التشوهات المعرفية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة

م.د. زينة عبدالامير[1] م.د. دعاء عيدان[2] م.م. هلة وليد[3]

الجامعة المستنصرية ، كلية التربية ، قسم العلوم التربوية والنفسية

الايميل

zeinaaljaberi@uomustansiriyah.edu.iq[1]
Dr.duea_eidan@uomustansiriyah.edu.iq[2]
halaw@uomustansiriyah.edu.iq[3]

ملخص البحث

أن صحة الطلبة العقلية والنفسية ترتبط بنضج انفعالاته ، حتى يكون مناسب للحدث أو الموقف ، اذ أن استمرار الانفعالات بصورة متكررة تؤدي الى العديد من التشوهات المعرفية منها الوسواس القهري والقلق ولوم النفس والشعور بالعجز او تعاطيه المخدرات فالسلوك المضطرب هو اساس التشوه الفكري . ولقد سعى البحث الحالي الى التعرف على التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة و دلالة الفرق في العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة على وفق متغير الجنس (ذكور/ اناث). بلغت عينة البحث (125) طالباً من طلبة المرحلة الجامعية وقد تم تبني مقياس التشوهات المعرفية ومقياس جودة الحياة و تم حساب الخصائص السيكو مترية للمقاييس , و بعد تحليل البيانات احصائياً وجد ان طلبة المرحلة الجامعية لديهم تشوهات معرفية ولديهم جودة للحياة .

ويوصي البحث رفع جودة الحياة لدى طلاب الجامعة باستخدام برامج ارشادية.

كلمات مفتاحية : الانفعالات , الطالب الجامعي, المعرفة ، السلوك ، الصحة

Cognitive Distortions and relation with Quality of life of University Students

Zena Abd Aalamer Duea Eidan Hala Waleed

AL-Mustansiriya University , University presidency, Department of Educational Psychological Science

Abstract

The mental and psychological health of the child Is linked to the maturity of his or her emotions, so that he or she is suitable for the juvenile; or

Attitude, where persistent emotions often lead to iron from cognitive distortions such as obsessive-compulsive disorder, anxiety, self-blame, feelings of helplessness or drug abuse, disturbed behavior is the basis for the intellectual distortion. Current research has sought to identify cognitive abnormalities, quality of life in university students, and connotation of the difference in the relationship between cognitive abnormalities and quality of life on a gender-variable basis. The research sample consisted of 125 undergraduate cores. The cognitive distortion scale and quality of life measurements were compiled and the characteristics of the sigmo-metric were calculated for the measurements; After statistically analyzing the data , it was found that undergraduate cohorts have cognitive deformities and quality of life college students using demonstration programs .

Keywords : Emotions , college student , Cognitive , behavior , Health

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

مشكلة البحث :

أن صحة الطلبة العقلية والنفسية ترتبط بنضج انفعالاته ، حتى يكون مناسب للحدث أو الموقف ، اذ أن استمرار الانفعالات بصورة متكررة تؤدي الى العديد من التشوهات المعرفية منها الوسواس القهري والقلق ولوم النفس والشعور بالعجز او تعاطيه المخدرات فالسلوك المضطرب هو اساس التشوه الفكري (غانم، 2011، صفحة 76) ، وقد قام العديد من الباحثين والعلماء بتفسير بعض التشوهات المعرفية واضطراباتها منها مرض الاكتئاب على انه مشكلة معرفية نفسية يظهر بها الفرد تصوراً وتقديرا سلبياً لمستقبله (Back, 1987, p. 396) ويؤكد المنظرون أن المشكلة الحقيقية للتشوهات المعرفية هي أن الفرد لا يضطرب بسبب طبيعة الموقف او الحدث ، انما بسبب توقعاتهم وتفسيراتهم المشوه والخاطئة ويتم ربطها بالاحداث والمواقف ، وهذا ما أكده (بيك) "Beck " أن التشوهات المعرفية مشكلة تكمن بتحريف الحقائق والواقع بناءاً على فرضيات خاطئة تنشأ عن حدث خاطئ في أحدى مراحل النمو المعرفي للفرد (الشمري، 2013، صفحة 3) لذا اهتم علم النفس بالموضوعات التي تؤكد على ايجابية الشخصية الإنسانية وشدد على الهدف الرئيسي لمعنى الحياة وجودتها للتخلص من التشوهات الفكرية المضطربة ليكون الفرد اكثر قدرة للتعامل مع اقسى ظروف الحياة المحيطة به وينسجم هذا التوجه مع دعوة سيلجمان Seligman الرئيس الأسبق للرابطة النفسية الأمريكية APA إلى أن علم النفس يعمل على دراسة ما يجعل الحياة صالحة للعيش من خلال شعور الإنسان بمعناها وجودتها لاستثمار وجوده في ابتكار وبناء ما يفيد الأجيال اللاحقة والحاضرة . (العراقي، 1984، صفحة 219) ويعد السلوك الانساني مؤشرات كبيرا عن مدى تقبل الفرد لجودة حياته والتنبؤ بها من خلال النمو المتكامل للشخصية الإنسانية بجوانبها العقلية والنفسية والجسمية والاجتماعية اي خلوها من التشوهات المعرفية المأثرة فكريا على تنظيم حياته ، لذا نحتاج إلى دراسة علمية وتوضح مدى علاقة التشوهات المعرفية لدى الطلبة كونهم شريحة كبيرة وفعاله في المجتمع لذا من الضرورة تسليط الضوء على التشوهات المعرفية لدى الطلبة ومدى تأثيرها بجودة الحياة لهم .

