

التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة

Cognitive distortions among university students

لحسن ذبيحي

جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)، l.debihi@univ-setif2.dz

تاريخ النشر: 2024/07/31

تاريخ القبول: 2024/04/28

تاريخ الاستلام: 2023/10/11

ملخص:

هدفت الدراسة الى معرفة مستوى انتشار التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة (ليسانس إرشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي جامعة سطيف 2) وايضا التعرف على أكثرها انتشارا، ولتحقيق هدي الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي من خلال تطبيق مقياس التشوهات المعرفية على عينة تم اختيارها بطريقة عشوائية قدر حجمها بـ (120) طالبا وطالبة، وتمت معالجة البيانات باستخدام برنامج *SPSSV 26* وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التالية: اختبار *t-test* لعينة واحدة، معامل فريدمان الترتيبي. اختبار ويلكوكسن للمقارنات الزوجية، توصلت الدراسة الى أن مستوى التشوهات المعرفية (الدرجة الكلية والأنماط الستة) (التفسيرات الشخصية، التجريد الانتقائي، التفكير الكارثي، التعميم الزائد، التفكير الثنائي، التهوين) لدى طلبة ليسانس ارشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي متوسطة. وأن أكثر التشوهات المعرفية انتشارا لدى الطلبة هي التفسيرات الشخصية.

كلمات مفتاحية: التشوهات المعرفية؛ طلبة الجامعة.

Abstract:

"The study aimed to assess the prevalence of cognitive distortions among university students (Bachelor's degree in Counselling and Guidance and Educational Psychology at Setif 2 University). Additionally, it aimed to identify the most common types of cognitive distortions. To achieve these objectives, a descriptive research approach was employed by administering the Cognitive Distortions Scale to a randomly selected sample of 120 male and female students. Data analysis was conducted using SPSS Version 26, employing the following statistical methods: one-sample t-test, Friedman's rank test, and Wilcoxon signed-rank test. The study revealed that the overall level of cognitive distortions, as well as the six specific types (personalization, selective abstraction, catastrophic thinking, overgeneralization, dichotomous thinking, and minimization), among undergraduate students in Counselling, Guidance,

and Educational Psychology, is moderate. Moreover, it identified personalization as the most prevalent type of cognitive distortion among the students.

Keywords: *Cognitive distortions; university students".*

1. مقدمة:

ميز الله الانسان بالعقل وخصّه بالقدرة على التفكير، مدركا ما يحدث حوله ومتفاعلا معه، مستجيبا لما حوله، الا أن هذا الادراك يتأثر بخبرة الانسان ومعرفته السابقة، ومؤثرا في استجاباته، فإما أن تكون معرفته صحيحة ويكون إدراكه منطقيا ينتج استجابات منطقية، أو يكون إدراكه مشوها معرفيا ويؤدي إلى استجابات غير منطقية، وعليه فإن التشوهات المعرفية أحد المتغيرات المؤثرة على طريقة التفكير وعلى السلوك. ويؤكد علماء النفس المعرفي أن الاضطرابات النفسية لا ترتبط بالمواقف وإنما بإدراك الموقف والتصورات والتوقعات السلبية والمشوهة المرتبطة به (المسرورية، 2022، صفحة 2).

حيث أشار زنك Zhang (2008) في دراسته، إلى التأثير السلبي للتشوه المعرفي على إحساس الطلاب بالتحكم الذاتي، وأن هذه التشوهات تلعب دورا كبيرا في آليات الدفاع النفسي مما يؤثر على أداء الطالب في حياته الدراسية (المسرورية، 2022، صفحة 2).

