

التشوهات المعرفية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام

مقدمة

لاشك أن المعرفة والأفكار تجعل الانسان يكتسب مشاعر معينة، وإدراكنا لهذه المشاعر هو الذي يتسبب في حدوث المشكلات الانفعالية والسلوكية عندما يكون هذا الإدراك مشوه وقد يسبب قلة القدرة على التكيف ويقلل من الشعور بجودة الحياة، ولقد أدرك ببيك أن هذه العمليات المعرفية المغلوطة تنتبأ بالانفعالات غير المتكيفة، أي أن المعارف تؤثر على الانفعال وبالتالي على السلوك (Rosenfield, 2004: 20)، كما أن العقود الأخيرة قد شهدت تركيزاً متزايداً على استخدام النموذج المعرفي لشرح المشكلات "الانفعالية، والسلوكية"، مثل الارتباط بالإدراك المشوه، لفهم وتفسير السلوك والشخصية، وتأثير ذلك على حياة الفرد (Ara, 2016: 706).

وحيث أن التشوهات المعرفية تتميز بالسلبية في تفسير الأحداث والتي لا تستند على أساس واقعي، فقد يكون لها تأثير سلبي كبير على عواطف، وسلوك الأفراد، كما تؤثر على جودة حياتهم وتكيفهم بالسلب (Pereira, 2012: 817). وحيث أن التشوه المعرفي يعوق الإنسان في إدراكه، فالإنسان في هذه الحالة يحمل أحكاماً سلبية مسبقة عن الموقف، ومعلومات لا يحكمها المنطق، ودوافع سلبية دفينية (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥: ٢) تؤثر بالتالي على سلوكياته، فقد ذكر "أرون ببيك" في أن النظرية المعرفية تقترح أن التصورات السلبية للفرد يمكن أن تعكس التشوهات المعرفية عن ذاته، وأن الشخصية وخبرات الماضي، تكون المعتقدات الأساسية عن الثالوث المعرفي المتمثل في (الذات، والعالم، والمستقبل)، ومن ثم يمكن أن توجه الأحكام في المستقبل (O'Brien, 2016: 25).

وحيث أن التشوه المعرفي يشوش إدراك الفرد، فإنه يعوق التفاعل الجيد، والقرار المناسب، فيحمل الفرد أحكاماً سلبية سابقة عن الموقف، ودوافع شخصية دفينية، ومعلومات ليست منطقية (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥)، فقد أشارت نتائج بحث (Odacı, et al., 2009: 60) أنه يمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال مستوى التشوهات المعرفية، حيث توجد علاقة سالبة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة. وأيد وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين أبعاد جودة الحياة والتشوهات المعرفية بحوث كل من (عزب محمد عزب، ٢٠١٢) وبحث (Çelik & Odac, 2013) وبحث (Besta, et al., 2014)، وبحث (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥).

وقد ظهر تناقض في نتائج البحوث التي تناولت التشوهات المعرفية من حيث اهتمامها بالمتغيرات الديموغرافية، فتذكر (هبة صلاح مصيلحي، ٢٠٠٥) أنه لا توجد فروق دالة بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية، وأيد هذه النتيجة بحث كل من (Bruno, 2010)، (نهلة نجم

الدين، وأحمد سلطان، ٢٠١٤)، (Nyarko, 2014)، (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥)، (داليا خيري، ونيل عبد الهادي، ٢٠١٧)، (عيسى إبراهيم تواني، ٢٠١٧)، (ريم حسن ديب، ٢٠١٨)، (محمد صالح عاصلة، ٢٠١٨)، على عكس ما أظهرته بعض النتائج فقد بين بحث كل من (Erfani, et al., 2013)، وبحث (Roberts, 2015) أن الإناث لديهم مستوى أكبر من الذكور في التشوهات المعرفية.

بينما على النقيض من النتائج السابقة فقد أوضحت بحوث كل من (ابتسام محمد إبراهيم، ٢٠١٣)، (لمياء عبد الرازق صلاح الدين، ٢٠١٤)، (طارق محمد بدر، ٢٠١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب ومتوسطات درجات الطالبات، لصالح متوسطات درجات الطلاب على مقياس التشوه المعرفي؛ حيث يزيد التشوه المعرفي عند الذكور أكثر من الإناث، وقد أرجع كل منهم ذلك إلى المجتمع، مصادر الحصول على الأفكار والمعلومات عند الذكور، وتبين هذه النتيجة أنه يوجد تأثير لمتغير النوع على متغير التشوهات المعرفية في اتجاه الذكور، كما بينت نتيجة بحث (هاني عبارة، ماريو رحال، أحمد حجاج، ٢٠١٨) أنه لا توجد فروق دالة بين درجات الذكور والإناث على مقياس التشوهات المعرفية ككل وأبعاده الفرعية الثمانية، ماعدا بعد المنطق الانفعالي حيث تبين أنه توجد فروق لصالح الإناث، وبين بحث (سماح أبو الخير رسلان، ٢٠١١) عدم وجود فروق دالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى التخصص (أدبي/علمي) في الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية، كما بين بحث (هاني عبارة وآخرون، ٢٠١٨) أنه لا توجد فروق دالة بين طلبة الفرع العلمي، والتخصص الأدبي في مقياس التشوهات المعرفية ككل وأبعاده الفرعية ما عدا بعدي (الاستنتاج العشوائي، والتعميم الذاتي) حيث تبين أنه توجد فروق دالة لصالح الفرع الأدبي، في حين أظهر بحث (نهلة نجم الدين، وأحمد سلطان، ٢٠١٤) أن الفرق في التخصص بين متوسطي درجات التخصص الأدبي، والتخصص العلمي في التشوهات المعرفية دال إحصائياً لصالح التخصص الأدبي ومن ثم كان هذا مدعاة للتعرف على الفروق في التشوهات المعرفية وكذلك كتغيرات البحث مجتمعة والتي ترجع إلى النوع والتخصص الدراسي.

ويتبين من خلال العرض السابق مدى تباين النتائج ومدى ارتباط الموضوع الحالي ومتغيرات الدراسة بالشخصية والمجتمع والأمن الفكري الذي هو من أعظم الحقوق وأهم الواجبات؛ فجيل المستقبل وبناء وتقويم فكره من أعظم وأجل المهمات التي كانت وستظل محور البحث على مدار الأيام والسنين، وخاصة مع التقدم المذهل الذي لا نعلم على أي شئ يكون في مستقبله، أو إلى أي مكان يقودنا، ونظراً لقلة البحوث العربية التي تناولت هذا الموضوع- في حدود اطلاع الباحثة- وبصفة خاصة التي ربطت متغيرات الدراسة التشوهات المعرفية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وجودة الحياة، وانطلاقاً من هنا كان الدافع لإجراء الدراسة وأهمية إجراءها.

ويمكن صياغة مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

١. ما مستوى وترتيب الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعادها الفرعية لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام؟
٢. هل تختلف درجات التشوهات المعرفية باختلاف النوع (ذكور/ إناث) لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام؟
٣. هل تختلف درجات التشوهات المعرفية باختلاف التخصص (علمي/أدبي) لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام؟
٤. هل يوجد ارتباط بين درجات التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام؟

ثالثاً: أهداف البحث:

- ١- التعرف على مستوى الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعادها الفرعية لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام
- ٢- بحث الفروق بين طلبة الصف الثاني الثانوي العام في التشوهات المعرفية التي ترجع إلى بعض المتغيرات الديموغرافية (النوع، والتخصص الدراسي).
- ٣- فحص العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام.

رابعاً: أهمية البحث:

(أ) الأهمية النظرية

١. تزويد المكتبة العربية ببعض المفاهيم النفسية مثل التشوهات المعرفية وجودة الحياة.
٢. محاولة إثراء المكتبة النفسية والتربوية من خلال تقديم إطاراً نظرياً لمتغيرات البحث (التشوهات المعرفية، جودة الحياة) والذي لاقى القليل من الاهتمام من الباحثين.

(ب) الأهمية التطبيقية:

١. يمكن أن تسهم نتائج الدراسة الحالية في تصميم برامج معرفية سلوكية لتحسين جودة الحياة - خصوصاً وأن الكثير من الدلائل التي تقدمها لنا نتائج البحوث أظهرت أن التشوه المعرفي يمكن أن يتم استبداله بتفكير منطقي عقلاني.

٢. قد تساعد نتائج البحث الجهات المعنية في الاهتمام بإدراج موضوعات تخدم التفكير العقلاني في المقررات الدراسية بما يتلاءم مع نموهم العقلي.

٣. قد يفيد البحث الحالي أولياء الأمور والمرشدين، والمعلمين، والمربين في توضيح التشوهات المعرفية، وإرشاد الشباب لمواجهةها ليحيوا بصورة عقلانية.

خامسًا: مصطلحات البحث:

(١) **التشوهات المعرفية "Cognitive distortions"** وتعرف بأنها: عبارة عن "أفكار مضطربة تحمل أخطاء غير واقعية تظهر دون إرادة واضحة من الفرد، تنتج عن أخطاء في معالجة المعلومات، وتؤدي بدورها إلى الاستنتاجات الخاطئة في إدراك المواقف والتعميم الخاطئ والمبالغة". وتتضمن عشرة أفكار كما يلي:

– التفكير (الكل أو لا شيء) المستقطب (All or nothing thinking)، الشخصنة أو اللوم (personalization and blame)، التفكير الكارثي (catastrophing)، الينبغيات أو الحتميات (should or must statements) التجريد الانتقائي أو التصفية العقلية (mental filter) التعميم الدائد (overgeneralization)، التهويل أو التهوين (magnification & minimization)، العناوين المضللة (labeling)، الاستنتاج العشوائي (Jumping to Conclusions) الحكم الانفعالي (emotional reasoning).

(٢) جودة الحياة Quality of Life:

وتعرف بأنها: الاحساس الكلي بالسعادة العامة التي تنتج عن التقييم الذاتي، والموضوعي للكفاءة النفسية، والاجتماعية، والأكاديمية، والجسمية معًا (سارة محمد عبد الفتاح، ٢٠١٧: ٤٦٧).

ويندرج تحتها الأبعاد التالية:

– **جودة الحياة النفسية "Psychological Quality of Life"**: وهي إحساس عام بالسعادة لدى الفرد نتيجة شعوره بالتوافق، والرضا عن حياته وعن ذاته.

– **جودة الحياة الاجتماعية "Social Quality of Life"**: هي قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية، و احترام مبادئ المجتمع الذي يعيش فيه، مع المشاركة الفعالة في الأنشطة الاجتماعية.