اهمية البحث :

أن جميع الانفعالات التي يمر بها الفرد في حياته اليومية لها دور مهم اذ انها تحدد النوايا السلوكية التي نود أن نوصلها للآخرين لذلك حظى موضوع الانفعالات وتشوهاتها باهتمام العديد من علماء النفس سواء في المجال المرضي او السوي ، حيث ان معنى الحياة وجودتها يعتمد على صنع القرارات كحد فاصل بين المرض والسواء العقلي او الجسمي أوحتى العقلي ، كما أنها وسيلة التواصل والاتصال ومن خلالها يتحقق التقدير والفهم والتعاطف ، ومن أساليب مواجهة الضغوط تستند الى مدى خلو التفكير من التشوهات المعرفية في إطار سياق أوسع لحياة تتسم بالتنويع والايجابية ، كما ان الفروق الفردية دور في المعالجات المعرفية ، فالمعرفة وجودة الحياة وجهان مرتبطان بالمعالجة الاساسية للتحكم والتخطيط في تصرفاتنا ، وكذلك تقويم على مدى اخفاقنا ونجاحنا (جاب.الله، 2015، الصفحات 8-11) إن مراقبة المشاعر السلبية هو مفتاح الصحة المعرفية لجودة الحياة وأن فن تغذية العقل هي من المهارات الاساسية لحماية الفرد من التشوهات والقدرة على تنظيم الوعي الوجداني (عثمان، 2016، الصفحات 96-98) لذا فأن دراسة التشوهات المعرفية تحتل أهمية خاصة حيث قام العديد من العلماء بجهود كبيرة في دراستها وخاصة العالم بيك وذلك لان المعرفة تعد وسيلة وسبيله للتعرف على العالم المحيط به ولفهم ذاته ولمعرفة حقائق الاشياء قائمة على أساس علمي خالية من اي تشويه أو اضطرب للمعرفة وعكس ذلك تؤدي الى شقاء الفرد ولامعنى لحياته ، فالتهويل وتشوية الحقائق والتقليل من الايجابيات والتضخيم من السلبيات وازدياد جلد الذات كل هذا مرتبط بكيفية ادراك الفرد للأمور وللتكوين المعرفي وتفسيره للأحداث وجودة حياته (المعايطة، 2016، صفحة 9) .

وتبرز أهمية البحث الحالي في الجوانب الآتية :

1_ أن دراسة التشوهات المعرفية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة هي معرفة مدى إدراك الطلبة لوضع اهداف معينة ترتبط بالسعادة والقناعة والارتياح وخاصة إذا اختاروا أهدافاً تتلاءم مع امكانياتهم و مواردهم .

2_ تكمن أهمية البحث في اتخاذها المرحلة الجامعية يعني الاهتمام بمستقبل البلد والأمة الإنسانية .

