



جامعة الجيلالي بوعنامة بخميس مليانة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية



الموضوع :

الإسهام النسبي للتشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي
لدى طلبة الجامعة

دراسة ميدانية على عينة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية بجامعة خميس مليانة

مذكرة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على شهادة ماستر علوم التربية

تخصص : إرشاد وتوجيه

إشراف الأستاذة:

الدكتورة فوطية فتيحة

إعداد الطالبتين:

بناي منال

بورزامة نعيمة

لجنة المناقشة

رئيسا

الدكتورة مقدم أمال

مشرفا ومقررا

الدكتورة فوطية فتيحة

عضوا مناقشا

الدكتورة لحول فاييزة

السنة الجامعية: 2022 / 2023

شكر وتقدير

الحمد لله الذي بفضلہ تتم الصالحات لك الحمد ربي حتى ترضى ولك الحمد حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه على جميع نعمك كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك لما وفقنا إليه نتقدم بخالص الشكر والتقدير والاحترام لأستاذتنا الغالية "د. فوطية" على إشرافها ومرافقتها لنا وعلى كل مجهوداتها المبذولة في توجيهنا وإرشادنا الى السبل الأمثل والمنهج الاقوم لإنجاز هذا البحث العلمي المتواضع .

كما نشكر جميع من قدم لنا يد المساعدة من زملاء وأساتذة وفقنا الله وإياكم الى كل ما يرضاه من صالح الأعمال.

وفي الأخير نضع ثمرة جهدنا بين أيديكم وجعله الله علما نافعا

إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى من علمني الأخلاق وكيف أواجه الصعاب،

إلى من علمني حب الحياة وحب العمل والاجتهاد

إلى الذي فتح لي صدره الرحب وكان بمثابة الوطن الحامي إلى عماد البيت الذي

أحمل اسمه بافتخار واعتزاز

" أبي العزيز "

وإلى ملاكي في الحياة صاحبة القلب الطيب إلى معنى الحب ومعنى الحنان

والتفاني إلى بسملة الحياة وسر الوجود إلى من كان دعاؤها سر نجاحي وحنانها

بلسم جراحي إلى أغلى الحبايب

" أمي العزيزة "

إلى أخواتي وأخي إلى سندي في الحياة إلى كل من يعرفني من قريب أو من بعيد

إلى كل من يقع نظره على هذا الجهد المتواضع قارئاً وطالبا للعلم أهدىكم ثمرة

جهدي هاته لعلها تنفعني وإياكم وعسى أن يجعله الله علما نافعا

إن شاء الله

منال

إهداء

الحمد لله والشكر لله على جزيل نعمته ووافر عطاءه وله الفضل على إحسانه
أما بعد

أهدي عملي المتواضع هذا
إلى مثلي الأعلى ومنير دربي ومساعدتي في الحياة إلى من لا أستطيع رد فضائله إلى
من علمني العطاء بدون انتظار ومن أحمل اسمه بكل افتخار

" أبي الغالي "

إلى نبع الحنان والطيبة إلى بسمه الحياة وسر الوجود إلى من كان دعائها سر
نجاحي وحنانها بلسم جراحي إلى أمي الحبيبة
إلى من سارو معي درب الأيام وكانوا لي مصدر الدعم والقوة إخوتي وأختي

" سندي في الحياة "

إلى زوجي الذي كان لي عوناً في مسيرتي وإلى كل من تمنى لي الخير والنجاح

نعيمه

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة الحالية الى الكشف عن الإسهام النسبي للتشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجليلي بونعامة بخميس مليانة ولاية عين الدفلى، والكشف عن كل من مستوى التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي لديهم. وذلك بعد إتباع المنهج الوصفي التحليلي وتطبيق كل من مقياس التشوهات المعرفية المصمم من طرف الباحث اسلام العصار سنة (2015)، ومقياس قلق التصور المعرفي المصمم من طرف الباحثة هيفاء عبد حسن علي (2013)، على عينة قوامها 120 طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، واستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية كالتوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل الانحدار البسيط. وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات بواسطة برنامج Spss توصلت نتائج الدراسة الى ما يلي:

- مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجليلي بونعامة.
- مستوى قلق التصور المعرفي منخفض لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجليلي بونعامة.
- تسهم التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجليلي بونعامة.

الكلمات المفتاحية: التشوهات المعرفية، قلق التصور المعرفي، الطالب الجامعي.

Summary:

Current study aimed to reveal the extent of the relative contribution of cognitive distortions in cognitive perception anxiety among first-year undergraduate students at the faculty of social sciences at the University of Djilali Bounama Khemis Miliana Ain Defla , after following the analytical dextruptive approach and applying each of the cognitive distortions scale designed by the researcher Islam Al-Assar (2015), and cognitive perception anxiety scale designed by the researcher Haifa Abed Hassan Ali (2013), on a sample of (120) male and female students, they were selected using a simple random method and using a set of statistical methods such as the arithmetic mean, standard deviation, and simple regression analysis . After statistical processing of the data using the Spss program the results of the study reached the following:

- The level of cognitive a distortions average among first-year University students at the faculty of social sciences .
- The level of cognitive perception anxiety is low among first-year University students at the faculty of social sciences .
- Cognitive distortions contribute to the prediction of cognitive perception anxiety among first-year University students at the faculty of social sciences .

Keywords: cognitive distortions, cognitive perception anxiety, university student

قائمة المحتويات

أ	شكر وتقدير
ب	إهداء
ت	ملخص الدراسة باللغة العربية
ت	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
ح	قائمة المحتويات
ذ	قائمة الجداول
ر	قائمة الأشكال
ر	قائمة الملاحق
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول : مدخل عام للدراسة	
4	1 . الإشكالية
7	2 . الفرضيات
7	3 . أهداف الدراسة
7	4 . أهمية الدراسة
8	5 . مفاهيم الدراسة
9	6 . حدود الدراسة
9	7 . الدراسات السابقة
15	8 . التعقيب على الدراسات السابقة
الفصل الثاني : الإطار النظري	
أولا : التشوهات المعرفية	

19	تمهيد
19	1 . مفهوم التشوهات المعرفية
20	2 . مفاهيم ذات صلة بمفهوم التشوهات المعرفية
21	3 . النظريات المفسرة للتشوهات المعرفية
23	4 . أنواع التشوهات المعرفية
24	5 . العوامل المسببة للتشوهات المعرفية
25	6 . مظاهر التشوهات المعرفية
26	7 . التشوهات المعرفية لدى الطلبة وأساليب الحد منها
ثانيا : قلق التصور المعرفي	
30	تمهيد
30	1 . مفهوم قلق التصور المعرفي
31	2 . مفاهيم ذات صلة بقلق التصور المعرفي
32	3 . النظريات المفسرة لقلق التصور المعرفي
33	4 . مظاهر قلق التصور المعرفي
34	5 . مصادر قلق التصور المعرفي
35	6 . أبعاد قلق التصور المعرفي
35	7 . أساليب الحد من قلق التصور المعرفي لدى الطلبة
37	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الثالث : الإجراءات المنهجية للدراسة	
39	تمهيد
39	1 . منهج الدراسة
39	2 . مجتمع الدراسة
40	3 . عينة الدراسة

41	4. أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية
48	5. إجراءات تطبيق أدوات الدراسة
48	6. الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة
الفصل الرابع : عرض وتحليل نتائج الدراسة	
50	تمهيد
50	1 . عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
51	2 . عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
53	3 . عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة
57	خلاصة الفصل
الفصل الخامس : مناقشة وتفسير نتائج الدراسة	
59	تمهيد
59	1 . مناقشة وتفسير الفرضية الأولى
61	2 . مناقشة وتفسير الفرضية الثانية
63	3 . مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة
65	الاستنتاج العام
66	خاتمة
66	التوصيات والاقترحات
69	قائمة المراجع
	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	خصائص مجتمع الدراسة	39
02	أبعاد مقياس التشوهات المعرفية وفقراته	41
03	طريقة تصحيح المقياس	42
04	قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد التشوهات المعرفية ودرجاتهم الكلية على المقياس	43
05	معامل ثبات ألفالكرونباخ لمقياس التشوهات المعرفية	44
06	مجالات مقياس قلق التصور المعرفي وفقراته	44
07	الفقرات الموجبة والسالبة لمقياس قلق التصور المعرفي	45
08	طريقة الاجابة على الفقرات الموجبة للمقياس	45
09	طريقة الاجابة على الفقرات السالبة للمقياس	45
10	قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد قلق التصور المعرفي ودرجاتهم الكلية على المقياس	47
11	معامل ثبات ألفالكرونباخ لمقياس قلق التصور المعرفي	47
12	دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في مقياس التشوهات المعرفية	50
13	التوزيع التكراري للتشوهات المعرفية حسب المستويات	51
14	دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في مقياس قلق التصور المعرفي	52
15	التوزيع التكراري لقلق التصور المعرفي حسب المستويات	53
16	نتائج تحليل الانحدار الخطي لإسهام التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى الطلبة	55
17	معاملات إسهام المتغير المستقل (التشوهات المعرفية) في التنبؤ بالمتغير التابع (قلق التصور المعرفي)	56

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	لوحة الانتشار	54
2	مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية	55

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق
01	مقياس التشوهات المعرفية
02	مقياس قلق التصور المعرفي
03	الخصائص السيكومترية للمقياسين
04	نتائج الدراسة الميدانية

مقدمة

مقدمة:

الإنسان باعتباره كائن حي يمتلك بنية معرفية خاصة به، فهو ينظر إلى نفسه وإلى مستقبله وإلى عالمه حسب ما يملكه من معتقدات، يتم تفسيرها من خلال الأحداث ومواقف التفاعل الاجتماعي ويعطيها معان ورؤى فريدة، فضلا عن القيام بما تتطلبه هذه المواقف من سلوكيات واستجابات حياتية ضرورية، وبذلك فإن الحياة بمختلف مجالاتها الأسرية والدراسية والاجتماعية مبنية على أفكار الشخص وما يملكه من خبرات ومخزون معرفي.

وتتشكل دعائم شخصية الفرد من خلال معرفة أسلوب تفكيره، وسبل تلقيه للمعلومات ومعالجتها للاستعانة بها في مختلف المواقف الحياتية، فممارساته السلوكية السوية منها وغير السوية ترجع إلى ما يحتويه جهاز معالجة المعلومات لديه من عمليات معرفية ذات طبيعة انتقائية، وهذا ما يدل على أن الجانب المعرفي مسؤول عن تميز الفرد بأدائه.

ويحتوي البناء المعرفي لكل شخص على مجموعة من المخططات المعرفية وهي المسؤولة عن تشكيل المعلومات وإكسابها المعاني وما توجي به من توجهات، ويقتضي التفكير المنطقي بصورته السوية أن تتصف هذه المخططات بدرجة من المرونة تسمح لها بأن تأسس نفسها على قدر معقول من الموضوعية في معالجة المنبهات الواردة إلى الفرد. ويرى بيك BECK أن الشخص يتعرض لأحداث سلبية فيكون وجهات نظر سلبية عن الذات والعالم والمستقبل، ويميل إلى تشويه المعلومات الوارد إليه بأسلوب غير توافقي أو أسلوب انهماجي، فهي أنماط خاصة من الأفكار يتم إدراكها بطريقة غامضة ومهمة، وبالرغم من أنها ملتوية في التفكير ولا تخضع لإدارة و سيطرة شعورية إلى أنها تبدو له معقولة، وتعد هذه الأفكار التلقائية السلبية جزءا جوهريا في نظام التواصل الداخلي لديه، كما أنها تكون معقدة ومحكمة ومحتوياتها غير مرتبطة إلى حد ما بموقف مثير .

وقد فسرها هذا الاضطراب بما يسمى بالتشوهات المعرفية والتي تؤثر بصورة سلبية على معتقداتنا وأفكارنا تجاه أنفسنا وقدراتنا، فهي أساليب غير منطقية ومعارف محرفة تؤثر على إدراك الفرد وتفسيراته للأشياء إما بالدحض (التغاضي عنها) أو بالمبالغة، فالشخص في هذه الحالة يحمل أحكاما سلبية مسبقة عن الموقف ودوافع سلبية دفينية ومعلومات لا يحكمها المنطق .

وحين يتعرض الفرد لهذه التشوهات المعرفية فإنه يدرك سلوكه من خلال تصورات الإدراكية الخاطئة، ويكون ذلك مصحوبا بدرجة عالية من القلق، وبالتالي يمكن أن تصبح ردود أفعاله غير متوازنة وغير منطقية لا تنسجم مع ما يصادفه من تهديدات حقيقية في بيئته الخارجية، والصراعات الداخلية النفسية التي تدفعه إلى المزيد من الأخطاء والاستجابات غير الملائمة للموقف، وهنا يصبح الموقف مقلقا ويظهر ما يسمى باضطراب قلق التصور المعرفي لدى الفرد، حيث يحاول حماية النفس من خلال التصورات المعرفية المختلفة وميكانيزمات الدفاع النفسي كالتبرير والخداع وغيرهم، مما يزيد من درجة التشتت والارتباك وقلة الانتباه العقلي والفكري والاعتراب النفسي .

ومما سبق ذكره يتضح لنا أن كل من التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي قد يرتبطان في شكل علاقة سببية، ولكل منهما تأثير سلبي على الصحة النفسية للطالب، وقد يجعلانه يدخل حيز الاضطرابات المعرفية الانفعالية السلوكية، مما قد يؤدي به الى التعرض للإصابة بالأمراض العصبية .

هذا ما جعلنا كباحثين نستشعر الأهمية البالغة للموضوع ونتطرق الى دراسة مدى الانسجام النسبي للتشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة .

وقد جاءت الدراسة في فصول مقسمة على جانبين كما هو موضح على النحو التالي:

أولاً: الجانب النظري

الفصل الأول: ويشمل الاطار العام للدراسة والذي بدوره يحتوي على إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، مع الفرضيات التي قامت عليها، وكل من أهداف وأهمية الدراسة وحدودها، والدراسات السابقة لكل متغير والتعقيب عليها .

الفصل الثاني: ويشمل كل من متغيرات الدراسة، كجزء أول تناولنا فيه التشوهات المعرفية مفهومها والنظريات المفسرة لها، وأنواعها ومظاهرها، وصولاً الى أساليب الحد منها، أما الجزء الثاني فتطرقنا فيه الى قلق التصور المعرفي، مفهومه والنظريات المفسرة له، ومظاهره ومجالاته، وصولاً الى كيفية التعامل معه .

ثانياً: الجانب الميداني

الفصل الثالث: يتمثل في الاجراءات الميدانية للدراسة والتي تحتوي على كل من الدراسة الاستطلاعية، المنهج المعتمد في الدراسة الحالية، مجتمع وعينة الدراسة، أدوات جمع البيانات وخصائصها السيكو مترية، وإجراءات تطبيق الدراسة والاساليب الاحصائية .

الفصل الرابع: واحتوى على كل من عرض وتحليل نتائج الدراسة، التي تم الوصول إليها بعد المعالجة الاحصائية للبيانات عن طريق برنامج Spss .

الفصل الخامس: تم في هذا الفصل مناقشة وتفسير نتائج الدراسة، وصولاً الى استنتاج عام وخاتمة مع مجموعة من الاقتراحات والتوصيات . وتختتم هذه الدراسة بقائمة المراجع والملاحق .

الجانب النظري

الفصل الأول: مدخل عام للدراسة

1. الإشكالية
2. الفرضيات
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. مفاهيم الدراسة
6. حدود الدراسة
7. الدراسات السابقة
8. التعقيب على الدراسات السابقة

1. الإشكالية:

يعتبر الانتقال من مرحلة التعليم الثانوي الى مرحلة التعليم الجامعي من أهم المراحل الأكاديمية التي يمر بها الطالب، حيث يكون مصحوبا بالكثير من التحديات والضغوطات القوية النابعة عن الرغبة في تحقيق الذات والبحث عن مكانة اجتماعية والسعي إلى التفوق والتخطيط للمستقبل أو التمرد والجموح، ورفض سيطرة الآخرين... الخ، وهذا ما يرتبط بطريقة التفكير ونوع المعتقدات التي يتبناها الطالب عن طريق تعرضه للمثيرات المختلفة. والكم الهائل من التراكمات والمشاكل المتعلقة بسوء التكيف ضمن محيطه الجديد ما يقلل من شعوره بجودة الحياة والمشكلات المتعلقة بالتحصيل الأكاديمي، وعدم قدرته على توظيف مكتسباته المعرفية بالشكل الصحيح. ونظرا لنظام التعليم الاستثنائي الذي اعتمدته الوزارة الوصية، الذي تسبب في دخول الكثير من الطلبة متاهة نقص المعارف المكتسبة والعجز عن الفهم والاستيعاب، وازدواج الضغوطات التي قد تمارس عليه من طرف الاساتذة والادارة وعدم توافقه مع جماعة الرفاق وغياب شعور الرضا عن التخصص الذي التحق به، ما قد يؤدي به إلى التسليم بأي فكرة دون الاستفسار عن مدى صحتها، فيصبح عرضة للتأثر ببعض المعتقدات اللاعقلانية والمعارف المضطربة، التي تجعله يمارس سلوكيات وانفعالات مختلفة لتأمين احتياجاته المعرفية، ما قد يجعل معتقداته المعرفية تصاب بنوع من التحريف، وهذا راجع إلى ما يحتويه جهاز معالجة المعلومات لديه من عمليات معرفية ذات الطبيعة الانتقائية، التي تنعكس على سلوكياته السوية منها وغير السوية.

فالمعرفة العقلية للطالب تتضمن كل من وجهات نظره وادراكه وتقييمه لنفسه ولكل ما يدور حوله، وعندما تنحرف عما هو واقعي وتصبح غير منطقية يتبنى معتقدات وتصورات مشوهة، تؤدي به الى استنتاجات خاطئة واستجابات غير سوية وغير مقبولة. ويشير بيك Beck إلى أن الاضطراب الانفعالي لا يمكن فصله عن طريقة التفكير، وأن الطالب المضطرب نفسيا لديه أخطاء في طريقة تفكيره، تؤدي به إلى نتائج غير منطقية، قد تظهر على شكل تشوهات معرفية. (العلوي، 2013)

وقد تم التركيز على الجانب المعرفي من شخصية الطالب من طرف المعرفيين، بحيث أكدوا على أن هناك علاقة وطيدة بين المعرفة والتفكير والانفعال والسلوك، وأن المشكلة الحقيقية للاضطرابات النفسية والانفعالية تكمن في طريقة تفكيره وادراكاته وتفسيراته الخاطئة للأحداث والمواقف التي يتعرض لها في حياته .

فيوجد من الطلبة من يتحدثون عن ذواتهم بطريقة سيئة، ومن يحكمون بالفشل عن أنفسهم قبل الخوض في أي تجربة مضت، ومن يهولون ويضخمون الامور البسيطة وينظرون بنظرة سلبية إلى كل ما يحدث معهم، ومن يلومون الآخرين عن آلامهم دون أن تكون لهم علاقة بذلك، ومن يمتلكون معتقدات مضطربة يستخدمونها في تعزيز الأفكار والانفعالات السلبية لديهم، ومن يفسرون الأحداث في حدود المبالغة أو التقليل والتبسيط، ومنهم من يتبنى كل ما هو سلبي ويقصي كل ما هو ايجابي في معاملاته اليومية والعملية. (العصار، 2015)

وهذا ما أكده الباحثين اللحياني والعتيبي (2021) في دراستهما التي جاءت كدراسة مقارنة، هدفت إلى تحديد أكثر أبعاد التشوهات المعرفية انتشارا (لوم النفس، نقد الذات، العجز، اليأس، استغراق التفكير بالخطر) لدى طلبة الجامعة في المجتمع السعودي والمجتمع المصري، حيث توصلت إلى النتائج التالية: أكثر أبعاد التشوهات المعرفية انتشارا هو بعد لوم الذات، ثم استغراق التفكير بالخطر، ويليه العجز ثم اليأس ثم النقد الذاتي، وأن مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى أفراد العينة الكلية .

ويتفق كل من بيك وإليس Beck Et Elli على أن المعارف الخاطئة أو المشوهة والمعتقدات اللاعقلانية، هي التي تسبب الاضطرابات الانفعالية والسلوكية. ويمكن لهذه التشوهات أن تخلف آثارا وخيمة على الصحة النفسية للطلاب، فيؤدي به إلى المزيد من الاضطرابات النفسية، من توتر وارتباك وانشغال التفكير، واضطراب الأنشطة المعرفية اللازمة في مواجهة المواقف المختلفة، والاصابة بما يعرف بالأمراض العصبية، من اكتئاب ووساوس قهريّة، وانفعالات فيزيولوجية سلبية من قلق وفوبيا، تنعكس على تفاعله الاجتماعي مع الآخرين. (عيسى التواتي وأبي مولود، 2017)

وأشارت العلوي إلى أنه " لا يمكن عزل اضطرابات الوجدان، وأمراض الاكتئاب عن الطريقة التي يفكر بها الطالب، بل هي إحدى نتائج هذا التفكير لأنه عن طريقه يتم ادراك الامور، وأن مجموع وجهات النظر المشوهة والادراكات السلبية التي يتبناها الطالب نحو الذات، والعالم الخارجي وما يحمله له المستقبل، كلها تؤدي إلى الاكتئاب، فعندما يواجه الطالب أي موقف فإنه ينظر إلى هذا الموقف ويتعامل معه وفق معتقداته أو فلسفته العامة للحياة، فيشعر بالتهديد أو الطمأنينة، بالسلام أو العدا، بالحب أو الكراهية، بالقلق أو الهدوء، بالإقبال أو بالإحجام، حسب ما تمليه عليه فلسفته ومجموع وجهات نظره وتوقعاته حيال نفسه وحيال الآخرين". (العلوي، 2013،ص.4)

ماقد يجعل الطالب يدرك سلوكه من خلال تصورات المعرفية بدرجة عالية من القلق، فتصبح ردود أفعاله غير متوازنة وغير منطقية، لا تنسجم مع مستوى ما يصادفه من تهديدات حقيقية في بيئته الخارجية، والصراعات الداخلية النفسية التي تدفع به إلى المزيد من الأخطاء والاستجابات غير الملائمة مع الموقف، وهنا يكون الموقف مقلقا، وفي المقابل يحاول الطالب حماية النفس من خلال التصورات المعرفية المختلفة، وميكانيزم الدفاع النفسي كالتبرير والخداع، مما يزيد من درجة التشتت والارتباك وقلة الانتباه العقلي والفكري.(عبدالوهاب والسيد، 2017،ص.697)

حيث نجد الكثير من الطلبة يتعرضون إلى القلق بمختلف أنواعه، فمنهم من يعاني من قلق الامتحان، ومنهم من يعاني من قلق المستقبل، وخاصة قلق المستقبل المهني، فالقلق هنا يعتبر من أهم الانفعالات السلبية التي تؤثر على حياة الطالب الأكاديمية، وبالأخص في العمليات العقلية من تركيز واستدعاء للمعلومات المحفوظة، مصحوبة بمشاعر من الخوف والتوتر والرغبة. إلا أن العديد من الطلبة يمتلكون القدرة على مواجهة القلق دون اللجوء إلى المعالجة النفسية، يرجع هذا إلى أن أفكارهم السلبية تصحح نفسها ذاتيا، وعندما يحدث تشوه معرفي

للإدراك يتم من خلاله منع هذا التصحيح الذاتي بطريقة تلقائية، وتستمر الأفكار اللاعقلانية والتصورات الخاطئة في الظهور بصورة غير منطقية. فالمكون الذهني للقلق ينتج غالباً من التوقعات السلبية للنجاح، أو من التقويم السلبي للذات، أي أن قلق التصور المعرفي يعد حاصل للخوف من النتائج المتوقعة بالفشل .

وقد أوضح إليس Ellis أن قلق التصور المعرفي يتعلق بالطريقة التي يفكر بها الطالب في داخله، وليس بالضرورة لخصائص خارجية مهددة، ويتسم تفكير الطالب الذي يعاني من قلق التصور المعرفي بالمبالغة وتوقع الخطر في مختلف المواقف التي يمر بها.(علي وعائز، 2013، ص.5)

وقد هدفت دراسة هيفاء عبد حسن علي وأمل إسماعيل عايز (2013) إلى قياس مستوى قلق التصور المعرفي لدى الطلبة، وتوصلت النتائج إلى أن طلبة الجامعة المستنصرية ليس لديهم قلق التصور المعرفي.