وتعرف التشوهات المعرفية بأنها أنماط معرفية يعتقدونها الأفراد عن أنفسهم وعالمهم ومستقبلهم وذلك بتضخيم السلبيات والتقليل من الإيجابيات وتمثل هذه التشوهات في: التفكير الثنائي، التعميم الزائد، التفسيرات الشخصية، التهوين، التفكير الكارثي، التجريد الانتقائي (صلاح، 2015)

1. 2 إشكالية الدراسة:

تعد المرحلة الجامعية من أهم مراحل النمو التي يمر بها الفرد، لما تتضمنه من تغيرات سريعة تنعكس آثارها على النمو بمظاهره المختلفة كالنمو الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي ويسعى الطالب في المرحلة الجامعية الى تحقيق استقلاليته باحثا عن ذاته يحاول تحقيق الكفاءة العلمية والمهنية ويخطط لمستقبله من خلال تحديد أهدافه في الحياة مع وضع مخطط لتحقيقها الأمر الذي يساعده على النجاح في مواجهة تحديات الحياة مما يؤهله للتوافق مع مظاهرها (عبدالواحد و السيد الشبراوي أحمد، 2021، صفحة 5)

وفي ظل التغيرات المستمرة في عصرنا الحالي ظهرت العديد من الأفكار السلبية التي سيطرت على الفرد وأهمها مشكلة التشوهات المعرفية التي أدت الى تحريف الواقع وتفسيره وتأويله بما يتفق مع تفكير الفرد السلبي الذي ينعكس على الفرد واستجاباته الانفعالية، وقد أكد علماء النفس المعرفيون أن العديد من المشكلات النفسية والاضطرابات الانفعالية تأتي نتيجة تفسيراتهم الخاطئة والمشوهة تجاه الأحداث التي

تصادفهم، حيث أن العديد من المشكلات تظهر نتيجة خلل بالنظام البنائي للفرد نتيجة التشوهات في البنى المعرفية مما يؤدي به الى خبرات يشوبها التشويه في النظام التصوري للفرد، الذي يجعله يتوقع الأسوء دائما (حسين، 2023، الصفحات 295-296)

ومما لا شك فيه أن الطلبة الجامعيين في العصر الحالي أصبحوا يعانون من خلل في إدراك ذواتهم وتشوه معارفهم واعتناقهم لأفكار مختلفة، حيث يمكن أن تؤثر هذه التشوهات المعرفية على أفكارهم وتؤدي إلى التفكير بسلبية للمواقف والمعلومات وتفسيرها للأحداث بطريقة التعامل مع المعلومة، ويركز على جوانب النقص والفشل وليس العكس (صادق و المختسب، 2021، صفحة 15).

ولقد أوضح الأردكاني والناصري (2018) إلى أن التشوهات المعرفية تنعكس على حياة الطلبة في البيئة التعليمية، فتؤدي بهم إلى الاتجاه نحو السلبية وانعدام النشاط وتدني في التعليم، ويظهرون مستويات مرتفعة من الشعور بالخوف والقلق عند تعرضهم للاختبارات والمواقف التعليمية (القاعد و الشقران ، 2021، صفحة 197).

وتسبب التشوهات المعرفية في خلق توترات انفعالية مصاحبة بانعكاسات سلبية تشتت أفكار الطالب وانتباهه على الأشياء التي تزعجه، وتسبب له التوتر والقلق النفسي، كما أن التشوه المعرفي يعيق الطالب في إدراكه وفي الحكم الصحيح والقرار الملائم، فالطالب في هذه الحالة يحمل أحكام سلبية مسبقة عن المواقف، حيث أكد المختصون في التربية وعلم النفس بأن الهدف لم يعد مجرد توصيل المعلومات للطلاب بل أصبح الاهتمام ينصب على نمو الطالب وتكامل شخصيته في مختلف الجوانب وبهدف زيادة الوعي العقلي والتشجيع على التفكير المنطقي (العبيدي و الطريا، 2020، صفحة 449). وتكمن أهمية البحث في التشوهات المعرفية كونها من العوامل التي يمكن من خلالها التعرف على الطلاب الذين يعانون من مشكلات سلوكية حيث بينت نتائج بعض الدراسات أن المراهقين الذين يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية كنت لديهم تشوهات معرفية مرتفعة (عبدالواحد و السيد الشبراوي أحمد، 2021، صفحة 5).