– **جودة الحياة الأكاديمية "Academic Quality of Life"**: هي شعور الفرد بالرضا عن حياته الدراسية، وقدرته على التوافق مع أصدقائه وأساتذته، وعن التخصص الذي يلتحق به.

- جودة الحياة الجسمية "Physical Quality of Life": هي ما يتمتع به الفرد من الصحة الجسمية الجيدة، والخالية نسبيًا من الأمراض، مع الرضا عن صورة الجسم وشكله.

الإطار النظري:

أولاً: التشوهات المعرفية Cognitive Distortions:

تحتل دراسة التشوهات المعرفية أهمية كبيرة ذلك لأن المعرفة تعتبر وسيلة الإنسان للتوصل إلى حقائق الأشياء، وهي سبيله إلى التعرف على ذاته والعالم، فقد ذكر (هاني عبارة وآخرون، ٢٠١٧: ٤١٢).

وتعتبر التشوهات المعرفية من المتغيرات النفسية التي قد يكون لها تأثير سلبي في سلوكيات الطالب والتي تؤثر وتتأثر بمتغيرات شخصيته وتؤثر في اتخاذ قراراته، كما تؤثر وتتأثر بنوعية حياته، فيرى "ويسمان، وبيك" (Weissman & Beak, 1978: 6) أن التشوهات المعرفية عبارة عن "منظومة من الأفكار الخاطئة والتي تظهر أثناء الضغط النفسي"، بينما يعرفها (الفرحاتي السيد محمود، ١٩٩٦: ٢١) بأنها "تركيبات أو صيغ معرفية وتمثل نماذج معرفية ثابتة يعتنقها الفرد عن ذاته والعالم والمستقبل"، وتعرف "باريجا" (Barriga et al., 2000: 37) التشوهات المعرفية بأنها "طرق غير دقيقة في إضفاء أو معالجة المعنى بناء على الخبرة".

وتعرف يوريكا (Yurica, 2002: 100) التشوهات المعرفية بأنها: "أفكار تظهر تلقائيًا لدى الفرد تعمل على ضبط سلوكياته وحاجاته، ولايستطيع إيقافها، أو التحكم بها"، وتنتج عن أخطاء في معالجة المعلومات، كما أنها تسبب الشعور بالضيق والألم، وسميت تلقائية لأنها ليست نتاج تحليل منطقي للموقف، بل هي أقرب ما تكون لرد الفعل السريع وهي ذات صبغة أو إيجابية ولكنها في الغالب سلبية.

وتضيف (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥: ١٦) بأن التشوهات المعرفية عبارة عن "أخطاء في معالجة المعلومات لدى الأفراد، وتسبب لهم الشعور بالضيق. بينما تذكر جاروبا Garruba (2015: 4) أن "آرون بيك" (١٩٦٧) هو أول من استخدم مصطلح التشوهات المعرفية لوصف الأنماط الخاطئة في المعالجة المعرفية؛ وتمثل الأفكار التي تؤدي إلى مشاعر، وسلوكيات سلبية غير مرغوب فيها، كما تذكر (لمياء عبد الرازق صلاح الدين، ٢٠١٥: ٦٥٢) تعريفًا للتشوهات المعرفية بأنها "منظومة من الأفكار الخاطئة والتي تظهر أثناء الضغط النفسي، وتؤدي بدورها إلى استنتاجات خاطئة في إدراك المواقف الواضحة، وتؤثر سلبيًا في قدرة الفرد على التوافق النفسي والاجتماعي"، ويذكر أوبراين (O'Brien, 2016: 27) أن كل من مصطلحات "التشوهات المعرفية،

أو الأفكار التلقائية، المعتقدات اللاعقلانية"، تستخدم بشكل متبادل للتعبير عن أخطاء في أنماط التفكير فيما يتعلق بالذات.

ويتضح مما سبق أنه تعددت التعريفات حسب وجهات نظر الباحثين؛ وبالتالي يمكن تعريف التشوهات المعرفية بأنها: عبارة عن "أفكار مضطربة تحمل أخطاء غير واقعية تظهر دون إرادة واضحة من الفرد، تنتج عن أخطاء في معالجة المعلومات، وتؤدي بدورها إلى الاستنتاجات الخاطئة في إدراك المواقف والتعميم الخاطئ والمبالغة".

ولقد حدد "ويسمان، وبيك" (Weissman, Beak, 1978: 8) عوامل التشوية المعرفية من ستة أبعاد كما يلي:

١. التهويل "المبالغة" أو التهوين: حيث يضفي الفرد دلالات مبالغ فيها علي الموضوعات المحايدة، أوالمبالغة.
 ٢. التعميم؛ بمعنى تعميم خبرة سلبية منعزلة علي الذات ككل.
 ٣. الكل أو لاشيء؛ حيث يدرك الأشياء إما سيئة تماما أو لا شيء.
 ٤. التجريد الانتقائي؛ بمعنى عزل الأشياء عن سياقها؛ بمعنى الانتقاء، التفسير السلبي للموقف.
 ٥. القفز إلي الاستنتاجات؛ بمعنى إدراك أن الموقف ينطوي علي خطر بدون دلائل واضحة.
 ٦. التأويل الشخصي للأموور؛ فينسب لنفسه مسئولية النتائج السلبية في المواقف التي تمر.
- وقد ذكرت يوركا (yurica, 2002: 106) أحد عشر عاملاً للتشوهات المعرفية بعد التحليل العاملي للعديد من النظريات وهي كما يلي: التقييم الخارجي للذات (Externalization) of self-Worth، الإخبار بالمصير (Fortune Telling)، التهويل (Magnification)، النعت (العنونة Labeling)، النزعة إلى الكمال المطلق (Perfectionism)، المقارنة مع الآخرين (Compare with Others) المنطق العاطفي (Emotional Reasoning)، القفز إلى الاستنتاجات (Jumping to conclusion)، التنجيم (Mind Reading)، التهوين (Minimization)، الاستدلال العاطفي (Emotional reasoning).
- وبناء على ما سبق فقد تم استخدام عشرة أفكار للتشوهات المعرفية وهم تفكير الكل أو لا شيء، الشخصية واللوم، التفكير الكارثي، الينبغيات، التجريد الانتقائي، التعميم الذائد، التهويل والتهوين، العنونة، الاستنتاج العشوائي، الحكم الانفعالي وبناء عليه فقد تم بناء مقياس مناسب للأبعاد ولمرحلة الثانوية العامة وفيما يلي تعريف الباحثة لهذه الأبعاد.
- تفكير (الكل أو لا شيء) المستقطب (All or nothing thinking): وهو الحكم الطرفي حيث يرى الفرد الأحداث إما أبيض أو أسود لا يوجد وسط.

- **الشخصنة أو اللوم (personalization and blam):** وتعني تحمل المسؤولية الشخصية عن الأحداث السلبية التي تمر، وتفسيرها بشكل شخصي، وكثرة لوم نفسه.
- **التفكير الكارثي (catastrophing):** وهو توقع حدوث المشكلات وتوقع أسوأ الفروض والاحتمالات.
- **الينبغيات أو الحتميات (should or must statements):** وهي رؤية ما ينبغي الوصول إليه دون النظر إلى الامكانيات فيرى نفسه دائماً مقصراً دوماً إذا لم يصل إلى ما ينشده.
- **التجريد الانتقائي أو التصفية العقلية (mental filter):** وهي انتقاء بعض أجزاء الموقف وعدم الروية الكلية.
- **التعميم الذائد (overgeneralization):** تعميم أي موقف وفقاً لوجهة نظره وخلفيته الشخصية.
- **التهويل أو التهوين (magnification & minimization):** أن يضخم الموقف فيراه أكبر مما هو عليه أو العكس.
- **العنونة (labeling):** إضفاء العناوين السلبية على نفسه أو الأحداث.
- **الاستنتاج العشوائي (Jumping to conclusion):** أن يستنتج الفرد استنتاجات سلبية دون التحقق من صحتها أو بتبني أدلة غير واقعية.
- **الحكم الانفعالي (emotional reasoning):** أن يفهم أو يحكم الفرد أو يتخذ القرارات وفقاً لعواطفه أو ما يرتاح له

ثانياً جودة الحياة:

لقد ظهر مصطلح جودة الحياة ضمن علم النفس الإيجابي والذي دخل الحقل الأكاديمي لعلم النفس عام (١٩٩٨) عندما دعا "مارتين سيلجمان" (seligman, 2000) علماء النفس للبحث عن القوى الإيجابية والعوامل الشخصية لدى البشر، والتي تجعل الحياة جديرة أن تعاش كبديل للجوانب السلبية والاضطرابات الشخصية، ويشير "سيلجمان" أن علم النفس الإيجابي اهتم بتحسين وزيادة رضا الفرد عن حياته، وتجويد نوعية حياته في مختلف مواقف الحياة (فوزية علي داهم، ٢٠١٥: ٢٥).

وتوجد مجموعة من التعريفات التي استخدمت للتعبير عن جودة الحياة نذكر منها ما يلي:
 ويعرف "شالوك" جودة الحياة (Schalock, 2000: 121) أنها مفهوم يعكس ويوضح الظروف المعيشية التي يتمناها الفرد، أو يرغب فيها الإنسان في حياته وتشمل ثمانية أبعاد، كما يعرف (محمود منسي، وعلي كاظم، ٢٠٠٦: ٦٥) جودة الحياة بأنها "شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة علي إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية،

والاجتماعية، والتعليمية، والنفسية، مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه ويوضح هذا المفهوم نوعية الحياة التي يرغب الإنسان أن يحققها".

ويضع أودسي وآخرون (Odaci, et al., 2009:57) تعريفاً مبسطاً لجودة الحياة بأنها "درجة حسن الحال التي يشعر بها الفرد"، بينما تتبنى (بشرى عناد مبارك، ٢٠١٢: ٧٢٠) تعريفاً يعكس المنظور الإنساني وفق نظرية "رايف" بأنها "شعور الفرد بالسعادة النفسية عبر مراحل حياته المختلفة والمنبثقة من جهوده المختلفة في الاستقلالية، والكفاية الذاتية، والنمو الشخصي، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، وتقبل الذات، لتحقيق أهدافه في الحياة".

كما تعرفها (فوزية علي داهم، ٢٠١٥: ٣٢) بأنها "احساس وشعور الفرد بالسعادة، والرضا، والرعاية التي تظهر في التعليم والدراسة، والصحة النفسية، وفي شغل الوقت و إدارته، إضافة إلى ذلك فان مفهوم جودة الحياة ينتمي إلى مجموعة من المفاهيم المتشابهة والمتداخلة معه مثل الرضا، والسعادة، والحياة المطمئنة، والرضا الشخصي، والاستمتاع بالحياة".