إلا أن الطالب الذي قد يعاني من قلق التصور المعرفي يدرك أن الأحداث التي يتعرض لها تقع خارج مدى ملاءمتها لنظام بنائه المعرفي، وأن القلق يحدث عندما يدرك أنه لا يملك ما يكفي من البنى التي تساعد على تفسير الأحداث التي يمر بها، ومعاناته من صعوبة فهم الكم الهائل من المعلومات واستيعابها، قد تجعله شبه عاجز عن مواجهة هذه التغيرات المتلاحقة وغير قادر على التعامل بكفاءة للتوافق معها، وتظهر المشكلات النفسية عندما يعجز البناء المعرفي عن فهم المعارف ومعالجتها واحتوائها ضمن الخبرات السابقة، بطريقة تكفل القيام بسلوك منظم، الأمر الذي قد يؤدي إلى إحداث تشويه في النظام التصوري للطلاب.(عبدالوهاب والسيد، 2017، ص.697)

وتتركز المشكلة في مدى خطورة القلق والتوترات الانفعالية المصاحبة لها، والانعكاسات السلبية التي تشتت أفكار الطالب وانتباهه على الأشياء التي تزعجه وتقلل معالجة معلوماته، وتسبب له توتراً وقلقاً نفسياً، مما يوجد لديه مخططات ادراكية تسم بالجمود وتبث القلق والخوف والتردد.(عبدالوهاب والسيد، 2017، ص.698)

وللتعمق أكثر في موضوع الدراسة الحالية تطرقنا كباحثين إلى صياغة التساؤلات التالية:

- ما مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجليلي بونعامه؟
- ما مستوى قلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجليلي بونعامه؟
- هل تسهم التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجليلي بونعامه؟

2.الفرضيات:

للإجابة على التساؤلات السابقة نضع الفرضيات التالية:

1.2. الفرضية الاولى:

مستوى التشوهات المعرفية مرتفع لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة.

2.2. الفرضية الثانية:

مستوى قلق التصور المعرفي مرتفع لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة.

3.2. الفرضية الثالثة:

تسهم التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة.

3.أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن:

- مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة .

- مستوى قلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة.

الاسهام النسبي للتشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة .

4.أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها تجمع بين أهم متغيرين معرفيين يؤثران على الحياة الدراسية والشخصية للطالب الجامعي، فكل من التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي يعتبران من المشاكل النفسية والانفعالية التي ترهق الطلبة، خاصة في الجانب المعرفي الذي ينعكس على مستوى تحصيلهم الاكاديمي، الذي يؤثر على مصيرهم ومستقبلهم الاجتماعي والمهني، وجاءت هذه الدراسة كإثراء للتراث النظري والبحث العلمي في

البيئة الجزائرية، من أجل مساعدة التريبيين والاختصاصيين النفسيين للحد من هذا النوع من الاضطرابات لدى الطلبة الجامعيين .

5. مفاهيم الدراسة:

1.5 التشوهات المعرفية:

1.1.5 لغة:

التَّشْوَهُ - مصدر: تَشَوَّهَ - : التَّنَكَّرُ ، والتَّمَوُّهُ ، وصيرورة الشيء قبيحا .

التَّشْوِيهُ - مصدر: شَوَّهَ : تحريفُ الشيء وتغييره .

التَّشْوِيَةُ : افساد الشكل ، وتقبيحه . (معجم نور الدين الوسيط، باب التاء، 2009، ص.378)

2.1.5 اجرائيا :

التشوهات المعرفية هي عبارة عن عمليات عقلية تمثل اخطاء بالتفكير، تؤدي الى معتقدات لاعقلانية تكون مشاعر سلبية، ما يساعد ظهور نمط الاستجابات السلوكية غير السوية لدى الطالب، وقد تم حصرها في الابعاد التالية : التفكير الثنائي، الاستنتاج الاستنباطي، المبالغة والتقليل، المنطق العاطفي، لوم الذات والآخرين، التفكير المثالي، المقارنات المجحفة، الافراط في التعميم والايجابية، " ماذا لو " الاسئلة العميقة. وتقاس بالدرجة التي يتحصل عليها طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجيلالي بونعامة -خميس مليانة - على مقياس التشوهات المعرفية المصمم من طرف الباحث اسلام اسامة العصار سنة (2015) .

2.5 قلق التصور المعرفي:

1.2.5 لغة:

قَلِقَ الرجلُ، يَقْلُقُ قَلْفًا، فهو: قَلِقٌ: لم يَسْتَقِرَّ في مكان واحد .

قَلِقَ الرجلُ : لم يستقر على حالة واحدة .

قَلِقَ الرَّجُلُ : اضْطَرَبَ وانزعَجَ .

والامر من قَلِقَ : اقلَقَ . (معجم نور الدين الوسيط، باب القاف، 2009، ص.934)

2.2.5 اجرائيا:

قلق التصور المعرفي هو خبرة انفعالية سلبية، ترتبط ارتباطا مباشرا بعمليات الادراك والتفسير الخاطئ، حيث يصحها تيار من الافكار السلبية غير الواقعية، تتسبب بشعور الطالب بالتهديد والقلق المستمر، وقد تم حصره ضمن الابعاد التالية: العجز عن تفسير الاحداث والمواقف، العجز عن التنبؤ بالأحداث والمواقف، العجز عن التوقع بالمستقبل. ويقاس بالدرجة التي يتحصل عليها طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجليلي بونعامة -خميس مليانة - على مقياس قلق التصور المعرفي المصمم من طرف الباحثة هيفاء عبد حسن علي سنة (2013) .

6. حدود الدراسة:

1.6 الحدود البشرية: طبقت الدراسة الحالية على عينة قوامها 120 طالب وطالبة من مستوى السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بكلية العلوم الاجتماعية و الانسانية بجامعة الجليلي بونعامة -خميس مليانة ولاية عين الدفلى -

2.6 الحدود الزمانية: تم تطبيق المقياسين على عينة استطلاعية من 07 إلى غاية 10 نوفمبر 2022، أما الدراسة الأساسية فتم تطبيقها من 28 الى غاية 30 نوفمبر 2022، من السداسي الأول للسنة الجامعية 2022/2023 .

3.6 الحدود المكانية: تم اجراء هذه الدراسة على طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بكلية العلوم الاجتماعية و الانسانية بجامعة الجليلي بونعامة -خميس مليانة ولاية عين الدفلى -

7. الدراسات السابقة:

1.7. الدراسات العربية المتعلقة بالتشوهات المعرفية:

- دراسة اسلام أسامة العصار (2015): وجاءت بعنوان التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة، وهدفت الى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين ودراسة العلاقة بينهما، واعتمدت على المنهج المقارن وتكونت عينة الدراسة من 662 طالبا وطالبة تراوحت أعمارهم بين 15 و22 سنة، وتم اختيارهم بالطريقة الطبقية المنظمة في مدارس المرحلة الثانوية الحكومية ، والطريقة العشوائية البسيطة في الجامعات الفلسطينية داخل قطاع غزة المحتلة. وتم استخدام مقياس التشوهات المعرفية ومقياس معنى الحياة من اعداد الباحث ، وتمت معالجتهما بالأساليب الاحصائية التالية : العرض الجدولي، النسب المئوية والتكرارات، المتوسط الحسابي، اختبار تحليل التباين الأحادي...إلخ، وتوصلت النتائج الى أن مستوى معنى الحياة مرتفع بشكل عام، كما بينت وجود علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع

- غزة ن كما أظهرت وجود فروق دالة احصائيا في التشوهات المعرفية لدى المراهقين تعزى الى الجنس ومرحلة المراهقة ن وعدم وجود فروق دالة احصائيا في معنى الحياة تعزى الى الجنس ومرحلة المراهقة.
- دراسة أحمد سالم عبد الحميد المعايطه (2016): جاءت تحت عنوان مستوى التشوهات المعرفية لدى الطلبة وعلاقتها بالإساءة اللفظية الموجهة لهم من المعلمين في مدارس مديرية لواء القصر بالأردن . وهدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالإساءة اللفظية الموجهة لهم من المعلمين، واعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي حيث تكونت عينة الدراسة من 298 طالبا وطالبة تم اختيارهم عشوائيا، وتم تطوير مقياسين من طرف الباحث وهما مقياس التشوهات المعرفية ومقياس الإساءة اللفظية. وقام بالمعالجة الاحصائية والأساليب التالية: المتوسطات الحسابية والانحرافات، تحليل التباين الثنائي...إلخ، وتوصل الى النتائج التالية: أبعاد التشوهات المعرفية جاءت متوسطة والدرجة الكلية للمقياس جاءت متوسطة، مستوى الإساءة اللفظية جاء بمتوسط حسابي مرتفع، وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد مقياس التشوهات المعرفية ودرجة الإساءة اللفظية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وجود فروق دالة احصائيا في التشوهات المعرفية والإساءة اللفظية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الاناث، عدم وجود فروق دالة احصائيا بين التشوهات المعرفية والإساءة اللفظية تعزى لمتغير الصف وبين تفاعل متغير الصف والجنس لكلا المقياسين .
 - دراسة غنامة (2020): هدفت إلى التعرف على التشوهات المعرفية وعلاقتها بقلق الامتحان والكفاءة الذاتية لدى طلبة المرحلة الثانوية في سخن، وقد أجريت الدراسة على عينة (175) طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية، واستخدم الباحث مقياس كل من التشوهات المعرفية وقلق الامتحان والكفاءة الذاتية المدركة، بحيث توصل إلى نتائج التالية: وجود مستوى منخفض لكل من التشوهات وقلق الامتحان لدى الطلبة، ووجود مستوى مرتفع للكفاءة الذاتية المدركة لديهم، مع وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة بين التشوهات المعرفية وقلق الامتحان، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة بين التشوهات المعرفية والكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلبة
 - دراسة ابراهيم سيد أحمد عبد الواحد والسيد الشبراوي أحمد حسنين (2021): جاءت تحت عنوان التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي وادمان الأنترنت. وهدفت هذه الدراسة الى معرفة مستوى التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالقلق الاجتماعي والادمان على الأنترنت، وامكانية التنبؤ بهما من خلال التشوهات المعرفية، وكذلك اختيار الدور الوسيط للقلق الاجتماعي بين التشوهات المعرفية وادمان الأنترنت، وتم هذا بالاعتماد على المنهج الوصفي حيث تكونت عينة الدراسة من 250 طالب وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة الأزهر مصر، وتم اعداد مقياس البحث من طرف الباحثان المتمثلة في مقياس التشوهات المعرفية ومقياس القلق الاجتماعي ومقياس ادمان الأنترنت ، وتمت المعالجة الاحصائية بواسطة مجموعة من الأساليب منها: اختبار T لعينة واحدة، تحليل الانحدار المتعدد المتدرج...إلخ، وأسفرت النتائج عن ما يلي: ارتفاع مستوى التشوهات المعرفية

لدى طلاب الجامعة، وجود علاقة ايجابية بين التشوهات المعرفية وكل من القلق الاجتماعي وادمان الأنترنت مع امكانية التنبؤ بهما من خلال التشوهات المعرفية، وأن التشوهات المعرفية (التفسيرات الشخصية، التعميم الزائد، التهوين الذاتي) هي الأكثر اسهاما في التنبؤ بالقلق الاجتماعي، كما أن التشوهات المعرفية (التجريد الانتقائي، التفكير الثنائي، التعميم الزائد، التهوين الذاتي، التفسيرات الشخصية) هي الأكثر اسهاما في التنبؤ بإدمان الأنترنت، كما أظهرت النتائج الدور الوسيط للقلق الاجتماعي بين التشوهات المعرفية وادمان الأنترنت.

2.7. الدراسات الأجنبية المتعلقة بالتشوهات المعرفية:

- دراسة **Craig & al (2016)**: هدفت الى معرفية العلاقة بين التشوهات المعرفية المقررة ذاتيا وأعراض اضطراب نقص الانتباه/ فرط النشاط واعراض متزامنة من الاكتئاب والقلق واليأس لدى عينة من البالغين المشخصين باضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه، وتكونت عينة البحث من 30 فردا، وتم تطبيق مقياس التشوهات المعرفية والقلق والاكتئاب واليأس، وقد اشارت النتائج الى وجود علاقة موجبة بين التشوهات المعرفية والقلق والاكتئاب واليأس لدى عينة البحث .
- دراسة **Kuru , & al (2017)**: هدفت هذه الدراسة الى تحليل الفروق في التشوهات المعرفية بين المرضى الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي ومجموعة ضابطة من الاصحاء، كما هدفت الى البحث عن العلاقة بين التشوهات المعرفية ومستويات القلق والاكتئاب لدى المرضى ذوي اضطراب القلق الاجتماعي، حيث اشار البحث الى انه استنادا الى الانموذج المعرفي لاضطراب القلق الاجتماعي، فان الافراد الذين يشعرون بالقلق في البيئات الاجتماعية لديهم بعض الافكار والمتعتقدات المختلفة بخصوص انفسهم وطرق الاخرين للحكم على سلوكهم، وتكونت عينة البحث من 102 شخص، تم تقييم المرضى باستخدام انموذج البيانات الاجتماعية الديموغرافية، ومقياس القلق الاجتماعي ومقياس التشوهات المعرفية، ومقياس علامات القلق ومقياس الاكتئاب ، وذلك بعد اجراء مقابلة تشخيصية لعينة البحث، وظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين المرضى والمجموعة الضابطة من الاصحاء فيما يخص مقياس التشوهات المعرفية، حيث كانت معظم التشوهات المعرفية اعلى بشكل ملحوظ لدى عينة المرضى مقارنة بالمجموعة الضابطة، كما اظهرت نتائج البحث وجود علاقات كبيرة بين مقياس القلق الاجتماعي ومستويات القلق واعراض الاكتئاب والتشوهات المعرفية، وان المرضى ذوي اضطراب القلق الاجتماعي كانت لديهم تشوهات معرفية بدرجة اكبر مقارنة بالمجموعة الضابطة من الاصحاء.

3.7. الدراسات العربية المتعلقة بقلق التصور المعرفي:

- دراسة هيفاء عبد حسن علي وأمل إسماعيل عايز (2013): جاءت بعنوان قلق التصور المعرفي لدى طلبة الجامعة المستنصرية، وهدفت الى قياس مستوى قلق التصور المعرفي لدى الطلبة، والتعرف على الفروق في قلق التصور المعرفي تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص، وتم هذا بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 400 طالبا وطالبة تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية بأعداد متساوية حسب الجنس والتخصص، وتم اعداد مقياس قلق التصور المعرفي من طرف الباحثين، حيث تمت المعالجة الاحصائية بواسطة أساليب مختلفة نذكر منها: الاختبار T لعينة واحدة، الاختبار T لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الثنائي، الاختبار Z. وتوصلت النتائج الى ما يلي: طلبة الجامعة المستنصرية ليس لديهم قلق التصور المعرفي، لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في قلق التصور المعرفي وفقا لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعلات الثنائية .
- دراسة راسة علي صكر جابر الخزاعي وختام محمد حسن عباس الليباوي (2013): جاءت بعنوان قلق التصور المعرفي على وفق الكفاية الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة، وهدفت الى التعرف على الكفاية الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة، و الفروق في الكفاية الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص، و التعرف على قلق التصور المعرفي لدى طلبة الجامعة، و الفروق في قلق التصور المعرفي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيرات الكفاية الذاتية المدركة والجنس والتخصص. حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 400 طالبا وطالبة بجامعة القادسية في الدراسة الصباحية من الذكور والاناث وللتخصصات (العلمية والانسانية) للعام الدراسي (2013/2012)، تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية على أساس التوزيع المتناسب وفقا لمتغيرات النوع الاجتماعي (الجنس) والتخصص، وقام الباحثان بإعداد مقياس قلق التصور المعرفي ومقياس الكفاية الذاتية المدركة، وباستعمال مجموعة من الأساليب الاحصائية (مربع كاي، الاختبار T لعينتين مستقلتين، الاختبار T لعينة واحدة، تحليل التباين الثنائي، تحليل التباين الثلاثي) تمت المعالجة الاحصائية للبيانات وتوصلت الى النتائج التالية: يتمتع طلبة الجامعة بالكفاية الذاتية المدركة، توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) في الكفاية الذاتية المدركة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور ولا توجد فروق دالة احصائيا تبعاً لمتغير التخصص، لا يعاني طلبة الجامعة من قلق التصور المعرفي، توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) في قلق التصور المعرفي تبعاً لمتغير الكفاية الذاتية المدركة لصالح ذوي كفاية الذات المنخفضة، ولا توجد فروق دالة احصائيا تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص .
- دراسة سالم حميد عبيد (2021): جاءت بعنوان قلق التصور المعرفي وعلاقته بالتوقعات المستقبلية لدى طلبة المرحلة الاعدادية، وهدفت الى التعرف على مستوى قلق التصور المعرفي لدى طلبة الاعدادية

ودلالة الفروق الاحصائية وفق متغير الجنس، والتعرف على مستوى التوقعات المستقبلية لدى طلبة الاعدادية ودلالة الفروق الاحصائية وفق متغير الجنس، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وعينة قوامها 120 طالبا وطالبة من المدارس الحكومية وتشمل المدارس الاعدادية والثانوية للدراسات الصباحية في قضاء الرمادي محافظة الانبار، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقام الباحث ببناء مقياس لقلق التصور المعرفي ومقياس للتوقعات المستقبلية، وباستعمال مجموعة من الأساليب الاحصائية (مربع كاي، الاختبار T لعينة واحدة، الاختبار T لعينتين مستقلتين، اعادة الاختبار)، تمت المعالجة الاحصائية للبيانات وتوصلت الى النتائج التالية: قلق التصور المعرفي أعلى من المتوسط لدى أفراد العينة وليس هناك فروق تنسب الى الجنس، التوقعات المستقبلية أعلى من المتوسط لدى أفراد العينة وليس هناك فروق تنسب الى الجنس، لا توجد علاقة دالة احصائيا بين قلق التصور المعرفي والتوقعات المستقبلية لدى أفراد العينة .

4.7. الدراسات الأجنبية المتعلقة بقلق التصور المعرفي:

- دراسة كابرون وآخرون **Capron .D & al (2015)**: حيث أجريت بهدف التعرف على القيمة التنبؤية لقلق التصور المعرفي في الاصابة بالاكنتاب والميول الانتحارية لدى عينة من المراهقين، وشملت عينة الدراسة 524 مراهقا تمت متابعتهم على مدى عامين بإحدى دور الرعاية والعلاج النفسي في مدينة بالتيمور التابعة لولاية ميريلاند الأمريكية، وتم جمع البيانات الأساسية من قبل المعالجين في دراسة طولية أجراها مركز أبحاث الوقاية والعلاج. وتوصلت النتائج الى أن قلق التصور المعرفي يسهم الى حد كبير في الاصابة بالاكنتاب ووجود ميول انتحارية لدى أفراد عينة الدراسة.
- دراسة روجرز وآخرون **Rogers .M & al (2016)**: وقد صممت للبحث عن العلاقة بين قلق التصور المعرفي والتفكير الانتحاري لدى طلاب المرحلة الجامعية ، وتكونت عينة الدراسة من 186 طالبا بجامعة حكومية تقع بإحدى الولايات الجنوبية بأمريكا . استخدم الباحثين مقياس القلق المعرفي لبيك Beck 1988. ومقياس الأفكار الانتحارية لبيك Beck 1991، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية قوية ذات دلالة احصائية بين قلق التصور المعرفي والتفكير الانتحاري لدى أفراد عينة الدراسة.
- دراسة توماس وآخرون **Tomas . & al (2017)**: والتي هدفت الى التعرف على العلاقة بين قلق التصور المعرفي والأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، وشملت عينة الدراسة 534 طالبا وطالبة بإحدى الجامعات الحكومية التي تقع غرب الولاية المتحدة الأمريكية ، وتمثلت الأداة المستخدمة في مقياس قلق التصور المعرفي من اعداد كاسيدي وفينش Cassedy & Fench . 2015، وأشارت النتائج الى وجود علاقة عكسية بين قلق التصور المعرفي ومستوى الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، ففي حالة ارتفاع مستوى قلق التصور المعرفي ينخفض معدل الانجاز الأكاديمي.

5.7. الدراسات العربية التي جمعت بين التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي:

- دراسة داليا خيرى عبد الوهاب ونبيل الهادي أحمد السيد (2017): وجاءت بعنوان قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي كمنبئين بالتشوهات المعرفية لدى طلاب جامعة الأزهر، وهدفت الى التنبؤ بالتشوهات المعرفية من خلال قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي لدى طلاب جامعة الأزهر، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتكونت عينة الدراسة من 305 طالبا وطالبة، واستخدم الباحثان اختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الجامعية، ومقياس التشوهات المعرفية ومقياس قلق الذكاء ومقياس قلق التصور المعرفي، وباستخدام مجموعة من الأساليب الاحصائية (تحليل الانحدار الخطي البسيط والمتعدد، اختبار T test لمعرفة اتجاه الفروق بين المتغيرين) تمت المعالجة الاحصائية للبيانات وتوصلت النتائج الى: وجود فروق دالة احصائيا بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات مجموعة البحث على مقياس التشوهات المعرفية ومقياس قلق التصور المعرفي لصالح المتوسط الفرضي مما يدل على وجودهما بشكل منخفض لدى طلاب جامعة الأزهر، وعدم وجود فروق دالة احصائيا بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات مجموعة البحث على مقياس قلق الذكاء مما يدل على وجوده بشكل متوسط، كما وجدت علاقة موجبة ودالة احصائيا بين التشوهات المعرفية وقلق الذكاء وقلق التصور المعرفي، كذلك وجدت فروق دالة احصائيا بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء في التشوهات المعرفية وقلق الذكاء وقلق التصور المعرفي لصالح المنخفضين في الذكاء، ولم توجد فروق دالة احصائيا بين كل من الذكور والاناث في التشوهات المعرفية وقلق الذكاء لدى طلاب جامعة الأزهر، بينما وجدت فروق دالة احصائيا بين كل من الذكور والاناث في قلق التصور المعرفي لصالح الاناث، ويمكن التنبؤ بالتشوهات المعرفية من خلال قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي كلا على حدا وكلاهما معا لدى طلاب جامعة الأزهر.
- دراسة عبد الرحمان الزهراني (2019): وجاءت بعنوان التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالي والصلابة النفسية كمنبئات بقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الجامعية، وهدفت الى الكشف عن مقدار القيمة التنبؤية لكل من التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالي والصلابة النفسية للتنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الجامعية، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من 276 طالبا جامعيًا ممن يدرسون بكلية الآداب والعلوم الانسانية بجامعة الملك عبد العزيز، واستخدم الباحث استبيان قلق التصور المعرفي من اعداده، ومقياس التشوهات المعرفية من اعداد الباحث اسلام العصار (2015)، واستبيان الصلابة النفسية للباحثة تقنين مخيمر (2002)، واستبيان الوعي الانفعالي من اعداد الباحث، ومقياس المرونة العقلية من اعداد الباحثة داليا عبد الوهاب (2017)، وبالاعتماد على مجموعة من الأساليب الاحصائية (تحليل الانحدار المتعدد، T test) تمت المعالجة الاحصائية للبيانات وتوصلت النتائج الى أنه يمكن تفسير ما يقارب % 48,9 من التباين على متغير قلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الجامعية، وذلك بمعرفة متغيرات التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالي والصلابة النفسية .

8.التعقيب على الدراسات السابقة:

1.8 أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة التي تناولت متغير التشوهات المعرفية والدراسة الحالية:

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات العربية لكل من اسلام العصار (2015) وعبد الواحد وحسانين (2021) من حيث العينة المتمثلة في طلبة المرحلة الجامعية، واختلفت مع دراسة كل من المعايطه (2016) وغنامة (2020) حيث تمثلت عينة الدراسات في طلاب المرحلة الثانوية، أما من حيث المنهج المعتمد فقد اتفقت الدراسة الحالية مع كل الدراسات العربية السابقة، غير أن الدراسات الأجنبية قد اختلفت مع الدراسة الحالية من حيث المنهج والعينة، فنجد دراسة (Craig. W & al (2016) طُبقت على مجموعة من البالغين المشخصين باضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه، أما دراسة (Kuru. & al (2017) فطُبقت على المرضى الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي ومجموعة ضابطة من الأصحاء .

في حين أن الدراسة الحالية قد اختلفت مع الدراسات السابقة من حيث المتغيرات التي ارتبطت مع متغير التشوهات المعرفية، واختلاف الأساليب الاحصائية التي استخدمت لمعالجة البيانات من أجل الوصول الى النتائج.

ولم تتفق الدراسة الحالية مع أي من الدراسات السابقة من حيث المقاييس المستعملة لقياس متغير التشوهات المعرفية، ما عدا دراسة اسلام العصار (2015) حيث تم الاعتماد على المقياس في الدراسة الحالية .

