



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
هيئة البحث العلمي  
مركز البحوث النفسية

# مجلة العلوم النفسية

مجلة علمية فصلية محكمة معتمدة  
تصدر عن مركز البحوث النفسية

حاصلة على الاعتمادية  
رقم الإيداع 614 / 1994  
الرمز الدولي 1790 – 1816

المجلد ( 37 ) - العدد ( 1 )



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
مركز البحوث النفسية

مجلة

# العلوم النفسية

مجلة علمية فصلية محكمة معتمدة تصدر عن مركز  
البحوث النفسية

المجلد : 37 العدد : 1

ISSN : 1816 - 1790

رقم الايداع : 614 / 1994

الرمز الدولي: 1816-1790

اذار / 2026





مجلة العلوم النفسية  
مجلة علمية فصلية محكمة

رئيس التحرير/ أ.د. خليل ابراهيم رسول

مدير التحرير/ أ.م.د. علا حسين علوان

أعضاء هيئة التحرير

الاسم	مكان العمل	البلد
أ.د. كامل علوان الزبيدي	جامعة بغداد / كلية الآداب / أستاذ متمرس (متقاعد) / علم النفس – صحة نفسية	العراق
أ.د. يوسف حمه صالح مصطفى	جامعة صلاح الدين / كلية الآداب – أربيل / علم النفس العام	العراق
أ.د. صفاء طارق حبيب	جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد / قسم العلوم التربوية والنفسية / قياس وتقويم	العراق
أ.د. اسامة حامد محمد	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية/ علم النفس التربوي / قياس وتقويم	العراق
أ.د. مهند عبدالستار النعيمي	جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية / قياس وتقويم	العراق
أ.د. حيدر جليل عباس	الجامعة المستنصرية / التربية الاساسية / العلوم التربوية والنفسية / قياس وتقويم	العراق
أ.د. سيف محمد رديف	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ هيئة البحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق

العراق	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / هيئة البحث العلمي / مركز البحوث النفسية	أ.د. بشرى عبد الحسين محميد
مصر	جامعة الاسكندرية / كلية التربية	أ.د. محمد حبشي حسين
مصر	كلية الدراسات العليا للتربية / المركز القومي لأصول التربية / التربية وعلم النفس	أ.د. عصام توفيق قمر
العراق	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي // هيئة البحث العلمي / مركز البحوث النفسية / علم النفس العام	أ.م.د. بيداء هاشم جميل
العراق	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية / هيئة البحث العلمي / الشخصية والصحة النفسية	أ.م.د. براء محمد حسن
العراق	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / هيئة البحث العلمي / علم النفس العام	أ.م.د. هناء مزعل حسين الذهبي
العراق	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / هيئة البحث العلمي / علم النفس العام	أ.م.د. بشرى عثمان احمد
الجزائر	جامعة الشلف / كلية العلوم الانسانية والاجتماعية / علم النفس العام	أ.م.د. صباح عايش بنت محمد
السعودية	جامعة القصيم / الحدود الشمالية / كلية التربية / قسم التربية والاحتياجات الخاصة	أ.م.د. مقبل بن عايد خليف العنزى

## مجلة العلوم النفسية

مجلة علمية فصلية محكمة معتمدة متخصصة تصدر عن مركز البحوث النفسية

جمهورية العراق

قسيمة اشترك

أرجو قبول اشتراكي في مجلة العلوم النفسية :

لمدة ( ) سنة ابتداءً من .....

الأسم : .....

العنوان : .....

قيمة الاشتراك : .....

طريقة الدفع :- نقداً ( ) شيك ( ) حوالة بريدية ( )

رقم: / / تاريخ

التوقيع : ..... : التاريخ .....

الأفراد: (150.000) الف دينار عراقي داخل العراق	قيمة
(100) \$ او ما يعادلها خارج العراق	الأشتراك
للمؤسسات أو المؤتمرات : (125.000) الف دينار عراقي داخل العراق	لعدد واحد
(96) \$ او ما يعادلها خارج العراق	

## شروط النشر في المجلة

1. تنشر المجلة الأبحاث والدراسات الاكاديمية القيمة والاصيلة باللغتين العربية والإنكليزية في حقل مجالات اهتمام المجلة نفسياً وتربوياً ، والتي لم تقبل أو تنشر سابقاً ، ويتحمل الباحث المسؤولية القانونية في كل القضايا المتعلقة بالأمانة العلمية اذا كان بحثه منشور أو قدم للنشر.
2. يخضع كل بحث مقدم للنشر في المجلة الى الاستلال الالكتروني على أن لا يزيد درجة الاستلال عن (20%).
3. يقدم الباحث المقبول بحثه للنشر في المجلة تعهد خطي بعدم نشر بحثه في مجلة أخرى أو حصوله على قبول نشر مسبقاً.
4. يقدم البحث مطبوعاً على نظام (word 2007) مع اسم الباحث واللقب العلمي والاختصاص واسم الجامعة والكلية في بداية الصفحة الأولى للبحث باللغتين مع خلاصة للبحث باللغتين العربية والإنكليزية مثبت فيها عنوان البحث واسم الباحث ومكان عمله على ان لا تزيد عن (250) كلمة
5. تكتب الكلمات المفتاحية باللغتين العربية والإنكليزية في نهاية الملخصين العربي والإنكليزي.
6. يجب أن لا تتجاوز عدد صفحات البحث المقدم للنشر في المجلة أكثر من (25) صفحة فقط بما فيها الجداول والاشكال والملاحق ، وبخلافه يتحمل الباحث مبلغاً اضافياً مقداره ( 2000 ) الفين دينار عن كل صفحة إضافية ، ولا يتجاوز البحث بعد الزيادة الـ (35) صفحة بكل الأحوال.

7. موافقة اثنين من المحكمين المختصين الذين يقومون بالبحث قبل نشره  
بالأضافة الى تقويم البحث من ناحية اللغة العربية والإنكليزية.

8. يراعى في كتابة البحث الاتي:

أ- الأصول العلمية في كتابة البحث من حيث الدقة في التوثيق والأمانة  
العلمية في العرض.

ب- يقدم البحث بنسختين مطبوعة على ورق ابيض (A4) وعلى جهة  
واحدة من الورق مع قرص (CD) وبالمواصفات الاتية.

- الحاشية العليا 4.50 سم.

- الحاشية السفلى 4,50 سم.

- الحاشية اليمنى 3,75 سم.

- الحاشية اليسرى 3,75 سم.

- يكون الخط المستخدم نوع (Arial) ، حجم الخط (14) بالنسبة  
للمتن و (12) للجداول.

- تحتوي كل صفحة على (22) سطر فقط وفقاً لبرنامج التنضيد.

- يكون التباعد بين الاسطر للصفحة الواحدة (1,15).

- تكون الاشكال والجداول واضحة وتستخدم فيها الأرقام باللغة  
الإنكليزية والنظام العالمي للوحدات.

- في حالة وجود صور او رسوم ضرورة ان تكون بصيغة png أو  
.jpg

- يكون البحث خالي من الأخطاء اللغوية والنحوية ولا تتحمل المجلة  
مسؤولية ذلك.

لا تستعمل الهوامش في اسفل الصفحات وإنما يشار رقمياً الى  
المصادر حسب موضوعها في نهاية البحث من خلال ذكر اسم

الباحث والسنة وعنوان البحث وتكتب بأسلوب الـ ( APA ) الإصدار السابع.

- يلتزم الباحث بدفع مبلغ قدره (150000) مائة وخمسون الف دينار عراقي لا غير من داخل العراق و (100) دولار امريكي من خارج العراق.

- يلتزم الباحث بالتعليمات المؤشرة من الخبراء ، ويعيد الباحث النسخة الاصلية للمجلة مع نسخة جديدة ورقية أخرى مصححة.

- لاتعاد البحوث الى أصحابها قبلت أم لم تقبل للنشر.

- لا يزود الباحث بكتاب قبول النشر ، الا بعد التزامه بالتعليمات أعلاه وتسليم النسخ الورقية كافة.

- المجلة غير مسؤولة عن نشر الأبحاث بعد مرور (90) يوم من دون مراجعة الباحث للمجلة والتزامه بالتعليمات كافة.

9- تحتفظ المجلة بحقها في أن تحذف أو تعيد صياغة بعض الكلمات أو الجمل بما يتلائم مع أسلوبها في النشر.

10- تنتقل حقوق نشر البحث الى المجلة حال اشعار الباحث بقبول بحثه للنشر.

## مجالات اهتمام المجلة



1. البحوث والدراسات في مجالات العلوم التربوية والنفسية بفروعها المختلفة والطب النفسي، و الباراسايكولوجي .
2. المؤتمرات والندوات العلمية الوطنية والعربية والعالمية التي تعقد حول التخصصات في الفقرة المذكورة اعلاه
3. نشاطات وفعاليات المركز والمؤسسات الاخرى التي تهتم بالمجالات  
- الواردة في الفقرة (1) .

(( في هذا العدد ))

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
1.	النزعة نحو الإنتحار لدى طلبة الجامعة	أ.د. حوراء محمد علي المبرقع أ.م.د ميس محمد كاظم أ.د بشرى عبد الحسين حميد أ.د. سيف محمد رديف أ.م.د هناء مزعل حسين	34-1
2.	تصاميم أواني الأطفال وعلاقتها بتناول وجبتهم اليومية وبعض سلوكياتهم الغذائية في الروضة	أ.د. أمل داوود سليم أ. م.د. شيماء حارث محمد	64-35
3.	إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بأنماط التعلق غير الآمن لدى طلبة الجامعة	أ.م. د عماد عبد الامير نصيف	108-65
4.	أثر برنامج إرشادي قائم على دحض الافكار في خفض اكمال الذات الرمزي لدى طالبات الجامعة	أ.م.د. وسام عماد عبد الغني الشمري	150-109
5.	دور الاسرة في الحد من التطرف الفكري	أ.م.د وفاء صبر نزال	170-151
6.	بناء وتقنين اختبار الاستدلال التماثلي لاطفال الروضة وفقا للنظرية الكلاسيكية	أ.م.د. ياسمين طه ابراهيم	194-171
7.	تطور العنف الإلكتروني وعلاقته بالحاجة للقوة الاجتماعية عند طلبة المرحلة الثانوية	أ.م.د. قيس حميد فرحان	226-195
8.	الامن النفسي لامهات أطفال الروضة	ا.م. د.عزه عبدالرزاق حسين	254-227

298-255	م.د. دعاء عبد الرزاق اكريم المحنة	التمكين الإداري لدى مديرات رياض الأطفال ودوره في تطبيق إدارة الجودة الشاملة	9.
322-299	م. د. ريام محمد داود م.م. سرور فائق عبد	التشارك المعرفي وعلاقته بالنزعة نحو الكمال لدى طالبات قسم رياض الاطفال	10
344-323	م. حنان يوسف موسى أ.م. د علي سعد كاظم	نمط الشخصية (D) كمسار وسيط في العلاقة الارتباطية بين أسلوب التربية السلطوية وأعراض الوسواس القهري لدى طلبة الجامعات الماليزية	11
374-345	م. لقاء محمد صالح مرعي أ.د. نبيل عبد العزيز عبد الكريم	قياس الاتصال الإقناعي لدى طلبة الجامعة	12
402-375	م.م رسل محمود شنيح	الطلاقة الفكرية لدى طلبة الجامعة	13
434-403	م. م . بيداء مراد عيفان م . د . مواهب عماد محمد مهدي	فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة	14



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
هيئة البحث العلمي  
مركز البحوث النفسية

## وحدة مجلة العلوم النفسية

ملاحظة...