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف الى :

1. التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة .
2. جودة الحياة لدى طلبة الجامعة .
3. دلالة الفرق في العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة على وفق متغير النوع (ذكور/ اناث).
4. العلاقة الارتباطية بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة .

حدود البحث :

يقتصر البحث الحالي على طلبة الجامعة المستنصرية الدراسة الصباحية ولكلا الجنسين (ذكور / اناث) والتخصص (العلمي _ الانساني) للعام الدراسي 2024 – 2025 .

تحديد المصطلحات:

أولا : التشوهات المعرفية " Cognitive Distortions "

عرفه كل من :

بيك "**Beck 1987** " : "مجموعة من وجهات النظر المشوهة والادراكات السلبية والشعور بالعجز التي يتبناه الفرد حول نفسه والعالم والمستقبل " (Back، 1987، صفحة 43) .

هارون (2017) : "هي منظومة من الافكار الخاطئة تحدث نتيجة الضغط النفسي ، فالأحداث الضاغطة قابلة للأنحراف والتي تجعل الشخص عرضة للاضطرابات المتصلة ببناء الشخصية والمخطط المعرفي " (هارون، 2017، صفحة 6) .

التعريف النظري : بما ان الباحثة قد تبنت وجه نظر بيك "**Beck 1987** " فأن التعريف النظري للباحثة هو تعريف **بيك** المذكور اعلاه ، لأنها تبنت مقياس التشوهات المعرفية المعد من قبل **العلوي** : 2013) على وفق نظرية **بيك** .

التعريف الاجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة عند اجابتهم على فقرات مقياس التشوهات المعرفية في البحث الحالي .

ثانيا: جودة الحياة Quality of life:

ولمان Wilman 1973 : هو التقليل من حالات القلق والتوتر من خلال إشباع الدوافع والغرائز وصولا للرفاه وحسن الاختيار . (الحافظ، 2010، صفحة 21).

جابر والكفاني 1990 : حالة من الهناء والمرح والرضا وهي تنشا من إشباع الغرائز والدوافع حتى تصل إلى مستوى الرضا النفسي . (علاء الدين كفافي، 1990، صفحة 1485)

التعريف النظري : بما ان الباحثة قد تبنت وجه نظر **ولمان Wilman 1973** فأن التعريف النظري للباحثة هو تعريف **ولمان** المذكور اعلاه لأنها تبنت مقياس جودة الحياة المعد من قبل **(جودت** : 2018) على وفق نظرية **ولمان** .

التعريف الاجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة عند اجابتهم على فقرات مقياس جودة الحياة في البحث الحالي .

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

أطار نظري :

اولا : نظرية التشوهات المعرفية " Cognitive Distortions "

النظرية المعرفية لـ (بيك Beck)

وضح (بيك) ان العلاج المعرفي هو التخلص من تشوهات التفكير التي تدور في حياة الفرد ، ويتم استبدال هذه التشوهات بإدراكات اكثر واقعية ودقه ، وقد طور (بيك) تلك المفاهيم التي يعتمد عليها في العلاج (المعتقدات الوسيطة ، والمعتقدات المركزية ، الافكار التلقائية الالية ، والمخططات) .

أولاً : المعتقدات المركزية Core Beliefs : هي عبارة عن وجهات نظر خاطئة ومعتقدات يتبناها الفرد عن الحياة والاخرين وعن نفسه ايضا ، فتسبب اضطرابات انفعالية كالاكتئاب والقلق والغضب وهزيمة الذات والعدوان وغيرها (ابراهيم، 1994، صفحة 307) ويوضح "بيك " ان المثلث المعرفي السلبي يشمل ثلاثة أنواع معرفية وهي كالتالي :

1- النظرة السلبية للذات النظرة السلبية الى العالم

2- النظرة السلبية للمستقبل

ثانياً: المعتقدات الوسيطة Intermediate Beliefs : هي همزة الوصل بين الافكار التلقائية والمخططات لدى الفرد المشوه معرفيا ، اي انها عبارة عن أخطاء معرفية وتسبب لهم الشعور بالألم والضيق ، وتعكس نظرتهم بطريقة سلبية وغير واقعية عن المستقبل والعالم والذات (الشناوي، 1995، صفحة 109)