2.8أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة التي تناولت متغير قلق التصور المعرفي والدراسة الحالية:

اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة كل من هيفاء علي وأمل عايز (2013)، والخزاعي والليباوي (2013) ودراسة روجرز وآخرين (Rogers .M & al (2016) ودراسة توماس وآخرون (Tomas . & al (2017) من حيث العينة المتمثلة في طلبة المرحلة الجامعية، واختلفت مع دراسة سالم عبيد (2021) التي طُبقت على عينة من طلاب المرحلة الاعدادية، ودراسة كابرون وآخرون (Capron .D & al (2015) التي طُبقت على عينة من المراهقين.

في حين أن الدراسة الحالية اختلفت مع الدراسات السابقة من حيث المتغيرات التي ارتبطت مع متغير قلق التصور المعرفي، واختلفت في الاساليب الاحصائية التي استخدمت في معالجة البيانات من أجل الوصول الى النتائج .

ونجد أن الدراسات السابقة كلها العربية منها والاجنبية اتفقت مع الدراسة الحالية في أحد الأهداف وهو التعرف على مستوى قلق التصور المعرفي .

ولم تتفق الدراسة الحالية مع أي من الدراسات السابقة من حيث المقاييس المستعملة، ما عدا دراسة هيفاء علي وأمل عايز (2013) بعد أن تم الاعتماد على المقياس في الدراسة الحالية .

3.8 أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة التي جمعت بين كل من متغير التشوهات المعرفية ومتغير قلق التصور المعرفي:

اتفقت الدراسة الحالية مع كل من دراسة عبد الوهاب والسيد (2017) ودراسة الزهراني (2019) في ربط متغيري التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي، ومن حيث المنهج المعتمد والعينة المتمثلة في طلبة المرحلة الجامعية .

وقد جاءت هذه الدراسات لدراسة القيمة التنبؤية لقلق التصور المعرفي من خلال التشوهات المعرفية في دراسة الزهراني (2019)، والقيمة التنبؤية للتشوهات المعرفية من خلال قلق التصور المعرفي في دراسة عبد الوهاب والسيد (2017)، هذا ما اتفقوا فيه مع الدراسة الحالية .

في حين اختلفت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في المقاييس المستعملة، ما عدا دراسة الزهراني (2019) التي اعتمدت على نفس مقياس الدراسة الحالية لمتغير التشوهات المعرفية .

4.8. أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

قدمت الدراسات السابقة نظرة شاملة للاطار النظري والاطار الميداني، حيث ساعدت في هيكلة الخلفية النظرية لكلا متغيري الدراسة الحالية، من حيث أهميتها بالنسبة للطلاب الجامعي وتوضيح المفاهيم وكيفية تطورها في علم النفس المعرفي أو الادراكي، مع منح فرصة الاطلاع على الفرضيات ونتائجها مع متغيرات متنوعة وعينات مختلفة، كما ساعدت الدراسات السابقة في بناء الاشكالية واستخدام المقاييس، والاطلاع على الطرق العلمية المنهجية واختيار الأساليب الاحصائية المناسبة، ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة الحالية .

الفصل الثاني

الإطار النظري

أولا : التشوهات المعرفية

- 1 مفهوم التشوهات المعرفية
- 2 مفاهيم ذات صلة بمفهوم التشوهات المعرفية
- 3 النظريات المفسرة للتشوهات المعرفية
- 4 أنواع التشوهات المعرفية
- 5 العوامل المسببة للتشوهات المعرفية
- 6 مظاهر التشوهات المعرفية
- 7 التشوهات المعرفية لدى الطلبة وأساليب الحد منها

تمهيد:

نظرا لكثرة انتشار الاضطرابات النفسية والعقلية في هذا العصر، ازداد اهتمام الباحثين التربويين والنفسيين بالجانب المعرفي للفرد، بغية فهم العمليات القائمة على استقبال ومعالجة وتفسير المعلومات. لذلك وباعتبار التشوهات المعرفية خلل يصيب البنية المعرفية للفرد تنتج عنه سلوكيات غير سوية، تؤثر سلبا على صحته النفسية والجسمية، فقد نالت أهمية بالغة من قبل العديد من الدراسات الحديثة. وفي هذا الجزء من الاطار النظري لدراستنا الحالية ارتأينا الى تسليط الضوء على مفهوم التشوهات المعرفية، والنظريات المفسرة لها، مع ذكر أنواعها ومظاهرها، وصولا الى طرق واساليب الحد منها لدى الطلبة.

1 . مفهوم التشوهات المعرفية:

لتعدد واختلاف التعريفات والمفاهيم التي تناولت مصطلح التشوهات المعرفية، اخترنا أشهرها وذلك من أجل حصر تعريف شامل لهذا المصطلح.

يعرف بيك **Beck** التشوه المعرفي بأنه تحريف التفكير عن ذاته وعالمه ومستقبله، بتهويل السلبيات واقصاء الايجابيات، وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وكيفية الادراك لدى الفرد وتفسيره للأحداث، هذا ما يؤثر على انفعاله وسلوكه ويحدد مدى تمتعه بالصحة النفسية . (Beck , 2017 , p17)

عرفها جليبرت **Gilbert** (1998): بأنها عبارة عن استجابات تكيفية تطويرية لإدراك التهديد بلا من مجرد تفكير غير قادر على التكيف والتأقلم، وقد افترض أنهم يطورون تفكيرا تكيفيا وليس عقلانيا. (المعايطة، 2016، ص.9)

عرف ييري **Brier** (2000) التشوهات المعرفية بأنها التصور السلبي عن الذات والآخرين والعالم الخارجي، وهي تنشأ وتتفاقم ايضا من وجود بعض الظواهر المرضية مثل القلق والتوتر. (الليحاني والعتيبي، 2022، ص.21) عرفها تورس **Torres** (2002): بأنها نوع من الاضطرابات والمعتقدات الخاطئة التي يعاني منها الفرد، وتتضمن التشوهات الذاتية والتقليل من قيمة الآخرين وتوجيه اللوم لهم، والتشويه في طريقة التفكير والتبرير، وتؤثر هذه المعتقدات في ادراك وتفسير الفرد للخبرات، حيث يقوم الفرد بتشويه بعض الخبرات لتتناسب وبنائه المعرفي ن وتؤدي الى أن يفكر الفرد بطريقة منحرفة وغير منطقية . (عبدالواحد وحسانين، 2021، ص.9)

ويشير غانم (2009) الى التشويه المعرفي بأنه استدلال غير منطقي وسوء تفسير الوقائع، بما يؤيد اعتقادات المرء السلبية عن نفسه في لوم الذات والمبالغة في المستويات والمعايير وتعميم الفشل.(عبدالوهاب وأحمد السيد، 2017، ص.702)

ويرى رسلان (2011) أن التشوهات المعرفية تتمثل في أساليب تفكير غير منطقية ومعارف محرفة تؤثر في ادراك الطالب وتفسيراته للأشياء، اما بالدحض (التغاضي عنها) او المبالغة.(مختار، 2021، ص.5)

يعرف السندي (2013) التشوهات المعرفية بأنها المجمع الكلي للأفكار الخاطئة التي تسيطر على تفكير الشخص، والتي تتضمن كل من: التفكير الثنائي، والتجريد الانتقائي، واخطاء التقييم، والتضخيم والتهويل،

استخدام عبارات لابد وينبغي، والقفز إلى النتائج، وقراءة الافكار، التنبؤ بالغيب والاستغلال الانفعالي، والتفسيرات الشخصية، والتعميم الزائد. (صباح، 2021، ص.9)

يعرفها العصار (2015): بأنها تعني التحريفات والأخطاء المعرفية في معالجة المعلومات، التي يستخدمها الافراد بصورة تلقائية عن احداث الحياة بطريقة سلبية وتسبب لهم الشعور بالضيق والالام. (ص.16)

و عرف بن معمر (2019) التشوهات المعرفية بأنها عبارة عن افكار تتكون لدى المراهق من خلال الحوار الداخلي والذاتي، وتؤكد من طرف العائلة او النسق بصفة عامة، حيث تكون مجرد فكرة سلبية ولكن بعد تكرارها واستعمالها كثيرا تصبح تلقائية في شكل اعتقادات تستحضر في المواقف بصفة غير واعية، فيكون لدينا سلوكيات متماشية مع نوعية الفكرة في الاطار السلبي . (ص.69)

يعرف عبد الواحد وحسانين (2021) التشوهات المعرفية بأنها أساليب تفكير غير منطقية، تؤثر في ادراك الفرد وانفعالاته مع اصدار احكام سلبية في التعامل مع الذات والآخرين، وتؤثر في سلوكيات الفرد واتجاهاته وتصوره لعلاقاته مع الآخرين، واستجاباته للمواقف والاحداث التي يواجهها بطريقة غير صحيحة. (ص.8)

اذا وما سبق ذكره نتوصل الى ان التشوهات المعرفية هي عبارة عن تحريف يحدث اثناء تلقي ومعالجة المعلومات من طرف الفرد، فيتم ادراكها بطريقة خاطئة تسبب في تكون افكار لاعقلانية، تؤدي بالطالب الى القيام بسلوكيات وانفعالات سلبية تعرضه الى اضطرابات نفسية ومعرفية .

2. مفاهيم ذات صلة بمفهوم التشوهات المعرفية:

1.2. التفكير الخاطئ:

هو الادراك الخاطئ لأحداث الحياة، والذي يمكن ان يؤدي الى الاضطراب النفسي، كما بين " بيك Beck " أن جوهر النموذج المعرفي للاضطراب النفسي يقوم على الفكرة أو الصورة الخاطئة التي يشكلها حول ذلك الحدث. (المحسن، 2019، ص.13)

2.2. الاعتقادات اللاعقلانية:

عرفها إليس Ellis بأنها معارف غير واقعية يتم التعبير عنها في شكل ضروريات، وان هذه الضروريات هي التي تخلق الاضطرابات كالغضب والعدوان، ان هذه الاعتقادات اللاعقلانية تمثل جوهر الاضطرابات التي يعيشها الفرد، وتنشأ نتيجة الخصائص الفطرية والتعلم، وهي التي تؤدي الى هزيمة الذات وتدميرها، مما يتعارض مع توافق الفرد وسعادته، وهذه الاعتقادات تتوسط العلاقة بين الاحداث النشطة وبين النتائج الانفعالية والسلوكية لدى الفرد. (بن معمر، 2019، ص.68)

3.2. الأفكار الآلية أو الأوتوماتيكية:

تعرف بأنها تيار من الافكار والمعتقدات التي توجد لدى الافراد من لحظة لأخرى وتظهر في مواقف محددة، وتشير كلمة اوتوماتيكي الى الطبيعة التلقائية لهذه الافكار، وقد لاحظ المرشدون المعرفيون انه من الشائع ان يتقبلها الافراد كأمر مسلّم به بدلا من التساؤل عن مدى صحتها. (ابو اسعد والأزيدة، 2015، ص.196)

وقد توصل بيك Beck إلى أن الأفكار الأوتوماتيكية هي عبارة عن أفكار آلية سلبية، تؤدي إلى التحريف المعرفي، فتكون سببا رئيسيا في نشأة الاضطرابات النفسية المعرفية.

3 . النظريات المفسرة للتشوهات المعرفية:

مصطلح التشوهات المعرفية يشير إلى مجموع الأفكار اللاعقلانية التي تجتاح العقل وتسيطر على التفكير، فيتكون لدى الفرد تحريف ادراكي معرفي ينتج عنه اضطرابات نفسية انفعالية كالقلق بمختلف أنواعه . ويعتبر الطبيب النفسي في التحليل النفسي أرون بيك Aaron Beck أول من وضع الاسس النظرية لهذه التشوهات. فموضوع التشوهات المعرفية تلقى الكثير من الاهتمام من طرف الباحثين خاصة رواد الاتجاه المعرفي السلوكي ك ألبرت إليس Ellis Albert وجورج كيلي George Kelly ، وتعتبر نظرياتهم من اهم النظريات المفسرة للتشوهات المعرفية، لذلك تم اختيارها من طرف الباحثين من اجل اعطاء صورة واضحة حول متغير الدراسة الحالية.

1.3.1. النظرية المعرفية لأرون بيك Aaron Beck وتفسيرها للتشوهات المعرفية:

يرى بيك BECK (1995) أن التشوهات المعرفية التي يكونها الفرد ماهي إلا نتيجة لعمليات الادراك الخاطى أثناء عمليات التفكير، حيث تنتج هذه التشوهات عن افراط الفرد في عمليات التعميم، وتسرعه في توقع النتائج قبل التحقق من المعلومات ومعالجتها، واطلاق الافكار الخاطئة عن الذات وعن الآخرين، وقدم بيك Beck نموذجا للتشوهات المعرفية يتكون من أربعة مستويات وهي:

1.1.3.1. المعتقدات المركزية CORE BELIEFS:

وهي معتقدات جامدة من قبل الفرد حول ذاته والآخرين والمستقبل، وتكون نتيجتها توقعات سلبية تؤثر في استجاباته الانفعالية للأحداث والمواقف.

2.1.3.1. المعتقدات الوسيطة INTERMEDIATE BELIEFS:

وتتضمن كل من التوقعات والمواقف والقواعد والافتراضات.

3.1.3.1. المخططات المعرفية COGNITIVE SCHEMAS:

وهي بمثابة الأبنية المعرفية الموجودة لدى الفرد، وتتضمن الاعتقادات والافتراضات والتوقعات والمعاني والقواعد التي يكونها الفرد عن الاحداث وعن الآخرين وعن البيئة .

4.1.3.1. الأفكار التلقائية AUTOMATIC THOUGHTS:

وهي أفكار سلبية تؤثر بشكل سلبي في قدرة الفرد على مواجهة احداث الحياة وقدرته على التوافق، وينتج عنها ردود أفعال انفعالية لا تتناسب مع الموقف أو الحدث، حيث يكون الفرد غير واع لهذه الأفكار حتى يتمكن من التعامل معها. (عبدالواحد وحسانين، 2021، ص.10)

2.3. نظرية Ellis Albert وتفسيرها للتشوهات المعرفية:

تعد نظرية ألبرت اليس Ellis Albert من أهم النظريات التي فسرت نشوء وظهور الأفكار اللاعقلانية لدى المتعلمين، فضلا عن تقديمها لأحد أنواع طرق العلاج التي تهدف الى مساعدة المتعلمين على التخلص من تلك الأفكار، وتتمثل في العلاج العقلي العاطفي، الذي يتعامل بدوره مع أحد جوانب الشخصية المؤثرة في اتزانها العقلي والانفعالي. (رزوقي ومحمد، 2018، ص.323)

وأرجع ألبرت اليس Ellis Albert التشوهات المعرفية إلى أنها أفكار لاعقلانية واعتقادات غير واقعية، تنشأ نتيجة الخصائص الفطرية والتعلم، وتؤدي الى هزيمة الذات وتدميرها. طور إليس Ellis نظرية تشير الى مصدر التشوهات المعرفية تسمى نظرية A-B-C بحيث الحرف A (Activating event) يشير الى تفعيل الحدث، ويشير الحرف B (Beliefs) الى المعتقدات والأفكار حول الحدث، والحرف C (Conséquence) يشير الى الانفعالات والسلوكيات التي تنتج عن الاعتقادات، واعتبرها كفنية من فنيات العلاج العقلاني الانفعالي.

وأشار إليس Ellis الى أن المعتقدات اللاعقلانية لا يقتصر تأثيرها على انتاج المشاعر السلبية، بل يتجاوز ذلك بحيث تؤدي الى حدوث سلوكيات عصابية، فهذه المعتقدات تجعل الفرد مقتنعا أنه يجب أن يحقق أهدافا مثالية جدا أو غير واقعية، وبالتالي يصبح غير قادر على التعامل مع المواقف الحياتية المحبطة، وهذا يمكن أن يطور لديه الشعور بالقلق او الغضب او الشعور بالاكتئاب . (بن معمر، 2019، ص.74)

وقد حدد إليس Ellis الأفكار اللاعقلانية في عدد من النقاط وهي كالاتي:

- 1 طلب الاستحسان: متبني هذه الفكرة يلزم نفسه بأن يكون محبوبا من طرف جميع من حوله.
- 2 ابتغاء الكمال الشخصي: يلزم الفرد نفسه بأن يكون ذو قيمة وأهمية وعلى درجة كبيرة من الكفاءة والمنافسة.
- 3 اللوم الزائد للذات والآخرين: يوجه الفرد اللوم والتوبيخ للطرف الآخر أو لنفسه، بحيث يعاقب كل من يقوم بتصرفات خاطئة.
- 4 اللامبالاة الانفعالية: يفسر الفرد كل ما يتعرض له من المشكلات التي لا يستطيع التحكم بها بأنها ترجع الى الظروف الخارجية.
- 5 القلق الناتج عن الاهتمام الزائد: يكون الفرد في أتم استعداداته من أجل التصدي لأي خطر متوقع، وهنا ينتج لديه قلق مرضي يؤثر في تفكيره.
- 6 تجنب المشكلات: الهروب من مواجهة المصاعب والتغاضي عن مسؤولياته اتجاهها.
- 7 الاعتمادية: اتكال الفرد على الطرف الآخر في تلبية جميع احتياجاته.
- 8 الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي: حصر السلوك بالأحداث والوقائع التي حدثت بالماضي وعدم الاستغناء عنها.
- 9 الانزعاج لمناعب الآخرين: التأثر بأحزان الطرف الآخر مهما كانت درجة القرابة بينهم.
- 10 ابتغاء الحلول الكاملة: يلزم متبني هذه الفكرة نفسه بالتوصل الى حل للمشكلة مهما كان ولا يبالي بخطورة النتائج.

كل هذه النقاط تمثل أشكال التشوه المعرفي الذي يؤدي بالفرد الى المعاناة من الاضطرابات النفسية والعصبية بمختلف أنواعها .

3.3. نظرية George Kelly وتفسيرها للتشوهات المعرفية:

يرى Kelly كيلي أن الانسان كائن عقلائي صانع لمصيره، من خلال خلق تكوينات شخصية خاصة ينظر من خلالها الى العالم بناءً على ما يحمله من توقعات تحدد اختياره لما يمارسه من سلوكيات أو ما يقوم به من أفعال، هذا بالإضافة الى ما يحمله من قدرات تمكنه من تعديل اختياراته، وتعديل تكوينه الشخصي، وطبقاً لكيلي Kelly فإن الفرد لا يتقيد باختياراته خلال مراحل النمو العمرية المختلفة، لأنه يعتمد فيما يمارسه من سلوكيات على ما يحمله من الأشياء والعالم، كما أن ما يعانيه من اضطرابات انفعالية وما يحمله من تنبؤات مشوهة تكون ناتجة عن أخطاء في محتوى الأفكار والمعتقدات الشخصية لديه. (بن معمر، 2019، ص.79)

وقد اتفق كل من آرون بيك Aaron Beck وألبرت إليس Ellis Albert و جورج كيلي George Kelly بأن التشوهات المعرفية عبارة عن معتقدات غير منطقية وخاطئة، تؤدي الى تحريف معرفي ينتج عنه ادراك خاطئ للمثيرات البيئية فيتفاعل الفرد معها ويكون مفاهيم حولها تنعكس بالسلب على سلوكياته، مما يؤدي به الى التعرض لخطر الاصابة بالاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب .

4 أنواع التشوهات المعرفية:

تم حصر أهم الأفكار المشوهة التي تحدث عنها بيك Beck في النقاط التالية:

1 التفكير الثنائي " الكل أو اللا شيء ": يتجه بعض الأفراد نحو ادراك الأشياء على أنها إما بيضاء وإما سوداء، إما حسنة وإما سيئة، إما صحيحة وإما خاطئة، دون أن يدركوا أنها فكرة ثنائية التفرع بمعنى قد تبدو سلبية لكنها ايجابية في الأصل . (Hunsinger & Bruneau, 2016, p20)

2 الاستنتاج الاستنباطي " إقصاء الايجابيات ": تحويل التجارب الحياضية أو الايجابية الى تجارب سلبية، ورؤية الجانب الأسود فقط من الموقف، فيرفض الفرد ويستبعد التجارب الايجابية ويعتبرها مجرد صدفة، وبهذا يحافظ على معتقداته السلبية، ويستنتج أن الجميع يعرفون أن هذا الأمر خاطئ ويقولون انه صحيح من اجل ارضاءه فقط. (Hunsinger & Bruneau, 2016, p84)

3 المبالغة والتقليل " التعظيم والتهويل أو التبسيط والتقليل ": تتمثل في التوجه نحو المبالغة والتهويل أو التقليل والتبسيط في ادراك الأشياء أو الخبرات الواقعية، ويضيف الفرد استدلالات مبالغ فيها كتصور الخطر والدمار، هذا ما يثبت وجود خطأ في التقويم يؤدي الى تشويه معرفي، فهذه التشوهات تتطور وتظهر لدى الفرد حينما يقلل من أدائه وتحصيله وقدراته، ويعظم في نفس الوقت من مشكلاته، ففي حالات القلق يتميز تفكير الفرد بالمبالغة من أجل تفسير الموقف، هذا ما يؤدي الى استثارة مشاعر الخوف والتوتر لديه، فهو يتوقع الأسوأ دائماً له وللمحيطين به. فإيجاد الحل للمشكلة لا يعني أنه يمتلك الكفاءة والقدرات اللازمة بل قد حالفه الحظ فقط، فيغلب عليه التفكير السلبي بطريقة مبالغ فيها. (Hunsinger & Bruneau, 2016, p126-127)

- 4 المنطق العاطفي " التفكير الانفعالي": أو ما يعرف بالاستدلال الانفعالي وهو يشير الى أن الفرد يعتبر المشاعر والأحاسيس كأدلة وبراهين عن أشياء لا تقبل الجدل. (Hunsinger & Bruneau, 2016, p146)
- 5 لوم الذات والآخرين: لوم الذات يتمثل في إساءة تفسير الاحداث وفقا لأفكار سلبية واستنتاجات غير منطقية، فيحمل الفرد نفسه مسؤوليات الفشل، ويعتبر نفسه مسؤولا عن فشل كل من حوله بشكل مبالغ فيه. (ابو اسعد وعريبات، 2015). أما لوم الآخرين فيتمثل في إلقاء أسباب فشله على الطرف الآخر باعتباره مصدر لمشاعره وتجاربه السلبية دون تحميل نفسه ولو جزءا من المسؤولية.
- 6 التفكير المثالي " الكمالية ": يلزم الفرد نفسه ان يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة، وأن ينجز ما يمكن أن يُعتبر ذا أهمية وقيمة بدون أخطاء . (العصار، 2015 ،ص.18)
- 7 المقارنات المجحفة: وهي مقارنة الفرد لنفسه بمن هم أفضل منه، وأن يعتبر نفسه دائما أضعف وأقل شأن منهم، هذا ما يجعله يفكر تفكيراً سلبي اتجاه ذاته.
- 8 الشخصية: في هذا النوع من أخطاء التفكير يلوم الفرد نفسه على كل ما يحدث معه من مشكلات، ويربطها بعدم كفاءته الشخصية ويجعل نفسه مسؤولا عن حدث لا علاقة له بحدوثه. (Kazantzis & al.2021)
- 9 الافراط في التعميم والايجابية: هو تعميم الفرد لمشاعره وخبراته الجزئية أو الفردية على الناس ككل، وتصنيفهم تبعا لذلك، ومبالغته في ادراك الواقع بإيجابية والغفلة عما به من عقبات. (العصار، 2015، ص.18)
- 10 " ماذا لو " الاسئلة العميقة: يستمر الفرد في طرح الاسئلة الخاصة ب ماذا لو حدث شيء ما، ويفشل في الاقتناع بأي اجابة يصل اليها . (العصار، 2015، ص.18)
- 11 العنونة: حيث لا يرى الفرد نفسه أو الآخرين تبعا لمصطلحات الكل أو اللا شيء فقط، بل يذهب الى أبعد عن ذلك فيطلق عناوين غالبا ما تكون بلا معنى. (Kazantzis & al , 2021)
5. العوامل المسببة للتشوهات المعرفية:

الأفكار المضطربة والمشوهة تظهر في سلسلة أو منظومة وتتخذ شكل الاعتقادات التي تتضمن اختلالا وظيفيا وتلعب دورا رئيسيا في الاضطرابات النفسية، كما أكد " بيك Beck " على أن التشوهات المعرفية تكون شائعة بين الأشخاص الذين يعانون من العديد من الاضطرابات المختلفة، وهذه التشوهات تؤدي بالشخص الى الوصول لاستنتاجات خاطئة حتى في ادراكه لمواقف واضحة . (صلاح الدين، 2015، ص.651)

وقد تعددت العوامل المسببة للتشوهات المعرفية واختلفت من شخص الى آخر لذلك قمنا بحصر البعض منها وهي كالآتي:

- التنشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية الخاطئة.
- وسائل الاعلام والادمان على الأنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي.
- الانفتاح على الثقافات الغربية والغزو الثقافي الذي يدعم تبني معتقدات لاعقلانية ومنافية للعقيدة الاسلامية.