الافكار الواردة في البحوث والدراسات المنشورة تُعبر عن  
آراء أصحابها وليس بالضرورة عن رأي المجلة .

المراسلات

توجه جميع المراسلات الى رئيس التحرير على العنوان التالي:

مجلة العلوم النفسية - مركز البحوث النفسية

ص.ب. 47041 جادرية - بغداد - العراق

هـ 07833304447

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق

**614 لعام 1994**

بغداد - العراق





فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة

م. د. د. مواهب عماد محمد مهدي  
جامعة بغداد / كلية الآداب  
إرشاد نفسي

[Mwahb714@gmail.com](mailto:Mwahb714@gmail.com)

07714656552

م. م. بيداء مراد عيفان  
وزارة التربية  
إرشاد نفسي

[Baidaamurad22@gmail.com](mailto:Baidaamurad22@gmail.com)

07775890512

المستخلص :

يهدف البحث الحالي إلى بناء برنامج إرشادي قائم على العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، و التعرف على فاعلية العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الآتية :

1. لا يوجد فرق ذي دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات افراد المجموعة التجريبية على وفق العلاج بالمعنى في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التشوهات المعرفية عند مستوى دلالة (0.05)
2. لا توجد فاعلية للعلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، اذ ان المجموعة التجريبية والضابطة يساوي أو اكبر من نسبة بلاك المعدلة والبالغة (1.2).

ولتحقيق اهداف البحث تم تبني مقياس التشوهات المعرفية للباحث العلوي (2013) ، ووضع امام كل فقرة (4) بدائل متدرجة للإجابة (4. دائماً، 3. غالباً، 2. نادراً، 1. ابدا يعطى لها عند التصحيح (1.2.3.4) على التوالي، وطبق المقياس على عينة بلغت (100) طالبة من طالبات ثانوية المروج الخضراء للبنات اختيرت بالأسلوب الطبقي العشوائي، وجرى التحقق من صدق المقياس بمؤشري الصدق الظاهري وصدق المحتوى ، وتم التحقق من ثبات المقياس باستعمال معادلة الفا لكرونباخ للمقياس ككل، وكانت قيمة معامل الثبات جيدة .

جرى بناء البرنامج الارشادي للعلاج بالمعنى، واعتمد المنهج التجريبي، حيث وزعت الباحثة الطالبات على المجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (7) طالبات في كل مجموعة اعدت الباحثة (8) جلسات إرشادية للبرنامج طبقت لمدة اربعة اسابيع ، بواقع جلستين أسبوعياً، ومعدل زمن الجلسة الواحدة (45-60) دقيقة .



وقد اظهرت النتائج فاعلية الاسلوب العلاجي الارشادي في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات التشوهات المعرفية بين المجموعتين التجريبيية والضابطة للاختبار البعدي وعنداجراء المقارنات تبين وجود فروق لصالح المجموعة التجريبيية .

الكلمات المفتاحية: العلاج بالمعنى ، التشوهات المعرفية ، طالبات المرحلة المتوسطة .



**The effectiveness of counsel program based on meaning therapy in reducing cognitive distortions among intermediate School Student**

**Dr. Mawaheb Emad  
Mohammed Mahdi  
University of Baghdad / College  
of Arts**

**Psychological Counseling  
[drmwahb703@gmail.com](mailto:drmwahb703@gmail.com)**

**Assistant Lecturer  
Baidaa Murad Aifan  
Ministry of Education**

**Psychological Counseling  
[Baidaamurad22@gmail.com](mailto:Baidaamurad22@gmail.com)**

**Abstract:**

The current study aims to develop a counsel program based on meaning-therapy to reduce cognitive distortions among intermediate school students, and to identify the effectiveness of meaning therapy in reducing cognitive distortions among intermediate school students by testing the following null hypotheses:

1. There is no statistically significant difference between the mean ranks of the experimental group's scores on the pre- and post-tests of the cognitive distortions scale at (0.05) the significance level
2. of meaning therapy is ineffective in reducing cognitive distortions among intermediate school students where experimental and control groups is equal to or greater than Black's adjusted ratio (1.2).

To achieve the research objectives, the cognitive distortions scale was adopted basing on the scale of the researcher Al-Alawi (2013), and (4) graded alternatives to the answer were placed before each item (4. always, 3. often, 2. rarely, 1. never), which were given when correcting (4, 3, 2, 1) respectively. The scale was applied to a sample of (100) female students of Al-Muruj Al-Khadra Secondary School for Girls, which was chosen by stratified



random method, and the validity of the scale was verified by the two indicators of face validity and content validity, and the reliability of the scale was verified using Cronbach's alpha equation for the scale as a whole, and the value of the reliability coefficient was good.

The counsel program for meaning therapy was built, and the experimental method was adopted, where the researcher distributed the students into the experimental and control groups, with (7) students in each group. The researcher prepared (8) counsel sessions for the program, which were implemented for four weeks, with two sessions per week, with an average session time of (45-60) minutes.

The results demonstrated the effectiveness of the counsel therapy approach in reducing cognitive distortions among intermediate school students. Statistically significant differences were found in the post-test scores of the experimental and control groups regarding cognitive distortions, and comparisons revealed these differences favoring the experimental group.

**Keywords: Meaning therapy, cognitive distortions, intermediate school students**

#### مشكلة البحث

تواجه الطالبات في المدارس مجموعة من التحديات الدراسية والاجتماعية والنفسية التي قد تعيق نموهم وتحصيلهم الدراسي وتكيفهم مع بيئتهم، ونتيجة للتغيرات التعليمية والاجتماعية والثقافية المتسارعة لم تعد هذه التحديات مقتصرة على الاختيار المهني أو التحصيل الدراسي، بل امتدت لتشمل قضايا الصحة النفسية والرفاهية العاطفية وتنمية المهارات الاجتماعية، وقد أصبح من الواضح أن غياب الدعم الإرشادي الشامل قد يؤدي إلى تفاقم المشكلات النفسية السلوكية والمعرفية والانفعالية لدى الطالبات (Harrison, Lee, & Yu, 2025 p1)، وتشكل مرحلة المراهقة مرحلة مهمة في حياة الانسان وهي تمثل مرحلة تكوين الهوية، اذ تكون الطالبات أكثر حساسية



واستجابة للإشارات السلبية من الآخرين، وهذا ما يعزز لديهم حدوث اعتقادات أولية مشوهة ومع مرور الوقت، تتحول هذه الاعتقادات إلى استنتاجات عامة وواسعة حول طبيعة علاقتهم بالآخرين، وهو ما يسهم في تكون وتطور التشوهات المعرفية لديهم (Allen & Kern, 2020, p. 19)

ويرى جويس زاخرون (Joyce, et al, 2015)، أن الطالبات يختلفن في أنماط تفكيرهن وقد يظهرن صعوبة في التعامل مع التشوهات المعرفية مما يجعلهن يفسرن الأحداث بطريقة متحيزة وبلقن باللوم السريع على الآخرين، وقراءة أفكارهم، والشعور بالتبرير في الأحكام القاسية عليهن، والتفكير الاستقطابي حول تصورهن للضوابط والخطأ، ويعانين من مشكلات سلوكية داخلية قد تشمل التشاؤم، والانطواء الاجتماعي، والقلق، وسمات العجز أو اليأس، هذه الأنماط الفكرية الخاطئة تجعلهن عرضة لمشكلات نفسية واجتماعية مما يعكس اثاراً سلبية على الصحة النفسية لديهم (Joyce-Beaulieu & Sulkowski, 2015, p. 31).

وقد توصلت دراسة يوريكا وآخرين (Eureka & et al, 2010)، التي أجريت على مجموعة من البالغين باستخدام أداة تتكون من 69 فقرة لتحديد الأفكار المشوهة، وخصوصاً لدى الأفراد المصابين بمشكلات نفسية، انه كلما زادت الأفكار المشوهة عند الفرد، زاد احتمال ظهور مشكلات نفسية معرفية وسلوكية لديه، مثل القلق، والاكتئاب، والتصرفات الاندفاعية. (Eureka , Detomaso, Golden, & Morris, 2010, p. 233)

وفقاً لآرون بيك، مؤسس العلاج المعرفي، أن التشوهات المعرفية مثل التخصص، والتفكير الثنائي "الكل أو لا شيء"، والتضخيم، والتعميم المفرط، والاستدلال العاطفي ما هي الا انعكاس لمعتقدات أعمق تعرف (المخططات) التي تدعم الأنماط السلبية والمشوهة وتعد هذه التشوهات أنماط تفكير غير دقيقة أو متحيزة، تؤدي إلى تفسير الواقع بشكل سلبي ومشوه، وتحريف ادراك الطالبة للواقع فلا ترى الأمور كما هي، بل تفسرها بطريقة مبالغ فيها مما يؤدي إلى ظهور مشكلات نفسية مثل الاكتئاب والقلق، وتفاقم المشكلات السلوكية وزيادة معاناة الطالبات النفسية (Klee & Moore, 2024, p.203).

ويؤكد العلاج بالمعنى لفرانكل أنه لكي تعيش الطالبات بمسؤولية، يجب عليهن البحث عن حياة ذات معنى حتى في المعاناة، و بمجرد أن ينجح بحث الطالبة عن المعنى، فإن ذلك لا يجعلهن يشعرن بالسعادة فحسب، بل يمنهن أيضاً القدرة على التعامل مع المعاناة النفسية وذلك باتباع أربع تقنيات اساسية وهي تعديل الموقف، وازالة الانعكاس، والحوار السقراطي، والنية المتناقضة، (Chan, Berven, & Thomas, )



122 p. (2004) وفي هذه المرحلة تأتي الحاجة لدور المرشدة التربوية في تقديم الدعم والإسناد حيث تعمل المرشدة بتوجيه ارشادي مبني على أسس علمية وأساليب ارشادية في تثقيف الطالبة حول طبيعة التشوهات المعرفية وتأثيرها (Parsons, 2009, p. 57) ، ومن هنا برزت مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي الآتي: ما فاعلية العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية؟

### اهمية البحث

تبرز أهمية البحث في كونه يعالج قضية أساسية مرتبطة بطبيعة الإنسان، وهي سعيه الدائم للحفاظ على التوازن النفسي وتحقيق الرفاهية والسعادة ، فعندما تعجز الطالبات عن تجاوز معاناتهن الذاتية ، يصبح التدخل النفسي والإرشادي ضرورة لاستعادة حالتهم الطبيعية من الاستقرار والانسجام وعليه فإن هذا البحث يسهم في إبراز دور الإرشاد في التخفيف من الضغوط والمعاناة النفسية، وتعزيز الصحة النفسية، ومساعدة الطالبات على العيش بحياة ذات معنى ، مما ينعكس على قيمتهن العلمية والعملية في المجالين النفسي والتربوي، ( Hariharan, Chivukula, & Padhy, 2024.P1)

يؤكد العلاج بالمعنى ليفيكتور فرانكل أن الدافع الأساسي للطالبات هو إيجاد معنى وهدف لحياتهن ، ويستند تطوير الشخصية من خلال العلاج بالمعنى إلى السعي المستمر وراء المعنى، والتوافق مع القيم، والمرونة في الشدائد، وتنمية الشخصية الأخلاقية، وقد ساهم عمل فرانكل بشكل كبير في فهمنا لكيفية رعاية سمات الشخصية وخلق دافع داخلي يتفوق على اليأس والأفكار السلبية (Ciuta, 2023, p. 122) .