ولقد حددت "كارول رايف" (Ryff, 1989: 1071) أبعاد جودة الحياة فيما يلي:

أ- **تقبل الذات (Self-acceptance):** ويشير إلى "القدرة على أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانات، والنضج الشخصي، والاتجاه الإيجابي نحو الذات.

ب- **العلاقات الإيجابية مع الآخرين (Positive relations with others):** وتشير إلى "القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ايجابية مع الآخرين قائمة على الثقة والقدرة على التفاعل مع الآخرين، والقدرة على الأخذ والعطاء.

ج- **الاستقلالية أو (الحكم الذاتي) (Independence):** وتشير إلى القدرة على تقرير المصير، والاعتماد على الذات والتقييم الذاتي دون الاعتماد على الآخرين، والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي وتظهر في الأداء المستقل، أو شعور الشخص بالتححرر من الروتين.

د- **الكفاءة البيئية، أو التمكن البيئي (Environmental Mastery):** وتشير إلى "القدرة على اختيار وتخيل البيئات المناسبة، والمرونة الشخصية أثناء التواجد في السياقات البيئية".

هـ - **هدفية الحياة (Purpose in life):** وتشير إلى "أن يكون للفرد هدف في الحياة، ورؤية وتوجه في تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف، ومثابرة مثل أن يكون الفرد منتجاً ومبدعاً".

و- **النمو الشخصي (Personal growth):** وتشير إلى تطوير الإمكانيات، إدراك الفرد الواقعي للحياة وشعوره بالنمو وانفتاحه على التجارب الجديدة وترتبط بسمات الشخصية في الانفتاح على الخبرة لمواجهة التحديات الجديدة في فترات مختلفة من الحياة".

كما حددت (سارة محمد عبد الفتاح، ٢٠١٧: ٤٧١) أربعة أبعاد لجودة الحياة وهي الأبعاد

التي يتم تبنيها في البحث الحالي هي: **جودة الحياة النفسية، جودة الحياة الاجتماعية، جودة الحياة الأكاديمية، جودة الحياة الجسمية.**

(١) البحوث السابقة

المحور الأول: بحوث تناولت العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة.

توجد مجموعة من البحوث التي تناولت العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى عينات متنوعة حيث يتناول بحث (Odaci, et al., 2009) التشوهات المعرفية كمؤشر لجودة الحياة لدى تلاميذ المدارس الابتدائية العامة، وتألفت عينة البحث من (١١٧) تلميذاً (٤٦ تلميذاً /٧١ تلميذة)، وتم استخدام مقياس التشوهات المعرفية للطفولة، واستبيان جودة الحياة للأطفال، واستخدم تحليل الانحدار المتعدد، معامل ارتباط بيرسون لتحليل البيانات، وأشارت النتائج إلى أن التشوهات المعرفية تتنبأ بجودة الحياة لتلاميذ المدارس الابتدائية العامة، وأن التشوهات المعرفية ذات علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند (٠,٠١) بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية العامة.

ويستهدف بحث (عزب محمد عزب، ٢٠١٢) التعرف على الارتباط بين أبعاد مقياس جودة الحياة وبعض أنماط التفكير غير الوظيفي (التشوهات المعرفية)، وتكونت العينة من (١٢٠) طالب من مدرسة عين شمس الثانوية للمتفوقين، ومدرسة القبة الثانوية، وتم استخدام مقياس جودة الحياة إعداد الباحث، ومقياس أنماط التفكير غير الوظيفي إعداد (محمد صديق، ٢٠٠٧)، واستخدمت الأساليب الاحصائية، المتوسط الحسابي، ومعاملات الارتباط، وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائياً (٠,٠٥) بين أبعاد جودة الحياة وأنماط التفكير غير الوظيفي (التشوهات المعرفية)، وجود فروق دالة إحصائياً (٠,٠١) بين الطلاب المتفوقين وأقرانهم العاديين في أبعاد جودة الحياة لصالح المتفوقين.

كما يركز بحث (Çelik & Odac, 2013) العلاقة بين اشكالية استخدام الانترنت وكل من التشوهات المعرفية، والرضا عن الحياة كأحد أبعاد جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في ماليزيا. وتكونت عينة البحث من (٤١٨) طالب وطالبة، منهم ٢٦٠ طالبة، ١٥٨ طالباً، وتم استخدام الأدوات الآتية (الاختبار المعرفي عبر الانترنت، واختبار التشوهات المعرفية، واستبيان الرضا عن الحياة)، وتم تحليل البيانات باستخدام معادلة بيرسون، واختبار (ت)، وأشارت النتائج أنه يوجد ارتباط سالب دال إحصائياً (٠,٠٥) بين التشوهات المعرفية والرضا عن الحياة كأحد أبعاد جودة الحياة، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً (٠,٠٥) في التشوهات المعرفية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وأشارت أيضاً أن هناك فروق دالة إحصائياً (٠,٠٥) في مستوى الرضا عن الحياة كأحد أبعاد جودة الحياة ولصالح الإناث.

ويختبر بحث (Besta et al., 2014) موثوقية وصحة النسخة البولندية من مقياس التشوهات المعرفية (CDS)، واستكشاف العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة، وتقدير وتوكيد الذات، ومستوى القلق. وأجريت دراستين متلازمتين لدى طلاب علم النفس، وتكونت العينة من خريجي قسم علم النفس بالمرحلة الجامعية من (١٩٦) فرد منهم (١٢٤ إناث، ٦٣ ذكور) وتم تطبيق (استبيان الأخطاء المعرفية المترجم (Covin, et al, 2011)، واختبار القلق كسمة وكحالة لسبيلبيرج وآخرون (Spielberg et al., 1983)، واختبار جودة الحياة (Pavot & Diener, 1993) بعد تكيفه على البيئة البولندية (Juczyński et al., 2001. adaptation, 1993)، ومقياس تقدير الذات لروزنبرج (Rosenberg, 1965); polish, 2007)، وتم دعم الدراسة بأخرى بعد ٦ أشهر من الدراسة الأولى، شارك فيها (٩٠) طالب منهم (٧٥ طالبة و ١٥ طالب) منهم (٤٧) شاركوا في الدراسة الأولى، وتم فيها تحليل العلاقة بين اختبار التشوهات المعرفية، والقلق (كسمة، وكحالة)، وجودة الحياة، وجود ارتباطات سالبة للتشوهات المعرفية، والجودة المدركة للحياة. كما يبين بحث (Garruba, 2015) دور التشوهات المعرفية في التكيف مع الإعاقة والجودة المدركة للحياة لدى الأفراد، ويتعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة. وتكونت العينة من (١١٦) فرد من الناجين من إصابات النخاع الشوكي الإسبان، وباستخدام مقياس التشوهات المعرفية (ICD; Yurica & DiTomasso, 2001)، ومقياس جودة الحياة (WHOQOL Group, 1998)، وباستخدام التحليلات الإحصائية المتوسطة، والانحرافات المعيارية، وتحليل التباين الثنائي، تم التوصل إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا عند (٠.٠٥) بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة، وتباينت مستوياتها فكانت التشوهات الأكثر شيوعًا هي بالترتيب التفكير الانفعالي، الكمالية، الحكم الانفعالي، وأقلها التهويل والتهوين، إضفاء العناوين، الاستدلال التعسفي.

المحور الثاني: بحوث تناولت تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية (النوع، التخصص الدراسي) على متغيرات البحث.

توجد مجموعة من البحوث التي تناولت تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية على متغيرات البحث ومنها بحث برونو (Bruno, 2010) الذي يهدف إلى معرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية ومشاكل التقييم الداخلي والخارجي للذات لدى الأطفال والراشدين، ومعرفة الفروق التي ترجع لمتغير الجنس في التشوهات المعرفية، حيث تكونت العينة (١٨٢) من الذكور، و(٢٠٧) من الإناث، من الفئة العمرية (١٧-١٢) سنة، وتم استخدام الأدوات الآتية: التقرير الذاتي للشباب (YSR)، وتقرير المعلمين (TRF). واستبيان التشوهات المعرفية للاطفال (CNCEQ)، واستبيان كيف أفكر للتشوهات المعرفية الخادمة للذات (HITQ)، وباستخدام الأسلوب الاحصائي في سلسلة تحليل

الانحدار الهرمي بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ترجع لمتغير الجنس في كل من التشوهات المعرفية.

وبحث (أحمد محمد عبد الخالق، ٢٠١١) الذي يحدد المؤشرات النوعية لجودة الحياة لدى عينة من طلاب المدارس الثانوية للكويتيين، وبحث الفروق بين الجنسين والمقارنة بالنتائج السابقة على طلاب الجامعة، وطبق البحث على عينة مكونة من (٢٠٩٢) طلاب (١٠٦١ طالب، ١٠٣١ طالبة) تراوحت أعمارهم بين (١٥، ١٩) سنة، واستخدمت الصيغة العربية لمقياس جودة الحياة المختصر الصادر عن منظمة الصحة العالمية ١٩٩٦م، وتم استخدام المتوسطات والانحرافات المعيارية، وحصل الذكور على متوسطات أعلى من الإناث في جودة الحياة بمستوى دال في مجالات الصحة العامة، والمجالات الجسمية والنفسية والاجتماعية، والدرجة الكلية لجودة الحياة.

ويتعرف بحث (Danielle, 2016) على العلاقة بين التشوهات المعرفية والتكيف مع الإعاقة، وجودة الحياة، ومتغيرات الجنس والعمر لدى الراشدين ذوي عجز الانتباه، وتكونت العينة من (١٣٠) فرد، واستخدمت المقاييس الآتية مقياس التشوهات المعرفية، ومقياس جودة الحياة، وباستخدام التحليلات، واختبار (ت)، أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق في التشوهات المعرفية بشكل ملحوظ في متغير الجنس، كما أنه لا توجد فروق في جودة الحياة تبعاً لمتغير الجنس.

ويتعرف بحث (طارق محمد بدر، ٢٠١٧) على مستوى انتشار التشوهات المعرفية، وعلاقتها بضبط الذات لدى طلبة كلية الآداب في جامعة القادسية، والتعرف على الفروق بين الجنسين في التشوهات المعرفية، إذ بلغ عدد أفراد العينة (٢٠٠) طالب وطالبة. ولقياس هذا الهدف تم بناء مقياس (التشوهات المعرفية من إعداد الباحث)، ولمعالجة البيانات تم استخدام اختبار (ت)، وبينت النتائج أن طلبة كلية الآداب يتسمون بدرجة عالية من التشوهات المعرفية، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية للتشوهات المعرفية وفق متغير النوع ولصالح الذكور حيث كانوا أكثر تشوهاً معرفياً.