كلها عوامل تتداخل فيما بينها لتشكل أرضية خصبة لنشوء وتكوّن التشوهات المعرفية لدى الفرد.

وفسر " إريكسون Ericsson " كيفية نشوء وتطور التشوهات المعرفية وأسبابها الى أن المخططات العقلية أو ما يصطلح على تسميته بالمعتقدات المعرفية الأساسية غير الاشرطية تتطور لدى الفرد عندما يكون في سنواته الأولى، فالفرد يتقدم في نموه المعرفي من خلال مروره بمراحل نمائية تمتد منذ الولادة حتى مرحلة البلوغ، وعدم قدرته على تحقيق وتلبية متطلباته المعرفية في هذه المراحل يؤدي الى ظهور بعض التشوهات المعرفية واكتسابه لبعض المعتقدات المعرفية المشوهة، وفيما يلي سنوضح المراحل التي جاء بها إريكسون Ericsson :

- مرحلة الثقة وعدم الثقة: تمتد منذ الولادة حتى عمر السنة، حيث عدم اشباع حاجات الطفل في هذه المرحلة من قبل المتكفلين به يؤدي الى تطوير معتقدات معرفية مشوهة لديه، فتصبح نظرتة الى العالم على أنه مكان غير آمن وخطير، مليء بأشخاص لا يمكنه الوثوق بهم .

- مرحلة الاستقلال والشك: تمتد من عمر سنة (01) حتى عمر (03) سنوات، وخلالها يرى الطفل نفسه بأنه مصدر للإرادة والقوة، ففي هذه المرحلة يتعلم الطفل الشعور بالأمن و الاستقلالية ويطوره ضمن حدود العالم المحيط به، وأسلوب الحماية الزائدة من طرف الأولياء يؤدي الى تطوير أفكار مشوهة لدى الأطفال بحيث يشككون في قدراتهم ومهاراتهم .

- مرحلة المبادرة والاحساس بالذنب: تمتد من (03)سنوات حتى(06) سنوات، وتتصف بأنها مرحلة استكشافية للعالم المحيط والتحقق منه واختياره، بحيث يطور الطفل في هذه المرحلة احساسه بالمسؤولية من اجل المبادرات واستكشاف كل ما هو غريب في بيئته، وعندما يواجه بالرفض من طرف أوليائه تتطور لديه أفكار مشوهة كالشعور بالذنب لأنه قام بتصرف سيء وغير مقبول .

- مرحلة المثابرة والاحساس بالنقص: وتمتد من (06)سنوات حتى(12) سنة، وتتصف بأنها مرحلة الشعور بالكفاءة إتقان الطفل للمعرفة والمهارات العقلية يطور لديه شعور المثابرة، وعدم إتقانه لهذه المهارات يطور لديه أفكار مشوهة تتمثل في شعوره بالنقص وعدم الكفاءة . (بن معمر ، 2019 ، ص.71)

6. مظاهر التشوهات المعرفية:

التشوهات المعرفية عبارة عن مجموعة من العمليات العقلية التي تحتوي على أخطاء في التفكير ، وينتج عنها معتقدات قد تؤدي الى توليد مشاعر انفعالية سلبية كالتشاؤم والتفكير الكارثي، الغضب واليأس، الخجل وتعظيم الأمور وتهويلها . (Roberts. 2015)

1.6. المؤشرات الدالة على التشوهات المعرفية لدى الطلبة:

- نقد الذات أو ما يسمى بتقدير ذات منخفض Self Criticism
- لوم الذات Self Blaming وهو الميل الى لوم الذات على الأحداث السلبية الخارجة عن ارادته .
- العجز Helplessness وهو احساس عام بالعجز بشأن الأحداث غير المرغوب فيها .
- اليأس Hoplessness وهو اعتقاد الطالب بأن المستقبل لا مفر منه وهو قائم وميؤوس منه .
- الانشغال بالخطر Préoccupations With Danger وهو المبالغة في تقدير كم الخطر والشر في العالم.(صلاح الدين، 2015 ،ص.657)

2.6. خصائص الأفكار التلقائية لدى الطلبة:

- أنها واضحة ومميزة بصفة عامة وبعيدة عن الغموض
- أنها مصاغة بأسلوب اختزالي يقتصر على الكلمات الضرورية
- بعيدة عن التسلسل المنطقي الذي يصف التفكير بتوجيه الهدف أو لحل المشكلات .
- تحدث تلقائياً كما لو كانت انعكاسية وتتمتع بنوع من الاستقلال، فهي تنشأ دون تمهيد من طرف الطالب ولا يمكن إيقافها خاصة في الحالات الشديدة . (شبير، 2018، ص.32)

3.6. مميزات التشوهات المعرفية لدى الطلبة:

- لا يشترط حدوث التشوه المعرفي خلال في الحواس
- يحدث التشوه المعرفي في مرحلة معالجة المعلومات، وليس في مرحلة استقبالها
- المخططات العقلية والافتراضات والاتجاهات المسبقة هي المسؤولة عن حدوث التشوهات المعرفية
- تساعد التنشئة الاجتماعية في إيجاد بيئة ملائمة لحدوث التشوهات المعرفية لدى الطلبة
- يعد التشويه المعرفي تشوها في التفكير وليس نقصاً أو عجزاً فيه
- الأفكار اللاعقلانية تأخذ المنحى السلبي على الدوام وهي نتاج للتشويه المعرفي
- التشويه المعرفي يشكل خطراً على شخصية الطالب
- يختلف التشويه المعرفي عن العجز المعرفي في أن الأول هو نتاج تزامن المخططات في التفكير النشط، أما الثاني فهو نقص في التفكير ينتج عن فقدان لمرحلة أو أكثر من مراحل التفكير.
- يعد التشويه المعرفي من الآليات الدفاعية التي تسهم في حفظ التوازن الحيوي.
- يمكن أن يستخدم التشويه المعرفي كفنية من فنيات العلاج السلوكي المعرفي مثل: تشويه الخبرات الصادمة لتبدو أقل شدة، أو تشويه اللذة التي يحصل عليها المدمنون على الكحول أو المخدرات.(عوادي، 201، ص.72_73)
- يدرك الطالب سلوكه من خلال تصورات الإدراكية الخاطئة، ويكون ذلك مصحوباً بدرجة عالية من القلق .
- عندما يعجز البناء المعرفي عن فهم المعارف والاحداث وتفسيرها، يحدث تشويه في النظام التصوري للطالب مما يؤدي به الى القلق .
- يعتبر قلق التصور المعرفي من نتائج التشويه المعرفي الذي يحدث داخل البنية المعرفية للطالب .

7. التشوهات المعرفية لدى الطلبة وأساليب الحد منها:

يعتبر الجانب المعرفي ذو أهمية بالغة لدى الطلبة بصفة عامة، ولدى طلبة السنة الأولى جامعي بصفة خاصة الذين تنحصر أعمارهم بين 18 و20 سنة، بحيث تعد هذه المرحلة العمرية آخر مراحل المراهقة، لهذا فهم أكثر عرضة لتبني الأفكار المحرفة والمعتقدات اللاعقلانية، التي تؤدي بهم الى التفكير الخاطئ الذي يسهم بحد كبير

إلى اصابتهم بالأمراض العصبية والاضطرابات النفسية وسوء التكيف ضمن البيئة المحيطة بهم. هذا ما دفعنا إلى عرض العلاج المعرفي وفنياته من أجل التطرق للأساليب العلاجية التي تساعد في خفض والتخلص من التشوهات المعرفية لدى الطلبة.

1.7. العلاج المعرفي:

يتمثل في مجموعة من الفنيات والإجراءات، يتم تعليم الطالب من خلالها كيفية تحديد وتقييم الأفكار التلقائية وتصحيح تفكيره، ليصبح أكثر واقعية ويتعلم تحديد وتعديل معتقداته المشوهة، والتي تتضمن معتقدات مشوهة حول نفسه وعالمه ومستقبله. وكانت بداية العلاج المعرفي مع جورج كيلى George Kelly (1955) في كتابه علم نفس المركبات الشخصية، ثم قام باقتراح نظريته في مجال علم النفس المرضي، والتي ارتبطت بالمعالجة المعرفية للمعلومات، كما بين أن القلق والاكتئاب والغضب هي نتاج المركبات المعرفية عن الواقع، ومصطلح كيلى للمركبات هو ما سمي بالمخططات وبين أن الناس يختلفون في محتوى المركبات ودرجة ثقهم بها، وبالتالي تختلف قدرتهم على انتاج البدائل والخيارات. وبعد ذلك أصبحت المركبات البديلة ضمن التدخلات المهمة لنظرية بيك Beck (1979) المعرفية للتغلب على اليأس ومساعدة المريض على انتاج مركبات بديلة لمشاكله، وفي عام (1960) طور ألبرت إليس Ellis Albert نموذج العلاج العقلاني الانفعالي، وتعتبر أوائل الستينات هي الفترة التي كانت فيها بدايات العلاج المعرفي على يد آرون بيك Aaron Beck الذي يعد مؤسس هذا العلاج، حيث صاغه كعلاج منظم ومختصر وموجه أساسا الى التعامل مع مشاكل المريض الحالية، مع تعديل التفكير السلبي والسلوك المترتب عليه . (المحسن، 2019 ،ص.44)

2.7. فنيات العلاج المعرفي:

- التعرف على الأفكار المرتبطة بسوء التكيف
- أسلوب السهم النازل
- أسلوب ملئ الفراغ
- الابعاد وفض المركزية
- تقنية تدقيق الاستنتاجات
- تقنية تغيير القواعد
- تقنية لعب الأدوار
- تدريب الاعتماد على الذات
- اعادة التخييل

3.7. الأساليب العلاجية لتعديل التشوهات المعرفية لدى الطلبة:

- يستخدم العلاج المعرفي أساليب مختلفة في علاج واصلاح التشوهات المعرفية وهي كالآتي:
- فهم المعنى الخاص: الكلمات لها دلالات مختلفة ومتعددة لدى الطلبة، فالمعالج في هذه الحالة يقوم بتحديد معنى الكلمة .

- تحدي ما هو مطلق: يعبر الطالب على نفسه من خلال اطلاق عبارات مثل: كل، دائما، أبدا، لا أحد. ففي هذه الحالة يقوم المعالج بمساعدته على تغيير وتحدي تلك العبارات.
- إعادة العزو: وهذا عندما يلوم الطالب نفسه، فيقوم المعالج بتصحيح العزو الخاطئ مثلا: انا المسؤول عن هذه المشكلة، العلاج: عندما تقع مشكلة فغالبا ما يسهم فيها عدة اطراف .
- تسمية التشوهات: عندما يعاني الطالب من عدة تشوهات معرفية، يقوم المعالج بتسميتها له.
- اللا مصيبة أو اللا تهويل أو اللا فاجعة: وهي عندما يخاف الطالب من نتائج لا يجب حدوثها، هنا يتم التعامل معه ب "ماذا لو" أو "ماذا إذا". مثال: اذا لم أحصل على علامة كاملة ستنتهي الأشياء بالنسبة لي. العلاج: ماذا لو حصلت على علامة منخفضة.
- تحدي التفكير (ثنائي القطب): وذلك عندما ينظر الطالب الى الأشياء ككل إما أسود أو أبيض قائمة السلبيات والايجابيات والموازنة بينهما: يطلب من الطالب أن يكتب قائمة بالإيجابيات عند نجاحه خلال الفصل الدراسي، وقائمة من السلبيات عند رسوبه، ثم يقارن بينهما.
- استخدام التخيل: مثلا يخاف الطالب من مناقشة أستاذه، فيطلب منه المعالج أن يتخيل نفسه وهو يقوم بذلك
- العلاج الشخصي الداخلي: هنا يتم تدريب الطالب على المهارات التي تساعد في تغيير أنماط وأشكال التفاعل الذي يسبب له مشكلات في البيئة مثال: المهارات الاجتماعية والتدريب على التواصل واتخاذ القرار.
- ضبط الذات: مع التقليل من الاحداث غير السارة وزيادة الاحداث السارة
- ملئ الفراغات: الفراغ الذي يوجد عادة بين المثير والاستجابة ويمثل الافكار والمعتقدات، فيقوم المعالج في هذه الحالة بمهمة ملئ الفراغ بينهما وذلك من خلال تعليم الطالب كيفية التركيز على الأفكار التي تحدث أثناء معايشة المثير والاستجابة.
- الابعاد والتركيز: في هذه الحالة يعتمد المعالج المعرفي على تعزيز الأفكار الايجابية والتغيير في الأفكار السلبية، فهو من خلال استخدام الأساليب سابقة الذكر يقوم بتوجيه الطالب الى استعمال أفكار تخالف أفكاره المشوهة والسلبية والتي كانت سببا في مشكلاته . (المعايطة، 2016 ،ص.18)

ثانيا: قلق التصور المعرفي

1 مفهوم قلق التصور المعرفي

2 مفاهيم ذات صلة بقلق التصور المعرفي

3 النظريات المفسرة لقلق التصور المعرفي

4 مظاهر قلق التصور المعرفي

5 مصادر قلق التصور المعرفي

6 أبعاد قلق التصور المعرفي

7 أساليب الحد من قلق التصور المعرفي لدى الطلبة

تمهيد:

يعد القلق المعرفي من الظواهر التي لها تأثير في حياة الطالب الأكاديمية والذي قد يكون مصحوبا بالاضطراب من النواحي المعرفية والانفعالية والفيسيولوجية والاجتماعية لديه، ولذلك فقلق التصور المعرفي حالة من التوتر الشامل تؤثر في العمليات العقلية للطالب من تركيز واستدعاء للمعلومات المحفوظة، مصحوبة بمشاعر من الخوف والتوتر والرغبة والتي بدورها تترك أثر في الطالب من أعراض مختلفة ومن ثم في سلوكه وتفاعله مع الآخرين، لذا حاولت الباحثين في هذا الفصل التطرق إلى مفهوم قلق التصور المعرفي وبعض المفاهيم ذات الصلة به والنظريات المفسرة له وأعراضه ومصادره وأبعاده وتنتهي بكيفية التعامل معه .

1- مفهوم قلق التصور المعرفي:

عرف كيلي **Kelley (1955)**: قلق التصور المعرفي بأنه إدراك الفرد بأن نظامه التفسيري (المعرفي) لا يستطيع تغطية الوقائع اليومية ويعجز عن إدراك وتوقع الأحداث والمواقف المهمة وتوقع المستقبل، قد ينتج عنه استجابات انفعالية غير منطقية كما أنه أسلوب معرفي ذاتي يحدد الفرد من خلاله فيما إذا كان هناك تهديدا حقيقيا أم لا. (محمد، 2014، ص.301)

ويعرفه ماي **May (1977)**: بأنه إدراك تهديد بعض القيم التي يعتبرها الشخص جوهرية لوجوده شخصيا، وهي حالة ذاتية يدرك الفرد فيها أن وجوده يمكن أن يتحطم، ويمكن أن يفقد نفسه وعالمه ويصبح عدما. (رشان ومزعل، 2017، ص.277).

بيك **Beak (2000)**: يعرف قلق التصور المعرفي بأنه حالة انفعالية من الخوف والتوجس مع ضعف قدرات الفرد الذهنية على مواجهة المشكلات وصعوبة ايجاد الحلول لها. (الهيبي، 2021، ص.445). ويعرفه البديري **(2003)**: بأنه الاضطراب الحاصل في التصور والتقييم المعرفي لتقدير المواقف التي تتطلب تنظيم ومعالجة ذهنية، والعزو السببي والإدراك للألام والأخطاء في الأفكار والاستجابات المنحرفة والغير منطقية. (الخزاعي والليباوي، 2015، ص.307).

ويعرف العلوي ونيعيس **(2009)**: قلق التصور المعرفي بأنه يؤدي إلى التشويه أو تحريف معرفي لدى الفرد، نتيجة الأحداث والمواقف التي تحدث لدى الفرد منذ الطفولة، التي يمكن أن تؤدي إلى تحريفات معرفية لاحقة، حيث أن النقص في الخبرة والتدريب يمكن أن يؤدي إلى تفكير غير واقعي مثل تحديد أهداف غير واقعية أو القيام باستنتاجات غير ملائمة في حالة الضغط النفسي عندما يسبق الأفراد أو يدركونه على أنه مهدد وخطير فإن أفكارهم يمكن أن تكون محرفة غير عقلانية (عبيد، 2021، ص.273)

يعرف عثمان وآخرون **(2012)**: قلق التصور المعرفي بأنه خبرة ذاتية موجبة مشروطة بعمليات الإدراك والتفسير في امتزاج وتفاعل مع متغيرات الشخصية، تثيرها مصادر في البنية المعرفية الدافعية، ويصاحبها شعور بعدم الارتياح النفسي والتحيز المعرفي، وتتصف بالدفع والثقة بالقدرة على التعامل مع الأزمات والتحديات ووضع

خطط ورسم المسارات مع الأمور، والهدف منها تخفيف حالة التوتر والمعاناة والوصول الى حالة من التوازن والاستقرار النسبي المؤقت . (عبد الوهاب والسيد، 2017، ص.714)

عرف عبد الوهاب والسيد (2017): قلق التصور المعرفي بأنه رأي الطالب في أن لديه قصور في الخبرة التعليمية والعلمية وال فشل في مواجهة الانجاز الأكاديمي والشك في استخدام التكنولوجيا الحديثة في التعلم مستقبلا. (عبد الوهاب والسيد، 2017، ص.701)

أما **Carpenter (2018)**: فيعرف قلق التصور المعرفي بأنه نتيجة مباشرة للطريقة التي يفكر بها الفرد بداخله وليس بالضرورة لخصائص خارجية مهددة، ويتسم تفكير الفرد الذي يعاني من القلق المعرفي بالمبالغة وتوقع الخطر وقد يتعلم الأفراد طرقا واتجاهات للتفكير خاطئة، وبالتالي فالمواقف المختلفة التي يمرون بها تسبب لديهم القلق المعرفي (Carpenter.& al. 2018)

تعريف الزهراني (2019): اعتبره حالة من القلق المفرط غير الواقعي الذي يصعب السيطرة عليه، ويؤثر على حياة الفرد بشكل واضح، يرتكز حول شعور الفرد بعدم قدرته على التفسير والإدراك وتوقع تفسير الأحداث والمواقف والتنبؤ بها والعجز عن التوقع المستقبلي. (الزهراني، 2019، ص.611)

أما فضل ومحمد (2021): يعتبر قلق التصور المعرفي بمثابة حالة من التوتر وعدم الارتياح لدى الفرد، تبدو في فشل مواجهة الانجاز الأكاديمي وفي عجز تفسير الأحداث والمواقف وفي عجز توقع المستقبل. (فضل ومحمد، 2021، ص.70)

ويتضح من التعريفات السابقة لقلق التصور المعرفي أنها تتصف بادراك الفرد لأسلوبه المعرفي وبنيته المعرفية وتوقع الأحداث والمواقف اليومية والمستقبل، وانعكاس ذلك على استجابته الانفعالية التي قد تكون منطقية أو غير منطقية يصاحبها حالة من التوتر النفسي والمعاناة ومحاولة القدرة على التعامل مع الموقف ومواجهة المشكلات لمحاولة الوصول لحالة من التوازن والاستقرار النسبي .

1. مفاهيم ذات صلة بقلق التصور المعرفي:

1.1. الضغوط النفسية:

الضغوط النفسية مصطلح يشير الى عدم التوافق مع البيئة والذات، ومحاولة التقليل من عدم التوافق لتجنب التوتر الانفعالي، من أجل الحفاظ على الاحساس بالذات، وتشير الى تغيرات داخلية أو خارجية من شأنها أن تؤدي الى استجابة انفعالية حادة ومستمرة. وتمثل الضغوط في شعور الطالب بالفشل وقصور قدراته وامكاناته في استيعاب مناهجه الأكاديمية واستذكارها مع الشعور بالنقص . (العدوي وآخرون، 2018، ص.269-276)

وهي عبارة عن ردة فعل لتأثيرات مختلفة تحدث نتيجة عوامل خارجية، وكذلك نتيجة التهديد والخطر، وهذه الضغوطات تنتج عن القلق وبالتالي فالعلاقة بين القلق والضغط هي علاقة السبب والنتيجة .

2.1. الاغتراب النفسي:

الاجتراب النفسي بمعنى انعدام القدرة والسلطة أو الاستطاعة، ويمثل هذا النمط من التحبير حقيقة الاجتراب حيث يمكن تصوره من خلال توقع الاحتمالات الخارجية في أذهان الأفراد، فيما يصل بالحصول على نتائج يسعون إليها، أو تقرير بعض المواقف التي يتخذونها ويستدعي هذا المنظور تأكيد الظروف الموضوعية للأفراد، باعتبارها مسؤولة عن تحديد ما يمكن من واقعية في استجابتهم إلى تلك الظروف. (ابراهيم، 2019، ص.12) نستنتج أن العلاقة بين الاجتراب النفسي والقلق هي علاقة السبب بالنتيجة، فالاجتراب هو حالة من العجز تحدث وجود القلق، أي عندما يشعر الفرد بالقلق والتوتر والتوقع الخطر فإنه يشعر بالاجتراب عمن حوله ويؤدي به إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي والوحدة .

3.1. قلق المستقبل:

يعد أحد أنواع القلق الوجودي، حيث ينشأ لدى الفرد الشعور بالقلق والخوف من الأحداث المستقبلية القادمة، وذلك من خلال التوقعات السلبية للأحداث والمشكلات، يرافقه الشعور بالتوتر والضغوط النفسية التي تؤدي إلى الاحساس بعدم القدرة على تحقيق الأهداف والغايات، والتقليل من قيمة الحياة مع غياب الشعور بالأمن والطمأنينة تجاه المستقبل، وضعف القدرة على التفاعل الاجتماعي بإيجابية . (الرشدي، 2021، ص.03) فقلق المستقبل يعبر عن عجز الفرد عن توقع المستقبل وكل ما يتعلق بالأحداث المستقبلية، وهذا ما يمثل أحد أبعاد قلق التصور المعرفي.