ووفقا لفرانكل (1984؛ 1986)، فإن العلاج بالمعنى ينمي لدى الطالبات القدرة على تحمل المسؤولية بمعنى التوجه نحو هدف يكرس الطالبات من أجله طاقاتهم ووقتهن، على سبيل المثال، قد تسعى الطالبات إلى أن يَكُنَّ سعيدات، هذا لأنهن حددن السعادة كهدف لحياتهن، إلى جانب ذلك يؤكد فرانكل بانه خلال فترة المراهقة او بعد ازمة الهوية تلجأ الطالبات، بوعي أو بغير وعي، إلى سلوكيات مُدمرةٍ للذات. ان ايجاد هذا المعنى يمكن الطالبات من تجاوز الشعور بالإحباط والفراغ والاكتئاب، الامر الذي يسهم في الحد من التشوهات المعرفية ويعزز القدرة على التفكير الايجابي ( Cooper, 2003, p.53) .

وتكمن أهمية البحث في الدور الحيوي الذي تلعبه المرشدة التربوية بمساعدة الطالبات على التعرف على الأفكار والمعتقدات التلقائية التي تشكل نمط تفكيرهن.



(Nelson-Jones, 2015, p. 294)، حيث إن تعليم الطالبات استراتيجيات للتعرف على أفكارهن المشوهة وإعادة صياغتها يساعدهن على تجاوز فترات فقدان الثقة والتحفيز، وتؤكد المرشدة التربوية للطالبات بأن العواطف ليست حقائق والأفكار ليست حقائق وبذلك يعد إدراك التشوهات المعرفية خطوة أولى جيدة لإعادة صياغة الأفكار والبحث عن الحقائق اللازمة لاتخاذ قرار سليم (Gray & Dunn, 2024, p243).

وتؤكد الدراسة الحالية ان تناول هذه الظاهرة وتبسيط الضوء على طالبات المرحلة المتوسطة يُمكن المؤسسات التربوية من تطوير برامج وقائية وعلاجية تساهم في خفض التشوهات المعرفية الامر الذي يعزز الصحة النفسية للطالبات ويتقهن معرفيا وتأسيسا على ذلك يمكن تلخيص اهمية البحث الحالي بالاهمية النظرية والتطبيقية :

#### اولاً:- الأهمية النظرية

- يساهم البحث الحالي في اثراء المعرفة النفسية حول فاعلية العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة .
- اهمية العلاج بالمعنى الذي اكد عليه فرانكل في تحقيق مستوى التفكير الإيجابي والبحث عن المعنى الشخصي لدى طالبات المرحلة المتوسطة وتحقيق اقصى درجات المرونة النفسية من خلال علاج حالات السيطرة على الأفكار السلبية والقلق والتوتر النفسي .
- اغناء المكتبة العراقية وإتاحة المجال للباحثين لدراسة تلك المتغيرات والاستفادة منها في مجال الإرشاد لفتح نوافذ وأبواب المعرفة للتقصي والبحث .

#### ثانياً :- الأهمية التطبيقية

- اهمية الارشاد النفسي في تقديم الخدمات الارشادية الفاعلة والايجابية التي تساهم في تغيير وتعديل السلوكيات الإنسانية .
- يمكن استخدام نتائج البحث في تطوير برامج ارشادية ونفسية للحد من التشوهات المعرفية لدى الطالبات وتحسين ادائهن الدراسي والاجتماعي.

#### أهداف البحث



يهدف البحث الحالي إلى التعرف على فاعلية العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة من خلال اختبار الفرضية الصفرية الآتية:

- 1- لا يوجد فرق ذي دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات افراد المجموعة التجريبية على وفق العلاج بالمعنى في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التشوهات المعرفية عند مستوى دلالة (0.05)
- 2- لا توجد فاعلية للعلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، المجموعة التجريبية يساوي أو اكبر من نسبة بلاك المعدلة والبالغة (1.2).

### حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطالبات الصف الثاني المتوسط في ثانوية المروج الخضراء للبنات التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة بغداد الرصافة الثانية للعام الدراسي (2024-2025).

### تحديد المصطلحات

**فاعلية Effectiveness** : مدى الاثر الذي يمكن ان تحدثه المعالجة التجريبية باعتبارها متغيرا مستقلا في المتغيرات التابعة (علي ، 2011، ص . ٣٩).

**البرنامج الارشادي** : مجموعة من الخطوات المنظمة التي ترمي إلى تحقيق أهداف معينة بحيث تمهد كل خطوة للخطوة التالية لتصحيح في النهاية مترابطة وتؤدي إلى تعديل السلوكيات الخاطئة والمعارف السلبية لدى الفرد أو استبدالها (القررة، ٢٠١٩، ص. ١٦٧).

**العلاج بالمعنى (Logotherapy)** هو توجه علاجي أسسه فيكتور فرانكل، يقوم على افتراض أن الدافع الأساسي للإنسان هو البحث عن معنى لحياته ، ويرى فرانكل أن العثور على هذا المعنى يُمكن الفرد من تجاوز المعاناة، وتحقيق التوازن النفسي، والقدرة على مواجهة التوترات الوجودية (Frankl, 1988, p. 24).

**التعريف الاجرائي** : تعرف الباحثة العلاج بالمعنى اجرائيا بأنه برنامج ارشادي قائم على مجموعة من الجلسات والاجراءات الارشادية ويقاس بمدى التغير في درجات افراد العينة على المقياس المستخدم بالدراسة قبل التطبيق وبعده .

### التشوهات المعرفية Cognitive Distortions



عرفها بيك (Rush, Shaw, & Emery, 1979, p. 3-4) هي أخطاء منهجية في معالجة المعلومات، تؤدي إلى تفسيرات غير دقيقة وغير واقعية للأحداث، وتُسهم في ظهور الأفكار التلقائية السلبية والانفعالات المضطربة.

**المرحلة المتوسطة :** هي المرحلة التي تلي المرحلة الاعدادية وتسبق المرحلة الاعدادية ومدتها ثلاث سنوات وتشمل سنوات العمر بين 13-15 سنة وهي مكملة لما يدرس الطالب في المرحلة الابتدائية وتزويده بمعلومات اوسع (جمهورية العراق، وزارة التربية، 2011، ص. ٧).

### الاطار النظري

**العلاج بالمعنى Logotherapy :** تبنت الباحثان وجهة نظر فيكتور فرانكل (1905-1997) في تفسيرهما للعلاج بالمعنى ، اذ يعد العلاج بالمعنى علاجًا نفسيًا متمركزًا حول المعنى، يعتمد على قدرات البعد الروحي البشري، التي تتمثل في تجاوز الذات وهي السمة التي تمكن الافراد من الانفتاح على ما هو أبعد من ذواتهم والتوجه نحو العالم والمعنى، ومن خلال هذه القدرة يستطيع الفرد الارتباط بالقيم والمثل الروحية، وبناء علاقات قائمة على المحبة مع الآخرين، الأمر الذي يساهم في تحقيق الذات وإيجاد المعنى الأعمق للحياة ويستثمرها في عملية الشفاء النفسي، ويعد البعد العقلاني هو ما يميز العلاج بالمعنى عن معظم النظريات النفسية الاخرى فهو يوضح أن ما يميز الفرد ليس مجرد البحث عن القوة أو اللذة، بل البعد الروحي/العقلي الذي يشكل جوهر العلاج بالمعنى، وتعد نظرية العلاج بالمعنى من نظريات العلاج النفسي التي تتميز بالتحليل الوجودي (Cox & Klinger, 2004, p.357-360) .

ويؤكد فرانكل ان القضية المركزية للعلاج بالمعنى تتمثل في تشجيع الافراد على إدراك تجاربهم ومخاوفهم كجزء من بحثهم عن المعنى، و هذا يعني أنه يجب على الافراد تعلم كيفية تكيف حياتهم مع شيء يتجاوز أنفسهم ويتجاوز وجودهم، اذ يمكن افتراض أن الأفراد الذين يشعرون أن لحياتهم معنى يجب أن يختبروا المزيد من تكامل الشخصية والمزيد من التماسك في أهدافهم وتحقيق قيمهم (Cox & Klinger, 2004, p. 93 .

ويرى (فرانكل، 1984) ان المعنى يكتشف من خلال القيم الإبداعية، والقيم التجريبية، والقيم السلوكية، اذ تتحقق القيم الإبداعية من خلال إنجاز المهام، وتتحقق القيم التجريبية من خلال تجربة ما هو جميل في العالم، بينما القيم السلوكية تتحقق من خلال الموقف المتخذ تجاه القدر أو المعاناة ، و يذكر فرانكل أن الافراد قد لا يكونون قادرين على التحكم فيما تقدمه الحياة ، لكنهم قادرون على اختيار موقفهم تجاه هذه المواقف.



(Chan, Berven, & Thomas, 2004, p. 121)، ويعتمد العلاج بالمعنى على ثلاثة مبادئ أساسية تعكس فهم فيكتور فرانكل للطبيعة البشرية والسعي وراء المعنى هي حرية الإرادة: اعتقد فرانكل أن الافراد يمتلكون حرية أساسية - حرية اختيار موقف الفرد في أي مجموعة معينة من الظروف، وإرادة المعنى: اذ يؤكد العلاج بالمعنى على الرغبة البشرية في إيجاد معنى في الحياة، ومعنى الحياة: حيث أكد فرانكل أن معنى الحياة فريد ومحدد لكل فرد ويتم اكتشافه من خلال التجارب والخيارات الشخصية (Ciuta, 2023, p. 132).