ثالثاً: المخططات المعرفية Schemata: المخططات هي الاشارة الى الابنية المعرفية وتعد هذه المخططات مرشحات للخبرات المتواصلة للفرد تتيح له الوصول الى استنتاجات الاحداث بطريقة تلقائية (حسين، 2007، صفحة 113) وقد أوضح (بيك) أن المخططات عندما تكون سلبية تسبب تشوهات معرفية للفرد وتكون هي المسؤولة والمسيطرة على تصرفاته ، ويكون تركيزه على النتائج غير المرغوبة أكثر من تركيزه على الاحتمالات الايجابية (Curson ,E, 2000, p. 12)

رابعاً: الافكار التلقائية الآلية : Automatic Thoughts : قد أهتم (بيك) بالأفكار السلبية لانها منعكس للتشوهات الفكرية وتبدو منطقية من وجهة نظر الفرد المضطرب ، والخلاصة أن الافكار التلقائية تنشأ تلقائياً بطريقة مختزلة ويمكنها أن تحدث في صورة مصورة اولفظية (تخيل) ويتقبلها الفرد على انها حقيقة دون تقييم او تمعن ويمكن تقيمها والتعرف عليها بالاستجابة لها بطريقة إيجابية ما ينعكس إيجابيا على سلوك الفرد (بيك، 2007، صفحة 128).

ثانيا: جودة الحياة Quality of life: يتضمن بعض النظريات التي تناولت معنى جودة الحياة واختصاراً لها وما يغطي حاجة البحث

أولا: مدرسة التحليل النفسي

1- (فرويد Freud . (1856-1939) : يرى فرويد Freud – مدرسة التحليل النفسي- أن جودة الحياة هي الشعور بتخفيف الالم والسعادة والسرور ويعد هدف أساسي للسلوك ، إذ أن مبدأ اللذة واشباع الغرائز هو المبدأ المسيطر على الجهاز النفسي وعملياته اذ ان أن الحياة المليئة بالتوترات والالم بسبب عدم القدرة على إشباع الحاجات مما يتولد عنها توترات نفسية وصراعات (فرح ، 1989 ، ص25)

2- أدلر Adler (1870-1937) ان جودة الحياة لدى ادلر يأتي على نوعين :

أولاً: هورغبة الفرد في السيطرة والقوة على الآخرين وهو هدف خاطئ يمارسه الفرد العصبي .

ثانيا : الكفاح من اجل التفوق نحو الكمال ((ان السعادة وجودة الحياة هدف صحيح يمارسه الإفراد الأصحاء)) (صالح، 1998، صفحة 95) .

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

3- اريك فروم E.fromm (1900-1980) : يعتقد فروم أن الاضطرابات النفسية تنتج عن صراعات دائمة بين سعي الفرد لمشاريع لتحقيق هدف في الحياة ، وبين القوانين والنظم القائمة في المجتمع التي تعارض هذا السعي . (كمال، 1983، صفحة 121)

اي أن جودة حياة من انتاج الفرد ، وان إحساس الفرد بالواقع واتحاده مع خصائصه الشخصية في آن واحد تعتبر طاقة حيوية وقوه فعالة لارتباطه بالعالم الخارجي ارتباطا منجيا (فروم، 1960، صفحة 151) .

ثانياً :المدرسة الإنسانية : Ahumansitic perspective

1 - **نظرية الحاجات (ابرهام ماسلو A.Maslow 1908-1970)**: يعتبر ماسلو في المدرسة الإنسانية المنظر الرئيسي والزعيم فيها (شلتز، 1983، صفحة 287) اذ اكد ان التحليل السلوكي والنفسي القوة الثالثة و القيمة الذاتية للشخص (جلال، 1985، صفحة 115) كما وأكد ماسلو ان جودة الحياة تتوقف عند اشباع الحاجات العليا مما يؤدي بشعور الفرد بالسعادة العميقة وسمو في قدراته العقلية وقدرة على اثراء حياته الداخلية (الخفاجي، 1994، صفحة 8) .

2- الاسلوب الوجودي (فرانكل Frankl) : من علماء النفس الوجوديين وأولهم فرانكل Frankl يعد الأكثر تأثيرا في ظهور علم النفس الوجودي اذ يؤكد على ان علم النفس الوجودي مبادئ الا وهي :

1- إن لكل فرد له ميزة خاصة وكينونة تميزه عن الآخرين وتعتبر منعكس لقيمة الخاصة وتجاهاته .