3. النظريات المفسرة لقلق التصور المعرفي:

1.3 نظرية التنافر المعرفي لفستنجر (Festinger 1954):

تؤكد هذه النظرية على أن العلاقة بين الاتجاهات والسلوك لدى الفرد علاقة متضاربة، فوجود عنصرين معرفين أو أكثر يظهر حالة من التنافر المعرفي في حالة تعارض أحد هذه العناصر مع الآخر. ويرى فستنجر Festinger أن الانسان عندما يقع تحت تأثير أفكار متناقضة يتولد داخله نوع من القلق. والقلق يحدث التنافر عندما تتضارب الفكرة الموجودة لدى الفرد مع أفكاره الجوهرية، وينشأ قلق التصور المعرفي نتيجة اتخاذ قرار غير سديد. كما أشار فستنجر Festinger إلى أن التنافر المعرفي هو المسؤول عن قلق التصور المعرفي، حيث التناقض بين فكرتين يولد صراعاً داخلياً بين ما يعتقد الفرد وبين ما يقوم به من سلوك، وهذه الصراعات قد تنشأ أيضاً بين الفرد والآخرين في الأفكار والآراء والمدرجات والمواقف والمعلومات، أثناء المواقف المختلفة مما تؤدي به إلى القلق . (ريشان ومزعل، 2014، ص.379)

2.3 نظرية البنى الشخصية لجورج كيلي (Kelly 1955):

وتعد نظرية البنى الشخصية من النظريات المعرفية التي فسرت قلق التصور المعرفي، وركزت على الأفراد في رؤيتهم للإدراك والتفكير، واهتمت بالبنى، والخبرات المعرفية لدى الأفراد، حيث أنهم عندما يدركوا أن هذه البنى لا تؤدي وظائفها بصورة جيدة يؤدي ذلك إلى شعورهم بالقلق المعرفي، وقد أطلق كيلي Kelly على هؤلاء الأفراد بأنهم محبطون في بنائهم المعرفي والشخصي، فعندما تختل خبراتهم وقدراتهم المعرفية يصاحب ذلك حالة من القلق المعرفي والذي يشكل تهديداً للفرد حينها يشعر بالخطر. وأكد أن القلق يحدث نتيجة إدراك المواقف

والأحداث التي تواجهه على أنها خارج مدى ملائمتها مع بناه ومدركاته المعرفية، وقد يكون القلق المعرفي نتيجة للتخمين غير الدقيق، أو بسبب وجود نقص في الخبرات المعرفية اللازمة لمواجهة المواقف المختلفة فالشخص القلق من وجهة نظر كيلي Kelly هو ليس الذي يهدده التقدم المفاجئ أو السريع للدفاعات الجنسية أو العدوانية في شعوره بل هو الشخص الذي تغمره أحداث لا يتمكن من فهمها أو تخمينها . (علي وعائز، 2013، ص.12)

3.3 نظرية Cheek & Melchior (1990):

أكدت هذه النظرية على التأثيرات السلبية الناجمة عن التصور المعرفي الخاطئ، مثل التقييم السلبي للأفكار الذي يجعل الفرد يقلل من قيمة ذاته والإحساس بالتوتر والإحباط وكل ذلك نتيجة لوم الذات، والتقليل من شأنها وإدراكها على نحو سلبي ينافي الحقيقة ويخالف الواقع، وبالطبع فإن هذه التأثيرات تؤدي إلى تدني تقدير الذات وإلى شمولية العمليات المعرفية، التي تصبح هي المكون المؤدي إلى ظهور أعراض قلق التصور المعرفي على الفرد، وذلك باعتبار أنها هي التي تساهم في ضبط وتوجيه أدائه في المواقف التي تواجهه، كما تؤكد هذه النظرية على أن العجز أو الفشل في السيطرة على الوظائف التي تقوم بها العمليات ما وراء المعرفية لا يؤدي فقط إلى عدم تنظيم السيطرة على الإدراك والمعرفة والسلوك، بل يجعل الفرد يبالغ في تقدير قدراته وإمكاناته الفسيولوجية والمعرفية والسلوكية، مما يؤدي إلى الكثير من مظاهر قلق التصور المعرفي . (علوان ومحمد ، 2017 ، ص476)

4.3 نظرية رولو ماي May Rolo (1979):

يرى رولو ماي May Rolo أن النظرة التكاملية للشخصية هي مجموع ما تحتويه من الشعور بالذنب والخجل والقلق والحب والكره، والتي تتمثل بعلاقة الانسان بنفسه عن طريق عالمه الذاتي الذي يبني على مصارحة النفس لخداعها. وإن القلق وفق هذه النظرية غير متعلم بل يولد مع الفرد ويعد جزءاً من تكوينه، فحياة الفرد هي سلسلة من القرارات الضرورية، وعندما يتمعن في اتخاذ القرار باتجاه معين فإن هذا القرار سيعمل على تغيير هذا الفرد وسيضعه أمام مستقبل مجهول، ومن ثم سيعيش حيرة القلق، وإنه ليس مهماً أن يقلق الفرد لكن المهم أن يقلق بالطريقة الصحيحة، فالقلق هو موجه ودافع لما يمكن أن يكون عليه الفرد في مواجهة العدم. ويرى ماي May بأن القلق عملية غير سهلة تتميز بالشعور بالتردد والعجز عن مواجهة الخطر والتهديد المهم وغير الواضح، وبين أن القلق ينبثق من توقع حدوث أمر سيء يهدد بعض القيم التي يعتبرها الفرد أساسية في حياته . (عبيد، 2021، ص.273)

4. مظاهر قلق التصور المعرفي:

يشير ستين stein الى أن هذا النوع من المشكلات النفسية عادة ما يصاحبه عدة أعراض تتمثل في:

- مظاهر انفعالية: تشمل مشاعر الخوف على نحو مبالغ فيه
- مظاهر معرفية: تشمل وجود مغالطات منطقية واستدامة اللجوء إلى استراتيجيات تفكير غير واقعية وغير عقلاني تتمحور حول التوقع السيء تجاه الأحداث المستقبلية .
- مظاهر جسمية: تشمل ظهور مجموعة واسعة من الاختلالات الفسيولوجية والبيولوجية كعدم انتظام في ضربات القلب والتنفس والتعرق والدوار بالإضافة لاضطرابات الجهاز الهضمي .

- مظاهر سلوكية: تتمثل في تجنب الأماكن أو المواقف أو الأشخاص الذين يسببون القلق. (stein,&al, 2017) وهناك أعراض أخرى منها:

- التطرف في الأحكام والأشياء، وميل الفرد نحو التعاسة والتصلب .
- الالتزام بطريقة واحدة في التفكير، مع إصراره على أن آراءه وتصرفاته صحيحة .
- معتقدات الفرد واتجاهاته نحو النفس والحياة غير منطقية
- فقدان الأمل والتوقعات السلبية نحو المستقبل، ويكون الفكر مشوش والنوم مضطرب.
- توقع الشر المسيطر، الفكر المشوش، و النوم المضطرب.
- المحاولة دائما وباستمرار لإثبات أن آراءه وتصرفاته صحيحة وفكرة أن يكون على خطأ غير مطروحة. (عبيد، 2021، ص. 272)

5. مصادر قلق التصور المعرفي:

أشار عثمان (2007) أن مصادر القلق المعرفي تنشأ من خصائصه على النحو الآتي:

- الانتظام في البنية المعرفية للفرد:
- وهذا مصدر من مصادر القلق المعرفي المحرك في اتجاه تجاوز التنافر الى التوافق والتوافق ، وعدم الانتظام في التردد أو الحيرة في اختيار التوجه الذي تلتزمه الذاتية في التعامل مع موقف ما ، أو عدم الاستقرار أو عدم الالتزام بالمسارات التي تتخذها ابتغاء الوصول الى هدفها .
- الإبهام:
- وهو مصدر القوة في تحريك القلق المعرفي بما يستثير من مستويات متفاوتة العمق والشدة من الهلع والخوف والفرع والرغبة والخشية من السقوط في هوة الغموض.
- الفجوة والنقص وعدم الاكتمال:
- و تتمثل في الرغبة والحاجة الى الاكتمال، وتعويض المفقود وهي قوة ضاغطة للوصول الى الأكمل والصيغة الأمثل.
- الوفرة:
- وهي الزيادة في المعلومات والإضافة والتنوع والاستفادة من البنية المعرفية، وتتخذ أشكالا من الازدحام والتراكم والتعدد والتراكب والتشتت والتشويش، ما يربك الانتباه ويرهق الادراك ويضلل التفسير ويحد الاختيار، وتتحول الوفرة الى فقر قاهر بما تعطله من الكفاءة المعرفية الذاتية، حتى توشك أن تخرج القلق المعرفي من سواء الى لا سواء .
- المجاوزة:

وهي ارتفاع درجة القلق المعرفي في اتجاه انتظام أكفئ وتحقيق مستويات أعلى، يصل الى الأصدق والأوفق وهو قلق متحرر، وهذه المجاوزة في القلق المعرفي لا تعمل على خفضه، وهو قلق محبب الى الذاتية

ومصدر من مصادر حيويتها، وباعت لها على الحركة في اتجاه انتظامه والتقدم في مسعى للارتقاء . (عبد الوهاب والسيد، 2017، ص.714- 715)

6-أبعاد قلق التصور المعرفي:

تختلف ابعاد قلق التصور المعرفي حسب اختلاف النظرية المفسرة لها وله ثلاث ابعاد:

- توقع عجز فهم الأحداث اليومية: وهو مدى إدراك الفرد أنه لا يمتلك البنية المعرفية المناسبة التي تساعد على تفسير الأحداث أو المواقف التي تواجهه في حياته اليومية، وتظهر من خلال مدى شعوره بالسلبية وتشوش الأفكار.
 - توقع نقص كفاءة التعامل مع الأحداث اليومية: وهو مدى إدراك الفرد أنه لا يمتلك البنية المعرفية المناسبة التي تؤهله للتعامل بكفاءة مع الأحداث أو المواقف التي تواجهه في حياته اليومية وتظهر من خلال مدى شعوره بالتهديد من أبسط المواقف وعدم تقييمه للحقائق المحيطة به بشكل عام .
 - توقع عجز مواجهة الأحداث المستقبلية: وهو مدى إدراك الفرد أنه لا يمتلك البنية المعرفية المناسبة التي تؤهله لمواجهة المواقف التي يتوقع حدوثها في المستقبل وتظهر من خلال أفكاره ومعتقداته السلبية نحو نفسه وتخوفه من الأحداث القادمة . (الهيبي ، 2022 ، ص461)
- وفي ذات السياق طرح كيللي Kelly مفهوم القلق المعرفي ضمن أربع حالات انفعالية تعد كأبعاد لقلق التصور المعرفي وهي:

- الشعور بالذنب: ويكون نتيجة لما ارتكبه الفرد من أفعال غير مرضية مما يشكل أساسا في تكوين القلق المعرفي لديه.
- التهديد: فالفرد يكون عرضة وبشكل متواصل للمواقف المهددة له نتيجة لعوامل نفسية كالعجز والفشل والحرمان التي تؤدي بدورها إلى حالة من القلق.
- العدوانية: يمثل العدوان مصدرا من مصادر القلق والخطر الذي يواجهه الفرد في المواقف المختلفة.
- الخجل: يعد الخجل مصدرا من مصادر القلق إذ يتدخل مع وظائف وقدرات الفرد المعرفية أثناء مواجهته للمواقف التي يتعرض لها . (علي وعازي، 2013 ، ص.14)

7. أساليب الحد من قلق التصور المعرفي لدى الطلبة:

لكي نخفف من حدة قلق التصور المعرفي لدى الطالب الجامعي علينا أن نتبع الخطوات التالية:

- الأسلوب الأول:
- إزالة المخاوف التدريجية من خلال عملية استرخاء العميق للعضلات، وأغلب المصابين بالقلق يعجزون عن القيام بهذا بطريقة فعالة ويحتاجون إلى ساعات طويلة لإخضاع عضلاتهم للاسترخاء، وبعدها يستلزم إحضار صورة بصرية حية لمخاوفهم التي تقلقهم من المستقبل والاحتفاظ بهذه الصورة لمدة خمس عشر (15) ثانية، ويتكرر ما سبق أكثر من مرة مؤكدة على مواجهة تلك المخاوف حتى ولو حدثت، الى أن يتمكن الطالب من مواجهة الأشياء التي تثير قلقه دون أن يشعر به

• الأسلوب الثاني:

- الإغراق هو أسلوب علاجي لمواجهة المخاوف في الخيال دون الاستعانة بالتنفس والاسترخاء، فالمصاب بالقلق التصور المعرفي يتخيل الحد الأقصى من المخاوف أمامه، ويتخيل فيه المخاوف لفترة طويلة حتى يتكيف معها تماما ويستمر هذا التصور إلى أن يشعر بأن تكرار المشاهدة للحد الأقصى من المخاوف أمام عينه أصبح لا يثيره ولا يقلقه، لأنه اعتاد على تصوره وهكذا يكون الطالب قد تعلم ذهنيا كيف يواجه أسوء تقديرات القلق ويتعامل معها في الخيال ويكون مؤهل لمواجهتها لو حدثت في الواقع .
- الإيمان بقضاء الله وقدره خير وشره .
- عدم التعقيد في التفكير، بمعنى التفكير بالطرق البسيطة والمعقولة للتعامل مع ضغوطات الحياة .
- تحديد أهداف ملموسة وسهلة التحقيق وتحديد إمكانيات وقدرات الشخصية لتسخيرها في واجهة الأفكار (والقدرات الشخصية) غير منطقية التي تسبب الخوف والقلق.

• الأسلوب الثالث:

- إعادة التنظيم المعرفي وهو استبدال الأفكار السلبية بالأفكار الايجابية .
- العمل وفق قاعدة من يعمل يخطئ ، ومن لا يعمل يخطئ فالفشل في مسألة لا يعني نهاية المطاف بل قد يكون بداية ودافع للجد والاجتهاد والوصول للنجاح .
- العمل على تضافر الجهود بين التربويين والنفسيين والمسؤولين لإيجاد حلول مناسبة لتخفيف من حدة قلق التصور المعرفي .
- السعي إلى تبصير الطلاب بمشكلاتهم ومساعدتهم على اختيارها ومساندتهم في اختيار نوع الدراسة واتخاذ قراراتهم واكتشاف طاقاتهم وإبداعاتهم وتنميتها نحو الانجاز الكفاء وتوظيف ذلك في تحقيق التوافق والتطور والنمو المتكامل في جميع الجوانب . (دباغ والخير، 2020، ص.25)

خلاصة الفصل :

تعتبر التشوهات المعرفية أنماط مختلفة من الأخطاء في منطلق التفكير التلقائي للطالب، التي تجعله يعاني من صعوبة في فهم الكم الهائل من المعلومات واستيعابها، وقد يصبح شبه عاجز عن مواجهة هذه التغيرات المتلاحقة وغير قادر على التعامل بكفاءة للتوافق معها، وتظهر المشكلات النفسية عندما يعجز البناء المعرفي عن فهم المعارف والأحداث وتفسيرها أو احتوائها ضمن الخبرات السابقة، بطريقة تكفل القيام بسلوك منظم، الأمر الذي يؤدي إلى إحداث تشويه في النظام التصوري للطالب وهذا بدوره يؤدي به إلى قلق التصور المعرفي.

ونظرا للأهمية البالغة لكل من التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي، ومدى تأثيرهما على جودة الحياة النفسية والاجتماعية والأكاديمية للطالب خلال مرحلة تكوينه لذاته واتجاهاته في المواقف الحياتية المختلفة، تم إجراء دراسة ميدانية للتعرف على مستوى التشوهات المعرفية ومستوى قلق التصور المعرفي لدى عينة من طلبة السنة الأولى جامعي، وسيتم عرض كل من الاجراءات المنهجية للدراسة وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضيات التي تم الوصول إليها، في الجانب الميداني للدراسة الحالية

الجانب الميداني

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

- 1 . منهج الدراسة
2. مجتمع الدراسة
3. عينة الدراسة
4. أدوات الدراسة وخصائصها السيكو مترية
5. إجراءات تطبيق أدوات الدراسة
6. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

تمهيد :

تظهر أهمية الدراسة و صحتها في الجانب الميداني، وفي هذا الفصل تناولت الباحثتان الطريقة و الإجراءات التي أتبعت في تنفيذ الدراسة الاستطلاعية ثم الأساسية، والتي تضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة ثم وصف كل من ميدان الدراسة، مجتمع و عينة الدراسة، ويليها عرض الخطوات و الإجراءات العلمية التي أتبعت في التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة مع شرح الأساليب الإحصائية المناسبة في تحليل بيانات الدراسة.

1. منهج الدراسة :

باعتبار الدراسة الحالية تهدف الى الكشف عن امكانية التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الاولى جامعي بكلية العلوم الاجتماعية ونسبة اسهام التشوهات المعرفية في ذلك، تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، الذي يعرف باختصار أنه المنهج الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويتم وصفها وتحليلها كيفيا وكميا من خلال تحويل المعطيات والبيانات الى ارقام وجداول توضح مقدار الظاهرة المدروسة وحجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر الاخرى .

2. مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في كونه المجتمع الذي يلجأ اليه الباحث من اجل انتقاء عينة الدراسة منه، بحيث يكون افراده يشتركون في نفس الخصائص والصفات.

ويتمثل المجتمع الاصلي للدراسة الحالية في طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة ولاية عين الدفلى، وهم الطلبة الذين انتقلوا الى الجامعة ، والجدول التالي يوضح خصائص مجتمع الدراسة:

الجدول رقم (01) : خصائص مجتمع الدراسة

المجموع	الذكور	الاناث	
568	160	408	عدد طلبة السنة الاولى جامعي بكلية العلوم الاجتماعية
100 %	28.16 %	71.84 %	النسبة المئوية

نلاحظ من خلال الجدول ان أكبر نسبة في مجتمع الدراسة تمثلها الاناث مقارنة بالذكور، حيث قدرت نسبة الاناث ب 71.83% طالبة، اما نسبة الذكور فبلغت 28.16% طالب، من اصل الحجم الاصلي لمجتمع الدراسة .

3. عينة الدراسة:

تمثل حجم عينة الدراسة الحالية في 120 طالب وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، وهو الأسلوب الذي يمتاز بالسهولة في التطبيق، ويسمح بأن تشمل العينة على أكبر مساحة من المجتمع .

باعتبار المجتمع الأصلي للدراسة يتكون من 568 طالبة وطالبة من طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة خميس مليانة ولاية عين الدفلى، تم تطبيق قانون (Steven K. Thompson) ستيفن ثومبسون من أجل معرفة حجم العينة .

$$n = \frac{N \times p(1 - p)}{\left[(N - 1) \left(\frac{d^2}{Z^2} \right) \right] + p(1 - p)}$$

بحيث:

n = تمثل حجم العينة

N = تمثل حجم المجتمع

P = تمثل القيمة الاحتمالية = 0.50

d = تمثل نسبة الخطأ المقبول في العينة : إذا كان مستوى الثقة 95% = 0.05

إذا كان مستوى الثقة 99% = 0.01

Z = الدرجة المعيارية المقابلة لمستوى الثقة : إذا كان مستوى الثقة 95% = 1.96

إذا كان مستوى الثقة 99% = 2.58

$$n = \frac{568 \times 0.50(1-0.50)}{\left[(568-1) \left(\frac{0.05^2}{1.96^2} \right) \right] + 0.50(1-0.50)} = 229.40 \quad \text{وعليه فإن :}$$

ومنه حجم العينة يعادل 229 طالبة وطالبة، و بسبب عدم ملئ الاستمارات بمصدقية و بشكل صحيح من طرف أفراد عينة الدراسة تم استبعاد 109 استمارة، ليصبح عدد الاستمارات 120 استمارة وبذلك قُدر حجم

عينة الدراسة الأساسية ب 120 طالب و طالبة من طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجليلي بونعامة بخميس مليانة .

4. أدوات الدراسة وخصائصها السيكو مترية:

وبغرض التحقق من فرضيات الدراسة تم استخدام كل من مقياس التشوهات المعرفية الذي تم اعداده من طرف الباحث اسلام اسامة العصار (2015)، ومقياس قلق التصور المعرفي الذي تم اعداده الباحثة هيفاء عبد حسن علي (2013).

1.4. مقياس التشوهات المعرفية:

1.1.4. وصف المقياس :

يتكون مقياس التشوهات المعرفية الذي صمم من طرف الباحث إسلام اسامة العصار (2015) من 9 ابعاد وهي كالتالي: التفكير الثنائي، الاستنتاج الاستنباطي، المبالغة والتقليل، المنطق العاطفي، لوم الذات والآخرين، التفكير المثالي، المقارنات المجحفة، الافراط في التعميم والايجابية، " ماذا لو " الاسئلة العميقة. موزعة على (58) عبارة، بحيث احتوى المقياس على ثلاثة بدائل تأتي على الشكل التالي (نادرا، احيانا، دائما) وتأتي الدرجات على شكل (3،2،1)، كما ان للمقياس درجة كلية بحيث ادنى درجة (58) و اعلى درجة (174). انظر الملحق رقم (01)

2.1.4. أبعاد المقياس:

جدول رقم (02): مقياس أبعاد التشوهات المعرفية وفقراته

الرقم	البعد	الفقرات
01	التفكير الثنائي	10 - 9 - 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1
02	الاستنتاج الاستنباطي	15 - 14 - 13 - 12 - 11
03	المبالغة والتقليل	23 - 22 - 21 - 20 - 19 - 18 - 17 - 16
04	المنطق العاطفي	30 - 29 - 28 - 27 - 26 - 25 - 24
05	لوم الذات والآخرين	37 - 36 - 35 - 34 - 33 - 32 - 31
06	التفكير المثالي	41 - 40 - 39 - 38
07	المقارنات المجحفة	46 - 45 - 44 - 43 - 42
08	الافراط في التعميم والايجابية	52 - 51 - 50 - 49 - 48 - 47
09	" ماذا لو " الاسئلة العميقة	58 - 57 - 56 - 55 - 54 - 53

3.1.4. تصحيح المقياس:

ويتمثل في وضع درجة استجابة المفحوص امام كل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثم جمع هذه الدرجات من اجل ايجاد الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية، والجدول الموالي يوضح طريقة الاجابة:

جدول رقم (03): طريقة تصحيح المقياس

أبدا	احيانا	دائما
1	2	3

4.1.4. الخصائص السيكمومترية لمقياس التشوهات المعرفية في صورته الاصلية:

1.4.1.4. صدق المقياس:

- صدق الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من ابعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية للمقياس، ومعامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات كل بعد على حدى، والدرجة الكلية لكل بعد على حدى، وهذا من اجل معرفة مدى ارتباط الابعاد بالدرجة الكلية للمقياس، وايضا لمعرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية لكل بعد على حدى، بحيث تراوحت القيمة بين (0.42 و0.74) مما يدل على ارتفاعه.

2.4.1.4. ثبات المقياس:

- معامل ألفا لكرو نباخ: تم استخدام هذه الطريقة من اجل قياس ثبات مقياس التشوهات المعرفية، حيث بعد حساب قيمة ألفا لكرو نباخ توصل الى ان قيمة كل بعد من ابعاد المقياس جاءت مرتفعة وتراوحت بين (0.343 و0.661)، وايضا وجد قيمة معامل ألفا لكرو نباخ لجميع فقرات المقياس (0.851)، وهذا يدل على ان معامل الثبات مرتفع ودال احصائيا .
- طريقة التجزئة النصفية: تم تجزئة فقرات المقياس الى قسمين (الاسئلة ذات الارقام الفردية، والاسئلة ذات الارقام الزوجية)، ثم تم حساب معامل الارتباط بين درجات الاسئلة الفردية ودرجات الاسئلة الزوجية، وبعد ذلك تم تصحيح معامل الارتباط بمعادلة سيبرمان براون .

بحيث ان قيمة معامل الارتباط بين ابعاد المقياس تتراوح بين (0.23 و0.76) وقيمة معامل الارتباط بعد التعديل تراوح بين (0.38 و0.86)، والذي يدل على ان قيمة معامل الارتباط سيبرمان المعدل مرتفع ودال احصائيا.

5.1.4. الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية في الدراسة الحالية:

1.5.1.4. صدق المقياس: تم الاعتماد على طريقة الاتساق الداخلي كمؤشر للتحقق من صدق المقياس.

• صدق الاتساق الداخلي:

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد التشوهات المعرفية ودرجاتهم الكلية على المقياس، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04): قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد التشوهات المعرفية

ودرجاتهم الكلية على المقياس

الأبعاد	التفكير الثنائي	الاستنتاج الاستنباطي	المبالغة والتقليل	المنطق العاطفي	لوم الذات والآخرين
الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية	**0.70	**0.59	**0.55	**0.55	**0.69
الأبعاد	التفكير المثالي	المقاربات المحجفة	الإفراط والتعميم والايجابية	الأسئلة العميقة ماذا لو؟	
الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية	**0.43	**0.56	**0.62	**0.45	

** مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول السابق: أن قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد التشوهات المعرفية ودرجاتهم الكلية على المقياس دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، وقد تراوحت ما بين 0.43 كأدنى قيمة و0.70 كأعلى قيمة، وهي تعطي مؤشراً للاتساق الداخلي للمقياس، ما يعتبر دليلاً على أن بنود المقياس تقيس ما وضع لقياسه، وهو ما يشير إلى صدق المقياس.

2.5.1.4. ثبات المقياس: تم الاعتماد على معامل ألفا لكرو نباخ للتحقق من ثبات المقياس.

• معامل ثبات ألفا لكرو نباخ:

تم اختيار هذه المعادلة نظرا لأن استجابات الأفراد على عبارات المقياس وفق مقياس ثلاثي التدرج والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات للمقياس.

الجدول رقم (05): معامل ثبات ألفا لكرو نباخ لمقياس التشوهات المعرفية

الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
	58	0.87

بلغت قيمة معامل ألفا لكرو نباخ للمقياس ككل 0.87، حيث يمكن القول أن المقياس على درجة عالية من الثبات.

2.4. مقياس قلق التصور المعرفي:

1.2.4. وصف المقياس:

يتكون مقياس قلق التصور المعرفي الذي صمم من طرف الباحثة هيفاء عبد حسن علي (2013) من 3 مجالات وهي: العجز عن تفسير الاحداث والمواقف، العجز عن التنبؤ بالأحداث والمواقف، العجز عن توقع المستقبل، موزعة على (42) عبارة، بحيث احتوى المقياس على خمس بدائل وهي كالتالي (تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا، تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة متوسطة، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي تماما)، اما الدرجات فتأتي بالشكل التالي (5، 4، 3، 2، 1)، وتتراوح درجات الطلبة على المقياس بين (61 و175). انظر الملحق رقم (02).