وانطلاقاً من أهمية المرحلة الجامعية أصبح من الضروري إيلاء الطلبة القدر الكافي من الاهتمام بالبحث والدراسة بغية مساعدتهم على تكوين شخصية ناضجة متكاملة قدر المستطاع (صادق و المختسب، 2021، صفحة 15). ومن هذا المنطلق سنحاول في الدراسة الحالية الإجابة عن التساؤلين التاليين:

- 1- ما مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة إرشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي جامعة سطيف (2)؟
- 2- ما هي أنماط التشوهات المعرفية الأكثر انتشاراً لدى الطلبة؟

1. 3 الفرضيات:

- مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة ليسانس إرشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي جامعة سطيف (2) متوسط.

- أكثر أنماط التشوهات المعرفية انتشارا لدى الطلبة هي التعميم المفرط والتجريد الانتقائي.

1. 4 أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية الى:

- التعرف على مستوى الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعادها الفرعية لدى طلبة ليسانس توجيه وإرشاد وعلم النفس التربوي بجامعة سطيف (2).

- التعرف على أكثر أنماط التشوهات المعرفية انتشارا لدى طلبة ليسانس توجيه وإرشاد وعلم النفس التربوي بجامعة سطيف (2).

1. 5 أهمية الدراسة:

- إلقاء الضوء على موضوع مهم يمس عينة الدراسة وهو "التشوهات المعرفية" لما لها من آثار سلبية على معتقداتهم وأفكارهم اتجاه أنفسهم وقدراتهم ومستقبلهم، وبالتالي لها تأثير على قدرة ضبط أنفسهم والتحكم فيها وتوجيهها بصورة تتناسب مع الأحداث الخارجية.

- يمكن أن تسهم نتائج الدراسة الحالية في تصميم برامج معرفية سلوكية لاستبدال التشوه المعرفي بتفكير منطقي عقلاني لدى الطلبة الجامعيين.

1. 6 حدود الدراسة:

اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود أو المجالات التالية:

- **الحدود البشرية:** أجريت الدراسة على عينة من طلبة السنة الثالثة شعبة علوم التربية (علم النفس التربوي / إرشاد وتوجيه).

- **الحدود المكانية:** أجريت الدراسة بقسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة محمد ملين دباغين سطيف 2.

- **الحدود الزمانية:** أجريت الدراسة خلال الموسم الجامعي 2022 / 2023 في الفترة الممتدة من بداية شهر افريل إلى غاية نهاية شهر ماي 2023.

1. 7 تحديد مصطلحات الدراسة:

- **التشوهات المعرفية (Cognitive Distorsions):** عرفها الباحث لمياء صلاح (2015)

بأنها: "عبارة عن منظومة من الأفكار الخاطئة وتشمل التفكير الثنائي، التعميم الزائد، التفكير الكارثي، التهوين، التجريد الانتقائي، التفسيرات الشخصية والتي تظهر أثناء الضغط النفسي، والتي تؤدي بدورها إلى استنتاجات خاطئة في إدراك المواقف الواضحة وتؤثر سلباً على قدرة الفرد وعلى مواجهة ضغوط الحياة، والتوافق النفسي والاجتماعي مع البيئة المحيطة. (صلاح، 2015، الصفحات 252-253). واقتصر البحث الحالي على بعض التشوهات التي حظيت باهتمام معظم الباحثين في علم النفس والتي يتضمنها المقياس المستخدم في الدراسة الحالية وكما حددها ويسمان وبيك (8: 1978, Beak, Weissman) مذكور في (دسوقي، اسماعيل محمد، جبرة ، و عبد العزيز ابراهيم، 2020، صفحة 6)