### فنيات العلاج بالمعنى

#### 1. تعديل الموقف Attitude modification

ربما تكون "القيم الموقفية" لفرانكل أهم مصادر إيجاد معنى في الحياة، تهدف هذه الفنية إلى تخفيف الضيق أو اليأس، وتوسيع وتعزيز توجههم نحو المعنى، ومساعدتهم على اكتشاف إمكانات جديدة، وتوجيههم ليصبحوا بالغين أكثر نضجاً ومسؤولية في بيئتهم الاجتماعية (Roberts, 2009, p.270).

2. إزالة الانعكاس Dereflection: الغرض من هذه الفنية هو تحويل الانتباه أي إبعاد الفرد المعاني عن مشكلته وتركيزه نحو النقطة الإيجابية، وهو يقوم على مفهوم إبعاد وتجاوز الذات أي إبعاد الفرد عن أفكاره السلبية، أو بعبارة أخرى التحرك نحو مسار جديد والعودة إلى ذاته، من خلال القيام بذلك، لا تسيطر السلبية على الفرد، كما لا يتولد الإحباط والشك وما إلى ذلك داخله، مما لا يسمح بنشوء فراغ وجودي & Agrawal (Misra, 2025, p. 130).

#### 3. الحوار السقراطي Socratic dialogue

هي فنية علاجية يستخدمها المعالجون على نطاق واسع حيث يدخل المعالج في حوار ونقاش مع الفرد، لإيجاد معنى داخل التفاعلات اللفظية و"يطرح أسئلة بطريقة تجعل الفرد يدرك قراراته اللاواعية، ويزيل الأفكار السلبية، ومعرفته الذاتية غير المعترف بها".

#### 4. النية المتناقضة (Paradoxical Intention):

تتضمن هذه الفنية تشجيع الفرد على التوقف عن محاربة صعوباته، وبدلاً من ذلك "استحضار رغبة قوية ونية في ذهنه للقيام بها أو تجربة، ما هو الأكثر متعباً



وإحراجًا بالنسبة له". لذلك قد يطلب تشجيع الافراد على الرغبة في القيام بالأشياء التي يخشونها (Cooper, 2003, p.53-58) تعتمد الفنية المتناقضة على قدرة الفرد على الانفصال عن نفسه، والنظر إلى نفسه من مسافة بعيدة، وقد أشار فرانكل (1988) إلى أن درجة من الفكاهة يجب أن تصاحب التوجيه المتناقض للمرشد، حيث شعر أن صفة الفكاهة الإنسانية تُسهّل تقنية النية المتناقضة لأنها "تسمح للفرد بخلق منظور، ووضع مسافة بينه وبين أي شيء قد يواجهه (Chan, Berven, & Thomas, 2004, p. 126).

**التشوهات المعرفية Cognitive Distortions** : اعتمدت الباحثتان في تفسيرهما لظاهرة التشوهات المعرفية على نظرية بيك (Beck, 1976) ، اذ يرى أن الفكر البشري يتعرض لعدد من الأخطاء المنطقية التي أطلق عليها اسم "التشوهات المعرفية" والتي يمكن أن تؤدي بالأفراد إلى استنتاجات خاطئة حتى لو كان تصورهم للموقف دقيقًا. إذا تم إدراك الموقف بشكل خاطئ، يمكن أن تؤدي هذه التشوهات إلى تضخيم تأثير التصورات الخاطئة.

(Freeman, Pretzer, Fleming, & Simon, 2004, p. 5) معظم الأفكار التي تراود الفرد في أي موقف معين هي أفكار تلقائية، تستند على معتقدات الفرد عن نفسه وعن العالم، مما يؤدي إلى استجابة عاطفية. ويمكن أن تؤدي الأفكار التلقائية إلى "أخطاء منطقية"، مثل التقليل من شأن الذات هذه الأخطاء المعتادة في التفكير هي تشوهات معرفية، وافتراضات خاطئة (Sullivan, 2009, p. 84).

ووفقا لبيك فإن التشوهات المعرفية ليست مجرد مظاهر للأمراض النفسية، بل إنها تعمل على الحفاظ عليها من خلال التدخل في قدرة الافراد على اختبار حقيقة تفكيرهم، إذ يفكر الافراد بمصطلحات جامدة ونمطية، كما أنهم يفشلون في التمييز بشكل كافٍ بين الحقيقة والاستدلال، فبدلاً من النظر إلى محتوى أفكارهم على أنها فرضيات قابلة للاختبار، فإنهم يقفزون إلى استنتاجات بناءً على أدلة غير كافية ثم ينظرون إلى استنتاجاتهم على أنها حقائق، أي إنهم لا يأخذون في الاعتبار بشكل كافٍ أي ملاحظات قد تعدل أو تنفي أفكارهم وتصوراتهم وبالتالي، تصبح أنظمة معالجة المعلومات مغلقة لديهم . (Nelson-Jones, 2011, p. 320).

وقد حدد بيك ست فئات مختلفة من التشوهات المعرفية

1. **التكبير (Magnification)**: بالنسبة لبعض الافراد، يعامل خطأ بسيطاً أو انتكاسة صغيرة، أو نقد كحدث ضخم يغير الحياة، مع التكبير كخطأ في المعالجة المعرفية،



اذ تصبح الأخطاء الصغيرة إخفاقات مأساوية، ويصبح النقد البسيط رفضًا تامًا، وتبدو النكسات البسيطة الآن وكأنها عقبات لا يمكن التغلب عليها.

2. **التهويل (Catastrophizing):** - ينظر الافراد الذين أصبحت عملية التضخيم بالنسبة لهم أسلوبًا معرفيًا للحياة إلى جميع تحديات الحياة أو مشاكلها على أنها كوارث كبرى لا يمكن حلها، وعندما يواجه الفرد هذا التوجه خيبات أمل أو مشاكل، فإنه يعتقد أنها غير قابلة للحل، وفي الوقت نفسه لا تُطاق، بالنسبة لهؤلاء الافراد، يتم قبول درجة سيئة واحدة على أنها نهاية جميع الخيارات المهنية الممكنة، وينظر إلى الخطأ أمام الآخرين على أنه أساس للرفض الاجتماعي التام، وبالتالي يشل حركة الفرد في أي جهد لحل المشكلة التي تُقلقه .
3. **المبالغة في التعميم (Overgeneralization):** - مع هذا الشكل من التشويه المعرفي، يميل الفرد إلى استخلاص استنتاجات واسعة وشاملة بناءً على تجربة واحدة، على سبيل المثال، قد يأخذ الفرد الذي يستخدم التعميم المفرط تجربة الرفض عند سؤال شخص آخر
4. **التصفية الذهنية (Mental Filtering):** - يستخرج الفرد الأحداث السيئة فقط في حياته متجاهلاً الإيجابيات، هناك مرشح يسمح بدخول بعض الأشياء (التفاصيل السلبية) ويستبعد أي معلومات إيجابية متناقضة، والنتيجة هي أن تصبح نظرة الشخص للواقع بأكمله سلبية.
5. **استبعاد الإيجابيات (Disqualifying the Positive):** - يرفض الفرد التجارب الإيجابية، ويجد أسبابًا لرفض هذه الإيجابيات أو التقليل من شأنها، هذه هي العملية التي تسمح للفرد بالتمسك بالمعتقدات السلبية عندما تتناقض مع تجربة إيجابية.
6. **القفز إلى الاستنتاجات (Jumping to Conclusions):** - يقدم الفرد تفسيرًا سلبيًا حتى على الرغم من عدم وجود حقائق محددة تدعم هذا الاستنتاج بشكل مقنع. (Parsons, 2009, p. 62–59)

#### دراسات سابقة

دراسة شو كلا وسريفاستافا (2024) Choukla, A., & Srivastava, A. (2024)



استهدفت الدراسة التعرف على فعالية العلاج السلوكي المعرفي باستخدام الواقع الافتراضي (VR-CBT) لتقليل التشوهات المعرفية لدى المراهقين، واستخدم الباحثان تصميمًا شبه تجريبي شمل (30) مشاركاً، حيث تلقى المشاركون جلسة تثقيف نفسي متبوعة بتدخلات ثلاثية الأبعاد قائمة على الواقع المعزز والواقع الافتراضي (AR-VR)، أظهرت النتائج انخفاضاً ملحوظاً في التشوهات المعرفية بعد التدخل بالعلاج للواقع الافتراضي واستمر هذا التحسن خلال فترات المتابعة (6 أسابيع)، وأكدت الدراسة أن استخدام تقنيات الواقع الافتراضي والمعزز يمكن أن يعزز التفاعل ويوسع خيارات العلاج، ويشكل بديلاً واعدًا للعلاجات التقليدية في معالجة التشوهات المعرفية لدى المراهقين.

### دراسة طومسون وميلر (Thompson & Miller, 2020)

هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالمعنى (Logotherapy) في خفض مستوى القلق لدى الطلبة في المرحلة المتوسطة في المدارس البريطانية، تكونت عينة الدراسة من (42) طالباً من المدارس المتوسطة في إنجلترا، تراوحت أعمارهم بين (12-15) عاماً، واستخدم الباحثان المنهج شبه التجريبي حيث تم تقسيم العينة على مجموعتين: تجريبية وضابطة. وطبق برنامج إرشادي جماعي مكون من (6) جلسات، تم تصميمها بناءً على مبادئ العلاج بالمعنى التي طورها فيكتور فرانكل، وتركز على مساعدة الأفراد في إيجاد معنى لحياتهم، واستخدم الباحثان مقياس standardized للقلق لقياس مستوى القلق قبل وبعد تطبيق البرنامج وأظهرت النتائج وجود انخفاض ذي دلالة إحصائية في مستويات القلق لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي، كما أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج القائم على العلاج بالمعنى في خفض مستوى القلق لدى عينة الدراسة، كما توصلت الدراسة إلى أن العلاج بالمعنى يمثل مدخلاً فعالاً للتدخل في البيئة المدرسية لمساعدة الطلاب على تخفيف حدة القلق من خلال العمل على تعزيز إحساسهم بالمعنى والغاية في حياتهم.

### إجراءات البحث

### مجتمع البحث



يشتمل مجتمع البحث الحالي على طالبات الصف الثاني متوسط في المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية الرصافة في مدينة بغداد للدراسة الصباحية للعام الدراسي (2024-2025)

## عينات البحث

## عينة التحليل الإحصائي

اعتمدت الباحثة في تحديدها لعينة مقياس التشوهات المعرفية على عينة بلغت (100) طالبة من ثانوية المروج الخضراء للبنات وللصف الثاني متوسط بحسب توزيعهن في الشعب وفقاً لنظام التقسيم المتبع من قبل المدرسة، وطبق الاختبار التائي لعينة واحدة وحسب المتوسط الحسابي للعينة البالغ (102.96) وبانحراف معياري بلغ (6.12928) وبموازنته مع المتوسط الفرضي لمقياس التشوهات المعرفية البالغ (75) ، تبين ان القيمة التائية المحسوبة (9.875) أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.98) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (99) ، اي انها دالة احصائيا وهذا يشير الى ان العينة لديها تشوهات معرفية والجدول (1) يوضح ذلك

## الجدول (1)

## القيمة التائية للطالبات

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	العدد
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	1.98	9.875	6.12928	102.96	75	100

## عينة البحث التجريبية

اختارت الباحثة عينة مكونة من (14) طالبة من طالبات الصف الثاني المتوسط في ثانوية المروج الخضراء للبنات، اللواتي حصلن على أعلى الدرجات في مقياس التشوهات المعرفية ، وقد وزعن على مجموعتين: تجريبية وضابطة بشكل عشوائي منظم، كما عد التطبيق اختباراً قبلياً للمجموعتين المختارتين.