2.2.4. مجالات المقياس:

جدول رقم (06): مجالات مقياس قلق التصور المعرفي وفقراته

الرقم	المجال	الفقرات
01	العجز عن تفسير الاحداث والمواقف	1 - 4 - 7 - 10 - 13 - 16 - 19 - 22 - 25 - 28 - 31 - 34 - 37 - 40
02	العجز عن التنبؤ بالأحداث والمواقف	2 - 5 - 8 - 11 - 15 - 18 - 20 - 23 - 26 - 29 - 32 - 35 - 38 - 41
03	العجز عن توقع المستقبل	3 - 6 - 9 - 12 - 14 - 17 - 21 - 24 - 27 - 30 - 33 - 36 - 39 - 42

- الفقرات الموجبة والسالبة في مقياس قلق التصور المعرفي:

جدول رقم (07): الفقرات الموجبة والسالبة في المقياس

الفقرات السالبة	الفقرات الموجبة
1 - 8 - 19 - 20 - 21 - 24 - 25 -	2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 9 - 10 -
26 - 27 - 29 - 30 - 32 - 34 - 35 -	11 - 12 - 13 - 14 - 15 - 16 - 17 -
36 - 38 - 40 - 42 -	18 - 22 - 23 - 28 - 31 - 33 -
	37 - 39 - 41 -

3.2.4. تصحيح المقياس:

ويقصد به وضع درجات عند كل فقرة بعد اجابة المفحوص على كل فقرات المقياس، بحيث يوجد طريقتين للتصحيح وهي حسب الفقرات الموجبة والفقرات السالبة. كما هو موضح في الجداول التالية:

جدول رقم (08): طريقة الاجابة على الفقرات الموجبة للمقياس

لا تنطبق علي تماما	تنطبق علي بدرجة قليلة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا
1	2	3	4	5

جدول رقم (09): طريقة الاجابة على الفقرات السالبة للمقياس

لا تنطبق علي تماما	تنطبق علي بدرجة قليلة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا
5	4	3	2	1

4.2.4. الخصائص السيكومترية لمقياس قلق التصور المعرفي في صورته الاصلية:

1.4.2.4. صدق المقياس:

- صدق الاتساق الداخلي: تم من خلاله حساب معامل الارتباط بين درجات افراد العينة على كل فقرة من فقرات المقياس ودرجاتهم الكلية، وتم استعمال معادلة معامل الارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية، وقد تراوحت قيمة معامل الارتباط بين (0.11 و 0.54)، مما يشير على ان دال احصائيا

2.4.2.4. ثبات المقياس:

- طريقة تحليل التباين باستخدام معادلة هويت: لتقدير الاتساق الداخلي للمقياس تم حساب الثبات من خلال استخدام معادلة هويت، حيث قامت الباحثة بتطبيق مقياس قلق التصور المعرفي على عينة الثبات البالغ عددها (200) طالب وطالبة، وقد بلغ معامل الثبات (0.88)، وتشير هذه النتيجة الى ثبات جيد.
- طريقة تحليل التباين باستخدام معادلة ألفالكرونباخ: تم استخدام اجابات التطبيق الاول في حساب الثبات والبالغ حجمها (200) طالب وطالبة، وقد بلغ معامل الثبات (0.87) وهو معامل ثبات جيد للاتساق الداخلي بين فقرات المقياس.

5.2.4. الخصائص السيكومترية لمقياس قلق التصور المعرفي في الدراسة الحالية:

1.5.2.4. صدق المقياس: تم الاعتماد على طريقة الاتساق الداخلي كمؤشر للتحقق من صدق المقياس.

- صدق الاتساق الداخلي :

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد قلق التصور المعرفي ودرجاتهم الكلية على المقياس، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (10): قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد قلق التصور المعرفي

ودرجاتهم الكلية على المقياس

الأبعاد	العجز عن تفسير الأحداث والمواقف	العجز عن التنبؤ بالأحداث والمواقف	العجز عن توقع المستقبل
الدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي	**0.80	**0.74	**0.83

** مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول السابق: أن قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد قلق التصور المعرفي ودرجاتهم الكلية على المقياس دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، وقد تراوحت ما بين 0.74 كأدنى قيمة و0.83 كأعلى قيمة، وهذه الدلالة الاحصائية تعطي مؤشراً للاتساق الداخلي للمقياس، ما يعتبر دليلاً على أن بنود المقياس تقيس ما وضع لقياسه، وهو ما يشير إلى صدق المقياس.

2.5.2.4. ثبات المقياس : تم الاعتماد على معامل ألفا لكرولنبرغ للتحقق من ثبات المقياس

• معامل ثبات ألفا لكرولنبرغ :

تم اختيار هذه المعادلة نظراً لأن استجابات الأفراد على عبارات المقياس وفق مقياس خماسي التدرج،

والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات للمقياس.

الجدول رقم(11): معامل ثبات ألفا لكرولنبرغ لمقياس قلق التصور المعرفي

الدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
	42	0.72

بلغت قيمة معامل ألفا لكرولنبرغ للمقياس ككل 0.72، حيث يمكن القول أن المقياس على درجة جيدة

من الثبات.

نستنتج من خلال ما توصلنا إليه من نتائج تتعلق بالخصائص السيكو مترية أن مقياسي التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي صالحان ومناسبان للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية حيث يمكن أن نثق في النتائج التي سنتحصل عليها.

5. اجراءات تطبيق أدوات الدراسة:

بعد التحقق من الخصائص السيكو مترية لكلا المقياسين، من خلال تطبيقهما على عينة استطلاعية بلغ حجمها 40 طالب وطالبة من نفس مجتمع الدراسة .

تم تطبيق كل من مقياس التشوهات المعرفية ومقياس قلق التصور المعرفي كأداتين للدراسة الأساسية، على العينة النهائية المتمثل حجمها في 120 طالب وطالبة سنة اولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة ولاية عين الدفلى .

6. الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة:

من اجل تحليل البيانات بطريقة علمية والوصول الى معالجة احصائية دقيقة وموضوعية، تم الاعتماد على عدة أساليب إحصائية وصفية استدلالية، باستخدام الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية Spss. نذكر منها:

- معامل الثبات ألفا لكرولياخ
- المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي
- الفئات والتوزيع التكراري والنسب المئوية
- الانحراف المعياري
- الانحدار الخطي البسيط
- اختبار T test لعينة واحدة
- اختبار F تحليل التباين الأحادي

الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج الدراسة

1 . عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

3. عرض وتحليل الفرضية الثالثة

تمهيد:

بعد عرض الطرق والأساليب والاجراءات المنهجية المتبعة في الفصل السابق. تم التطرق في هذا الفصل الى عرض وتحليل نتائج الدراسة التي تم الوصول إليها، وبعد تطبيق كل من مقياس التشوهات المعرفية للباحث اسلام العصار (2015) ومقياس قلق التصور المعرفي للباحثة هيفاء عبد حسن علي (2013)، وجمع البيانات ومعالجتها احصائيا بواسطة برنامج Spss ، تم عرض وتحليل نتائج كل فرضية وتوضيح مدى قبولها أو رفضها.

1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

"مستوى التشوهات المعرفية مرتفع لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجليلي بونعامة"

للتحقق من الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة من الطلبة في مقياس التشوهات المعرفية، ومقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي وفحص دلالة الفرق من خلال اختبار "ت" لعينة واحدة، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (12): دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي

لدرجات أفراد العينة في مقياس التشوهات المعرفية

التشوهات المعرفية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" لعينة واحدة	القيمة الاحتمالية Sig	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
	114.80	15.34	116	0.85-	0.39	119	غير دال احصائيا

يتضح من خلال الجدول أن قيمة "ت" لعينة واحدة والتي قدرت بـ 0.85- غير دالة احصائيا وهذا ما يشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في التشوهات المعرفية والمتوسط الفرضي للمقياس المستخدم الذي يدل على المستوى المتوسط، كما أن قيمة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في التشوهات المعرفية والمقدرة بـ 114.80 تقترب من قيمة المتوسط الفرضي المقدر بـ 116، وعليه نستنتج أن طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجليلي بونعامة لديهم مستوى متوسط من التشوهات المعرفية.

إضافة إلى ذلك فقيمة المتوسط الحسابي تقع ضمن الفئة المتوسطة وهي [87-145] وعليه يمكننا القول: أن طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية لديهم مستوى متوسط من التشوهات المعرفية. بالإضافة إلى ما سبق، قمنا بحساب التكرارات والنسب المئوية التي تقابل كل فئة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (13): التوزيع التكراري للتشوهات المعرفية حسب المستويات

المتغير	الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
التشوهات المعرفية	مستوى منخفض [87 -58]	3	%2.5
	مستوى متوسط [145 -87]	113	%94.2
	مستوى مرتفع [174 -145]	4	%3.3
المجموع		120	%100

يتضح من خلال الجدول السابق أن ما نسبته %94.2 من مجموع أفراد العينة لديهم مستوى متوسط من التشوهات المعرفية، وما نسبته %3.3 من الأفراد في المستوى مرتفع، وأخيرا ما نسبته %2.5 في المستوى منخفض.

وتدعم هذه النتائج ما توصلنا إليه من خلال اختبار "ت" لعينة واحدة حيث تدل النتائج على أن أفراد العينة يتميزون بمستوى متوسط من التشوهات المعرفية وبالتالي فالفرضية الأولى غير محققة .

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

" مستوى قلق التصور المعرفي مرتفع لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجيلالي بونعامة".

للتحقق من الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة من الطلبة في مقياس قلق التصور المعرفي، ومقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي وفحص دلالة الفرق من خلال اختبار "ت" لعينة واحدة، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (14): دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي

لدرجات أفراد العينة في مقياس قلق التصور المعرفي

الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة "ت" لعينة واحدة	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	قلق التصور المعرفي
دال احصائيا عند 0.01	119	0.00	15.83-	126	11.77	104.98	

يتضح من خلال الجدول أن قيمة "ت" لعينة واحدة والتي قدرت بـ 15.83 دالة احصائيا عند مستوى 0.01، وبما أن قيمة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في قلق التصور المعرفي والمقدرة بـ 108.98 أقل من قيمة المتوسط الفرضي المقدرة بـ 126، وعليه نستنتج أن طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجبيلي بونعاما لديهم مستوى منخفض من قلق التصور المعرفي.

إضافة إلى ذلك فقيمة المتوسط الحسابي أقل من الحد الأدنى للفئة المتوسطة وهي { 105 - 147 }، وعليه يمكننا القول: أن طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية لديهم مستوى منخفض من قلق التصور المعرفي.

بالإضافة إلى ما سبق، قمنا بحساب التكرارات والنسب المئوية التي تقابل كل فئة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (15): التوزيع التكراري لقلق التصور المعرفي حسب المستويات

المتغير	الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
قلق التصور المعرفي	مستوى منخفض [105 -42]	84	70%
	مستوى متوسط [147 -105]	36	30%
	مستوى مرتفع [210 -147]	/	/
المجموع		120	100%

يتضح من خلال الجدول السابق أن أعلى نسبة لقلق التصور المعرفي تقع في المستوى المنخفض بنسبة 70 % من مجموع أفراد العينة، تليها نسبة 30% من الأفراد في المستوى المتوسط. وتدعم هذه النتائج ما توصلنا إليه من خلال اختبار "ت" لعينة واحدة حيث تدل النتائج على أن أفراد العينة يتميزون بمستوى منخفض من قلق التصور المعرفي وبالتالي فالفرضية الثانية غير محققة.

3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

" تسهم التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجليلي بونعامه."

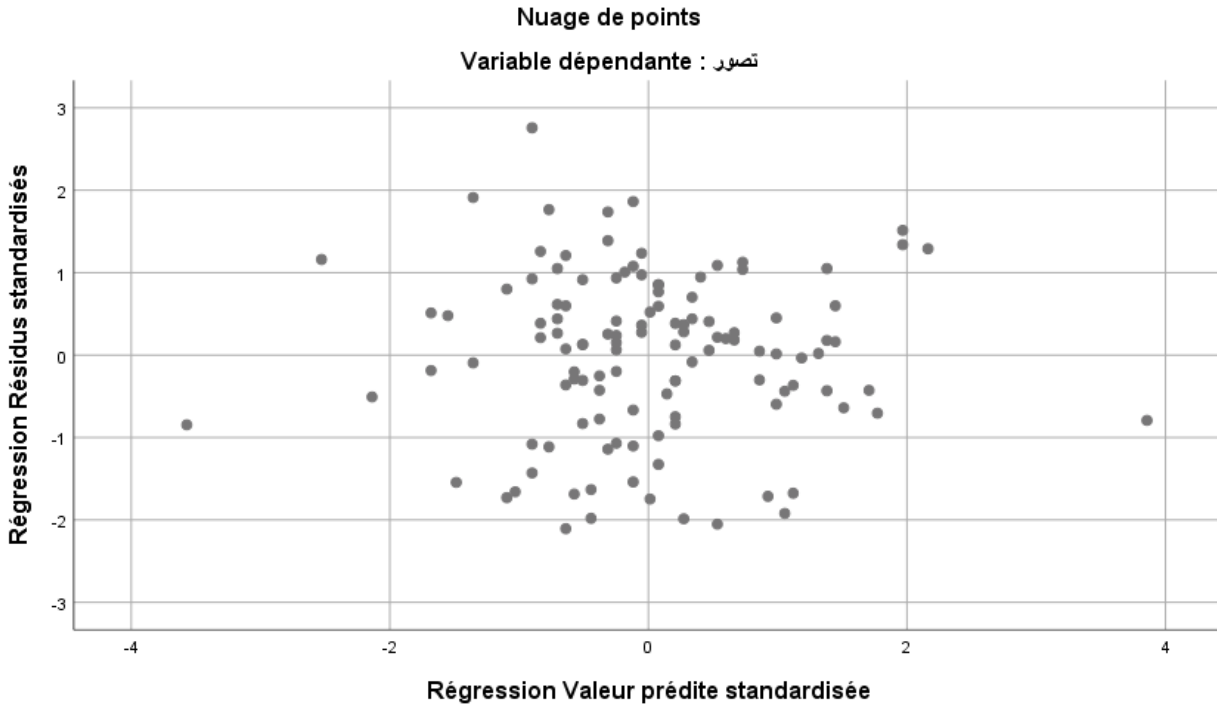
للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار الخطي البسيط، باعتبار قلق التصور المعرفي لدى الطلبة متغيراً تابعاً والتشوهات المعرفية متغيراً مستقلاً، وهذا لتحديد مدى إسهام التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجليلي بونعامه.

وقد تم التحقق من أن شروط تطبيق تحليل الانحدار الخطي البسيط مستوفاة في بيانات العينة وهي

كالتالي:

*تجانس تباين الخطأ العشوائي (Homoscedasticity): لتحليل الأخطاء العشوائية بيانياً نكون لوحة الانتشار (Scatterplots) بتمثيل القيم التقديرية \hat{y} على المحور الأفقي والأخطاء المعيارية e_s على المحور العمودي.

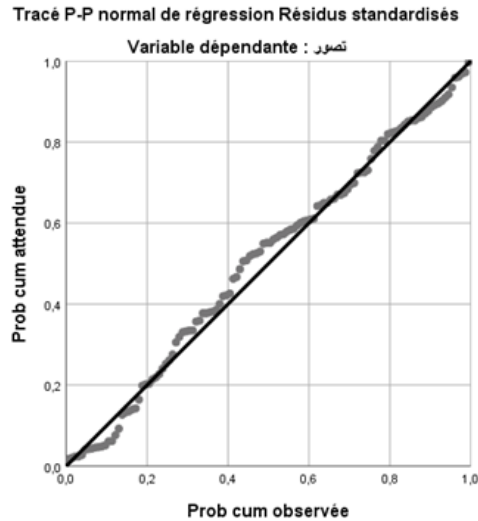
الشكل (01): لوحة الانتشار



من خلال الشكل السابق نلاحظ أن النقاط تتوزع بشكل شريط أفقي متساو حول الصفر، مما يدل على أن النموذج لا يعاني من مشكلة عدم تجانس تباين الخطأ العشوائي.

التحقق من التوزيع الطبيعي للأخطاء: لاختبار التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية تم اعتماد مخطط Normal Plot Probability .

الشكل (02): مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية



من خلال الشكل السابق نلاحظ أن معظم النقاط تتجمع قرب الخط المستقيم وهذا يدل على التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية.

ويمثل الجدول التالي نتائج المعالجة الاحصائية:

الجدول رقم (16): نتائج تحليل الانحدار الخطي لإسهام التشوهات المعرفية

في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى الطلبة

النموذج	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	القيمة الاحتمالية Sig	مستوى الدلالة
التشوهات المعرفية	الانحدار	986,765	1	986,765	7.51	0.007	دال احصائيا عند مستوى 0.01
	البواقي	15505,201	118	131,400			
	المجموع	16491,967	119				

من خلال قراءة الجدول نلاحظ أنه توجد دلالة احصائية " ف " التي بلغت قيمتها 7.51 بالنسبة للمتغير المستقل التشوهات المعرفية على المتغير التابع المتمثل في قلق التصور المعرفي، وبالتالي يمكننا القول أنه يمكن التنبؤ بمستوى قلق التصور المعرفي لدى الطلبة من خلال مستوى التشوهات المعرفية لديهم.

الجدول رقم (17): معاملات إسهام المتغير المستقل (التشوهات المعرفية)

في التنبؤ بالمتغير التابع (قلق التصور المعرفي)

النموذج	قيمة A	الخطأ المعياري	معامل الارتباط	مربع معامل الارتباط المعدل R ²	قيمة بيتا Beta	قيمة "ت"	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
الثابت	87.44	7.92	0.24	0.052		11.02	0.00	0,01
التشوهات المعرفية	0.18	0.06			0.24	2.74	0.00	0.01

يتضح من خلال الجدول أن النموذج يبين نسبة إسهام متغير التشوهات المعرفية في تفسير التباين الكلي لدرجات قلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية، حيث نجد أنه يفسر ما نسبته حوالي 5.2% من هذا التباين عند مستوى دلالة 0,01 وعليه يمكننا اشتقاق المعادلة التنبؤية التالية:

$$\text{قلق التصور المعرفي لدى الطلبة} = 87.44 + 0.18 \text{ التشوهات المعرفية}$$

نستنتج في الأخير أن التشوهات المعرفية تسهم في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجيلالي بونعامة، وعليه فالفرضية محققة.

خلاصة الفصل :

نصل في نهاية هذا الفصل الى أنه وبعد اختيار المنهج الوصفي التحليلي باعتباره المنهج المناسب لهذه الدراسة، والتأكد من صلاحية أدوات القياس المستخدمة وخصائصها السيكمومترية، التي تم تطبيقها على عينة حجمها 120 طالب وطالبة من طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة. وكذا معالجتها احصائيا بواسطة برنامج **Spss**، تم رفض كل من الفرضية الأولى والفرضية الثانية في كونهما غير دالتان احصائيا، وتم التأكد من صحة الفرضية الثالثة في كونها دالة احصائيا ومحقة .

الفصل الخامس: مناقشة وتفسير نتائج الدراسة

1 . مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى

2 . مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية

3 . مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

تمهيد:

بعد كل ما تم الوصول ايه في الفصول السابقة من هذه الدراسة في كل من الجانب النظري والجانب الميداني، سنتطرق في هذا الفصل الى آخر جزء من الدراسة، وهو تفسير ومناقشة النتائج ، التي تم الحصول عليها بعد عرض الاجراءات المنهجية وتطبيق ادوات الدراسة، وجمع البيانات وتحليلها احصائيا بواسطة البرنامج الاحصائي Spss .

1 مناقشة وتفسير الفرضية الأولى:

التي مفادها أن:

" مستوى التشوهات المعرفية مرتفع لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية

جامعة الجيلالي بونعامة "

من خلال الجدول رقم (11) يتبين أن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية جاء متوسطا ، حيث قدرت قيمة المتوسط الحسابي لدرجة أفراد العينة في التشوهات المعرفية ب 114.80 تقارب من قيمة المتوسط الفرضي المقدرة ب 116، وقيمة "ت" لعينة واحدة 0.85 عند درجة حرية 19 ومستوى دلالة $\alpha = 0.01$ غير دال احصائيا.

وهذا ما قد يرجع الى نوع المثيرات البيئية التي يتعرض لها الطالب في محيطه الجامعي، وحتى اثناء حياته اليومية داخل المجتمع الذي يعيش فيه، ونظرا لحساسية المرحلة الانتقالية التي مر بها طالب السنة الاولى جامعي، وما تحمله في طياتها من غموض وتقلبات مزاجية بين الطموح إلى مستقبل مهني ناجح والتوجه نحو الهدف، وبين العجز عن تحقيق الذات وال فشل في التحصيل الاكاديمي، وبسبب الاختلاف الكبير بين مرحلة التعليم الثانوي ومرحلة التعليم العالي والبحث العلمي، ماقد يجعل الطالب يدخل حيز الصراع بين الافكار المنطقية والافكار اللامنطقية، ليجد نفسه مرغم على البحث عن ما هو ملائم لطبيعة تفكيره، ويُخضع كل ما يتلقاه إلى تحليل وتفسير منطقي قبل ان يتبناه ويُسلم به.

وقد يرجع هذا الى طبيعة الافكار التي يستقبلها جهاز معالجة المعلومات لدى الطالب، وطريقة معالجتها داخل البنية المعرفية، فأى خطأ قد يحدث اثناء هذه العملية يؤدي إلى حدوث فجوة التشوه، التي ينتج عنها أفكار آلية أوتوماتيكية محرفة، تكون ذات طبيعة تلقائية تترجم الى استجابات وانفعالات سلبية. مما قد يجعل الطالب يعاني من نسبة معينة من التشوهات المعرفية .

فالطالب الجامعي قد يمتلك تشوهات معرفية، ويمكن تفسير ذلك وفق نظرية بيك Beck التي أشارت إلى أن الطالب يميل إلى تبني أفكار مبالغ فيها عند تفسير الأحداث الخارجية، إذ تجعله يفكر بطريقة غير منطقية لا تنسجم مع طبيعة مواقف التفاعل الاجتماعي. وقد يعود هذا إلى تدني مستوى كفاءة الاعداد التربوي وطبيعة

التنشئة الاجتماعية، حيث أن التشوّهات المعرفية تبدأ بالتشكل والتكوّن لدى الفرد في مرحلة الطفولة المبكرة، مما يؤكد الدور الكبير الذي تلعبه الأسرة والبيئة الاجتماعية المحيطة في تشكيل مثل هذه التشوّهات، لأن المخططات المعرفية تتكون لدى الأبناء في هذه المرحلة من خلال التفاعل مع البيئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية والتنشئة الاجتماعية لاسيما أساليب التسلط والحرمان، إضافة الى تأثير جماعة الأقران والأصدقاء. وعندما تكون أساليب التنشئة والمعاملة الوالدية ايجابية ومنطقية فإن الأبناء يشكلون مخططات معرفية تكون ايجابية وخالية من التشوّهات المعرفية. (القاعود والشقران، 2022، ص.212)

وأشار أرداكاني وناصرى (2018) Ardakani & Naseri إلى أن التشوّهات المعرفية تنعكس على حياة الطالب في البيئة التعليمية، فهي تؤدي به إلى الاتجاه نحو السلبية وانعدام النشاط وتدني الفاعلية في التعلم، ويظهر مستويات مرتفعة من الشعور بالخوف والقلق عند تعرضه للاختبارات والمواقف التعليمية، في حين يميل الطالب ذو تشوّهات معرفية منخفضة إلى الايجابية والنشاط والفاعلية في التعلم، كحضور المنتديات والورشات العلمية والدورات التكوينية التي تقام في الجامعة، والاستجابة بشكل جيد و ايجابي للاختبارات التحصيلية والمواقف التعليمية المختلفة .

والمرحلة العمرية للطالب قد تزيد من فرصة ظهور التشوّهات المعرفية، إذ أنه يعيش مرحلة المراهقة بما فيها من عدم استقرار معرفي وانفعالي، إذ تتسم هذه المرحلة بالأزمات النفسية والصراعات وهذا ما قد يكون سببا في نشوء بعض التشوّهات المعرفية. فهي تشكل أرضية خصبة لتقبل الأفكار والمعتقدات دون معرفة نتائجها السلبية عليهم وعلى مجتمعهم، خصوصا في ظل انتشار وسائل التواصل الاجتماعي حيث يتم عبرها نشر مفاهيم ومعتقدات غريبة تختلف عن عقيدتنا وديننا. (الجندي وآخرون، 2022)

وحسب الباحثين، قد يعود سبب وجود تشوّهات معرفية بمستوى متوسط لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجيلالي بونعامة إلى اتسامهم بالطاقة الايجابية والنظرة التفاؤلية للحياة، فهم في بداية مشوارهم نحو مستقبل مهني واعد، لذلك فمعظمهم يمتلك القدرة على التحليل المنطقي للأحداث، والقدرة على تحدي الصعوبات، وباعتبارهم قد تفوقوا على أحد أكبر مخاوفهم وأهم عقبة واجهتهم في مشوارهم الدراسي وهي النجاح في شهادة البكالوريا، هذا ما جعلهم يكتسبون خبرات للتعامل مع الانفعالات والمشاعر السلبية التي تعترضهم خلال سعيهم لتحقيق طموحاتهم.