1-التفكير الثنائي (تفكير الكل أو اللاشيء) (Dichotomous): يقصد به تصنيف المواقف المختلفة بشكل متطرف (عبدالواحد و السيد الشبراوي أحمد، 2021، صفحة 11). حيث يدرك الفرد الأشياء إما سيئة تماماً أو لا شيء (دسوقي، اسماعيل محمد، جبرة ، و عبد العزيز ابراهيم، 2020، صفحة 6)

2-التعميم الزائد **overgeneralization** : ويعني تعميم الفرد لانفعالاته وخبراته السلبية والحزينة على الأشخاص الآخرين حيث يصل الفرد الى استنتاج عام بناء على موقف واحد ودليل معين وتعميم فشله على جميع المواقف بسبب موقف ليس له قيمة وافترض ان خبرات الفرد يمكن أن تطبق على نفس الخبرات المشابهة في المستقبل (عبدالواحد و السيد الشبراوي أحمد، 2021، صفحة 11) بمعنى تعميم خبرة سلبية منعزلة علي الذات ككل. (دسوقي، اسماعيل محمد، جبرة ، و عبد العزيز ابراهيم، 2020، صفحة 6)

3-التفسيرات الشخصية **Personalization** (الشخصنة) : يلوم الفرد نفسه على كل ما يحدث من أخطاء، ويربطها بعجزه، وعدم كفايته الشخصية، ويجعل الفرد نفسه مسؤولة كل حدث. فينسب لنفسه مسؤولية النتائج السلبية في المواقف التي تمر. (دسوقي، اسماعيل محمد، جبرة ، و عبد العزيز ابراهيم، 2020، صفحة 6)

4/ التفكير الكارثي (القفز الى النتائج): ويقصد بها أن الفرد حكم على المواقف بنتائج سلبية وخطورة تامة دون أي دليل واضح تجاه ذلك (حسين، 2023، صفحة 300). بمعنى إدراك أن الموقف ينطوي على خطر بدون دلائل واضحة (دسوقي، اسماعيل محمد، جبرة ، و عبد العزيز ابراهيم، 2020، صفحة 6).

5/ التهوين (التهوين من الذات) (**Minimization of Oneself**) : يعني ميل الفرد الى التهوين من نفسه ، والتقليل من شأنه وأهميته، وتهوين ما يقوم به، وضع على عاتقه مسؤولية أي خطأ يقع في موقف هو طرف فيه (حسين، 2023، صفحة 300)،

6/ التجريد الانتقائي (Selective abstraction) : ويعني التوصل إلى النتيجة استناداً على عنصر واحد فقط من عناصر الموقف أي أن الفرد يبني استنتاجاته على العناصر السلبية في حين يتجاهل الجوانب الإيجابية في الموقف، وهنا يوجه الفرد اهتماماً وانتباهاً خاصاً لأحد التفاصيل السلبية. بمعنى عزل الأشياء عن سياقها؛ بمعنى الانتقاء، التفسير السلبي للموقف (دسوقي، اسماعيل محمد، جبرة، و عبد العزيز ابراهيم، 2020، صفحة 6)

التعريف الإجرائي للباحث:

يمكن تعريف التشوهات المعرفية بأنها أنماط تفكير لاعقلانية (غير منطقية) تؤثر في إدراك الفرد وانفعاله بالإضافة إلى إصدار أحكام سلبية على الذات والآخرين مما يؤثر على سلوكياته واتجاهاته، وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها طلبة ليسانس توجيه وإرشاد وعلم النفس التربوي جامعة سطيف (2) على مقياس التشوهات المعرفية المستخدم في الدراسة الحالية.

