا اسبب الضيق لكل من اعرفه			
33	اشعر ان زملائي يصابون بالملل بسببي			
34	أنا سبب فشل الأمور			
35	حاضري شيء ومستقبلي شيء			
36	أقتنع بطباعي			
37	أتسرع بالحكم على من حولي			
38	أكثر بالامبالاة في تعاملتي مع الغير			
39	أشعر أن الضحك أخره بكاء			
40	انفعالاتي سلبية وأفسر الواقع بناء عليها			
41	أصف الناس بشكل سيء			
42	الفشل دائماً يلاحقني			

مقياس الاكتئاب بصيغته الاولى والنهائية

أخي الموظف /أخي الموظفة

أشكرك على وقتك الذي ستقضيه في ملء هذه الاستمارة

إليك مجموعة من العبارات تصف مشاعر مختلفة وهذه العبارات وضعت على شكل مجموعات اختار منها العبارة التي تناسب مشاعرك وضع علامة أمام العبارة المختارة الرجاء قراءة كل مجموعة بأكملها قبل اختيار العبارة المناسبة:

1. أ. لا أشعر بالحزن

ب. أشعر بالحزن

ج. لقد كنت حزينا لفترة من الوقت ولن أتخلى عن هذه الحالة

د. أنا حزين جداً وغير سعيد لدرجة أنني لا أستطيع تحمل هذا الوضع

2. أ. ولا أشعر أن عزيمتي ستضعف في المستقبل

ب. أشعر بالضعف تجاه المستقبل

ج. أشعر أنه لا يوجد شيء أتطلع إليه في المستقبل

د. أشعر أن المستقبل ميؤوس منه، وأنه لا توجد طريقة لتحسن الأمور



3. أ. لا أشعر بالفشل
- ب. أشعر وكأنني فشلت أكثر من الشخص العادي
- ج. عندما أنظر إلى حياتي الماضية، كل ما أراه هو الكثير من الفشل
- د. أشعر بالفشل التام
4. أ. ما زلت أستمتع بالأشياء بقدر ما كنت أفعلها من قبل
- ب. لا أستمتع بالأشياء بقدر ما كنت أفعلها من قبل
- ج. لم أجد المتعة المناسبة في أي شيء حتى الآن
- د. أشعر بعدم الرضا والملل من كل شيء
5. أ. لا أشعر بالذنب بشكل خاص
- ب. أشعر بالذنب لفترات طويلة من الزمن
- ج. أشعر بالذنب التام في معظم الأوقات
- دكتور.. أشعر بالذنب طوال الوقت
3. أ. لا أشعر أنني أعاقب
- ب. أشعر وكأنني قد أعاقب
- ج. أتوقع أن أعاقب
- د. أشعر أنني أعاقب الآن
4. أ. لا أشعر بأنني شعرت بخيبة أمل في نفسي
- ب. أشعر أن أملتي قد خاب في نفسي
- ج. أشعر بالاشمئزاز من نفسي
- دكتور.. أنا أكره نفسي
3. أ. لا أشعر أنني أسوأ من أي شخص آخر
4. ب. أنتقد نفسي بسبب نقاط ضعفي أو أخطائي
5. ج. ألوم نفسي طوال الوقت على أخطائي
6. د. ألوم نفسي على كل شيء سيء يحدث
7. 3. أ. ليس لدي أي أفكار للتخلي عن حياتي
8. ب. تراودني أفكار بشأن التخلص من حياتي، لكنني لن أنفذها
9. ج. أريد أن أقتل نفسي
10. دكتور.. لو أتحت لي فرصة الانتحار لفعلت ذلك
11. أ. لا ابكي أكثر من المعتاد
- ب. ابكي الان أكثر مما تعودت
- ج. ابكي الان طوال الوقت
- د. تعودت ان أكون قادراً على البكاء، إما الآن فلا استطيع البكاء حتى لو أردت ذلك
12. أ. لست مستثراً أكثر مما كنت دائماً
- ب. أصبحت منزعاً أو مستثراً بسهولة أكثر مما كنت معتاداً
- ج. أشعر بأنني مستثراً طوال الوقت
- د. لا تثيرني بالمرّة الأشياء التي تعودت ان تثيرني
13. أ. لم أفقد الاهتمام بالآخرين
- ب. انني اقل اهتماماً بالآخرين بالمقارنة بما كنت عليه فيما مضى
- ج. فقدت معظم اهتمامي بالآخرين
- د. فقدت كل اهتمامي بالآخرين
14. أ. اتخذت القرارات بنفس الكفاءة التي كنت اصدرها بها
- ب. أقوم بتأجيل القرارات أكثر مما تعودت
- ج. أجد في اتخاذ القرارات صعوبة أكبر مما كنت اجد من قبل



- د. لم اعد استطيع اتخاذ القرارات
15. أ. لا اشعر انني ابدو اسوأ مما كنت
ب. انا قلق لأنني ابدو اكبر سناً أو أقل جاذبية
ج. اشعر ان هناك تغيرات دائمة في مظهري تجعلني ابدو غير جذاب
د. اعتقد انني ابدو قبيحاً
16. أ. استطيع ان اعمل بنفس الكفاءة التي كنت اعمل بها من قبل
ب. اشعر ان البدء في عمل أي شيء اصبح يتطلب مني جهداً اضافياً
ج. اضطر الى أن أضغط على نفسي بشدة كي اعمل أي شيء
د. لا استطيع القيام بأي عمل على وجه الإطلاق
17. أ. أستطيع النوم كما اعتدت
ب. لا أنام جيداً كما اعتدت
ج. أستيقظ مبكراً عن الموعد المعتاد بساعة أو ساعتين، ثم أجد صعوبة في العودة إلى النوم
د. أستيقظ أبكر من المعتاد بعدة ساعات، ثم لا أستطيع العودة للنوم مرة أخرى
18. أ. لا أشعر بالتعب أكثر من المعتاد
ب. أشعر بالتعب بسرعة أكبر من المعتاد
ج. أشعر بالتعب من القيام بأي عمل تقريباً
د. أشعر بالإرهاق الشديد لدرجة أنني لا أستطيع القيام بأي عمل
19. أ. شهيتي ليست أسوأ من المعتاد
ب. لم تعد شهيتي جيدة كما كانت من قبل
ج. أصبحت شهيتي الآن أسوأ بكثير مما كانت عليه
د. لم تعد لدي شهية على الإطلاق
20. أ. لم أفقد وزني مؤخراً
ب. خسرت أكثر من 2 كيلو جرام من وزني
ج. خسرت أكثر من 5 كيلو جرام من وزني
د. لست مهتماً بصحتي أكثر من المعتاد
21. أ. أنا قلق بشأن المشاكل الصحية مثل الأوجاع أو الآلام أو اضطراب المعدة أو الإمساك
ب. أشعر بالانشغال الشديد بالمشاكل الصعبة، ويصعب علي أن أفكر في أي شيء
ج. شيء آخر
د. أشعر أن عقلي منشغل بمشاكلي الصحية لدرجة أنني لا أستطيع ذلك
لا تفكر في أي شيء آخر
22. أ. لم ألاحظ أي تغيير في اهتمامي بالجنس في الآونة الأخيرة
ب. أنا أقل اهتماماً بالجنس مما كنت عليه من قبل
ج. أنا أهتم كثيراً الآن
د. فقدت الاهتمام بالجنس تماماً