وقد ترجع هذه النتيجة إلى طبيعة المجتمع الجزائري العربي الاسلامي، الذي يحرص على تقوية الوازع الديني لدى الطلبة وتقيدهم بالعقيدة الاسلامية التي تعد كمتغير ايجابي يساعدهم على تنمية ميكانيزمات دفاعية ترفع من مستوى الصلابة النفسية لديهم وذلك للتكيف مع المثبرات والمواقف الجديدة ضمن أي بيئة يتواجدون بها، ما يجعلهم يؤسسون قواعد من المعتقدات والأفكار العقلانية والحد من نشوء التشوّهات المعرفية التي تؤدي إلى ظهور العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والانفعالية، بما أن الجوانب المعرفية تحكمها الانفعالات والمشاعر.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع كل من دراسة عبد الواحد وحسانين (2021)، ودراسة المعاينة (2016)، ودراسة جواد (2019) دراسة اللحياني والعتيبي (2021) ودراسة القاعود والشقران (2022) ودراسة الجندي وآخرون (2022) بحيث توصلت نتائج دراساتهم الى ان درجة انتشار التشوهات المعرفية لدى الطلبة كانت متوسطة، وقد اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة عبارة وآخرون (2018) التي توصلت نتائجها إلى أن مستوى التشوهات المعرفية لدى الطلبة مرتفع.

2 مناقشة وتفسير الفرضية الثانية:

التي مفادها أن:

" مستوى قلق التصور المعرفي مرتفع لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية

بجامعة الجليلي بونعامه "

يتضح من خلال الجدول رقم (13) أن قيمة "ت" لعينة واحدة قدرت ب- 15.83 دالة احصائيا عند مستوى $\alpha = 0.01$ وبما أن قيمة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في قلق التصور المعرفي والمقدرة بـ 108.98 أقل من قيمة المتوسط الفرضي المقدرة بـ 126، فتوصلت النتائج الى أن طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية لديهم مستوى منخفض من قلق التصور المعرفي.

وهذه النتيجة قد ترجع الى عدة عوامل أهمها أساليب التفكير، التي تعتبر محفزا للانفعالات الايجابية والسلبية. فالطالب الجامعي الذي قد يعاني من الاضطرابات النفسية والصحية والاجتماعية والعلائقية والسلوكية وسوء التكيف، يواجه عدة مشاكل داخل محيطه الجامعي مما قد يعيق تفوقه الأكاديمي. هذا ما قد يسبب له تبني عدة أفكار لاعقلانية تؤدي به الى الانحراف عن التفكير المنطقي، فتتبادر منه سلوكيات وانفعالات سلبية غير سوية كالخوف والغضب والقلق.

وبين كيلى Kelly بأن الفرد الذي لديه قلق شديد لديه نظام تكويني فاشل وقاصر عن أداء دوره في الحياة، وأنه يشعر بقلق التصور المعرفي كلما أدرك بأن نظامه القسري لا يستطيع تغطية كل الحقائق او الوقائع اليومية، ويعجز عن توقع الاحداث المستقبلية.(عبيد، 2021، ص.270) .

وأشار علي عيسى (2012/ 2015) إلى أن " العملية العقلية والتصورية عمليتان معرفيتان تؤثران في الاستجابة النفسية والجسمية للحالة الانفعالية " (ص.146). فعندما يتلقى الطالب أي معلومة أو يتعرض لأي مثير، ويتم ادراكها ومعالجتها بطريقة خاطئة، تكون لديه تصورات معرفية محرفة، تُترجم إلى استجابات سلوكية وانفعالية سلبية، فقد يتعرض الطالب للقلق نتيجة تشكل فجوة التشوه داخل البنية المعرفية لديه.

ويرى كيلى Kelly أن سلوك الفرد ليس بمعزل عن تنبؤاته ومعتقداته، اذ يشعر بقلق التصور المعرفي عندما يدرك أنه لا يمتلك ما يكفي من الخبرات المعرفية اللازمة لمواجهة المواقف المختلفة، بينما إدراكه بأنه يملك

ما يكفي من المعلومات والخبرات المتنوعة الناتجة عن إدراكه لكفاءته الذاتية يبعده عن قلق التصور المعرفي. (الخزاعي والليباوي، 2015، ص.332)

فالتطالب الجامعي مضطر الى تكوين الاتجاهات المختلفة في مواقفه الحياتية، لتحقيق ذاته وضبط مبادئه، وبذل الجهد من أجل رفع مستواه الاكاديمي، وضمان مستقبله المهني، وتحقيق التوافق النفسي والتكيف ضمن محيطه الجديد، وتكوين علاقات اجتماعية مفيدة ضمن الاطار الاكاديمي، والبحث عن الامن النفسي من أجل رفع مستوى جودة الحياة لديه، وكل هذا من خلال اكتساب معتقدات معرفية ملائمة وامتلاكه لكفاءة ذاتية تناسب ومستواه العقلي المعرفي.

وبالرغم مما عايشه المجتمع الجزائري من ضغوطات وأزمات اقتصادية بسبب جائحة كورونا التي مست العالم بأسره، وجعلت الطالب يشعر بالتهديد والخوف على مستقبله المهني، في ظل الكم الهائل من خريجي الجامعات البطالين، وغياب مناصب العمل في مجال التخصصات التي تتيحها الجامعة، ما قد يؤدي به الى القلق عن مصيره، وتبني المعتقدات الخاطئة والتوقعات السلبية للأحداث المستقبلية، والشعور بعدم الارتياح والتوتر.

إلا أن الطالب تمكن من التأقلم السريع ضمن بيئته الجديدة، وتمتعه بالصمود النفسي، وقدرته على الضبط الشخصي والسيطرة على مصيره والتوافق مع متطلبات الحياة، ساعده على مجابهة الأحداث الضاغطة، واتسامه بقدر من الكفاءة الذاتية المدركة للواقع، وامتلاكه لاستراتيجيات وخبرات ماضية يستعين بها في التعامل مع المواقف والاحداث والضبط الانفعالي، ساعده على التنعم بالصحة النفسية وجودة الحياة الاجتماعية والأكاديمية، مما حفز دافعيته نحو التعلم والانجاز، والتطلع لاكتساب المزيد من المعارف وبلوغ الأهداف المنشودة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة الخزاعي والليباوي (2015)، حيث توصلت نتائجها إلى أن مستوى قلق التصور المعرفي منخفض لدى الطلبة، واختلفت مع كل من دراسة انتصار علي القيسي (2020) ودراسة سالم عبيد (2021)، ودراسة توماس (2017)، بحيث توصلت نتائج دراساتهم إلى أن مستوى قلق التصور المعرفي لدى الطلبة مرتفع.

3 مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة:

التي مفادها ان:

" التشوهات المعرفية تسهم في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية بجامعة الجيلالي بونعامة "

يتضح من خلال الجدول رقم (16) أن النموذج يبين نسبة إسهام متغير التشوهات المعرفية في تفسير التباين الكلي لدرجات قلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية، حيث نجد أنه يفسر ما نسبته حوالي 5.2% من هذا التباين عند مستوى دلالة $\alpha = 0.01$

وقد يرجع هذا حسب تفسير الباحثين الى أن الضغوطات النفسية وخاصة المعرفية منها دائما ما ينتج عنها سلوكيات وانفعالات سلبية كالقلق. وهذا ما قد يعود الى طبيعة المجتمع الجزائري وطبيعة المناخ الجامعي السائد، ومجموع العوامل النفسية والتكيفية والاجتماعية، التي قد يتعرض لها الطلبة اثناء ممارسة حياتهم الجامعية، كلها عوامل تتداخل فيما بينها لتجعل الطالب في صراع دائم لإعادة تنظيم بناءه المعرفي والتحرر من شبح المعتقدات المعرفية الخاطئة، الذي قد يزيد من ضغوطاته فيصبح المستقبل مصدر توتر وارتباك بالنسبة له، نتيجة لإدراكه الخاطئ للأحداث والمواقف وعجزه عن تفسيرها وتوقعها، فالطالب هنا يجد نفسه مجبرا على مواجهة الافكار غير المنطقية التي تتسبب له بالخوف والقلق، فيقوم بتعزيز آليات الدفاع النفسي من اجل دعم وتقوية ذاته ورفع مستوى الصمود النفسي لديه، لمجابهة مخاوفه والتصدي لكل ما يهدد امنه النفسي.

وقد فسّر الباحثان عبد الوهاب والسيد (2017) النتيجة التي توصلت اليها دراستهما بأن " قلق التصور المعرفي يؤثر في قدرة الطالب على الادراك السليم للموقف الاختياري والتفكير الموضوعي والانتباه والتركيز وحل المشكلات، بينما قد يشكك الفرد في قدرته على الأداء الجيد والشعور بالعجز وعدم الكفاءة والتفكير في عواقب الرسوب والفضول، وقد يحدث قلق التصور المعرفي نوعا من العجز عن تفسير الاحداث والمواقف ". (ص.760)

وأضافا أن " الشخص في حالات القلق يتميز بالمبالغة في تفسير المواقف مما يؤدي إلى إثارة مشاعر من الخوف والتوتر، وقد يؤدي ذلك في النهاية الى تفكير كارثي وهو أحد مظاهر التشوهات المعرفية، ومن ناحية أخرى فان التشوهات المعرفية قد تتسبب في معناة الفرد من القلق، وذلك حينما يتصور الفرد أن الآخرين أقل موضوعية وعدلا، وهذا التصور يجعلهم يعتقدون أن تفسيرات الأفراد خاطئة ". (ص.760)

كما قد أشار أصحاب النظرية المعرفية وعلى رأسهم "بيك Beck" في ضوء العلاقة بين الافكار والانفعال والسلوك، الى أن أفكارنا هي التي تحدد نوع العاطفة التي تسيطر علينا، ومن ثم الطريقة التي نتبعها إزاء المواقف المختلفة، وعليه فانه عندما تأخذ الافكار الوجيهة الالاعقلانية فإن ذلك يؤثر سلبا على محتوى أفكارنا وطريقة تفسيرنا للأمور التي يتولد عنها مشاعر القلق. فالخبرة الانفعالية السلبية ترتبط ارتباطا مباشرا بعمليات الادراك

والتفسير الخاطئ، حيث يصحها تيار من الافكار السلبية غير الواقعية يتسبب في شعور الفرد بالتهديد والقلق المستمر. والاضطرابات النفسية وفي مقدمتها قلق التصور المعرفي تنشأ تلقائياً عن وجود التشوهات المعرفية، والتي تظهر في صورة انماط التفكير الخاطئ لدى طلبة الجامعة. (مختار، 2021، ص.29)

وفي الدراسة الحالية جاءت درجة اسهام التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي بنسبة 5.2%، التي تعتبر نسبة ضئيلة جدا مقارنة بالنسب التي توصلت إليها الدراسات إلى أجريت في المجتمعات العربية الأخرى كالمجتمع العراقي والمجتمع الفلسطيني، وهذا راجع إلى الأمن والاستقرار السياسي والاقتصادي والاجتماعي الذي يشهده المجتمع الجزائري، والمساندة والدعم الاجتماعي الذي تقدمه المؤسسات التعليمية والمهنية، ونختص بالذكر الأسرة التي تمثل القوة النفسية للفرد فمن خلالها تتشكل لديه مختلف الاتجاهات والقيم والمعايير السلوكية المرغوب فيها، ودورها الفعال في تلبية احتياجات أفرادها وخلق جو تسوده الألفة والمحبة والأمان العاطفي الذي يؤدي إلى غياب الشعور بالخوف والقلق والاضطراب، ويساهم في زيادة الشعور بالانتماء وعدم الإهمال، والحرص على العقيدة الاسلامية التي تعتبر الموجه والمرشد الأول لكل ما يتبناه الفرد من معتقدات معرفية في مختلف مراحل العمرية. والتنشئة الاجتماعية والتراث الثقافي الفكري والاسلامي للمجتمع الجزائري والخبرة الشخصية للطلاب قد تجعله قادرا على التكيف مع الظروف والضغوط النفسية والاجتماعية مهما كانت أنواعها وتعددت أسبابها. هذا ما يفسر نسبة التنبؤ التي تم التوصل إليها فالطالب يتميز بقدرته على امتلاكه للمعرفة التي تساعد على تفسير الأحداث والمواقف التي تواجهه مما يؤدي به إلى الشعور بالإيجابية الذي يدفعه لاتخاذ القرارات الصحيحة و الاختيارات العقلانية من أجل حل مشكلاته. التي يكون قد اكتسبها من محيطه الجديد داخل الحرم الجامعي من خلال تفاعله مع أساتذته وزملائه، والانخراط في النشاطات التي تدعم وتحفز الطالب على تطوير ذاته وأفكاره ومعتقداته.

وقد طرحت الدولة الجزائرية فكرة اعداد مؤسسات ناشئة في الآونة الخيرة، وجعلتها قيد التنفيذ في جميع ميادين المؤسسات الجامعية تدعيما للطلاب ومساعدته على تحقيق أهدافه وضمان مستقبله المهني، وتحسين جودة واستراتيجيات التكوين في اطار التعليم العالي والبحث العلمي، وهذا ما يعكس انخفاض قلق التصور المعرفي لديه.

وبالرغم من قلة الدراسات التي تناولت كل من التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي، نجد دراسة عبد الوهاب والسيد (2017) التي توصلت نتائجها الى إمكانية التنبؤ بالتشوهات المعرفية من خلال قلق التصور المعرفي لدى طلبة الجامعة، أما دراسة الزهراني (2019) فقد توافقت نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية، واثبتت اسهام التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة الجامعة.

الاستنتاج العام:

نظرا لأهمية البالغة التي يحظى بها الطلبة داخل الدولة، وباعتبارهم نخبة المجتمع والطبقة المثقفة التي تعد مصدر للاستثمار البشري، من اجل النهوض بمعالم البلاد في جميع المجالات ومختلف الاصعدة، لابد على المختصين النفسيين والتربويين الالتفات إلى جميع المشاكل التي يعاني منها الطلبة، وخاصة المشكلات النفسية والاضطرابات الانفعالية المعرفية السلوكية، التي تعيق النمو الفكري والمعرفي للطلاب، وتجعله يعيش حياة مليئة بالفشل والاحباط والانتكاسات، ما يؤثر على دوره الفاعل ومستقبله داخل المجتمع .

لهذا أتت الدراسة الحالية للتعرف على الاسهام النسبي للتشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة، وأشارت نتائجها الى تحقق الفرضيات التالية:

- مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية.
- مستوى قلق التصور المعرفي منخفض لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية.
- تسهم التشوهات المعرفية في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلبة السنة الاولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية.

خاتمة:

بعد كل ما سبق عرض في هذه الدراسة نجد أن البحث قد حقق أهدافه التي صمم من أجلها، والمتمثلة في الكشف عن مستوى كل من التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي لدى الطلبة، والتحقق من صحة الفرضيات من خلال تطبيق اجراءات منهجية البحث العلمي والتربوي، ووفقا للمنهج الوصفي التحليلي إضافة الى الاستعانة بمجموعة متنوعة من الأساليب الاحصائية لمعالجة وتحليل البيانات بطريقة موضوعية ودقيقة . وصولا في الختام الى أن طلبة السنة الأولى جامعي قسم العلوم الاجتماعية كلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة لديهم تشوهات معرفية بمستوى متوسط، وقلق التصور المعرفي بمستوى منخفض، وأنه يمكن التنبؤ بقلق التصور المعرفي من خلال التشوهات المعرفية لدى الطلبة.

وعلى حد علم الباحثين، يعتبر هذا البحث كأول بحث جمع بين متغير الدراسة الحالية، التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي في البيئة الجزائرية، فهو بمثابة أولى الدراسات في المجال النفسي المعرفي من طرف الباحثان، تأملًا في أن يكون هذا العمل المتواضع كإطلاقا للمزيد من الأبحاث والدراسات في هذا المجال من أجل الإفادة ولو بالقليل في ميدان التعليم العالي والبحث العلمي الجزائري.

وفي الختام ارتأينا الى تقديم مجموعة من التوصيات والاقتراحات بناء على ما توصلت إليه نتائج الدراسة المتمثلة في ما يلي:

التوصيات:

- بناء برامج علاجية للحد من الاضطرابات الانفعالية السلوكية لدى الطلبة والتركيز على الجانب المعرفي لهم ومعالجة كل المشاكل المتعلقة به
- توفير مراكز خاصة بالتكفل النفسي للطلبة في كل الجامعات من أجل الحفاظ على صحتهم النفسية
- اقامة ملتقيات ومحاضرات لمناقشة المشاكل والاضطرابات المعرفية التي يعاني منها الطلبة من اجل زيادة الوعي لديهم بمدى خطورة هذه المشاكل اذا تفاقمت وكيفية التعامل معها .
- اقامة برامج ارشادية للطلبة من اجل تقديم لهم يد المساعدة للتخلص من الافكار السلبية والحد من القلق لديهم
- بناء برامج علاجية قائمة على العلاج العقلاني الانفعالي للحد من التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي لدى الطلبة
- اجراء المزيد من الدراسات حول قلق التصور المعرفي في البيئة الجزائرية باعتباره متغير جديد بالنسبة لهذه البيئة

- استغلال مقياس التشوهات المعرفية ومقياس قلق التصور المعرفي في عمليات التشخيص والارشاد والتوجيه في الميدان التربوي
 - توسيع البحث حول موضوع الدراسة الحالية والتعمق فيه أكثر لما يبلغ من أهمية كبيرة خاصة بالنسبة للطلبة الجامعيين
 - الاهتمام بالجانب المعرفي والنفسي للطلبة وعدم اهماله، لأن به تتحقق الصحة النفسية والجسمية لديهم
 - توفير حصص اعلامية توجيهيه لاطلاع طلبة السنة الاولى جامعي، بكل ما يتعلق بالحياة الجامعية من اجل مساعدتهم على التكيف بسهولة وبسرعة مع بيئتهم الجديدة
- ولتعزيز البحث العلمي بمثل هذه الدراسات في المستقبل نقترح كباحثتين مجموعة من المواضيع وهي كالاتي:

الاقتراحات:

- برنامج علاجي لتعديل التشوهات المعرفية والحد من انتشارها لدى الطلبة
- برنامج علاجي للخفض من قلق التصور المعرفي لدى الطلبة
- فاعلية برنامج ارشادي للخفض من التشوهات المعرفية وقلق التصور المعرفي لدى الطلبة
- قلق التصور المعرفي وعلاقته بالإغراب النفسي لدى الطلبة
- قلق التصور المعرفي لدى الطلبة

المراجع

المراجع العربية :

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، والأزايذة، رياض عبد اللطيف. (2015). الأساليب الحديثة في الارشاد النفسي والتربوي الجزء الأول. (ط.1). الأردن: مركز دبيونو لتعليم التفكير للنشر.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، وعربيات، أحمد عبد الحليم. (2015). نظريات الارشاد النفسي والتربوي. (ط.3). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- ابراهيم، أشرف محمد حج. (2019). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع هولكرم. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- إس جي، هوفمان. (2015). العلاج المعرفي السلوكي المعاصر: الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية. (مراد علي عيسى، ترجمة، ط.2). الجزائر_مصر: الدار الجزائرية ودار الفجر للنشر والتوزيع.(2012).
- بن معمر، نبيل. (2019). التشوهات المعرفية لاضطراب الرهاب الاجتماعي عند المراهق. [أطروحة دكتوراه غير منشورة]، جامعة عبد الحميد مهري، قسنطينة، الجزائر.
- الجندي، نبيل جبرين، ومخامرة، فلسطين محمد، واسعيد، شهد أحمد. (2022). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في مدينة الخليل. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، المجلد 16(2)، ص 194 – 210، جامعة السلطان قابوس، فلسطين.
- الخزاعي، علي جابر، والليباوي، ختام محمد. (2015). قلق التصور المعرفي على وفق الكفاية الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة. مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، المجلد 15 (01)، ص 299 – 351، العراق.
- دباغ، يمينة، والخير، الزهراء، وأغيات، سالمة. (2020). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي. [رسالة ماستر غير منشورة]. جامعة أحمد دراية، أدرار، الجزائر.
- رزوقي، رعد مهدي، ومحمد، نبيل رفيق. (2018). التفكير وأنماطه. لبنان: دار الكتب العلمية.
- الرشدي، فاطمة. (2021). قلق المستقبل وعلاقته بالوعي الذاتي دراسة ميدانية على طالبات كلية العلوم في جامعة القيصم. مجلة دفاتر البحوث العلمية، المجلد 9 (1)، ص 01 – 23، المملكة العربية السعودية.
- رمضان، أحمد ثابت فضل، والدرس، علاء سعيد محمد. (2021). فاعلية التدريب على التمثيل العقلي للأشكال في التحول الرتبي للقوة المعرفية المسيطرة وأثره في تخفيف قلق التصور المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 31 (110)، ص 51 – 110، مصر.
- رشيان، حامد قاسم، ومزعل، نادية عادل. (2014). قياس قلق التصور المعرفي لدى طالبات الصف الخامس إعدادي. مجلة الأبحاث ميسان، المجلد 10(20)، ص 373 – 394، جامعة البصرة، العراق.

- ريشان ، حامد قاسم ، ومزعل، نادية عادل. (2017). *الاقناع الجدلي التعليمي في تخفيض قلق التصور المعرفي لدى طالبات المرحلة الإعدادية*. مجلة نفسية، المجلد 24، ص 273 – 297، جامعة البصرة، العراق.
- الزهراني، عبد الرحمان. (2019). *التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالي والصلابة النفسية كمنبئات بقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الجامعية*. مجلة كلية التربية، المجلد 182، ج(1)، ص 603 – 629، جامعة الأزهر، مصر.
- شبير، أحمد وليد شلاش. (2018). *التشوهات المعرفية وعلاقتها بأساليب التنشئة الاجتماعية لدى عينة من السجناء في قطاع غزة*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- صباح، رنين أحمد عبد الرحمان. (2021). *التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاتجاهات نحو الزواج والرفاهية النفسية وفقا للحالات الزوجية في محافظات شمال الضفة الغربية*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- صلاح الدين، لمياء عبد الرزاق. (2015). *مقياس التشوهات المعرفية للشباب الجامعي*. مجلة الارشاد النفسي، العدد (44)، ص 651 – 682، مصر.
- طموني، عبد الرحمان أحمد محمود. (2019). *فاعلية برنامج ارشادي معرفي في خفض التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- عبد الواحد، ابراهيم سيد أحمد، وحسانين، السيد الشبراوي أحمد. (2021). *التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي وادمان الأنترنت*. مجلة التربية، العدد (189)، ج(01)، ص 02 – 50، جامعة الأزهر، القاهرة، مصر.
- عبد الوهاب، داليا خيرى، والسيد، نبيل عبد الهادي أحمد. (2017). *قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي كمنبئين بالتشوهات المعرفية لدى طلاب جامعة الأزهر*. مجلة كلية التربية، العدد (176)، ج (02)، ص 693 – 781، القاهرة، مصر.
- عبد ربه، محمد عبد الرؤوف، وعبد المنعم، نجلاء عبد المحسن. (2022). *الذاكرة الانفعالية وعلاقتها بالتصور المعرفي لدى طلبة الجامعة*. مجلة كلية التربية، العدد (01)، ص 446 – 526، جامعة المنوفية، مصر.
- عبيد، سالم حميد. (2021). *قلق التصور المعرفي وعلاقته بالتوقعات المستقبلية لدى طلبة المرحلة الاعدادية*. مجلة كلية التربية، العدد (03)، ص 269 – 276، جامعة المستنصرية، العراق.
- العتيبي، بدرية سعود. (2014). *فاعلية البرنامج ارشادي نفسي بتخفيض القلق النفسي وقلق الاختبار لدى طالبات زوات الذكاء والتحصيل المرتفعين في الكويت*. [أطروحة دكتوراه غير منشورة]، جامعة الخليج العربي .
- العصار، اسلام أسامة محمود. (2015). *التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، الجامعة الإسلامية، فلسطين.