1. 8 الدراسات السابقة التي تناولت متغير الدراسة:

- دراسة رغد طالب حسين (2023) هدفت الدراسة لمعرفة علاقة التشوهات المعرفية بالتلكؤ الأكاديمي لدى طالبات المرحلة المتوسطة، واختارت عينة من (300) طالبة تم اختيارهم من ست مدارس ببغداد أظهرت نتائج الدراسة إلى أن طالبات المرحلة المتوسطة يتمتعن بمستوى متوسط وحصول بعد التفكير الكارثي على المرتبة الأولى ضمن تصنيف المستويات. وثم التفكير الشائني (حسين، 2023).
- دراسة القاعدو والشقران (2022) هدفت إلى الكشف عن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعات، تكونت العينة من (235) طالبا وطالبة أختيرت بطريقة عشوائية من ست جامعات حكومية توصلت الدراسة إلى أن مستوى انتشار التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعات الأردنية متوسط. وجاءت جميع أنماط التشوهات المعرفية في المستوى المتوسط وجاء في الرتبة الأولى الشخصية (القاعدو و الشقران ، 2021).

- دراسة بني ملحم والمطارنة (2022) هدفت إلى اكتشاف التشوهات المعرفية لدى عينة من الممرضين في الأردن، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التشوهات المعرفية لدى الممرضين جاءت بدرجة متوسطة (بنيملحم و المطارنة، 2022).

- دراسة خلفاوي وبوروبة (2022) هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي (خلفاوي و بوروبة، 2022).

- **دراسة نبيل جيري الجندي (2022)** بعنوان التشوهات المعرفية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في مدينة الخليل، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التشوهات المعرفية متوسط.
- **دراسة أحمد التخينة (2022)** هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى التشوهات المعرفية وعلاقتها بالسلوك الصحي لدى المتعافين من فيروس كورونا، حيث توصلت الدراسة إلى أن مستوى التشوهات المعرفية منخفض، وعدم وجود فروق في التشوهات المعرفية تبعا للجنس (التخينة، 2022).
- **دراسة دلفين حسين، غسان الزحيلي (2021):** هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التشوهات العرفية لدى أفراد العينة، توصلت الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من التشوهات المعرفية لدى العينة. وأن أنماط التشوهات المعرفية أكثر انتشارا لدى الطلبة كان التعميم المفرط والتجريد الانتقائي والشخصية (دلفين و غسان، 2021).
- **دراسة عوادي، وزواوي (2017):** هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مستوى معنى الحياة والتشوهات المعرفية لدى الأشخاص المعاقين اختارت الباحثة عينة قصدية بلغت (81) فرد من عدة مؤسسات، وقد توصلت إلى نتائج التالية: يتميز أغلبية الأشخاص بمستوى منخفض في التشوهات المعرفية (عوادي و زواوي، 2016).
- **دراسة المعاينة (2016)** هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى التشوهات المعرفية واختار الباحث عينة مكونة من (298) طالب وطالب، وتوصلت الدراسة أن الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية والأبعاد (الاستدلال الاعباطي، التجريد الانتقائي التفكير الزائد، التفكير القائم على الاستنتاجات) جاءت متوسطة (المعاينة، 2016).
- **دراسة العصار (2015)** بقطاع غزة، والتي هدفت إلى معرفة مستوى التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين، بلغ حجمها (662) بالمرحلة الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التشوهات المعرفية لدى المراهقين منخفض بشكل عام (العصار، 2015).
- التعقيب على الدراسات السابقة:** استخدمت جميع الدراسات السابقة المنهج الوصفي، كما تباينت في استخدامها لأدوات قياس التشوهات المعرفية، منهم من أعدها بنفسه ومنهم من اقتبس المقاييس من دراسات أخرى، كما تنوعت العينات المستخدمة، من طلبة إلى مراهقين أو راشدين إلى أشخاص معاقين. كما تباينت نتائجها وبناء عليه تم صياغة فرضيت الدراسة وتوجيهها في ضوء نتائج الدراسات السابقة.

2.. الاجراءات المنهجية للدراسة:

2. 1 منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لموضوع الدراسة وهو الذي يهدف إلى وصف الظاهرة كما هي في الواقع أو وصف الأوضاع القائمة فعلا أي وصف ما هو كائن.