بينما يستكشف بحث (عيسى إبراهيم تواني، ٢٠١٧) العلاقة بين المخططات المبكرة غير المتكيفة والتشوهات المعرفية، وبحث الفروق في التشوهات المعرفية تبعاً لمتغير الجنس، واستخدم الباحث مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة ليونج، واستبان التشوهات المعرفية لدى أوليفيرا، على عينة قوامها (١٥٠) طالب منهم (٧٩ طالباً و٧١ طالبة) تم اختيارهم بطريقة عشوائية من ثانوية بدر الدين صالح بالوادي في الجزائر، وباستخدام اختبار (ت) لم تسفر النتائج عن فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية حسب متغير الجنس.

ويهدف بحث (محمد صالح عاصلة، ٢٠١٨) إلى التعرف على التشوهات المعرفية وعلاقتها بالادمان على استخدام الانترنت لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عرابة في فلسطين، كما يهدف إلى بحث الفروق في التشوهات المعرفية تبعاً لمتغيرات الجنس والصف المدرسي،

وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٧) طالبًا وطالبة، وتم استخدام الأدوات التالية (مقياس التشوهات المعرفية المعد من قبل كوفينو (Covino, 2013) تعريب الباحث، ومقياس الايمان على استخدام الانترنت إعداد كيسيير وآخرون (Keser,et.al, 2013)، وباستخدام اختبار (ت) كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التشوهات المعرفية لدى الطلبة تعزى لمتغيري الجنس، والصف المدرسي.

تعليق على البحوث السابقة:

تناولت البحوث السابقة المنهج الوصفي كما تباينت في استخدامها للأدوات، منهم من أعدها بنفسه ومنهم من اقتبس المقاييس من بحوث أخرى، كما تنوعت العينات المستخدمة في البحوث، من طلبة إلى مرهقين أو راشدين. كما تباينت نتائج البحوث وبناء عليه تم صياغة فروض البحث كما يلي:

١. تتباين مستويات وترتيب درجات التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في مقياس التشوهات لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب التخصصات العلمية، والتخصصات الأدبية في مقياس التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام.
٤. يوجد ارتباط سلبي دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥) بين درجات التشوهات المعرفية ودرجات جودة الحياة.

إجراءات البحث: أولاً منهج البحث:

لقد تم استخدام (المنهج الوصفي) ويعتمد على دراسة الظاهرة واقعياً، ثم تطبيق النتائج، والتوصل إلى تعميمات.

ثانياً مجتمع البحث:

يتكون من مجتمع البحث الأصلي الحالي من (٣٣٩٢) من طلبة الثانوية العامة (الصف الثاني الثانوي العام) بمحافظة الشرقية (إدارة بلبس التعليمية، قسم التعليم الثانوي: ٢٠١٨ / ٢٠١٩).

ثالثاً عينة البحث:

تم اشتقاق عينة البحث الحالي بطريقة عشوائية من طلبة الصف الثاني الثانوي العام بإدارة بلبس التعليمية بمحافظة الشرقية، وتم اختيار عينة من المرحلة الثانوية ذلك لأن: تتركز أغلبية

البحوث السابقة على طلبة الجامعة وعينات من الراشدين والقليل منها على المرحلة الثانوية، مما دعى الباحثة إلى التعمق في معرفة خصائص طلبة تلك المرحلة، كما تعتبر المرحلة الثانوية المرحلة الفاصلة بين الطفولة والنضج والتي تتشكل فيها شخصيته، وتكتمل فيها طريقته الخاصة في مواجهة تحديات المستقبل.

(أ) عينة حساب الخصائص السيكومترية:

تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية من (٦٠) طالبًا وطالبة من الصف الثاني الثانوي العام بإدارة بلبس التعليمية بمحافظة الشرقية، للتحقق من (الصدق، والثبات، والاتساق الداخلي) لأداتي البحث.

(ب) العينة النهائية:

تكونت عينة البحث النهائية من (٢٥٠) طالبًا وطالبة من طلبة الصف الثاني الثانوي العام منهم (٩٣ طالبًا، ١٥٧ طالبة)، من التخصصات العلمية والأدبية، وذلك بنسبة (٧,٤%) من المجتمع الأصلي.

رابعًا: أدوات البحث:

(١) تم إعداد مقياس التشوهات المعرفية لقياس التشوهات المعرفية لدى طلبة الثانوية العامة حيث تم الاستفادة من الإطار النظري للبحث، في تحديد البنية الأساسية للمقياس، والاستفادة من البحوث السابقة المرتبطة بهذا المجال، منها بحث كل من (Beirie, 2000) وبحث يونج (Young et al., 2003)، وبحث (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥) وغيرها، ونظرًا لأن هذه المقاييس لا تقي بالغرض من البحث الحالي وتختلف في أبعادها وخصائصها، عن خصائص عينة البحث وهدفه، وتم تحديد الأفكار المستخدمة في المقياس، وهي العشرة أفكار الأكثر تكرارًا في البحوث السابقة كما يلي: (تفكير الكل أولاً شيئاً، الشخصنة واللوم، التفكير الكارثي، الينبغيات، التجريد الانتقائي، التعميم الذاتي، التهويل أو التهوين، العناوين المضللة، الاستنتاج العشوائي، الحكم الانفعالي)، كما تم صياغة مفردات المقياس وقد روعي أن تكون العبارات واضحة ومحددة المعنى خالية من الغموض أو التعقيد، لقد تم تحديد نوع الاستجابة الخماسية نظرًا لأن معظم المقاييس؛ بخاصة الأجنبية منها استخدمت التقدير الخماسي؛ نظرًا لدقته وملائمته للمرحلة العمرية، وتم صياغة التعليمات، يليها العبارات، ولكل منها خمس استجابات وهي (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا) وأعطيت لهذه الاستجابات الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب؛ حيث تم شرح فكرة المقياس، وطريقة الإجابة

عليه في ورقة الإجابة التي يكتب فيها الطالب بياناته من حيث (الاسم "اختياري"، التخصص، النوع)، وتم التنويه أنها محاطة بالسرية التامة، والتنبيه لعدم ترك أي عبارة دون الإجابة عليها، ومراعاة إكمال البيانات الشخصية بدقة.

٢- الصورة المبدئية للمقياس: يتكون المقياس في صورته المبدئية من (٦١) عبارة تقيس (١٠) أبعاد فرعية لمقياس التشوهات المعرفية كما في ملحق (٥)، وتم الإشارة لتلك الأبعاد في فصل الإطار النظري.

٣- العرض على المحكمين (صدق المحكمين):

تم عرض الصورة المبدئية للمقياس على ثمانية محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس التربوي بكلية التربية، وكلية الآداب- جامعة الزقازيق، لتحديد مدى تناسب مواقف المقياس للأبعاد التي يقيسها، ولعينة البحث وموضح أسماء المحكمين في ملحق رقم (١) للحكم على مدى مناسبة صياغة العبارات، وطلب منهم توضيح ما يلي:

مدى انتماء عبارات المقياس لتعريف كل بعد من أبعاده، تحديد ما إذا كانت العبارة موجبة أم سالبة، وإضافة أي ملاحظة يرونها مناسبة، وقد تم الاستفادة من آراء المحكمين في تعديل صياغة بعض المفردات وحذف بعض العبارات التي لا تنتمي للبعد أو المكررة في المعنى، وكانت أرقام العبارات السالبة (١، ١٧، ٢٩، ٤٤، ٤٦، ٥٦) ويتم عكس تقديراتها.

٤- التطبيق المبدئي للمقياس:

تم تطبيق المقياس بعد عرضه على ثمانية من المحكمين من الأساتذة في علم النفس التربوي، والصحة النفسية- في صورته المبدئية من (٥٨) عبارة موزعة كما في ملحق (٥)، على عينة حساب الخصائص السيكومترية المكونة من (٦٠) طالب وطالبة من الصف الثاني الثانوي العام، وتم حساب (الاتساق الداخلي، والصدق، والثبات) علي النحو التالي:

الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارات والدرجات الكلية

للمقياس، والنتائج كما توضحها الجدول التالي:

جدول (٣) معاملات الارتباط لمقياس التشوهات المعرفية (ن = ٦٠)

الرقم	معامل الارتباط						
١	٠,١٧٥	١٦	*٠,٢٩٧	٣١	*٠,٣١٧	٤٦	*٠,٢٩٦
٢	**٠,٤١٢	١٧	٠,٠٤٤	٣٢	**٠,٤٥١	٤٧	**٠,٣٥٣
٣	**٠,٥١١	١٨	**٠,٤٦٧	٣٣	**٠,٣٨٨	٤٨	**٠,٣٦٧

**٠,٤٠٨	٤٩	**٠,٣٢٩	٣٤	٠,٠٥٨	١٩	*٠,٣٠٩	٤
**٠,٤٣١	٥٠	**٠,٣٨٩	٣٥	**٠,٣٨٩	٢٠	**٠,٤٣٣	٥
**٠,٤٨٤	٥١	*٠,٢٩٨	٣٦	٠,١٧٢	٢١	**٠,٣٧٦	٦
**٠,٥٩٨	٥٢	**٠,٤٧٦	٣٧	*٠,٢٩٩	٢٢	*٠,٢٨٨	٧
٠,٠٨٥	٥٣	**٠,٣٥٣	٣٨	**٠,٤٠٤	٢٣	**٠,٣٣٨	٨
**٠,٣٨٦	٥٤	**٠,٣٤٢	٣٩	*٠,٣١٧	٢٤	*٠,٢٩٨	٩
**٠,٣٣٩	٥٥	*٠,٢٩٦	٤٠	**٠,٤٥٥	٢٥	**٠,٣٤٧	١٠
*٠,٢٩٧	٥٦	٠,١١٣	٤١	*٠,٣١٤	٢٦	**٠,٤٣١	١١
٠,١٢٥	٥٧	**٠,٣٦١	٤٢	*٠,٢٩٣	٢٧	٠,١٣٩	١٢
**٠,٣٨١	٥٨	**٠,٥٨٨	٤٣	**٠,٣٣٩	٢٨	**٠,٤٣٨	١٣
		**٠,٤٢١	٤٤	٠,١٣٩	٢٩	**٠,٤١٤	١٤
		*٠,٣٢٢	٤٥	**٠,٤١٩	٣٠	**٠,٤٦٨	١٥

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا، عدا (٩) عبارات، وأرقامها: (١، ١٢، ١٩، ١٧، ٢١، ٢٩، ٤١، ٥٣، ٥٧) وهذا يعني ثبات جميع العبارات عدا هذه التسعة فهي غير ثابتة.