**التصميم التجريبي:** هو مجموعة من القواعد لإجراء تجربة إحصائية يتم فيها تجاهل الجوانب التي لا تؤثر في تحليل التجربة والتي لم تؤخذ في الاعتبار في النموذج (Rasch & Herrendörfer, 1986, p. 3)، ويتميز هذا التصميم بالتحكم النسبي أو الكلي في الظروف المحيطة لضبط العوامل الدخيلة التي قد تؤثر في النتائج. واختارت الباحثة نوع التصميم المناسب وفقاً لأهداف دراستها وطبيعتها فرضياتها. (فرحاتي، ٢٠١٢، ص. ٦٠)، ويبين الشكل (1) التصميم التجريبي المستعمل في البحث الحالي.

الاختبار	التكافؤ	المجموعة التجريبية	التدخل الإرشادي بأسلوب العلاج	الاختبار
----------	---------	--------------------	-------------------------------	----------



القبلي	المجموعة الضابطة	بالمعنى	البعدي
		-----	

الشكل (1) مخطط التصميم التجريبي للبحث

### تكافؤ المجموعات

حرصت الباحثة على تكافؤ مجموعات البحث قبل بدء التجربة، ولهذا تمت مكافأة أفراد المجموعتين في عدد من المتغيرات هي :

أ- درجات الطالبات على مقياس التشوهات المعرفية

للتأكد من تكافؤ المجموعتين في التشوهات المعرفية ، استخرجت الباحثة من درجات افراد العينة المجموعتين التجريبيية و الضابطة مجموع ومتوسط الرتب لتلك البيانات وبعدها طبقت اختبار مان وتني Mann-Whitney U test اللامعلمي ، و الجدول (2) يبين ذلك.

### الجدول (2)

نتيجة اختبار مان وتني للتكافؤ في متغير درجات مقياس التشوهات المعرفية للطالبات في المجموعتين التجريبيية

مستوى الدلالة	قيمة مربع كاي		درجة الحرية	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة					
0.05	5.99	21	7-7	56	8	7	المجموعة التجريبيية
				49	7	7	المجموعة الضابطة

### ب- التحصيل الدراسي للآب

تم توزيع التحصيل الدراسي للآب على وفق أربعة مستويات ابتدائية ومتوسطة وإعدادية وجامعية ونظرا لأن عدد الطالبات في كل مجموعة (7) ويفترض ان لا تقل التكرارات الملاحظة عن (5) لكل خلية ، فقد جرى تطبيق معادلة تصحيح بيتس Yates's Correction لضبط النتائج للتكرارات الصغيرة، وتم اختبار الفرق بين الطالبات في المجموعتين، وكما موضح في الجدول (3).

### الجدول (3)

نتيجة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير التحصيل الدراسي للآب



مستوى الدلالة 0.05	قيمة مربع كاي		درجة الحرية	التحصيل الدراسي				المستوي التعليمي المجموعة
	الجدولية	المحسوبة		جامعية	اعدادية	متوسطة	ابتدائية	
غير دالة	5.99	0.4	3	1	1	2	3	التجريبية
				1	1	3	2	الضابطة

## ج- التحصيل الدراسي للأم

تم توزيع التحصيل الدراسي للام على وفق أربعة مستويات ابتدائية ومتوسطة وإعدادية وجامعية ونظرا لأن عدد الطالبات في كل مجموعة (7) ويفترض ان لا تقل التكرارات الملاحظة عن (5) لكل خلية فقد جرى تطبيق معادلة تصحيح بيتس Yates's Correction لضبط النتائج ، وتم اختبار الفرق بين الطالبات في المجموعتين، وكما موضح في الجدول (4).

## الجدول (4)

نتيجة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير التحصيل الدراسي للأم

مستوى الدلالة	قيمة مربع كاي		درجة الحرية	التحصيل الدراسي				المستوي التعليمي المجموعة
	الجدولية	المحسوبة		جامعية	اعدادية	متوسطة	ابتدائية	
غير دالة 0.05	1.98	1.3	3	1	1	1	4	التجريبية
				2	2	1	2	الضابطة

## الترتيب الولادي للطالبة

تم ترتيب الطالبة بين اخوتها في المجموعتين بين (الكبرى والوسطى والصغرى)، وعند اختبار الفرق بين الطالبات في المجموعتين وفقا لترتيبهن الولادي ، أظهرت نتائج اختبار مربع كاي بعد استعمال معادلة تصحيح بيتس Yates's Correction للتكرارات الصغيرة، ان الفرق غير دال احصائيا وكما موضح في الجدول (5).

## الجدول (5)

نتيجة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير ترتيب الطالبة بين اخوتها

مستوى الدلالة	قيمة مربع كاي		درجة الحرية	الصغرى	الوسطى	الكبرى	ترتيب الطالبة
	الجدولية	المحسوبة					



المجموعة							0.05
التجريبية	3	-	-	4	2800.	1.98	دالة
الضابطة	6	3	-				

## الخصائص السيكومترية للمقياس

## صدق المقياس

1. الصدق الظاهري : هو من أبرز مميزات الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، فهو يرتبط بالغرض الذي يُصمم من أجله الاختبار، وبالقرار الذي يستند إليه بناءً على نتائجه، وتستخدم نتائج الاختبار عادة للوصول إلى استنتاجات محددة، وهنا يظهر التساؤل عن مدى الدقة أو الثقة التي يمكن الحصول عليها من هذه الاستنتاجات .

2. صدق البناء : هو مدى قياس الاختبار لسمة، أو ظاهرة سلوكية معينة، وفي هذا النوع يحاول الباحث معرفة طبيعية الظاهرة السلوكية التي يسعى الاختبار إلى قياسها ويعد ارتباط درجة كل فقرة من فقرات الاختبار بمحك خارجي أو داخلي من مؤشرات صدقها في قياس ما وضعت من أجل قياسه (العبادي، ٢٠٢٥، ص. ٣٤٣)

وقد اشتقت الباحثتان من الإطار النظري للنشوهات المعرفية بوصفة بناء نفسيا يفترض وجوده، الفرضيات الاتية:- وجود فروق دالة بين درجات الطالبات على كل فقرة من فقرات المقياس، وجود ارتباطات بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس.

## وقد حاولت الباحثتان التحقق من الفرضيات على النحو الاتي:

تحقق الباحثتان من القوة التمييزية للفقرات من خلال اسلوب المجموعتين الطرفيتين باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وظهر أن جميع الفقرات مميزة باستثناء الفقرات رقم

(11، 12، 13، 16، 42، 44، 50، 52، 53) كانت القيمة التائية المحسوبة لها أقل من القيمة الجدولية وبذلك عدت غير مميزة واستبعدت من الخصائص السايكومترية اللاحقة.

## الجدول (6)

## القوة التمييزية لفقرات مقياس التشوهات المعرفية

ت	المجموعة العليا	المجموعة الدنيا	القيمة الثانية	مستوى الدلالة
---	-----------------	-----------------	----------------	---------------



	المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	٢.٥٧٦	٠.٩٧٢٧٢	1.8148	١.٠٤٢٩٣	٢.٣١٤٨	1
0.05	٢.١٠٦	١.٠٢٨٧٦	٢.١٢٩٦	٠.٨٨٤٦٩	٢.٥١٨٥	٢
0.05	٢.١٠٣	١.١١٥٣٠	٢.٠٣٧٠	٠.٩٨٥٠٤	٢.٤٦٣٠	٣
0.05	٢.٥٩٠	٠.٩١٧٢٦	١.٦٢٩٦	١.٠٨٢٣٩	٢.١٢٩٦	٤
0.05	٥.٠٩٩	٠.٩١٧٢٦	١.٦٢٩٦	٠.٦٨٩٦٠	٢.٤٢٥٩	٥
0.05	٦.٦٨٢	٠.٧٨٨٨٥	٢.٠١٨٥	٠.٩٥٩٧١	٣.١٤٨١	٦
0.05	٥.٩٨٥	٠.٣٠١٩٩	١.٠٥٥٦	١.٠٢٥١٩	١.٩٢٥٩	٧
0.05	٤.٤٣٦	٠.٦٣٢٥١	١.٤٢٥٩	١.١٢٢٣٢	٢.٢٠٣٧	٨
0.05	٣.٤٩٠	٠.٥٦٦٠٤	٢.٠٣٧٠	٠.٨٤١١٦	٢.٥٠٠٠	٩
0.05	٥.١٣٨	٠.٨٣٥٣٢	١.٩٨١٥	١.٠٦١٣٦	٢.٩٢٥٩	١٠
0.05	*٠.٩٧٣	١.٢٤٣٨٥	٢.٦٦٦٧	٠.٩٠٥١٨	٢.٤٦٣٠	١١
0.05	*٠.٣٠٥	٠.٩٤٤٢٩	١.٧٠٣٧	٠.٩٥٠٣٨	١.٧٥٩٣	١٢
0.05	*٠.1٠1	٠.٩٤٦٥١	٢.٥١٨٥	١.٠٥٩٣٨	٢.٥١٨٥	١٣
0.05	٢.٦٩٩	١.٢٤٢٨٧	٢.٢٤٠٧	١.١٠٥٨٦	٢.٨٥١٩	١٤
0.05	٥.٥١٠	٠.٨٩٨٩٩	٢.٠٥٥٦	١.٠٥٠٩٤	٣.٠٩٢٦	١٥
0.05	*1.184	٠.٨٤٦٧٥	٢.٠٠٠٠	٠.٩٣٩٢٨	١.٧٩٦٣	١٦
0.05	٥.٩٠٨	٠.٩٥١٦٦	١.٦٦٦٧	٠.٨٠٠٩٤	٢.٦٦٦٧	١٧
0.05	٩.٠٣٢	٠.٩٧٢٧٢	٢.٨١٤٨	٠.٧٣٧٣٤	٢.١٤٨١	١٨
0.05	٣.١٠٨	١.٢٣٨٢٢	٢.٢٩٦٣	١.٠٥٠٩٤	٣.٠٩٢٦	١٩
0.05	٢.١٨٨	١.٠٠٦٦٢	٢.٠٧٤١	٠.٩٢٦٣٦	٢.٤٨١٥	٢٠
0.05	١٠.٦٧٨	٠.٣٥١٢٠	١.٠٩٢٦	٠.٨٦١٤٧	٢.٤٤٤٤	٢١
0.05	٨.٨٢٥	٠.٥١٣٩٦	١.٦٦٦٧	٠.٧٥٠٧٣	٢.٧٥٩٣	٢٢
0.05	٥.٥٠٩	٠.٥٨٠٦٧	٢.٢٤٠٧	٠.٧٣٧٥٨	٢.٩٤٤٤	٢٣
0.05	٤.٢٣٥	٠.٨٦٥٥٢	٢.٠٧٤١	٠.٨٦١٤٧	٢.٧٧٧٨	٢٤
0.05	٧.٩٩٤	٠.٩١٧٢٦	١.٦٢٩٦	٠.٧٣٣٧٨	٢.٩٠٧٤	٢٥
0.05	٦.٩٠٧	٠.٧٧٧٠٣	١.٦٦٦٧	٠.٨١٠٧٠	٢.٧٢٢٢	٢٦
0.05	٦.٠٠٠	٠.٨٢٤١٦	٢.٠٠٠٠	١.٠٢٥١٩	٣.٠٧٤١	٢٧
0.05	٩.٥٣٣	٠.٥٢٤٧٢	١.٣٧٠٤	١.١٨٨٢٥	٣.٠٥٥٦	٢٨
0.05	٢.٨٢٠	٠.٥٦٩٧٤	٢.٥٧٤١	١.٠٦٣٣٣	٣.٠٣٧٠	٢٩
0.05	٥.٣٣٦	٠.٥٢٩٠٣	٢.٠٥٥٦	١.١٣٢٠٩	٢.٩٦٣٠	٣٠
0.05	٤.٣٤٨	٠.٩٣٣١٢	٢.١٨٥٢	١.٠٥٤٩٢	٣.٠١٨٥	٣١