2. 2 مجتمع الدراسة: يتكون المجتمع الاصلي للدراسة من طلبة السنة الثالثة ليسانس شعبة علوم التربية (علم النفس التربوي/ ارشاد وتوجيه) بجامعة محمد لمين دباغين سطيف 2_والبالغ عددهم 193 طالبا وطالبة.

2. 3 عينة الدراسة

2. 3 . 1 عينة الدراسة الاستطلاعية: للتأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة، تم تطبيق مقياس (التشوهات المعرفية) على عينة استطلاعية عشوائية قوامها (30) طالبا وطالبة من مجتمع الدراسة الأصلي والمتمثل في (193).

2. 3 . 2 عينة الدراسة الأساسية: تم الاعتماد على الطريقة العشوائية في تحديد عينة الدراسة الأساسية التي تم اختيارها بطريقة بسيطة وفق مستوى ثقة 05% من مجتمع الدراسة الأصلي بعد استثناء العينة الاستطلاعية المقدرة بـ (30) طالبا وطالبة حيث أصبح المجتمع يتكون من (163) حيث قدر حجم العينة الأساسية (115) طالبا وطالبة من طلبة ليسانس توجيه وإرشاد وعلم النفس التربوي بجامعة سطيف 2. وذلك بالاعتماد على موقع حساب حجم العينة (Sampler Size Calculator) وبعد تطبيق المقياس على العينة تم استرجاع (120) وهو حجم العينة الأساسية.

2. 3 أداة الدراسة (مقياس التشوهات المعرفية):

2. 3 . 1 وصف المقياس: لتحقيق هدف الدراسة تم الاعتماد على مقياس التشوهات المعرفية، المعد من طرف الباحثة لمياء عبد الرزاق صلاح الدين (2015)، بعد الاطلاع على عدد من المقاييس العربية والأجنبية من استبيان التشوهات المعرفية من اعداد باتريك بوسيل (2009)، واختبار التشوهات المعرفية من اعداد أميمة مصطفى (2006)، إضافة إلى لمياء عبد الرزاق حيث تكون من (34) بنداً. وتندرج الإجابة من خلال ثلاث خيارات وهي غالبا (3) وأحيانا (2) ونادرا (1)، والجدول الموالي يوضح أبعاد التشوهات المعرفية:

جدول رقم (01): يوضح أبعاد التشوهات المعرفية

الرقم	أبعاد التشوهات المعرفية	عدد العبارات
01	التفكير الثنائي	05
02	التعميم الزائد	05
03	التفسيرات الشخصية	05
04	التفكير الكارثي	10
05	التهوين	05
06	التجريد الانتقائي	04

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

2.3. 2 الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية: تم التحقق الأولي من نتائج الثبات والصدق بالنسبة لهذا المقياس والذي أفرز النتائج التالية:

أولاً: ثبات المقياس: تم التأكد من ثبات مقياس التشوهات المعرفية بطريقة معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي: تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لهذا المقياس، والتي تقوم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها ككل كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول رقم (02): يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس التشوهات المعرفية

الابعاد والدرجة الكلية (التشوهات المعرفية)	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
التفكير الثنائي	0,605	5
التعميم الزائد	0,734	5
التفسيرات الشخصية	0,705	5
التفكير الكارثي	0,850	10
التهوين	0,656	5
التجريد الانتقائي	0,731	4
الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية	0,829	34

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

يتضح من الجدول أعلاه أن جميع معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية كانت مرتفعة حيث بلغت على التوالي (0,60/0,73/0,70/0,85/0,65/0,73) بينما بلغ معامل ألفا كرونباخ يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس التشوهات المعرفية بلغ (0.82) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس، وهذا يعني أن مقياس التشوهات المعرفية يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحاً للتطبيق في الدراسة الأساسية.

ثانياً: صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس عن حساب الاتساق الداخلي عن طريق:

1- حساب معامل ارتباط عبارات كل بعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه:

2- حساب معامل ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد بالدرجة الكلية للمقياس.