- العدوي، دعاء محمد، و أحمد، جمال شفيق، وحسين، محمود عبد الحميد. (2018). الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيئية والاجتماعية. مجلة العلوم البيئية، المجلد 43 ج (1)، ص 269 – 295 ، جامعة عين الشمس، مصر.
- علوان، سالي طالب، ومحمد، مروة جلال حسين. (2017). قلق التصور المعرفي عند طلبة جامعة بغداد ، مجلة كلية التربية للبنات، المجلد 28 (02)، ص 635 – 654 ، العراق.
- العلوي، زينب عبد الكريم قاسم. (2013). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة كربلاء، العراق.
- علي، هيفاء عبد حسن، وعزيز، أمل اسماعيل. (2013). قلق التصور المعرفي وعلاقته بأسلوب التفكير العالمي والمحلي لدى طلبة الجامعة. [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. جامعة المستنصرية، العراق.
- عوادي، الحادة. (2018). علاقة معنى الحياة بالتشوهات المعرفية لدى الأشخاص المعاقين. [رسالة ماستر غير منشورة]، جامعة الشهيد حمه لخضر، الوادي، الجزائر.
- عيسى التواتي، ابراهيم، و أبي مولود، عبد الفتاح. (2017). علاقة المخططات المبكرة غير المتكيفة بالتشوهات المعرفية لدى تلاميذ التعليم الثانوي. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد (30)، ص 307 – 318، الجزائر.
- فيصل، سناء مجول، والشكري، ابراهيم عبد السادة حسن. (2019). اضطراب الاكتناز وعلاقته بالتشوهات المعرفية. المجلة الدولية لنظم ادارة التعلم، العدد(07)، ج (02)، ص 31 – 46، جامعة بغداد، العراق.
- القاعود، تيماء جهاد، والشقران، حنان ابراهيم. (2022). التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلبة الجامعات الأردنية. مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 30 (2)، ص 195 – 221، الأردن.
- اللحياني، مريم حميد أحمد، و العتيبي، سميرة محارب . (2022). التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة بالسعودية ومصر: دراسة ثقافية مقارنة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 16(06)، ص 05 – 50 ، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- المحسن، نيرمين زين الدين. (2019). التفكير الخاطئ والفراغ الوجودي وعلاقتها باضطراب الشخصية. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة البعث، سوريا.
- محمد، عباس محمد. (2014). الخجل المعرفي وقلق التصور المعرفي والعلاقة بينهما لدى تدريس الجامعة، مجلة العلوم النفسية، المجلد 21 ، ص 301 – 345، جامعة بغداد، العراق.
- مختار، سهام عادل. (2021). برنامج تدريبي قائم على النظرية المعرفية ل " بيك " لتعديل التشوهات المعرفية لدى طالبات الجامعة لخفض قلق التصور المعرفي. مجلة بحوث العلوم التربوية، العدد (06)، ج (02)، ص 170 – 210، جامعة عين الشمس، القاهرة، مصر.

- المعاينة، أحمد سالم عبد الحميد. (2016). مستوى التشوهات المعرفية لدى الطلبة وعلاقتها بالإساءة اللفظية الموجهة لهم من المعلمين في مدارس مديرية لواء القيصير. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة مؤتة، الأردن.
- نور الدين، عصام. (2009). معجم نور الدين الوسيط. (ط.2). لبنان: دار الكتب العلمية.
- الهيتي، حميد محمد ناصر. (2021). قلق التصور المعرفي وعلاقته بالتسويق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، مجلة النسق، المجلد 32، (02)، ص 440 – 469، جامعة الأنبار، العراق.

المراجع الأجنبية :

- Ardakani, A, Naseri, A. (2018). Effectiveness of test time on Anxiety and cognitive Distortions in Student Sepidan Branch Islamic Azad University. American Journal of Psychology and Cognitive Science, 4 (3), 31 – 35 .
- Beck , A.(2017). La thérapie cognitive et les trouble émotionnels.(2eme.ed).traduit par : Bernard pascal, Bruxelles, Royale de Belgique .
- Hunsinger , A, Bruneau, L. (2016). Libérez-vous pensées toxiques. (1^{er} éd). Paris – France – le courrier du livre .
- Carpenter ,j ;Andrews ,L ; Witcraft ,S; Powers , M ;B ; Smits ,J & Hofmann ,S (2018),Cognitive behavioral therapy for anxiety and related disorders :A meta-analysis of randomized placebo-controlled trials ;journal of Consulting and Clinical Psychology,35(6),502-514.
- Roberts, M .(2015) . Inventory of Cognitive Distortions : Validation of a measure of cognitive distortions using a community sample . Unpublished Doctoral Dissertation, Philadelphia College of Osteopathic Medicine, Department of P sychology, PennSylvania , USA .
- Stein ,D,Ahokas A, Albarran C,Olivier ,V, Allgulander,C.(2017),Agomelatine prevents relapse in generalized anxiety disorder :a 6-month randomized , double –blind , placebo-controlled discontinuation study , journal of clinical Psychiatry ; 73(7) 1002-1008.

الملاحق

الملحق رقم (01) : مقياس التشوهات المعرفية

اقدم اليك اخي /اختي الطالب (ة) هذه الاستمارة لإعداد مذكرة تخرج " ماستر " تخصص علوم التربية .
ضع (ة) علامة (x) امام كل عبارة من الاختيارات ولا تضع (ي) اكثر من علامة للعبارة الواحدة

الرقم	البند	دائما	أحيانا	نادرا
1	إذا لم أكن مركز الأشياء فأشعر بأنني لاشيء			
2	أعتقد بأن أي انسان إن لم يكن معي فإنه ضدي			
3	إذا لم أفعل شيئا بالشكل الصحيح فإن هذا الشيء لا يستحق الفعل مطلقا			
4	أفضل عدم المحاولة إن لم أكن الأفضل			
5	إما أن أكون قويا أو ضعيفا ولا يوجد حل وسيط بينهما			
6	الآخرون يجب عليهم احترامي أو أنهم مخطئون			
7	إذا لم يشكرني شخص على اقتراحي فانه بالتأكيد أساء الحكم			
8	يجب على الآخرين أن يفعلوا ما أطلبه وإلا فإنهم لا يستحقون احترامي			
9	مشاعري اتجاه الآخرين إما بالحب أو الكره ولا وسط بينهما			
10	في رأيي فإن الأمور إما سوداء أو بيضاء ولا توجد مناطق رمادية			
11	أستخلص النتائج دون النظر بعناية إلى التفاصيل			
12	لدي عادة التنبؤ بأن الأمور تسوء في موقف معين			
13	أنا أصدر الأحكام دون التحقق المسبق من كل الحقائق			
14	أقفز إلى الاستنتاجات والنتائج دون النظر إلى الخيارات البديلة			
15	لا أملك دليلا ولكنني على حق في أي موقف اتخذه			
16	أشياء قليلة أفعلها تجعلني الأفضل			
17	أشعر أنني مؤثر في الأشياء مهما كانت درجة مشاركتي فيها			
18	الأشياء القليلة التي أفعلها تعني الكثير للآخرين			
19	ألاحظ أنني مختلف عن الآخرين بطريقة تجعلني أشعر بالتميز			
20	يمكن للأحداث الصغيرة أن تجلب عواقب وخيمة			
21	لا أحد يستطيع تحقيق الإنجازات التي أفعلها مهما بذل من مجهود			
22	نجاحاتي تعزى لنفسني ونجاحات الآخرين تعزى للحظ			
23	أقل من شأن خطورة المواقف			
24	أشعر أنني على حق فيما أفعل			

			لدي قدرة على استشعار الأشياء قبل حدوثها	25
			شعوري حول ما أقوم به ينعكس على ما يحدث في الواقع	26
			شعوري حول ما أقوم به هو نفس شعور الأذكيا حول ذات الموضوع	27
			أستطيع الإحساس كيف ستسير الأمور في المواقف المختلفة	28
			عندما أشعر بالسوء في موقف أعرف أن هناك شيء خاطئاً	29
			إذا شعرت بالإزعاج أعرف أن شخصا واحدا يجب أن يلام	30
			أخطائي ترجع للآخرين	31
			الناس تجبرني على الكذب لأنهم يطرحون أسئلة كثيرة	32
			إذا فقدت أعصابي فذلك بسبب أن الناس تريد أن أكون كذلك	33
			أصدقائي هم سبب كل مشاكلي	34
			ألوم الناس على كل ما أشعر به الآن	35
			أندم كثيرا على الأشياء الماضية في حياتي التي كان يجب على أن أفعلها	36
			أحمل نفسي مسؤولية الأشياء التي هي خارجة عن إرادتي	37
			أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار خلو أعماله من النقص	38
			أشعر بأنه لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة لي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف	39
			لا قيمة للأعمال التي تحتوي على أخطاء	40
			أحاول أن أحقق الكمال في جميع جوانب حياتي	41
			الجميع أكثر نجاحا مني في حياتهم	42
			عند مقارنة نفسي مع أصدقائي أجد أنهم يؤدون أفضل مني في الامتحانات	43
			أقارن بين نفسي والآخرين في كل المجالات	44
			الآخرون هم أفضل مني في جميع الأمور	45
			عندما أقارن نفسي مع الآخرين أخرج بأنني مقصر	46
			أشعر بعدم محبة الآخرين لي	47
			لا يوجد من يهتم بالصدقة هذه الأيام	48
			لا أحد يفهمني	49
			إذا رسبت في امتحان واحد فأنا فاشل في كل الامتحانات	50
			تقتي الزائدة بالنفس توقعني في كثير من المشكلات	51
			سأنجح في كل شيء وبدون بذل أي جهد إضافي	52

			أسأل نفسي ماذا لو تركني أصدقائي وحيدا	53
			أسأل نفسي ماذا لو أنني فشلت في الامتحان ؟	54
			أفكر في إجابة سؤال ماذا لو مت اليوم ؟	55
			أطرح على نفسي أسئلة كثيرة ولا أقتنع بأي إجابة تخطر على بالي	56
			أفكر في ماذا لو ارتكبت خطأ كبير ؟	57
			لا أجد إجابة على ما لو فقدت عائلتي ؟	58

الملحق رقم (02) : مقياس قلق التصور المعرفي

بدائل الاجابة					الفقرات	ترتيب
لا	تنطبق	تنطبق	تنطبق	تنطبق		
علي	علي	علي	علي	علي		
تطبيق	تطبيق	تطبيق	تطبيق	تطبيق		
علي	بدرجة	بدرجة	بدرجة	بدرجة		
علي	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة		
تماما				جدا		
					ادرك بانني قادر علي تفسير ما تواجهني من احداث.	1
					أجد صعوبة في القدرة على التنبؤ بما سيحدث في موقف ما.	2
					أجد أفكارني السلبية لا تساعدني على تحديد مستقبلي.	3
					ارتبك عندما أواجه مشكلة ما.	4
					اجد صعوبة في تحليل الموقف إدراكيا.	5
					أجد نفسي قلقا في المواقف التي تواجهني.	6
					ما احمله من خبرات لا تسعفني في مواجهة مشكلاتي.	7
					أتوقع أنني غير قادر على انجاز ما أكلف به من واجبات.	8
					أقف عاجزا عن التنبؤ بما سأكون عليه في المستقبل.	9
					أجد أن ما امتلكه من خبرات غير كافية في التعامل مع الاخرين.	10
					اعجز في كثير من المواقف عن التنبؤ بنتائجها.	11
					اشعر بالقلق عندما يتغير أستاذ المادة.	12
					اشعر أن قدراتي المعرفية غير مناسبة لمجاراة متطلبات الحياة.	13
					قدرتي على التفكير بالمستقبل غير واضحة.	14
					أجد صعوبة في استرجاع بعض المعلومات والخبرات السابقة مما يجعلني ارتكب أخطاء.	15
					أجد صعوبة في تفسير المفاهيم التي أقرأها.	16
					اشعر بالقلق لمجرد التفكير بالمستقبل.	17
					اجد صعوبة في استنتاج ما يقصده الاخرون في كلامهم مما يسبب لي مشكلات معهم.	18
					اشعر أن نشاطني المعرفي اليومي يتأثر بالمواقف المحرجة التي أتعرض لها.	19

					20	أتوقع أن الاحداث القادمة تبرز مشكلات كبيرة.
					21	اعتقد أن مستجدات الحياة المستقبلية تتوجه نحو الافضل.
					22	اعجز عن تفسير بعض الاحداث والمواقف المحيطة بي.
					23	اعجز عن حل مشكلاتي اليومية المستقبلية.
					24	اشعر أن مستقبلي بلا هدف ولا معنى.
					25	اعتقد أن تفكيري المستمر في مشكلاتي هو مصدر قلقي.
					26	امتلك القدرة على تنشيط تفكيري وملائمته مع الافكار الجديدة.
					27	أتوقع أن الايام القادمة أسوأ من الايام الماضية.
					28	اعجز عن التفكير في أي مشكلة عندما أكون قلقا.
					29	أتوقع الخطر لنفسي في أي وقت.
					30	اعتقد أنني سأحقق نتائج متقدمة في دراستي.
					31	التفكير بالمواقف المحرجة تسبب لي القلق.
					32	استطيع مواجهة الأحداث والمواقف اليومية ومعالجتها.
					33	اشعر بان مستقبلي محدد ولا يمكن تغييره.
					34	اعتقد أن تفكيري بالمواقف اليومية تؤثر سلبا على حياتي.
					35	امتلك الشعور بفقدان من أحب عندما لا أراه يوميا.
					36	استبشر بالمستقبل وانظر الى حياتي بايجابية .
					37	كثرة ما يحدث أمامي من أحداث يجعلني غير قادر على الاحاطة بها.
					38	امتلك خطة واضحة للامور المهمة في حياتي اليومية.
					39	اشعر بالتوتر عندما أصاب بالمرض خوفا من استمراره.
					40	امتلك قدرة ذهنية فائقة تساعدني على مواجهة القلق
					41	اشعر بالقلق من الاحداث القادمة.
					42	اعتقد أن مستقبل حياتي العاطفية غير مستقر.

الخصائص السيكومترية للمقياسين

Corrélations

Remarques		
Sortie obtenue		28-DEC-2022 23:02:13
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu-de-données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	40
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques associées à chaque paire de variables sont basées sur l'ensemble des observations contenant des données valides pour cette paire.
Syntaxe		CORRELATIONS /VARIABLES=تصور1 تصور2 تصور3 تصور /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,03
	Temps écoulé	00:00:00,06

Corrélations

		تصور1	تصور2	تصور3	تصور
تصور1	Corrélation de Pearson	1	,389**	,488**	,809**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000
	N	40	40	40	40
تصور2	Corrélation de Pearson	,389**	1	,478**	,744**
	Sig. (bilatérale)	,000		,000	,000
	N	40	40	40	40
تصور3	Corrélation de Pearson	,488**	,478**	1	,833**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000		,000
	N	40	40	40	40
تصور	Corrélation de Pearson	,809**	,744**	,833**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	
	N	40	40	40	40

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

تشوهات		
تشوهات	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
1تشوهات	Corrélation de Pearson	,703**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
2تشوهات	Corrélation de Pearson	,598**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
3تشوهات	Corrélation de Pearson	,556**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
4تشوهات	Corrélation de Pearson	,552**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
5تشوهات	Corrélation de Pearson	,691**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
6تشوهات	Corrélation de Pearson	,436**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
7تشوهات	Corrélation de Pearson	,569**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
8تشوهات	Corrélation de Pearson	,621**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
9تشوهات	Corrélation de Pearson	,453**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,873	58

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,723	42

نتائج الدراسة الميدانية

Régression

Remarques		
Sortie obtenue		28-DEC-2022 18:41:07
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu-de-données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	120
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques sont basées sur des observations dépourvues de valeurs manquantes dans les variables utilisées.
Syntaxe		REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT تصور /METHOD=ENTER تشوهات /SCATTERPLOT=(*ZRESID ,*ZPRED) /RESIDUALS HISTOGRAM(ZRESID) NORMPROB(ZRESID).
Ressources	Temps de processeur	00:00:01,19
	Temps écoulé	00:00:01,64
	Mémoire requise	6528 octets
	Mémoire supplémentaire obligatoire pour les tracés résiduels	680 octets

[Jeu-de-données1]

Variables introduites/éliminées^a

Modèle	Variables introduites	Variables éliminées	Méthode
1	تشوهات ^b	.	Introduire

a. Variable dépendante : تصور

b. Toutes les variables demandées ont été introduites.

Récapitulatif des modèles^b

Modèle	R	R-deux	R-deux ajusté	Erreur standard de l'estimation
1	,245 ^a	,060	,052	11,46298

a. Prédicteurs : (Constante), تشوهات

b. Variable dépendante : تصور

ANOVA^a

Modèle		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
1	Régression	986,765	1	986,765	7,510	,007 ^b
	de Student	15505,201	118	131,400		
	Total	16491,967	119			

a. Variable dépendante : تصور

b. Prédicteurs : (Constante), تشوهات

Coefficients^a

Modèle		Coefficients non standardisés		Coefficients standardisés Bêta	T	Sig.
		B	Erreur standard			
1	(Constante)	87,444	7,929		11,028	,000
	تشوهات	,188	,068	,245	2,740	,007

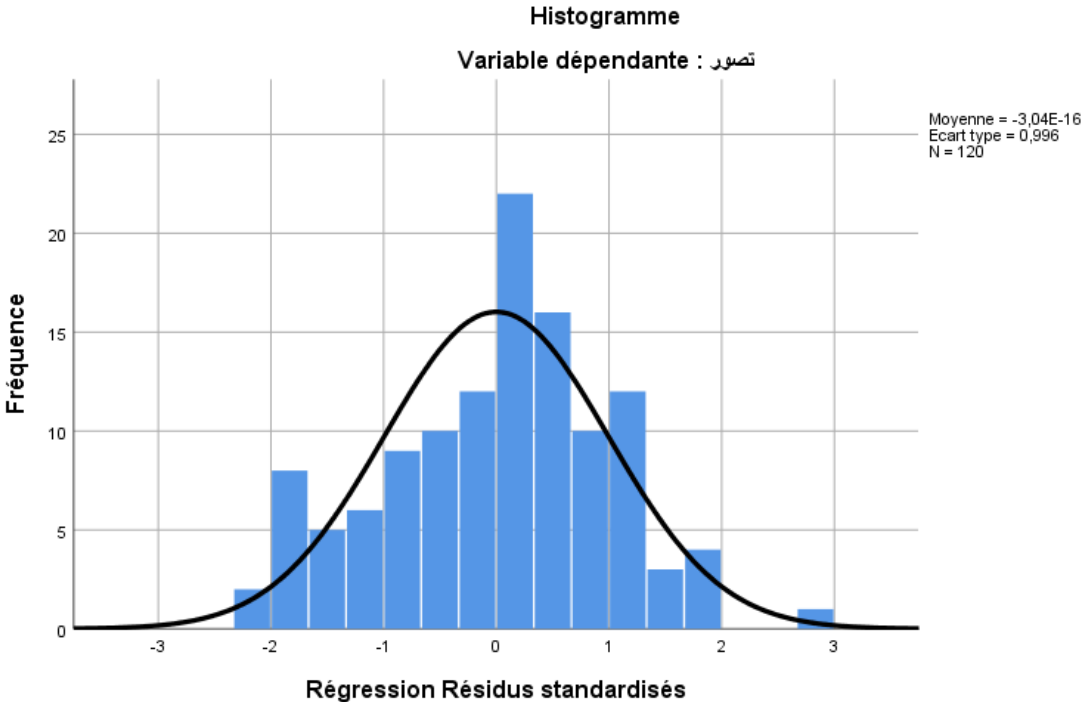
a. Variable dépendante : تصور

Statistiques des résidus^a

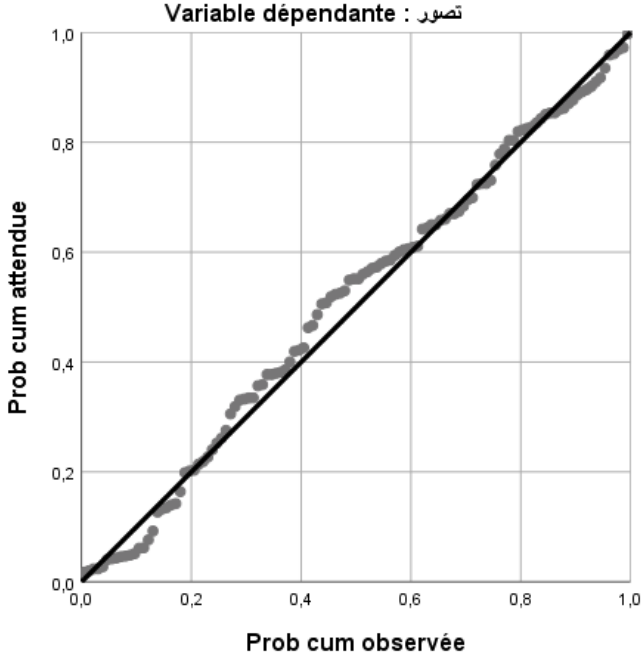
	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type	N
Valeur prédite	98,7007	40,0884	108,9833	2,87961	40
de Student	-24,14318	31,60727	,00000	11,41472	40
Valeur prévue standard	-3,571	3,856	,000	1,000	40
Résidu standard	-2,106	2,757	,000	,996	40

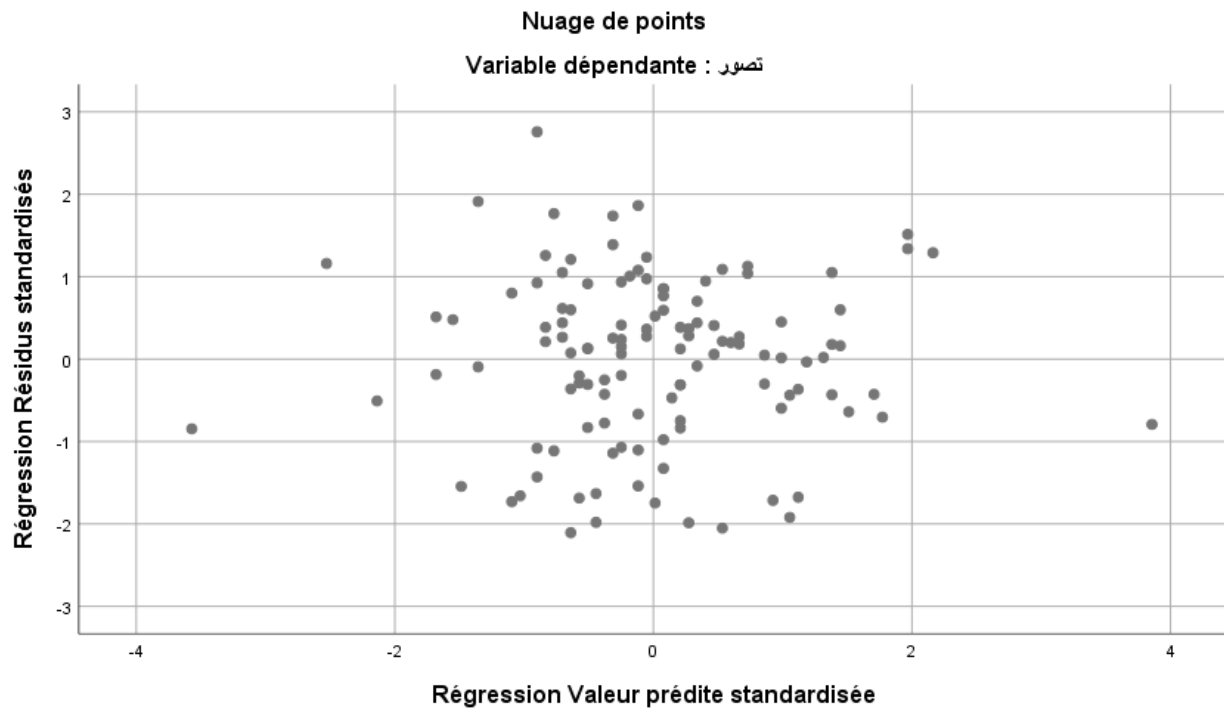
a. Variable dépendante : تصور

Graphiques



Tracé P-P normal de régression Résidus standardisés





Test T

Remarques

Sortie obtenue		28-DEC-2022 18:47:13
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu-de-données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	120
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.

Syntaxe	T-TEST /TESTVAL=116 /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=تشوهات /CRITERIA=CI(.95).	
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,03
	Temps écoulé	00:00:00,03

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
تشوهات	120	114,8083	15,34877	1,40114

Test sur échantillon unique

Valeur de test = 116

	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
تشوهات	-,850	119	,397	-1,19167	-3,9661	1,5827

تشوهات

	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	3	2,5	2,5
	2,00	113	94,2	96,7
	3,00	4	3,3	100,0
Total		120	100,0	

Test T

Remarques

Sortie obtenue	28-DEC-2022 18:53:23	
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu-de-données1
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	120
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.

Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.	
Syntaxe	T-TEST /TESTVAL=126 /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=تصور /CRITERIA=CI(.95).	
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,00
	Temps écoulé	00:00:00,00

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
تصور	120	104,9833	11,77234	1,07466

	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
				Inférieur	Supérieur
تصور	-15,834	119	,000	-19,1446	-14,8887

		تصور		Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
		Fréquence	Pourcentage		
Valide	1,00	84	70,0	70,0	70,0
	2,00	36	30,0	30,0	100,0
Total		120	100,0	100,0	