ثبات الأبعاد: بعد حذف العبارات غير الثابتة تم حساب معاملات الارتباط للمقياس كما في الجدول التالي:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية (ن=٦٠ طالب)

م	أبعاد مقياس التشوهات المعرفية	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
١	تفكير الكل أو لا شيء	**٠,٥٤٠
٢	الشخصنة واللوم	**٠,٦٨٤
٣	التفكير الكارثي	**٠,٦٩١

٤	الينبغيات	**٠,٣٣٩
٥	التجريد الانتقائي	**٠,٦٦٥
٦	التعميم الزائد	**٠,٧٥٨
٧	التهويل أو التهوين	**٠,٦٤٧
٨	إضفاء العناوين	**٠,٧٣٩
٩	الاستنتاج العشوائي	**٠,٦٠٩
١٠	الحكم الانفعالي	**٠,٣٤٧

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل علي ثبات جميع الأبعاد.

صدق المقياس: لقد تبين صدق جميع العبارات عدا تسع عبارات غير صادقة، ومن الإجراءات السابقة للصدق والثبات، تم حذف ٩ عبارات غير ثابتة أو غير صادقة هي: ١، ١٢، ١٧، ١٩، ٢١، ٢٩، ٤١، ٥٣، ٥٧ وأصبحت الصورة النهائية:

جدول (٧) عدد عبارات أبعاد مقياس التشوهات المعرفية في الصورة النهائية.

م	اسم البعد	عدد العبارات	أرقام المفردات
١	تفكير الكل أولاً شئ	٦	١٥-٢٣-٣١-٣٨-٤٤-٤٨
٢	الشخصنة واللوم	٤	١-٩-٣٢-٤٥
٣	التفكير الكارثي	٤	٢-١٠-١٦-٢٤
٤	الينبغيات	٤	٣-٢٥-٣٣-٣٩
٥	التجريد الانتقائي	٥	١١-١٧-٢٦-٣٤-٤٠
٦	التعميم الذائد	٧	٤-١٢-١٨-٢٧-٤١-٤٦-٤٩

٧	التحويل أو التهوين	٧	٥ - ١٩ - ٢٨ - ٣٠ - ٣٥ - ٤٢ - ٤٧
٨	العناوين المضللة	٥	٦ - ١٣ - ٢٠ - ٢٩ - ٣٦
٩	الاستنتاج العشوائي	٤	٧ - ١٤ - ٢١ - ٤٣
١٠	الحكم الانفعالي	٣	٨ - ٢٢ - ٣٧
	المجموع	٤٩	

ثانيًا: مقياس جودة الحياة إعداد (سارة محمد عبد الفتاح، ٢٠١٧).

الهدف من المقياس:

أعد هذا المقياس (سارة محمد عبد الفتاح، ٢٠١٦) بهدف قياس جودة الحياة ويتكون من أربعة أبعاد، وهي نوعًا من التقرير الذاتي يجيب عنها الأفراد في ضوء تدرج ثلاثي الاستجابة (كثيرًا، أحيانًا، نادرًا).

وصف المقياس: يتكون المقياس من (٤٧) عبارة في صورته الأصلية موزعة على أربعة أبعاد كما يلي:

جدول (١٣) توزيع مفردات مقياس جودة الحياة على الأبعاد وعددها.

عدد المفردات	أرقام المفردات	البعد
١٢	١، ٥، ٩، ١٣، ٢٠، ٢٤، ٣٢، ٣٨، ٤٠، ٤٣، ٤٦، ٤٧	جودة الحياة النفسية
١٠	٢، ٦، ١٠، ١٤، ١٨، ٢١، ٢٥، ٢٩، ٣٣، ٣٧	جودة الحياة الاجتماعية

١١	٣٨، N٣٠، ٣٤، N٢٢، N١٩، ١٥، ١١، N٧، N٣ ٤٤، ٤١	جودة الحياة الأكاديمية
١٤	٣٦، N٣٥، N٣١، N٢٣، ١٧، N١٦، ٤، ٨، ١٢ N٤٥، N٤٢، N٣٩	جودة الحياة الجسمية
٤٧	مجموع مفردات جودة الحياة	

يرمز للمفردات السالبة بالرمز N التي يعكس تقدير الدرجات لها على استجابة ثلاثية هي (كثيراً، أحياناً، أبداً)، حيث يعطى كل مفحوص درجة من (٣-١).
صدق وثبات المقياس:

أولاً: الصدق: تم إيجاد صدق المقياس بأكثر من طريقة منها صدق المحكمين، الصدق العاملي بطريقة المكونات الأساسية لـ "هوتلنج Hotelling" وتم تدوير المحاور تدويراً متعامداً بطريقة الفاريماكس Varimax، كما تم حساب الصدق التمييزي، وتبين وجود فروق واضحة دالة إحصائياً.

ثانياً ثبات المقياس:

قامت معدة المقياس بحساب ثبات بطريقة التجزئة النصفية وذلك لكل بعد وكانت معاملات الثبات جيدة كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (١٤) ثبات مقياس جودة الحياة بطريقة التجزئة النصفية.

الأبعاد	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
جودة الحياة النفسية	٠,٧٣٠
جودة الحياة الاجتماعية	٠,٧٧٠
جودة الحياة الأكاديمية	٠,٤٧٩
جودة الحياة الجسمية	٠,٦٨٥
الدرجة الكلية	٠,٩٠٦

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يبين ثبات المقياس وصدقه، مما يجعله صالح للاستخدام.

حساب الخصائص السيكوتيرية للمقياس (الاتساق، والصدق، والثبات) على عينة البحث الحالي.

تم تطبيق المقياس علي العينة المبدئية, المكونة من (٦٠) طالبًا وطالبةً بالصف الثاني الثانوي العام, وتم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس علي النحو التالي:

(١) الاتساق الداخلي: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارات ودرجات الأبعاد التي

تنتمي لها, والنتائج كالتالي:

جدول (١٥) معاملات الارتباط بين درجات عبارات مقياس جودة الحياة ودرجات الأبعاد الفرعية للمقياس.

جودة الحياة الجسمية		جودة الحياة الأكاديمية		جودة الحياة الاجتماعية		جودة الحياة النفسية	
معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم
**٠,٥٢٤	٤	**٠,٧٥٠	٣	**٠,٤٥٠	٢	**٠,٥٨٦	١
**٠,٣٥٥	٨	٠,٠٤٦	٧	**٠,٤٢٥	٦	**٠,٣٨٩	٥
**٠,٣٨٧	١٢	**٠,٣٧٥	١١	**٠,٧٠٣	١٠	**٠,٤٠٠	٩
**٠,٤٨٣	١٦	*٠,٢٦٣	١٥	**٠,٥٤١	١٤	**٠,٥٥٩	١٣
٠,١٤٦	١٧	*٠,٣٥١	١٩	**٠,٥٨٤	١٨	**٠,٤٠٩	٢٠
٠,١٩٥	٢٣	**٠,٨٨٦	٢٢	**٠,٥٤٢	٢١	**٠,٤٧٦	٢٤
**٠,٤٩٤	٢٦	**٠,٤٧٤	٣٠	**٠,٤٩٤	٢٥	**٠,٥٤١	٢٨
٠,٠٨٧	٢٧	**٠,٨٦٠	٣٤	٠,٢٠٠	٢٩	**٠,٤٩١	٣٢
**٠,٣٥٦	٣١	**٠,٨٧٨	٣٨	**٠,٧٠٣	٣٣	**٠,٥٣٥	٤٠
**٠,٦١٨	٣٥	*٠,٣١٩	٤١	**٠,٣٧١	٣٧	**٠,٤٨٨	٤٣
**٠,٤٢٠	٣٦	**٠,٣٣٧	٤٤			٠,٢٤٢	٤٦
**٠,٣٨٩	٣٩					**٠,٣٨١	٤٧
**٠,٥٠١	٤٢						
**٠,٣٧٧	٤٥						

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا, عدا (٦) عبارات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة البعد الذي تنتمي له غير دالة إحصائيًا, وهي العبارات أرقام (٤٦) من البعد الأول, ورقم (٢٩) من البعد الثاني, ورقم (٧) من البعد الثالث, وأرقام (١٧), (٢٣), (٢٧) من البعد الرابع, وهذا يعني ثبات العبارات عدا هذه العبارات الستة فهي غير ثابتة.

ثبات الأبعاد: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج كما يلي:

جدول (١٧) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة (ن=٦٠)

أبعاد مقياس جودة الحياة	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس
جودة الحياة النفسية	** ٠,٨٧٥
جودة الحياة الاجتماعية	** ٠,٨٤٩
جودة الحياة الأكاديمية	** ٠,٨٨٣
جودة الحياة الجسمية	** ٠,٨٧٢

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل علي ثبات جميع الأبعاد، وثبات المقياس

الثبات بالتجزئة النصفية:

تم حساب ثبات الأبعاد والثبات الكلي للمقياس بالتجزئة النصفية، حيث (ن=٦٠ طالباً وطالبة)، والنتائج كالتالي:

جدول (١٨) معاملات الثبات بالتجزئة النصفية للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة

جودة الحياة	الثبات بمعادلة سبيرمان/ براون	الثبات بمعادلة جتمان
جودة الحياة النفسية	٠,٦٣١	٠,٦٢٥
جودة الحياة الاجتماعية	٠,٧٠٩	٠,٧٠٣
جودة الحياة الأكاديمية	٠,٨١٤	٠,٨١٢
جودة الحياة الجسمية	٠,٥٣٢	٠,٥٣٢
الدرجة الكلية لجودة الحياة	٠,٨٩٨	٠,٨٩٨

يتضح من النتائج السابقة أن قيم معاملات الثبات مرتفعة نسبياً مما يدل علي ثبات جميع الأبعاد، والمقياس ككل.