أولاً: حساب معامل ارتباط عبارات كل بعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (03): يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لكل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه

التفسيرات الشخصية			التعميم الزائد			التفكير الثنائي		
ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	,849**	0,000	1	,457*	0,011	1	,758**	0,000
2	,466**	0,010	2	,432*	0,017	2	,440*	0,015
3	,854**	0,000	3	,486**	0,007	3	,499**	0,005
4	,522**	0,003	4	,753**	0,000	4	,828**	0,000
5	,445*	0,014	5	,840**	0,000	5	,888**	0,000
التفكير الكارثي			التهوين			التجريد الانتقائي		
ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	,868**	0,000	9	,404*	0,027	5	,546**	0,002
2	,437*	0,016	10	,414*	0,023	ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
3	,833**	0,000	التهوين			1	,586**	0,001
4	,868**	0,000	ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	2	,736**	0,000
5	,587**	0,001	1	,776**	0,000	3	,547**	0,002
6	,576**	0,001	2	,781**	0,000	4	,583**	0,001
7	,562**	0,001	3	,446*	0,014	**الارتباط دال عند (0,01)		
8	,868**	0,000	4	,718**	0,000	*الارتباط دال عند (0,05)		

المصدر: من اعداد الباحث بناءاً على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن جميع معاملات الارتباط لفقرات كل محور مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه جاءت دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,01) حيث تراوحت معاملاتهما بين (0,88) في الفقرة رقم (5) من بعد (التفسيرات الشخصية) و (0,48) في الفقرة رقم (3) من بعد (التعميم الزائد)، ماعدا العبارات رقم (5) من محور (التفكير الثنائي) والفقرة رقم (1-2) من محور (التعميم الزائد)، والفقرة رقم (2) من محور (التفسيرات الشخصية)، والفقرة رقم (2-9-10) من محور (التفكير الكارثي)، والفقرة رقم (3) من محور (التهوين)، جاءت دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,05). وهذا ما يؤكد مدى التجانس والاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في التشوهات المعرفية.

الطريقة الثانية: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (04): يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية وأبعاده الفرعية.

أبعاد المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التفكير الثنائي	0,576**	0,01
التعميم الزائد	0,432*	0,01
التفسيرات الشخصية	0,476**	0,01
التفكير الكارثي	0,720**	0,01
التهوين	0,629**	0,01
التجريد الانتقائي	0,752**	0,01

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,01$) و ($\alpha = 0,05$)، حيث بلغت قيمها على التوالي (0,75/0,62/0,72/0,47/0,43/0,57) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للاستبيان كمؤشر لصدق التكوين في قياس التشوهات المعرفية.

2. 4 الأساليب الإحصائية: معامل ألفا كرونباخ لحساب الاتساق الداخلي، معامل الارتباط بيرسون، المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، اختبار **t-test** لعينة واحدة، اختبار كولموغوروف سميروف واختبار شايبرو ويلك، معامل فريدمان الترتيبي، اختبار ويلكوكسن للمقارنات الزوجية

4. عرض ومناقشة النتائج:

4. 1 عرض النتائج: قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة وجب أولاً التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة الحالية (مقياس التشوهات المعرفية) والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (05): يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغير محل الدراسة (التشوهات المعرفية)

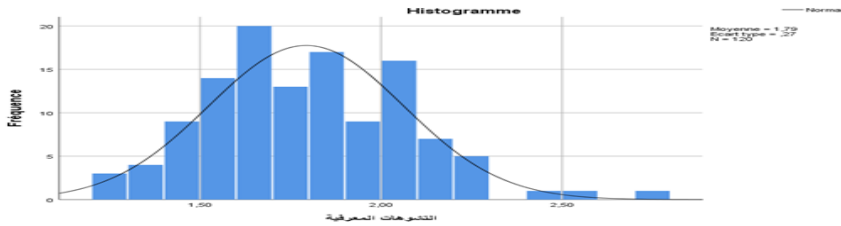
القرار	Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov ^a			النتيجة	النتيجة
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإحصاءات		
غير دال	0,090	120	0,981	0,056	120	0,084	قبول	قبول