0.05	٦.١٥٣	٠.٧١٨١٤	١.٨٨٨٩	١.١١٥٩٢	٣.٠٠٠٠	٣٢
0.05	٧.٤٧٤	٠.٩٨٤١٥	١.٧٧٧٨	٠.٩٤٦٦٩	٣.١٦٦٧	٣٣
0.05	٣.٧٣٦	٠.٨٥٧٦١	٢.٠١٨٥	٠.٨٩٣٥٣	٢.٦٤٨١	٣٤
0.05	٤.٠٥١	٠.٩٦٤٧٩	٢.٢٢٢٢	٠.٧٨٣٥٢	٢.٩٠٧٤	٣٥
0.05	٣.٠٤١	٠.٨٢٣٣٢	١.٩٦٣٠	٠.٨٨٤٠٩	٢.٤٦٣٠	٣٦
0.05	٣.٨٣٩	٠.٥٢٤٧٢	١.٣٧٠٤	١.١٢٤١٩	٢.٠١٨٥	٣٧
0.05	١٠.٣٢٩	٠.٥٢٤٧٢	١.٣٧٠٤	١.٠٦٣٣٣	٣.٠٣٧٠	٣٨
0.05	٨.٢٣٤	٠.٦٠٣٩٧	١.٤٤٤٤	٠.٩٢٨٠٥	٢.٦٨٥٢	٣٩
0.05	٣.٧٢٣	٠.٦٣٥٨٢	١.٤٦٣٠	١.١١٠٢٧	٢.١١١١	٤٠
0.05	١.٩٨٧	٠.٨٤٥٩٢	٢.٠٣٧٠	٠.٨٩٦٤٦	٢.٣٧٠٤	٤١
0.05	*٠.٢٧٣	٠.٥٣٥٦٠	٢.٥٧٤١	٠.٨٤٠٣٣	٢.٥٣٧٠	٤٢
0.05	٢.٣١٠	٠.٨٩١١٨	٢.٨٧٠٤	٠.٧٧٠٩٣	٢.٥٠٠٠	٤٣
0.05	*٠.٠٨١	١.٢١٦٠١	٢.٢٥٩٣	١.١٦٤٤٩	٢.٢٤٠٧	٤٤
0.05	٨.٩١٤	٠.٥٧٠٦٥	١.٧٠٣٧	٠.٧٩٣٠٥	٢.٨٨٨٩	٤٥
0.05	٢.٨٦٠	١.١٩١٦٣	٢.٢٩٦٣	٠.٨٦٩٧٥	٢.٨٧٠٤	٤٦
0.05	٤.٦٤٠	٠.٥٨٠٦٧	١.٧٥٩٣	٠.٨٨١٧٢	٢.٤٢٥٩	٤٧
0.05	٣.٩٢١	١.٢٦١٢٩	٢.٣٥١٩	٠.٩٧٨٦٣	٣.٢٠٣٧	٤٨
0.05	٦.٨٧٩	٠.٩٨٩٢٩	١.٧٥٩٣	١.١٠٥٨٦	٣.١٤٨١	٤٩
0.05	*٥.١٦٠	٠.٩٧٩٣٥	٢.٦١١١	٠.٨٨٢٣١	٢.٧٠٣٧	٥٠
0.05	٣.٥٤٥	١.٣٨٠٣٣	٢.٠١٨٥	٠.٨٣٢٨١	٢.٧٩٦٣	٥١
0.05	*١.٧٨٢	٠.٨٧٧٧٥	٢.٩٤٤٤	٠.٨٥٠٢٥	٢.٦٤٨١	٥٢
0.05	*١.٨٧٧	١.٢٥٣٣٧	٢.٧٠٣٧	٠.٨٦٤٩٢	٢.٣١٤٨	٥٣

\* القيم التائية الجدولية بدرجة حرية ( 52 ) عند مستوى دلالة (0.05) تساوي (2.01) ،  
وبذلك عدت الفقرات مميزة، باستثناء الفقرات (11، 12، 13، 16، 42، 44، 50،  
52، 53 ) كانت القيمة التائية المحسوبة لها أقل من القيمة الجدولية وبذلك عدت غير  
مميزة واستبعدت من الخصائص السايكومترية اللاحقة.

### قيم معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية

تشير الى وجود فروق بين عينة الطالبات في مجال التشوهات المعرفية  
وتحقت الباحثتان من ارتباط درجة كل فقرة وبالباغلة (53) فقرة بالدرجة الكلية  
للمقياس ، من خلال احتساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة ، وظهر  
ان جميع الفقرات كانت دالة احصائيا (انظر الجدول: 7) .



الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط	معامل الارتباط	ت	الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط	معامل الارتباط	ت	الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط	معامل الارتباط	ت
٥.٢٨٥	٠.٣٥٢	35	٣.٠٦١	٠.٢١٣	20	٢.٩٠٨	٠.٢٠٢	1
٣.٣٨٨	0.236	36	٧.٨٧٣	٠.٤٩٨	21	٢.٦٦2	٠.١٨٥	2
٣.٢٧١	٠.٢٢٨	37	٦.٨١١	٠.٤٤٤	22	٢.٩٩٤	٠.٢٠٨	3
١١.٧٣٢	٠.٦٠١	38	٤.٠١٨	٠.٢٧٩	23	٢.٥٣٥	٠.١٧٦	4
٧.١٣٥	٠.٤٥٩	39	٣.٧٥٥	٠.٢٥٩	24	٥.٣٢٠	٠.٣٥٤	5
٣.٤٥٤	٠.٢٤١	40	٦.٩٣٥	٠.٤٥١	25	٧.٦٨٩	٠.٤٨٦	6
٢.٥٩٧	٠.١٨١	41	٦.١٦٨	٠.٤٠٨	26	٥.١٢٥	٠.٣٤٤	7
2.597	0.181	43	٦.٦٣٦	٠.٤٣٦	27	٤.٩٠٥	٠.٣٣٠	8
2.718	0.189	45	١٢.٧٩٥	٠.٦٣٨	28	٣.٧٧٥	٠.٢٦٠	9
8.247	0.517	46	٢.٩٣٩	٠.٢٠٤	29	٥.٢٢٨	٠.٣٥٠	10
3.713	0.255	47	٥.٣٦٧	٠.٣٥٦	30	٤.١٩٧	٠.٢٩٠	14
5.320	0.354	48	٥.١٦٣	٠.٣٤٧	31	٦.٢٠٧	٠.٤١١	15
3.755	0.259	49	٣.٨٤٢	٠.٢٦٦	32	٦.٠٥٨	٠.٤٠٤	17
6.764	0.443	51	٧.٩٤٠	٠.٥٠٠	33	٣.٧٢٨	٠.٢٥٧	18
			٤.٦١٤	٠.٣٠٦	34	٣.٩١٩	٠.٢٧٢	19



\* من الجدول نلاحظ ان جميع القيم التائية المحسوبة عند معاملات الارتباط كانت اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0.197) عند مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (99) بمعنى ان الفقرات ذات اتساق داخلي مقبول .

#### ثبات المقياس (طريقة اعادة الاختبار)

لحساب معامل الثبات بهذه الطريقة طبق مقياس التشوهات المعرفية على عينة مكونة من (50) طالبة اختيرن من ثانوية المروج الخضراء للبنات ، وإعادة تطبيقه على نفس الطالبات بعد مضي اسبوعين على التطبيق الأول، وحسب معامل ارتباط بيرسون وبلغ (0.75)، وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات الطالبات على المقياس الحالي عبر الزمن ، وقد حسبت الباحثة الاتساق الداخلي لمقياس التشوهات المعرفية ، باستعمال إجابات الطالبات في التطبيق الأول في حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار للعينة البالغ حجمها (50) طالبة وباستعمال معادلة الفا كرونباخ بلغ معامل الثبات (0.78) وهو معامل ثبات جيد .

#### مقياس التشوهات المعرفية بصيغته النهائية:

يتألف مقياس التشوهات المعرفية بصيغته النهائية من (44) فقرة ، وامام كل فقرة (4) بدائل متدرجة للإجابة (4. دائماً، 3. غالباً، 2. نادراً، 1. ابداً)، يعطى لها عند التصحيح (1.2.3.4) على التوالي تحصل الطالبة على اعلى درجة (176) و اقل درجة (44) وبالتالي فان الوسط الفرضي للمقياس بلغ (110) .

#### تطبيق البرنامج الارشادي

البرنامج الارشادي مجموعة من الخطوات المنظمة التي ترمي إلى تحقيق أهداف معينة بحيث تمهد كل خطوة للخطوة الموالية لتصبح في النهاية مترابطة وتؤدي إلى تعديل السلوكيات الخاطئة والمعارف السلبية لدى الفرد أو استبدالها (القرعة، ٢٠١٩، ص. ١٦٧).

طبق البرنامج الارشادي على عينة البحث من خلال اختيار الطالبات اللواتي حصلن على اعلى الدرجات على مقياس التشوهات المعرفية عددهن (14) طالبة قسمن على مجموعتين عشوائياً، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بواقع ( 7 ) طالبات لكل مجموعة، إذ تعرضت المجموعة التجريبية للبرنامج الارشادي القائم على العلاج بالمعنى ، في حين لم تتعرض المجموعة الضابطة الى اي برنامج ارشادي ، حددت عدد الجلسات ب (8) جلسات بواقع جلسيتين أسبوعياً ، للمجموعة التجريبية .