2- ينظر الى الفرد الواحد على انه نتاج تطور قدراته ونموه الذاتي .

3- يواجه الفرد بحياته ما يملي عليه المجتمع من محو لشخصيته الذي يصل إلى مرحلة الوحدة والشعور القلق والذنب وحتى شعور الاغتراب (النواب، 1998، صفحة 203) .

لذا أن الفرد الذي يتمتع بصحة نفسية خالية من التشوهات المعرفية تصبح الحياة ذو جودة وتحمل افكارا واهدافا تضيف معنى لحياته ، فالفرد الذي يمتلك أيماناً بفعله الحاضر والماضي وتوجهه نحو المستقبل بثقة تجعل منه فردا مدركاً لغايات حياته التي يحاول من خلالها أيجاد المعنى (Ryff, 1989, p. 1071)

منهجية البحث وإجراءاته

يضم هذا الفصل إجراءات البحث الحالي من حيث تحديد مجتمعه، واختيار عينته، وتحديد أداتيه وإجراءات القياس، والوسائل الإحصائية المستخدمة فيه سواء في إجراءاته أو في تحليل بياناته.

أولا: مجتمع البحث

يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة الجامعة المستنصرية البالغ عددهم (32766) طالب وطالبة، بواقع (15517) ذكر و (17249) انثى، موزعين على (13) كلية علمية وإنسانية للعام الدراسي 2024-2025 .

ثانيا: عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البالغة (125) طالب وطالبة وبواقع (54) ذكر و(71) انثى من (4) كليات في الجامعة المستنصرية وهي كل من: (كلية التربية, كلية الآداب, كلية الهندسة, كلية العلوم), وكما موضح في الجدول (1).

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

جدول (1)

عينة البحث موزعة على وفق متغيري التخصص والنوع

ت	الكلية	التخصص	النوع		المجموع
			ذكور	أناث	
1	التربية	إنساني	15	17	32
2	الاداب	إنساني	14	21	35
3	الهندسة	علمي	12	16	28
4	العلوم	علمي	13	17	30
المجموع			54	71	125

ثالثا: أداتا البحث

بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة والمفاهيم الفلسفية والنفسية التي تناولت موضوع التشوهات المعرفية وجودة الحياة ، فيما يلي أهم الاجراءات المتبعة في ذلك:

اولا: مقياس التشوهات المعرفية :

تم تبني مقياس التشوهات المعرفية المعد من قبل العلوي : 2013، والمكون من (30) فقرة لكل فقرة بديلين (ا ، ب) يمثل (أ)البديل التشوهات المعرفية والبديل(ب) لا يمثل التشوهات المعرفية ، واعطيت درجة (1) للبديل أ ودرجة (صفر) للبديل ب.

صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري):

من اجل معرفة صلاحية الفقرات فقد تم عرض مقياسي التشوهات المعرفية وجودة الحياة على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية لتحديد مدى صلاحية الفقرات, وفي ضوء اراء المحكمين تم الإبقاء على الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق 80% فأكثر وبناء على ذلك تم الإبقاء على جميع الفقرات في كلا المقياسيين دون حذف اي فقرة من قبل المحكمين.

التحليل الاحصائي للفقرات

يعد التحليل الاحصائي للفقرات من خلال الدرجة التجريبية التي يتم الحصول عليها من أستجابات عينة من الافراد، لانه يكشف عن دقة الفقرات في قياس ماوضعت لاجل قياسه (Ebel,1972:p40) نظرا لمرور اكثر من (10 سنوات) على بناء مقياس التشوهات المعرفية في البحث الحالي لذا فقد تم اعادة اجراءات التحليل الاحصائي لفقرات المقياس لضمان صلاحيته في التطبيق، ولقد طُبق مقياس التشوهات المعرفية على (125) طالب وطالبة ، واعتمدت هذه العينة لإغراض التحليل الاحصائي للفقرات وكذلك اعتمدت عينة بحث اساسية, وان الهدف من هذا الاجراء هو الابقاء على الفقرات الجيدة في المقياس وقد تم استعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين بوصفه اجراء لتحليل الفقرات وكما يأتي :