(٥) صدق المقياس:

تم حساب الصدق بحساب معاملات الارتباط بين درجات العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له (محدوفاً منها درجة العبارة), باعتبار مجموع درجات بقية العبارات محكاً للعبارة وكانت النتائج جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً, عدا (٧) عبارات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة البعد الذي تنتمي له (محدوفاً منها درجة العبارة) غير دالة إحصائياً, وهي أرقام: (٤٦) من البعد الأول, (٢٩) من البعد الثاني, (٧), (١٥) من البعد الثالث, (١٧), (٢٣), (٢٧) من البعد الرابع, وهذا يعني أنها غير صادقة, ويتم حذفها, ومن ثم أصبحت الصورة النهائية لمقياس جودة الحياة مكونة من (٤٠) عبارة موزعة علي الأبعاد علي النحو التالي:

البعد الأول: جودة الحياة النفسية (١١) عبارة, **والبعد الثاني:** جودة الحياة الاجتماعية (٩) عبارات, **والبعد الثالث:** جودة الحياة الأكاديمية (٩) عبارات, **والبعد الرابع:** جودة الحياة الجسمية (١١) عبارة, وهذه الصورة صالحة للتطبيق علي العينة الأساسية في البحث الحالي.

نتائج البحث

نتائج الفرض الأول وتفسيرها ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه: تتباين مستويات وترتيب درجات أبعاد مقياس التشوهات

المعرفية لدي طلبة الصف الثاني الثانوي العام.

ولاختبار هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات

أبعاد التشوهات المعرفية, ومتوسط الاستجابة للعبارة في كل بعد, وطالما أن التدرج خماسي فيصبح المعيار الإحصائي للحكم على مستويات الأبعاد من خلال متوسط الاستجابة للعبارة كما يأتي, المستوى المنخفض هو أقل من (٢,٦٠), والمستوى المتوسط من (٢,٦) إلى (٣,٤), والمستوى المرتفع من (٣,٤) فأكثر, والنتائج موضحة كما يلي:

جدول (٢١) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسطات الاستجابة للعبارة في كل بعد، وترتيب الأبعاد لمقياس التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام.

المستوى	الترتيب	المتوسط الوزني	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العبارات	التشوهات المعرفية
متوسط	الثامن	٣,٠٨٩	٤,٠٩٩	١٨,٥٣٤	٦	(١) تفكير الكل أو لا شيء.
متوسط	الخامس	٣,٢٨٤	٣,٠٤٠	١٣,١٣٧	٤	(٢) الشخصنة واللوم.
متوسط	الثالث	٣,٣٢١	٣,٠٩٧	١٣,٢٨٥	٤	(٣) التفكير الكارثي.
مرتفع	الثاني	٣,٤٣٩	٢,٧٤٢	١٣,٧٥٥	٤	(٤) الينبغيات.
متوسط	التاسع	٣,٠٤٩	٣,٥٨٨	١٥,٢٤٥	٥	(٥) التجريد الانتقائي.
متوسط	العاشر	٢,٩٧١	٥,٠٧٦	٢٠,٧٩٩	٧	(٦) التعميم الزائد.
متوسط	الرابع	٣,٣١٤	٣,٨٥٩	٢٣,١٩٧	٧	(٧) التهويل أو التهوين.
متوسط	السابع	٣,١٠٤	٣,٧٨٧	١٥,٥٢٢	٥	(٨) العناوين المضللة.
متوسط	السادس	٣,١٩١	٢,٦٥٦	١٢,٧٦٣	٤	(٩) الاستنتاج العشوائي.
مرتفع	الأول	٣,٥٤٩	٢,٢٤٦	١٠,٦٤٧	٣	(١٠) الحكم الانفعالي.
متوسط		٣,٢٠٠	١٩,٩٧٤	١٥٦,٨٠٣	٤٩	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق أن:

- (١) متوسط استجابات الطلبة علي عبارات مقياس التشوهات المعرفية ككل يساوي (٣,٢) وهي تدل على أن مستوى التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة متوسط.
- (٢) يتباين ترتيب أبعاد التشوهات المعرفية وفقاً لمتوسطات الاستجابات علي عبارات كل بعد، وكانت أعلى ثلاثة أبعاد في الترتيب هي: الحكم الانفعالي، والينبغيات، والتفكير الكارثي، بينما كانت أقل ثلاثة أبعاد في الترتيب هي: تفكير الكل أو لا شيء، التجريد الانتقائي، التعميم الزائد، وتتفق هذه النتيجة مع بحث (ريم حسن ديب، ٢٠١٨) في وجود مستوى متوسط من التشوهات المعرفية.

وتختلف هذه النتيجة مع بحث (نهلة نجم الدين، وأحمد سلطان، ٢٠١٤) أن العينة تتمتع بمستوى منخفض من التشوه المعرفي، كما تختلف النتائج أيضاً مع بحث (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥)، حيث بينت النتائج أيضاً مستوى منخفض من التشوهات المعرفية. يتضح مما سبق أنه تتحقق صحة نتائج الفرض الأول جزئياً؛ حيث تباين ترتيب أبعاد التشوهات المعرفية لدى عينة البحث، وكان مستوى الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعادها

الفرعية متوسطاً لديهم فيما عدا الينبغيات والحكم الانفعالي، ويمكن تفسير أن مستوى التثوهات المعرفية كان متوسطاً لديهم بأن ذلك يعد مؤشراً طبيعياً لأن التثوهات المعرفية تعتبر حالة غير سوية تؤثر إضطراباً في الشخصية، وأن الطلاب عامة عقلانيون بشكل مقبول، وأن مستوى الثقافة العامة جيد إلى حد ما، وهذا يدل على الوعي لدى أفراد العينة، وهذا يتفق مع رؤية يوركا بأن الأفراد عقلانيون من حيث المبدأ ولكنهم يخطئون في معالجة المعلومات عند مرورهم بمواقف حياتية أو ممارسات عملية. كما يمكن تفسير ارتفاع بعد الينبغيات بأن الطلاب يضعون معايير يودون الوصول إليها وتلك المعايير قد تكون أكبر من إمكانياتهم وقدراتهم مما يزيد من تلك الفكرة لديهم، وذلك يرجع إلى طبيعة المرحلة التي يمرون بها وتطلعات الأهل والمنتظر منهم، كما يمكن تفسير ارتفاع مستوى الحكم الانفعالي بأن الطلاب يحكمون عواطفهم في إصدار الأحكام في المواقف المختلفة.

كما يمكن تفسير ذلك التباين في ترتيب أبعاد التثوهات المعرفية لدى الطلاب لعدة عوامل وهي كما يلي: أن الأبعاد الأكثر ظهوراً هي (الحكم الانفعالي، والينبغيات، والتفكير الكارثي)، وذلك ربما لأن الطلاب يحكمون العاطفة على العقل في المواقف المختلفة وذلك لقلّة خبراتهم في الحياة وقلّة درايتهم بالمواقف الجديدة، ويمكن تفسير أن عامل الينبغيات كان مرتفعاً بأنهم يحبون أن يظهروا في صورة الكمال ويضعون لأنفسهم أهدافاً غير واقعية باستخدام كلمات مثل يجب أو ينبغي، وهي لا تتناسب مع قدراتهم وإمكاناتهم، حيث ينتظر الأهل منهم الكثير، ويمكن تفسير ارتفاع التفكير الكارثي بأنهم يفترضون أسوأ ما يمكن حدوثه وهذا ما يدل على عدم اكتمال النضج الاجتماعي والفكري لديهم، كما ينقلوا أخطائهم على الغير، وأنهم يطلقون الأحكام بناءً على أهوائهم نظراً لغياب دور المعلم المربي، ويمكن تفسير أن أقل التثوهات المعرفية ظهوراً لديهم هو "تفكير الكل أو لا شيء، التجريد الانتقائي، التعميم الذائد، بأنها أكثر وضوحاً للطلاب من غيرها فيحاول الطلاب تجنبها، وبالتالي يمكن أن يعزى اختلاف ترتيب عوامل التثوهات المعرفية إلى طبيعة مرحلة المراهقة حيث يميل المراهقين إلى محاولة إلزام أنفسهم بأهداف قد لا تتناسب مع قدراتهم والمبالغة في المعايير.

• نتائج الفرض الثاني وتفسيرها ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني علي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في مقياس التثوهات المعرفية لدي طلبة الصف الثاني الثانوي العام. ولاختبار هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة، والنتائج موضحة بالجدول التالي:

جدول (٢٢) نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث
على مقياس التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام.

التشوهات المعرفية	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
(١) تفكير الكل أو لا شيء	الذكور	٩٣	١٨,٤٧٣	٣,٩٩١	٠,٤٨٤	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٨,٢١٠	٤,٤٠٤		
(٢) الشخصية واللوم	الذكور	٩٣	١٣,٣٣٣	٢,٩٢٧	٠,٩٨٩	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٢,٩٤٣	٣,٠٩٣		
(٣) التفكير الكارثي	الذكور	٩٣	١٣,٣٩٨	٣,١٩٤	٠,٧٧٩	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٣,٠٨٩	٢,٩٢٥		
(٤) الينبغيات	الذكور	٩٣	١٣,٥٩١	٢,٧٧١	٠,٨٧٣	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٣,٩٠٥	٢,٦٦٨		
(٥) التجريد الانتقائي	الذكور	٩٣	١٥,٨٢٨	٣,٤٤٧	٢,٤١٦	٠,٠٥
	الإناث	١٥٧	١٤,٧٢٦	٣,٥٤٩		
(٦) التعميم الزائد	الذكور	٩٣	٢١,٤٩٥	٥,٠٤٧	١,٦٠٧	غير دالة
	الإناث	١٥٧	٢٠,٤١٤	٥,٢٩٤		
(٧) التهويل أو التهوين	الذكور	٩٣	٢٢,٨٢٨	٤,٤٩٥	٠,٥٧٧	غير دالة
	الإناث	١٥٧	٢٣,١٤٧	٣,٧٠٣		
(٨) العناوين المضللة	الذكور	٩٣	١٥,٤٩٥	٣,٨٢٤	٠,٠٣٤	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٥,٤٧٨	٣,٦٨٦		
(٩) الاستنتاج العشوائي	الذكور	٩٣	١٢,٢٦٩	٢,٧٣٥	١,٧٣٤	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٢,٨٨٥	٢,٦٨٧		
(١٠) الحكم الانفعالي	الذكور	٩٣	١٠,٣٦٦	٢,١٤٦	١,٢١٤	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٠,٧٢٠	٢,٣٦٤		
الدرجة الكلية	الذكور	٩٣	١٥٦,٨٦٠	٢٢,٣٩٥	٠,٤٨٠	غير دالة
	الإناث	١٥٧	١٥٥,٥١٦	١٩,٥٩١		

يتضح من الجدول أن جميع الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث على الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعادها الفرعية غير دالة إحصائياً؛ وبذلك يتحقق هذا الفرض جزئياً، وأيد هذه النتيجة بحث (Brono, 2010)، (Nyarko, 2014) (اسلام أسامة العصار، ٢٠١٥)، (عيسى ابراهيم تواني، ٢٠١٧)، (ريم حسن ديب، ٢٠١٨)

وتختلف هذه النتيجة مع بحث (Roberts, 2015) بأن الإناث لديهم مستوى أكبر من الذكور في التشوهات المعرفية، و(طارق محمد بدر، ٢٠١٧) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجاتهم لصالح الذكور.

ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض بأن كل من الذكور والإناث أصبح لديهم تصورات ومفاهيم متشابهة عن ذاتهم والعالم والمستقبل، فالطالبات أصبح لديهن نفس الوعي ونفس المشكلات، وأيضاً نفس مصادر الحصول على الأفكار والمعلومات، وحيث أن البيئة متشابهة سواء الاجتماعية، الأسرية، والثقافية، وتكافؤ الفرص في جميع المجالات، كما أن التشوهات المعرفية تمثل أخطاء في التفكير تثير معتقدات سلبية على الجنسين، كما يمكن تفسير وجود فروق عند (٠,٠٥) لصالح الذكور بأن الذكور يميلون إلى النظر إلى الموقف وتنفيده والنظر إلى أجزاءه وتفاصيله والتركيز فيها.

نتائج الفرض الثالث وتفسيرها ومناقشتها:

ينص الفرض علي أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التخصصات (العلمية/ والأدبية) في مقياس التشوهات المعرفية لدي طلبة الصف الثاني الثانوي العام.

ولاختبار هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة، والنتائج موضحة بالجدول

التالي:

جدول (٢٥) نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات التخصصات العلمي والتخصصات الأدبية علي مقياس التشوهات المعرفية لدي طلبة الصف الثاني الثانوي العام.

التشوهات المعرفية	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
(١) تفكير الكل أو لا شيء	علمي	٨٧	١٧,٩١	٤,٣٣٥	-١,٠٥٦	غير دالة
	أدبي	١٦٣	١٨,٥١	٤,٢٠٨		
(٢) الشخصية واللوم	علمي	٨٧	١٣,١٢	٢,٧٨٢	٠,١٤٥	غير دالة
	أدبي	١٦٣	١٣,٠٦	٣,١٣٧		
(٣) التفكير الكارثي	علمي	٨٧	١٣,٠٤	٢,٧٨٢	-٠,٦٠٣	غير دالة
	أدبي	١٦٣	١٣,٣٤	٣,١٥٢		
(٤) الينبغيات	علمي	٨٧	١٣,٣٤	٢,٦٣٦	-١,٨٩٣	غير دالة
	أدبي	١٦٣	١٤,٠٢	٢,٧٣٩		
(٥) التجريد الانتقائي	علمي	٨٧	١٥,٦٣	٣,٢٤٩	١,٦٢٢	غير دالة
	أدبي	١٦٣	١٤,٨٧	٣,٦٧٥		
(٦) التعميم الزائد	علمي	٨٧	٢١,٣٥	٤,٧٢٩	-٠,٢٧٩	غير دالة

		٤,٤٥٥	٢٠,٥٢٧	١٦٣	أدبي	
غير دالة	١,١٩٧	٤,٤٥٦	٢٢,٩٣	٨٧	علمي	(٧) التهويل أو التهوين
		٣,٧٦٤	٢٣,٠٧	١٦٣	أدبي	
غير دالة	٠,٠٣٢	٣,٦٧٢	١٥,٤٩	٨٧	علمي	(٨) العناوين المضللة
		٣,٧٧١	١٥,٤٧	١٦٣	أدبي	
غير دالة	١,٨٧١-	٢,٨٢١	١٢,٢٢	٨٧	علمي	(٩) الاستنتاج العشوائي
		٢,٦٣٦	١٢,٨٨	١٦٣	أدبي	
غير دالة	١.٢٢٩-	٢,٣١١	١٠,٣٤	٨٧	علمي	(١٠) الحكم الانفعالي
		٢,٢٧٠	١٠,٧١	١٦٣	أدبي	
غير دالة	٠.٣٣٦-	١٩,٨١١	١٥٥,٤١	٨٧	علمي	الدرجة الكلية
		٢١,١٢٨	١٥٦,٣٣	١٦٣	أدبي	

يتضح من الجدول السابق أنه: لا توجد فروق دالة إحصائية في التشوهات المعرفية وأبعادها الفرعية التي ترجع إلى التخصص. وتتفق نتائج البحث الحالي مع نتائج بحث كل من (سماح أبو الخير رسلان، ٢٠١١)، ، وبحث (هاني عبارة وآخرون، ٢٠١٨م)، وتختلف نتيجة البحث الحالي مع بحث (نهلة نجم الدين، وأحمد سلطان، ٢٠١٤) أن الفرق في التخصص بين متوسطي درجات التخصص (الأدبي/ العلمي) في التشوهات المعرفية دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) ولصالح التخصص الأدبي

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الأفكار والمعتقدات لدى طلاب كلا التخصصين شبه ثابتة، لأنها ترتبط بنفسياتهم وليس دراستهم، فلا توجد فروق ترجع إلى التخصص في تفكير الكل أو لا شيء وقد يرجع ذلك إلى أن كلا التخصصين يتميز بنفس النظرة للأمور والمواقف، وهذا ربما لأنهم يعيشون نفس المناخ الأسري والمعاملة الاجتماعية، ولا توجد فروق ترجع إلى التخصص (علمي/ أدبي) في التفكير الكارثي فيمكن تفسير ذلك بأن لكل منهم نفس الرؤى عن المستقبل، أما عن التجريد الانتقائي فلكلا التخصصين نفس النظرة الانتقائية للمواقف، وكلا التخصصين يضيفي العناوين السلبية على نفسه كما أن لها علاقة مباشرة بالمستقبل، كما يمكن أن يرجع عدم وجود فروق بين كلا التخصصين في التهويل والتهوين بأن كل منهم لديه تطلعات ورؤية للأحداث وينظر إليها بنفس الطريقة، ويرجع عدم وجود فروق بين طلاب كلا التخصصين في التشوهات المعرفية ككل بأنهم في نفس المرحلة العمرية والتعليمية، ويتعرضون لنفس الظروف والمؤثرات، في المتغيرات التي تطرأ عليهم، وطريقة تفاعلهم وحالتهم النفسية وكذلك أسلوبهم في الحياة.

• نتائج الفرض الرابع وتفسيرها ومناقشتها:

ينص الفرض على أنه: "يوجد ارتباط سالب ذا دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية

وجودة الحياة

ولاختبار هذا الفرض تم استخدام معامل الارتباط (بيرسون)، والنتائج موضحة بالجدول

الآتي:

جدول (٢٩) معامل ارتباط "بيرسون" بين درجات التشوهات المعرفية بأبعادها الفرعية

والدرجة الكلية، ودرجات جودة الحياة بأبعادها الفرعية والدرجة الكلية.

المتغير	جودة الحياة النفسية	جودة الحياة الاجتماعية	جودة الحياة الأكاديمية	جودة الحياة الجسمية	جودة الحياة ككل
(١) تفكير الكل أو لا شيء	* ٠,١٣٣-	* ٠,١٦١-	* ٠,١٣٢-	* ٠,١٦٣-	* ٠,١٩٦-
(٢) الشخصية واللوم	** ٠,٢٦٥-	** ٠,٢٢٧-	* ٠,١٧٣-	** ٠,٢٣٣-	** ٠,٣٠١-
(٣) التفكير الكارثي	** ٠,٢٢٣-	** ٠,٢١٧-	** ٠,٢١٧-	** ٠,٢٥٧-	** ٠,٣٠٦-
(٤) الينبغيات	٠,٠٧٤-	٠,١٠٣	* ٠,١٢٩	٠,٠٨٢	* ٠,١٢٧
(٥) التجريد الانتقائي	٠,٠٧٤-	* ٠,١٤٨	** ٠,٢٣٠-	** ٠,٢٤٥-	** ٠,٢٣١-
(٦) التعميم الزائد	٠,١٠٠٠-	٠,٠٥٩	٠,٠٤٨-	٠,٠٩٥-	٠,١٠٣-
(٧) التهويل أو التهوين	* ٠,١٤٢-	** ٠,٢٥١-	** ٠,٢٩٩-	** ٠,٣٩٩-	** ٠,٣٦٥-
(٨) إضفاء العناوين.	* ٠,٢٢٨-	** ٠,٢٧٨-	** ٠,٢٥٠-	** ٠,٣١٥-	** ٠,٣٥٨-
(٩) الاستنتاج العشوائي	٠,٠٥٦-	٠,٠٧٠-	* ٠,١٣٧-	* ٠,١٥٨-	* ٠,١٤١-
(١٠) الحكم الانفعالي	٠,٠٣٠	٠,١١١	** ٠,١٨٦	** ٠,١٧١	** ٠,١٦٤
الدرجة الكلية	** ٠,٢٠٦-	** ٠,٢٢٣-	** ٠,٢٣١-	** ٠,٣١٩-	** ٠,٣٢٨-

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

يوجد ارتباط سالب دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين التشوهات المعرفية ككل وجودة الحياة ككل وأبعادها الفرعية، وبذلك يتحقق هذا الفرض وتتفق نتائج البحث الحالي مع بحث (Odacı, et al, 2009) إلى أن التشوهات المعرفية تتنبأ بجودة الحياة لتلاميذ المدارس الابتدائية العامة، وأن التشوهات المعرفية الدرجة الكلية وأبعادها (التفكير الكارثي، الشخصية، والتجريد الانتقائي)، ذات علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا (٠.٠١) بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية العامة، بينما وجد بحث كل من (عزب محمد عزب، ٢٠١٢)، (Çelik & Odacı, 2013) إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين أبعاد جودة الحياة والتشوهات المعرفية، وأيضًا بحث (Besta, et al., 2014)، وبحث (إسلام أسامة العصار، ٢٠١٥).