ومن هذه الجلسات التي يتضمنها البرنامج الارشادي

الجلسة الأولى: الافتتاحية التعارف والتعريف بالتشوهات المعرفية مدة الجلسة: مفتوحة



<p>- ترحيب المرشدة بالطالبات وتهيئة جو آمن وداعم داخل الجلسة. - بناء علاقة إرشادية قائمة على الثقة والاحترام مع الطالبات. - التعرف على خبرات الطالبات السابقة حول الأفكار السلبية أو المزعجة. - استئثار دافعية الطالبات لمعرفة معنى التشوهات المعرفية وأهميتها. - مناقشة مفهوم التشوهات المعرفية بصورة مبسطة ومناسبة لعمر الطالبات. - توضيح العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك (النموذج المعرفي). - مساعدة الطالبات على ملاحظة أن بعض الأفكار قد تكون غير دقيقة أو مبالغاً فيها. - عرض أمثلة حياتية من البيئة المدرسية - تشجيع الطالبات على المشاركة وطرح أمثلة من واقعهن اليومي. - تصحيح المفاهيم الخاطئة حول التفكير السلبي والشعور المصاحب له. - تعزيز وعي الطالبات بأن التشوهات المعرفية شائعة ويمكن تعديلها.</p>	الاجراءات
بناء علاقة إرشادية وتعريف الطالبات بالتشوهات المعرفية.	هدف الجلسة
المناقشة الجماعية. العصف الذهني. التنقيف النفسي. عرض نموذج (فكرة- شعور-سلوك)	الفنيات والانشطة
إرشاد جمعي تفاعلي.	الاساليب
سبورة، بطاقات، عرض تقديمي.	الادوات

### الجلسة الثانية: التفكير الكلي (الكل أو لا شيء) مدة الجلسة: 45-60 دقيقة

<p>التعرف على مستوى فهم الطالبات لمفهوم التفكير الكلي (الكل أو لا شيء). - الطالبة لم تحصل على علامة كاملة اذن انا فاشلة. - تضيق المرشدة هذا التفكير متطرف ويميل الى نزعة الطالبة الى المعاناة . - استخدام فنية تعديل الموقف القيمة ليست في الكمال بل في اختيارك ان تبدلي جهدك ثم تسأل. ما الموقف الذي يعبر عن قوتك: الكمال ام الاستمرار ؟</p>	الاجراءات
---	-----------



هدف الجلسة	تحويل التركيز من النتيجة المطلقة الى المعنى.
الفنيات والانشطة	تعديل الموقف والحوار السقراطي المعنوي .
التقويم البنائي	تلخيص كل ما دار في الجلسة الارشادية ومعرفة آرائهن وملاحظاتهم عن الجلسة، ثم طرح التساؤل الاتي: ما المعنى في المحاولة ؟ هل الحياة ابيض واسود فقط ؟
التدريب البيئي	تطلب المرشدة من الطالبات ممارسة تدريبات الاسترخاء.

### الجلسة الثالثة: التوقعات السلبية والتشاؤم مدة الجلسة: 45-60 دقيقة

الاجراءات	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مساعدة الطالبات على إدراك الفرق بين التوقع الواقعي والتشاؤم المبالغ فيه.</li> <li>- مناقشة العلاقة بين التوقعات السلبية وكل من القلق والاكتئاب</li> <li>- تنمية مهارة توليد توقعات بديلة أكثر توازناً وواقعية.</li> <li>- تشجيع الطالبات على استخدام عبارات أمل واحتمال بدل الجزم السلبي.</li> <li>- التشاؤم ليس عبئاً عندما نُعيد تفسيره في ضوء قيمنا، ومسؤوليتنا، ورسالتنا في الحياة. لا تفرض "التفاؤل الإيجابي"، بل أشجع الطالبات على التفكير الواقعي العميق ذي المعنى</li> </ul>
هدف الجلسة	مناقشة الواجب البيئي تدريب المشاركات على اختيار هذه الفكرة بالواقع.
الفنيات والانشطة	المناقشة، الاسترخاء، النية المتناقضة .
التقويم البنائي	قامت المرشدة بتحديد الواجب البيئي للطالبات، وهو تدوين مواقف مررن بها وفكرن تفكيراً سلبياً تجاه الموقف الذي تصرفن فيه والأثر الذي ترتب عليه.
التدريب البيئي	تطلب المرشدة من الطالبات كتابة اهم اسباب شعورهن بالتشاؤم .

### الجلسة الرابعة: التهويل مدة الجلسة: 45-60 دقيقة

الاجراءات	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مساعدة الطالبات على التعرف على مواقف حياتهن اليومية التي يملن فيها للتهويل.</li> <li>- توضيح الفرق بين التهويل الواقعي والتضخيم المبالغ فيه.</li> <li>- مناقشة أثر التهويل على المشاعر السلبية (قلق، اكتئاب، إحباط).</li> <li>- مساعدة الطالبات على رصد حديثهن الداخلي المبالغ فيه مثل كان شهراً شاقاً</li> </ul>
-----------	--



بالواجبات المدرسية	
كشف المبالغة	هدف الجلسة
- المناقشة والحوار، التغذية الراجعة، ازالة الانعكاس .	الفنيات والانشطة
- تسأل المرشدة الطالبات ، ما الايجابيات والسلبيات في جلسة اليوم؟	التقويم البنائي
- تطلب المرشدة من الطالبات كتابة الموقف الفكرة ومستوى القلق قبل وبعد.	التدريب البيتي

الجلسة الخامسة : القفز الى الاستنتاجات مدة الجلسة: 45-60 دقيقة

- تعريف الطالبات بالقفز الى الاستنتاج ما يعرف أيضا الاستدلال التعسفي -- - المدرس يكرهني ... اكيد سأفشل - تسأل المرشدة ما الذي جعلك تصلين لهذه النتيجة ؟ هل هذا تفسير ام حقيقة ؟ - تعديل الموقف من خلال إعادة صياغة التجربة بطريقة أكثر واقعية - إيجاد أفكار بديلة ومتوازنة - الاسترخاء ليتمكن الطالبة من اكتساب نظرة جديدة للحياة	الاجراءات
فصل التفسير عن الواقع . نقل الطالبة من رد فعل تلقائي الى اختيار واع .	هدف الجلسة
الحوار السقراطي المعنوي ، الاسترخاء، تعديل الموقف	الفنيات والانشطة
تلخص المرشدة ما دار في الجلسة وتسال الطالبات ما الدليل المؤكد ؟ هل توجد تفسيرات اخرى ؟	التقويم البنائي
تطلب المرشدة من الطالبات ذكر القفز الى الاستنتاج والافكار المؤيدة والافكار وغير المؤيدة؟	التدريب البيتي

الجلسة السادسة : تقبل افكار الاخرين مدة الجلسة: 45-60 دقيقة

- تدريب الطالبات على تقبل أفكار الاخرين والمعتقدات تجاه النفس - تبديل الأفكار السلبية بأفكار إيجابية	الاجراءات
---	-----------



- تدريب الطالبات على احترام وجهات النظر .	
تنمية القدرة على المرونة الفكرية لدى الطالبات .	هدف الجلسة
المناقشة والحوار، الاسترخاء . لعب الدور	الفنيات والانشطة
تسال المرشدة الطالبات ما قيمة احترام الاخرين ؟ ولماذا؟	التقويم البنائي
ماذا تتعلمين من سماع رأي مختلف ؟	التدريب البيتي

الجلسة السابعة: التفكير العاطفي مدة الجلسة: 45-60 دقيقة

- استرجعي افكارك التي سبقت الموقف - تنمية القدرة على التميز بين الشعور والحقيقة - زيادة التريث قبل الحكم	الاجراءات
زيادة الوعي . تنمية الحرية والمسؤولية	هدف الجلسة
المناقشة، الاسترخاء، التعزيز الاجتماعي .	الفنيات والانشطة
تناقش المرشدة مع الطالبات محتوى الجلسة وتسالهن ما الموقف الاكثر نضجا	التقويم البنائي
ماذا يعني ان تكوني واعية بمشاعرك دون ان تتحكمي بها .	التدريب البيتي

الجلسة الثامنة: استبدال الافكار المشوهة مدة الجلسة: 45-60 دقيقة

- استحضار رغبة قوية ونية في ذهن الطالبة للقيام بها - تدريب الطالبات عمليًا : كتابة الفكرة المشوهة. - تحديد نوع التشوه (مثل التهويل، التعميم، التوقعات السلبية). - إعادة صياغة الفكرة بشكل منطقي وإيجابي.	الاجراءات
---	-----------



<p>- مناقشة التأثير: كيف تؤثر الأفكار الجديدة على المشاعر والسلوك بالمقارنة مع الأفكار المشوهة.</p> <p>- مشاركة الطالبات لتجاربهن مع ابعاد الأفكار السلبية وفصلها عن الذات .</p> <p>- تشجيع الطالبات على مراقبة أفكارهن اليومية وممارسة استبدال الأفكار المشوهة بشكل مستمر.</p> <p>- خاتمة: تلخيص المهارات المكتسبة، وربط الجلسة بالجلسات المستقبلية لتعزيز القدرة على التعامل مع التشوهات المعرفية في مجالات مختلفة (الذات، الآخرين، الأحداث).</p>	
تنمية الثقة بالنفس .	هدف الجلسة
المناقشة والحوار، التغذية الراجعة، تعديل الموقف، إزالة الانعكاس .	الغيات والأنشطة
تسال المرشدة الطالبات ما فائدة الجلسة؟ وكم مرة تغلبتن فيها على شعوركن	التقويم البنائي
تطلب المرشدة من كل طالبة ان تكتب ماهي اهدافها في الحياة وما الذي يساعدها على تحقيقها من وجهة نظرها.	التدريب البيئي

### انهاء الجلسات 30 دقيقة

تنتهي المرشدة الجلسات وتعمل على تلخيص كل ما دار في الجلسات السابقة ثم اعطاء الفرصة لكل المشاركات في التحدث عما كان قد استفدن من البرنامج الارشادي وكيف اسهم البرنامج في تحقيق الفائدة على المستوى الشخصي والمعرفي .

**عرض النتائج ومناقشتها :-** يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث على وفق أهداف البحث الحالي وهي:- التعرف على فاعلية العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المتوسطة من خلال اختبار الفرضية الصفرية الآتية:

1. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات الطالبات في المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التشوهات المعرفية و لا اختبار صحة الفرضية الثانية استخدم اختبار ولكوكسون **Wilcoxon** اذ ظهر أن القيمة المحسوبة تساوي (1.366)، وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (2) عند مستوى دلالة (0.05). اختبار ذو نهايتين بدرجة حرية (7)، يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح نتائج الاختبار البعدي، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وكما موضح في الجدول (8).