المجموعتين المتطرفتين: لغرض اجراء التحليل بهذا الاسلوب تم اتباع الخطوات الاتية :

- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من المقياس.
- ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى اقل درجة للمقياس.
- تعيين 27% من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و27% من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا, تمثلان مجموعتين بأكبر حجم واقصى تمايز ممكن, وكان عدد الاستمارات في كل مجموعة (34) أستمارة, ولما كانت بدائل الاستجابة نحو مضمون الفقرة هي ثنائية فقد تم استعمال معادلة القوة التمييزية وفقا لمعيار (Ebel) الذي يشير الى قبول الفقرة التي تزيد قوتها التمييزية عن (0.19) (Ebel , 1972 , p. 45) وقد ظهرت جميعها مميزة وبذلك أصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (30) فقرة والجدول (2) يوضح ذلك.

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

جدول (2)

معاملات القوة التمييزية لفقرات مقياس التشوهات المعرفية

الفقرة	القوة التمييزية	الفقرة	القوة التمييزية	الفقرة	القوة التمييزية
1	0.29	**11**	0.37	**21**	0.31
2	0.31	**12**	0.38	**22**	0.34
3	0.46	**13**	0.42	**23**	0.33
4	0.39	**14**	0.49	**24**	0.26
5	0.38	**15**	0.44	**25**	0.33
6	0.42	**16**	0.36	**26**	0.29
7	0.48	**17**	0.41	**27**	0.37
8	0.51	**18**	0.41	**28**	0.33
9	0.33	**19**	0.34	**29**	0.28
10	0.35	**20**	0.51	**30**	0.30

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:

تم استعمال معامل الارتباط (بوينت باي سيريل) لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل من فقرات المقياس والدرجة الكلية وقد كانت جميعها دالة دلالة معنوية لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,174) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (123), والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

معاملات ارتباط فقرات مقياس التشوهات المعرفية بالدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	0,182	**11**	0,301	**21**	0,305
2	0,246	**12**	0,182	**22**	0,277
3	0,337	**13**	0,288	**23**	0,281
4	0,232	**14**	0,179	**24**	0,293
5	0,174	**15**	0,298	**25**	0,222
6	0,263	**16**	0,296	**26**	0,249
7	0,289	**17**	0,277	**27**	0,246
8	0,271	**18**	0,303	**28**	0,312
9	0,205	**19**	0,219	**29**	0,298
10	0,356	**20**	0,291	**30**	0,305

ثانيا : مقياس جودة الحياة : (صدق المقياس Scales Validity)

يعد الصدق من أكثر المؤشرات القياسية أهمية للمقياس لانه يشير الى قدرة المقياس على قياس السمة التي أعد لقياسها، واشارت رابطة النفسانيين الامريكان(APA)) ألى أن هناك ثلاث مؤشرات لصدق المقاييس النفسية، وهي صدق المحتوى، والصدق المرتبط بمحك، وصدق البناء، وقد تم التحقق من مؤشرين (نوعيين) من مؤشرات الصدق هما الصدق الظاهري الذي يستخدم بدلا من صدق المحتوى أحيانا في مقاييس الشخصية وصدق البناء وكالاتي:

أولا : الصدق الظاهري : كثيرا ما يستخدم الصدق الظاهري مؤشرا لصدق مقاييس الشخصية، أذ من الصعب أستخدام صدق المحتوى فيها لصعوبة تحديد محتوى السلوك المراد قياسه ومكوناته الفرعية بدقة وحسب أهميتها، ويعتمد عادة الصدق الظاهري على فحص الخبراء منطقيا لفقرات المقياس، وتقدير مدى تمثيلها للسمة المراد قياسها، وقد تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس وتم الابقاء على جميع فقرات مقياس جودة الحياة.

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

ثانيا: الصدق التمييزي:- وقد تم التحقق منه في التحليل الاحصائي لفقرات المقياس . وان الهدف من هذا الاجراء هو الابقاء على الفقرات الجيدة وحذف الفقرات غير المميزة، وقد تم استعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين واستخراج القوة التمييزية بوصفه اجراء لتحليل الفقرات في هذا النوع من الصدق. وكذلك تم استخراج الاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية).