وتفسر الباحثة النتائج السابقة بأنه توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين تفكير الكل أو لا شيء وجودة الحياة بأن تفكير الكل أو لا شيء يعني انحراف الفكر والإدراك للموقف الحياتي الاحساس بجودتها عمومًا، بينما توجد علاقة موجبة بين الينبغيات وجودة الحياة الأكاديمية وجودة الحياة ككل وذلك لأن الينبغيات تعتبر إلى مرحلة معينة شيء إيجابي حتي إذا تعدت هذه المرحلة تصبح سلبية ومشوهة فهي تتخذ شكل المنحنى، وهي هنا تعتبر إيجابية مما يعزز جودة الحياة خاصة الأكاديمية حيث أن الطلاب في هذه المرحلة ينصب اهتمامهم وتفكيرهم من ناحية الجيبات على الدراسة فهي هدف تلك المرحلة من التعليم، كما يمكن تفسير أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الينبغيات وجودة الحياة الجسمية، والنفسية، والاجتماعية، بأن تلك الأبعاد من الصعب وضع معايير ليتم الوصول إليها، ويمكن تفسير وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين التجريد الانتقائي وكل من (جودة الحياة الأكاديمية، والجسمية، والدرجة الكلية) بأن التجريد الانتقائي يعبر عن انقضاء بعض أجزاء الموقف السلبية والتركيز عليها وبالتالي يؤدي إلى أخطاء وتدني الشعور بجودة الحياة، كما يمكن تفسير وجود علاقة موجبة مع جودة الحياة الاجتماعية ذلك لأن ذلك النوع من التشوه يمكن أن يكون المنقذ في العديد من المشاكل الاجتماعية، كما يمكن أن يتم تفسير وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين التهويل والتهوين وجودة الحياة ككل ما عدا جودة الحياة النفسية بأنها تؤدي إلى تدني جودة الحياة وهذا ما يفسر تلك العلاقة، كما توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين إضفاء العناوين وجودة الحياة ككل، وأبعادها الفرعية وذلك أن إضفاء العناوين السلبية للفرد على ذاته أو العالم أو المستقبل مثل أن ينعت نفسه بالغبني أو بالفشل أو العالم بأنه لا أهمية له فذلك يعزز المشاعر السلبية التي تؤدي إلى تقليل جودة الحياة.

كما يمكن تفسير وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين الاستنتاج العشوائي، وجودة الحياة الأكاديمية، والجسمية، والدرجة الكلية لجودة الحياة، بأن الاستنتاج العشوائي يؤثر عكسيًا بدرجة كبيرة على رؤية الفرد للجوانب الإيجابية في حياته الأكاديمية، ورضا الفرد عن صورة جسمه، وصحته عامة، مما يؤثر سلبيًا على جودة حياته، وتتوافق هذه النتائج مع الرؤية العامة للحياة،

فالتفكير هو أساس الجودة وتبين "رايف" أن جودة حياة الفرد تكمن في قدرته على مواجهة الأزمات التي تظهر في مراحل حياته المختلفة، ذلك لأن التشوه المعرفي يعوق الإنسان في فهمه وإدراكه للأحداث وللمواقف التي تمر عليه.

توصيات البحث:

بناء على ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي عن أهمية متغيرات البحث الثلاثة التشوهات المعرفية، وجودة الحياة) ضرورة اهتمام أولياء الأمور بالاتصال المباشر بأبنائهم، والتعديل المستمر لما يظهر من سلوكيات ناتجة عن بعض تلك التشوهات المعرفية.

- (١) محاولة إثراء المناهج الدراسية بدروس في اللغة العربية أو مسرحيات تتضمن التشوه المعرفي وتعديله بطريقة مشوقة وفنية.
- (٢) توعية الشباب وتعزيز نظرتهم الإيجابية المستقبلية وجودة حياتهم، والحد من نظرتهم السلبية.
- (٣) العمل على تطوير المناهج بما يضمن الجوانب (الوجدانية، الانفعالية، والسلوكية) للطالب والاهتمام ببرامج التفكير من خلال تضمينها في الخطة السنوية للمرشدين النفسيين.
- (٤) عمل ندوات وورش عمل وإلقاء محاضرات تتعلق بتوضيح وسبل التغلب على التشوهات المعرفية وجودة الحياة.
- (٥) عمل برامج للتغلب على التشوهات المعرفية، توضح الأفكار التلقائية والتشوهات المعرفية وتقوم بتعديلها مع إقتناع كامل من الفرد وهذا الشيء يعتبر يسير في هذه المرحلة بالتحديد.
- (٦) تضمين المناهج الدراسية دورات تثقيفية للطلاب وذلك لتحسين المرونة العقلية واستخدام مبدأ الوسطية في التعامل، بدلاً من التطرف في الحكم والتعامل الصحيح في المواقف والأحداث المختلفة.

البحوث المقترحة:

- (١) بحث التشوهات المعرفية لدى عينات أخرى من مراحل تعليمية مثل التعليم الإعدادي، أو الدبلومات الفنية.
- (٢) بحث التشوهات المعرفية وعلاقتها بأساليب التفكير لدى طلبة الثانوية العامة.
- (٣) فاعلية برنامج قائم على تعديل التشوهات المعرفية في تنمية التحصيل الدراسي لدى طلبة الثانوية العامة.
- (٤) دراسة التشوهات المعرفية في علاقتها بإشكالية استخدام الانترنت لدى عينات متنوعة.
- (٥) العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالتشوهات المعرفية في لدى طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية "دراسة مقارنة".

(٦) التشوهات المعرفية لدى مرتفعي ومنخفضي جودة الحياة من طلبة المرحلة الثانوية.
المراجع العربية:

- أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١١). نوعية الحياة لدى عينة من المراهقين الكويتيين. مجلة دراسات نفسية، المجلد (٢١)، العدد (٣)، ص ص ٣٦٧ - ٣٨٤.
- أمال بوعيشة (٢٠١٤). جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، الجزائر.
- بشرى عناد مبارك (٢٠١٢). جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج. مجلة كلية الآداب جامعة بغداد، الجزء (٢)، العدد (٩٩)، ص ص ٧١٥ - ٧٧١.
- داليا خيرى عبد الوهاب، نبيل عبد الهادي احمد. (٢٠١٧). قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي كمنبئين بالتشوهات المعرفية لدى طلاب جامعة الأزهر. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، الجزء (٢)، العدد (١٧٦)، ص ص ٦٩٤ - ٧٨١.
- سارة محمد عبد الفتاح (٢٠١٧). الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة. مجلة الإرشاد النفسي. جامعة عين شمس، الجزء (١)، العدد (٥٠)، ص ص ٤٦٥ - ٤٨٥.
- عزب فتحي عزب راضي (٢٠١٢). نوعية الحياة وعلاقتها ببعض أنماط التفكير غير الوظيفي لدى الطلاب المتفوقين وأقرانهم العاديين بالتعليم الثانوي. رسالة ماجستير (غير منشورة)، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة، مصر.
- عزت عبد الحميد حسن (٢٠١١). الاحصاء النفسي والتربوي تطبيقات باستخدام برنامج SPSS 18. القاهرة، دار الفكر العربي.
- عيسى إبراهيم تواني (٢٠١٧). علاقة المخططات المبكرة غير المتكيفة بالتشوهات المعرفية لدى تلاميذ التعليم الثانوي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. العدد (٣٠)، ص ص ٣٠٧ - ٣١٨.
- فوزية علي داهم (٢٠١٤). جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي، الجزائر.
- لمياء عبد الرازق صلاح الدين (٢٠١٥). مقياس التشوهات المعرفية للشباب الجامعي. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد (٤١)، ص ص ٦٥١ - ٦٨٢.

- محمد السيد عبد الرحمن (٢٠١٤). العلاج المعرفي والميتا معرفي. الطبعة الأولى، القاهرة، زهراء الشرق.
- محمد يحيى صالح عاصلة (٢٠١٨). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالإدمان على استخدام الانترنت لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عرابة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة عمان العربية، كلية العلوم التربوية، الأردن.
- محمود عبد الحليم منسي، على مهدي كاظم (٢٠٠٦). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس - مسقط ١٧-١٩ ديسمبر، ص ص ٦٣-٧٨.
- هاني عبارة، ماريو رحال، أحمد حجاج موسى (٢٠١٨). التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور أعراض الشخصية الوسواسية القهرية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد (١٤)، العدد (٤)، ص ص ٤١١-٤٢٧.

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

- Ara, E. (2016). Measuring Self-Debasing Cognitive Distortions in youth. **International Journal of Asian Social Science**, vol. 6, No. 12, Pp. 705-712.
- Beak, A. Weismann, N. (1978). Development and validation of dysfunctional attitude scale: A preliminary Investigation. **Paper presented at the annual meeting of the American educational research association** (62nd, Canada, TO, March 27-3).
- Besta, T. Barczak, A. Walter, A. Dozois, D. (2014). Polish version of the Cognitive Distortions Scale (CDS): Preliminary validation and personality correlates. **Current issues in personality psychology**, vol. 2, No. 3, Pp. 177- 183.
- Çelik, Ç.B, & Odacı, H. (2013). problematic internet use and interpersonal cognitive distortions and life satisfaction in university students. **Children and Youth Services Review**, Vol. 35, No. 1, Pp. 505-508.

- Garruba, K. (2015). The Role of Cognitive Distortions in Adaptation to Disability and Perceived Quality of Life in Spinal Cord Injury. **Ph.D.**, Philadelphia College of Osteopathic Medicine.
- O'Brien, D. (2016). The Association of Cognitive Distortions, Problems with Self-Concept, Gender, and Age in Adults Diagnosed with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD). **Ph.D.**, Philadelphia College of Osteopathic Medicine.
- Odaci, H. Kalkan, M. Karasu, P. (2009). A Predictor Of Quality Of Life Of The Mainstreamed Elementary Students: Cognitive Errors. **International Journal of Special Education**, Vol. 24, No. 3, Pp. 57-62.
- Pereira, A ., Barros, L., & Mendonça, D. (2012). Cognitive Errors and Anxiety in School Aged Children. **psychology Reflexes e Critical, Lisboan**, Vol. 25, No. 4, Pp. 817-823.
- Rosenfield, B. (2004). Relationship between Cognitive Distortions and Psychological Disorders across Diagnostic Axes. **Ph. D.**, Philadelphia College of Osteopathic Medicine.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything or is it? exploration on the meaning of psychological well-being. **Journal of personality and social psychology**, vol. 57, No. 6, Pp. 1069- 1081.
- Schalock, R. (2000). Three Decades of Quality of Life. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities. **Journal of Hamill Institute on Disabilities**, vol. 15, No. 2, Pp. 116- 127.
- Yurica, C. (2002). Inventory of Cognitive Distortions: Validation of psychometric instrument for the measurement of Cognitive distortions. Unpublished doctoral dissertation, Philadelphia college of Osteopathic Medicine.

ثالثاً: المراجع الالكترونية:

- إسلام أسامة محمود العصار (٢٠١٥). التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين بقطاع غزة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة. بتاريخ ٢٠١٨/٦/١٥، الساعة ٣٠:٥.