### الجدول (8)

نتائج اختبار ولكوكسون للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية



الدالة	Sig.	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	عدد الرتب	بعدي- قبلي	الاختبار
		الجدولية	المحسوبة					
دال احصائيا	0.018	2	1.366	0	0	0	الرتب السالبة	القبلي
		0.05 (7)		4	28	7	الرتب الموجبة	البعدي
						7	الكلي	

2. لا توجد فاعلية للعلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، قامت الباحثة بحساب النسبة المعدلة للكسب (بلاك) في قياس التشوهات المعرفية للمجموعة التجريبية وللأختبارين القبلي والبعدي والجدول (9) يوضح ذلك.

#### جدول (9)

فاعلية البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية بأستعمال معادلة الكسب لبلاك

المعيار	نسبة الفاعلية	الدرجة القصى للمقياس	متوسط التطبيق البعدي	متوسط التطبيق القبلي	المجموعة
1.2	2.33	176	59.446	96.948	التجريبية الثانية

يتبين من الجدول اعلاه ان نسبة الكسب المعدلة (لبلاك) في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المرحلة المتوسطة في المجموعة التجريبية التي استعملت البرنامج الإرشادي بالعلاج بالمعنى (لفرانكل) بلغت (2.33) وهي اعلى من نسبة الكسب المعدلة التي حددها (بلاك) وهي (1.2) مما يشير الى فاعلية البرنامج الإرشادي على وفق العلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية لدى طالبات المجموعة التجريبية الثانية من طالبات المرحلة المتوسطة، اي ترفض الفرضية الصفرية وذلك لان هناك فاعلية للعلاج بالمعنى في خفض التشوهات المعرفية.

#### مناقشة النتائج :-

أظهر الاختبار التائي لعينة واحدة وحسب المتوسط الحسابي للعينة وبموازنته مع المتوسط الفرضي لمقياس التشوهات المعرفية، ان القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية، اي انها دالة احصائيا وهذا يشير الى ان العينة لديها تشوهات معرفية. النتائج المتكاملة تشير إلى مستوى المقارنة داخل المجموعة التجريبية وأظهرت فاعلية واضحة للبرنامج اختبار ولكسبون دل على انخفاض معنوي في درجات التشوهات



المعرفية بعد التدخل وعلى مستوى المقارنة بين المجموعتين في القياس البعدي كما وظهرت النتائج تفسيراً قائماً على نظرية فيكتور فرانكل ؛ إذ إن جلسات العلاج بالمعنى التي تشجع الحوار ، وطرح أسئلة استكشافية، ومساعدة الطالبات على اكتشاف دلالات ذاتية في تجاربهن تسهم في إعادة بناء المعنى وتقليل التفكير المشوه، وتتفق هذه النتائج مع دراسات سابقة (مثل دراسة تومسون وميلا) التي أظهرت أن العلاج بالمعنى يقلل من حالات القلق بين الطالبة المراهقين في البيئة المدرسية وهذا يؤكد أن التدخل المبني على إكساب الطالبة القدرة على إدراك معنى لحياتها وتجاربها اليومية يسهم في إعادة تفسير المواقف بطريقة أكثر واقعية ومرونة، ويقلل من أنماط التفكير المشوه التي غالباً ما تؤدي إلى القلق أو الإحباط. وهو ما ينعكس بدوره في تراجع التشوهات المعرفية، لذا يمكن القول إن النتائج الحالية تضيف دلائل تجريبية تدعم فاعلية العلاج بالمعنى كمدخل إرشادي مدرسي، وتحقق هذه النتيجة مع نتائج دراسة شو كلا وسريفاستافا 2024 توضح هذه النتائج الأثر الإيجابي لاستخدام التكنولوجيا الحديثة كوسيط علاجي يسمح بإعادة بناء الأفكار والتصورات المشوهة بطريقة واقعية.

### التوصيات Recommendations

في ضوء نتائج البحث الحالي تم الخروج بعدد من التوصيات والمقترحات منها:

- 1- الجمع بين استراتيجيات العلاج بالمعنى وتقنيات العلاج المعرفي السلوكي، مثل إعادة البناء المعرفي، لتقوية فعالية التدخل في خفض التشوهات المعرفية.
- 2- إعداد برامج تدريبية خاصة للطالبات حول كيفية استخدام مفاهيم المعنى والهدف الوجودي في تعديل التفكير المشوه لدى الطلاب.

### المقترحات Suggestions

- 1- إعداد برنامج وقائي يهدف إلى ترسيخ الإحساس بالمعنى لدى الطالبات في المراحل الدراسية الأولى للحد من تشوهات مثل النظرة السلبية للذات أو المستقبل.
- 2- استخدام العلاج بالمعنى مع الفئات التي تعاني من صدمة نفسية حيث يكثر لديهم التفكير المشوه المتعلق بالذنب، وفقدان المعنى، والأمل.

### المصادر العربية والاجنبية :

- القرة، ح. أ. (2019). البرامج الإرشادية: الأساليب والفنيات. غولي.
- جمهورية العراق، وزارة التربية. (2011). الأهداف التربوية في القطر العراقي. بغداد: مديرية المناهج، وزارة التربية.



- فرحاتي، العربي بلقاسم. (2012). البحث الجامعي بين التحرير والتصميم والتقنيات. الجزائر: دار النشر.
- علي، محمد، السيد. (2011). موسوعة المصطلحات التربوية. عمان: دار المسيرة.
- العبادي، إ. ي. إ. (٢٠٢٥). التفكير المهني لدى أطفال الروضة. مركز الكتاب الأكاديمي.
- Abela, J. R. Z., & Hankin, B. L. (Eds.). (2008). Handbook of depression in children and adolescents. The Guilford Press.
- Ablon, J. S., & Pollastri, A. R. (2018). The school discipline fix: Changing behavior using the collaborative problem solving approach. Cambridge, MA: Harvard Education Press.
- Agrawal, V., & Misra, S. (2025). NEP psychology: Abnormal psychology (MJC-5), educational psychology (MJC-6), systems of psychology (MJC-7) with practical, B.A. 4<sup>th</sup> sem. [Publisher].
- Allen, K.-A., & Kern, P. (2020). Boosting school belonging: Practical strategies to help adolescents feel like they belong at school. Routledge.
- Bank, R. B., & Škrijelj, R. (Eds.). (2021). Current human and social sciences research Livre de Lyon.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). Cognitive Therapy of Depression. New York: Guilford Press
- Chan, F., Berven, N. L., & Thomas, K. R. (Eds.). (2004). Counseling theories and techniques for rehabilitation health professionals . Springer Publishing Company
- Chan, F., Berven, N. L., & Thomas, K. R. (Eds.). (2015). Counseling theories and techniques for rehabilitation and mental health professionals (2<sup>nd</sup> ed.). Springer Publishing Company
- Choukla, A., & Srivastava, A. (2024). Immersive Therapy: Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy Using Virtual Reality to Reduce Cognitive Distortions. Human-Centered Enhanced Research, 9(1), 2. Springer.



- Ciuta, S. (2023). The transformative power of daily actions: How your choices shape your character [Publisher Cooper, M. (2003). Existential therapies. SAGE Publications.
- Cooper, M. (2003). Existential therapies . SAGE Publications
- Costello, S. J. (2019). Applied logotherapy: Viktor Frankl's philosophical psychology Cambridge Scholars Publishing.
- Cox, W. M., & Klinger, E. (Eds.). (2004). Handbook of motivational counseling: Concepts, approaches, and assessment . John Wiley & Sons, Ltd.
- De Marco, P. (2025). Logotherapy and the search for meaning in a complex world. [Publisher].
- R. A., Golden, B. A., & Morris, H. J. (Eds.). (2010). Handbook of cognitive-behavioral approaches in primary care. Springer Publishing Company.
- Freeman, A., Pretzer, J., Fleming, B., & Simon, K. M. (2004). Clinical applications of cognitive therapy (2<sup>nd</sup> ed.). Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Gimpel Peacock, G., Ervin, R. A., Daly, E. J., III, & Merrell, K. W. (Eds.). (2010). Practical handbook of school psychology: Effective practices for the 21st century. The Guilford Press
- Gray, L. E., & Dunn, S. D. (2024). Incorporating the human element in online teaching and learning. In Advances in Higher Education and Professional Development (AHEPD) Book Series. IGI Global
- Hariharan, M., Chivukula, U., & Padhy, M. (2024). Counselling skills: Theory and practice. Routledge.
- Harvey, J. H. (2002). Perspectives on loss and trauma: Assaults on the self . Sage Publications
- Joyce-Beaulieu, D., & Sulkowski, M. L. (2015). Cognitive behavioral therapy in K–12 school settings: A practitioner's toolkit. Springer Publishing Company



- Klee, A. L., & Moore, B. A. (2024). EPPP step one exam review: Comprehensive review, PLUS 450 questions based on the latest exam blueprint (p. 2). Springer Publishing Company, LLC
- McLafferty, C. L., Jr., & Levinson, J. I. (Eds.). (2024). Logotherapy and existential analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna. Springer.
- Nelson-Jones, R. (2004). Cognitive humanistic therapy: Buddhism, Christianity and being fully human (p. 5). SAGE Publications.
- Nelson-Jones, R. (2011). Theory and practice of counselling and therapy (5<sup>th</sup> ed.). SAGE Publications.
- Nelson-Jones, R. (2015). Nelson-Jones' theory and practice of counselling and psychotherapy (6th ed.). SAGE Publications.
- Nelson-Jones, R. (2015). Theory and practice of counselling and psychotherapy (6<sup>th</sup> ed.). Los Angeles, CA: SAGE.
- Parsons, R. D. (2009). Thinking and acting like a cognitive school counselor. Corwin Press.
- Rasch, D., & Herrendörfer, G. (1986). Experimental design: Sample size determination and block designs (Trans. Of Statistische Versuchsplanung). Dordrecht, Holland: D. Reidel Publishing Company; Berlin: VEB Deutscher Verlag der Wissenschaften.
- Roberts, A. R. (Ed.). (2009). Social workers' desk reference (2nd ed). Oxford University Press.
- Russo-Netzer, P., Schulenberg, S. E., & Batthyany, A. (Eds.). (2016). Clinical perspectives on meaning: Positive and existential psychotherapy. Cham: Springer.
- Ryznar, E., Pederson, A. B., Reinecke, M. A., & Csernansky, J. G. (Eds.). (2020). Landmark papers in psychiatry: Seminal papers with expert commentaries Oxford University Press.



- Sameroff, A. J., Lewis, M., & Miller, S. M. (Eds.). (2000). Handbook of developmental psychopathology (2<sup>nd</sup> ed.). Springe.
- Sullivan, L. E. (Ed.). (2009). The SAGE glossary of the social and behavioral sciences SAGE Publications, Inc
- Thompson, L., & Miller, R. (2020). Logotherapy for Reducing Adolescent Anxiety in UK Schools. British Journal of School Psychology, 12(3), 45-60
- Wills, F. (2009). Beck's cognitive therapy: Distinctive features (1st ed.). Routledge.