ثبات المقياس Scales Reliability

لغرض التحقق من ثبات المقياس أستخدمت طريقة اعادة الاختبار أذ أعتمدت طريقة أعادة الاختبار على عينة مؤلفة من (20) طالب وطالبة بفاصل زمني قدره (14) يوما بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني،أذ بينت الدراسات السابقة على أن المدة بين التطبيق الاول والثاني ينبغي الا تطول ضمانا لعدم تعرض المستجيب لحوادث حياتية ضاغطة قد تؤثر في أستجابته في التطبيق الثاني، وعند حساب معامل الارتباط (معامل الثبات) باستخدام معادلة بيرسون ظهر انه يساوي (0،87) .

الوسائل الاحصائية

1. معادلة القوة التمييزية وقد أستعملت لاستخراج القوة التمييزية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين لمقياس التشوهات المعرفية .
2. معادلة بوينت باي سيريال وقد استعملت لاستخراج علاقة درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة
3. معامل أرتباط بيرسون وقد أستعمل لا يجاد ثبات مقياس التشوهات المعرفية والعلاقة الارتباطية بينه وبين جودة الحياة.
4. معادلة الفا كرونباخ لاستخراج الثبات لمقياس التشوهات المعرفية .
5. الاختبار التائي لعينة واحدة لاستخراج دلالة التشوهات المعرفية وجودة الحياة .
6. الاختبار الزائي لاستخراج دلالة الفرق في العلاقة بين المتغيرين وفق الجنس (ذكور-اناث).

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول: التعرف على التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة :

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي إن متوسط درجات العينة بلغ (19,05) وبأنحراف معياري مقداره (13,75), بينما كان المتوسط الفرضي للاختبار (15), وبأستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة, ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (14،11) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين أنها دالة احصائيا عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (124) , مما يعني أن أفراد عينة البحث لديهم تشوهات معرفية وكما موضح في الجدول (6) .

الجدول (6)

قيمة الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في التشوهات المعرفية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
				المحسوبة	الجدولية	
125	19,05	13,75	15	11,14	1,96	دالة

الهدف الثاني : التعرف على جودة الحياة لدى طلبة الجامعة:

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات العينة في جودة الحياة بلغ (123,30) وبأنحراف معياري مقداره (11,56), بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس (108), وبأستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة, ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (56, 21), وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين أنها دالة أحصائياً عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (124), مما يعني أن أفراد عينة البحث لديهم جودة للحياة , والجدول (8) يوضح ذلك

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

الجدول (8)

نتيجة الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في جودة الحياة

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
				المحسوبة	الجدولية	
125	123,30	11,56	108	21,56	1,96	دالة

الهدف الثالث : التعرف على دلالة الفرق في العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة على وفق متغير النوع (ذكور – اناث) لدى طلبة الجامعة:

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي ان معامل الارتباط عند الذكور يساوي (0.990) وعند الاناث يساوي (0.988)، ولتحقيق هذا الهدف استعملت الباحثة الاختبار الزائي (Z-test) لمعرفة دلالة الفرق بين معاملي الارتباط فكانت القيمة الزائية المحسوبة (021،0) ، وكانت النتيجة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) ولا يوجد فرق في العلاقة على وفق متغير النوع (ذكور-اناث) بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة لأن القيمة الزائية المحسوبة أصغر من القيمة الزائية الجدولية البالغة (1.96) وكما موضح في الجدول (9).

جدول (9)

نتائج دلالة الفرق في العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة على وفق متغير النوع (ذكور – اناث)

النوع	العدد	قيمة معامل الارتباط r	القيمة المعيارية لمعامل الارتباط Zr	القيمة الزائية		مستوى الدلالة (0.05)
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	54	0.990	2.65	0,021	1.96	غير دالة
إناث	71	0.988	2.44			

الهدف الرابع : التعرف على العلاقة الارتباطية بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة:

بعد تحليل النتائج بأستعمال معامل ارتباط بيرسون ظهر وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة للعينة ككل أي بمعنى كلما ارتفعت التشوهات المعرفية زادت جودة الحياة والعكس كذلك, اذ بلغت قيمة معامل الارتباط (0,190) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (123).

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحثون بالاتي :

1. عقد دورات و ورش تدريبية في الجامعات لتعزيز اهتمامات الطلبة بالأنشطة المعرفية بالشكل الصحيح لتؤدي الى نتائج ايجابية في المستوى العلمي للطلبة .
2. اقامة الندوات العلمية التي من شانها مساعدة الطلبة على تحسين جودة الحياة لديهم .

المقترحات:

1. اجراء دراسة ارتباطية عن علاقة التشوهات المعرفية بمتغيرات اخرى لم يدرسها البحث مثل (المهارات الاجتماعية / سمات الشخصية) .
2. اجراء دراسة ارتباطية عن علاقة جودة الحياة بمتغيرات اخرى لم يدرسها البحث مثل (اساليب التفكير / القلق) .

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832

المصادر :

Curson ,E .(2000) .*Measueing Emotional Intelligence* .Development and validation Instument: Journal of Beh avoid and Applied management.

A. T. Back .(1987) .*Cognitive Therapy* . New York: Brunner.

C.D. Ryff .(1989) .*Happiness is every thing or is it exploration on the meaning of psychological well - being* .Journal of personality and Social Psychology :Vol. 57.

ابراهيم. (1994). *العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث وميادين تطبيقه*. دار الفجر للنشر والتوزيع.

احمد سالم عبدالحميد المعايطة. (2016). *مستوى التشوهات المعرفية لدى الطلبة وعلاقتها بالاساءة اللفظية الموجهة لهم من المعلمين في مدارس مديرية لواء القصر*. جامعة مؤتة: كلية الدراسات العليا.

احمد هارون. (2017). *مقياس التشوهات المعرفية*. مكتبة الانجلو المصرية .

اريك فروم. (1960). *المجتمع السليم*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

الحافظ. (2010). *القياس والتشخيص في التربية الخاصة*. عمان: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.

جابر عبدالحميد جابر علاء الدين كفافي. (1990). معجم *علم النفس*. القاهرة: دار النهضة العربية , ج3.

جوديت بيك. (2007). *العلاج المعرفي الاسس والابعاد*. الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية.

حباب عبد الحي عثمان. (2016). *الذكاء العاطفي مفاهيم وتطبيقات*. مركز ديبونو لتعليم التفكير , ط2.

حسين فالح حسين. (2007). *علم النفس المرضي والعلاج النفسي*. مركز ديبونو لتعليم التفكير .

دوان شلتز. (1983). *نظريات الشخصية*. وزارة التعليم العالي , جامعة بغداد: مطبعة جامعة بغداد.

زينب حياوي بديوي الخفاجي. (1994). *قياس الأمن النفس لموظفي وموظفات الدولة*. كلية الاداب , جامعة بغداد: رسالة ماجستير غير منشورة.

سعد جلال. (1985). *القياس النفسي والاختبارات والمقاييس*. القاهرة: دار الفكر.

سهام محمود العراقي. (1984). *الاتجاه الديني المعاصر لدى الشباب*. الاسكندرية: مطبعة الجهاد.

علي كمال. (1983). *النفس انفعالاتها وامراضها وعلاجها*. بغداد: الدار العربية للطباعة , ط3.

عمار عبد علي حسن الشمري. (2013). *التشوهات المعرفية وعلاقتهما بالشخصية الهدمية*. اطروحة دكتوراه غير منشوره: جامعة بغداد , كلية الاداب.

قاسم حسين صالح. (1998). *نظريات معاصرة في علم النفس*. صنعاء: مكتبة الجيل الجديد.

محمد حسن غانم. (2011). *الاضطرابات الفسجمية*. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

محمد محروس الشناوي. (1995). *نظريات الارشاد العلاجي والنفسي , موسوعة الارشاد والعلاج النفسي*. القاهرة: دار الغريب.

منال عبد الخالق جاب.الله. (2015). *سيكولوجية الذكاء الانفعالية أسس والتطبيقات*. دار العلم والايمان للنشر والتوزيع.

ناجي محمود النواب. (1998). *الاسس النظرية والمنهجية للعلاج النفسي الوجودي*. العدد (2): مجلة علوم تربوية نفسية.

DOI: https://doi.org/10.47831/mjh.v3i1.832