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم اختبار كولموغوروف سميروف، واختبار شايبرو ويلك أن كل من القيمتين بالنسبة للمتغير محل الدراسة وهو متغير التشوهات المعرفية، جاءتا غير داليتين عند مستوى الدلالة ألفا (0.05) مما يجزنا إلى القول بأن بيانات المتغير تتوزع توزيعاً طبيعياً، وبالتالي

فإن كل الأساليب الاحصائية التي ستستخدم في معالجة مختلف فرضيات الدراسة الحالية هي أساليب بارامترية. كما هو موضح في الشكل التالي:

شكل رقم (1): يوضح التوزيع الطبيعي لمتغير التشوهات المعرفية



4. 1. 1 عرض الفرضية الأولى للدراسة: نصت الفرضية على أن: مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة ليسانس ارشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي متوسط. ولاختبار الفرضية تم استخدام اختبار (t) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي للأفراد مع المتوسط النظري لمقياس التشوهات المعرفية كما موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (06): نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري لمقياس التشوهات المعرفية (المتوسط النظري 2)

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطين	قيمة (t)	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
التفكير الثنائي	1,7528	0,36585	0,24722-	-7,402	0,000	119	0,01
التعميم الزائد	1,8217	0,44668	-0,17833	-4,373			
التفسيرات الشخصية	1,8646	0,39770	-0,13542	-3,730			
التفكير الكارثي	1,8083	0,37759	-0,19167	-5,560			
التهمين	1,7150	0,39972	-0,28500	-7,811			
التجريد الانتقائي	1,8400	0,41453	-0,16000	-4,228			
التشوهات المعرفية	1,7932	0,26960	-0,20681	-8,403			

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

للتعرف على مستوى التشوهات المعرفية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية ومقارنتهم بالمتوسط النظري حيث تبين أن متوسطات درجات أفراد مجتمع الدراسة في أبعاد في مقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية بلغت على التوالي: (1,7528/1,8217/1,8646/1,8083/1,7150/1,8400/1,7932) وبانحرافات معياري قدرها (0,36585/0,44668/0,39770/0,37759/0,39972/0,41453/0,26960)، وعند إجراء المقارنة بين المتوسطات الحسابية المتحققة (المحسوبة) والمتوسط النظري البالغ (2) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطات المحسوبة والنظري بلغت على التوالي: (-0,13542/-0,17833/0,24722) -/

وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح النظري، وما يؤكد ذلك هو قيم (t) التي بلغت على التوالي: (-5,560/-3,730/-4,373/-7,402) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$). كما أن المتوسطات الحسابية تنتمي الى المجال المتوسط [2,33-1.66] ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%. وهذا يعني أن مستوى أنماط التشوهات المعرفية والدرجة الكلية للتشوهات المعرفية لدى طلبة ليسانس ارشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي متوسطة. أي تحقق الفرضية البحثية التي نصت على مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة ليسانس ارشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي متوسط.

4.1.2 الفرضية الثانية: نصت الفرضية على أن: أكثر أنماط التشوهات المعرفية الأكثر انتشاراً لدى الطلبة هي التعميم المفرط والتجريد الانتقائي. ولاختبار هذا الفرض تم اللجوء الى ترتيب أنماط التشوهات المعرفية عن طريق استخدام معامل فريدمان الترتيبي بهدف ترتيب أبعاد التشوهات المعرفية، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول رقم (07) يوضح اختبار فريدمان لترتيب أنماط التشوهات المعرفية.

التصنيف	العوامل	متوسط الرتب	Khi-deux	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
A	التفكير الثنائي	3,30	12,053	5	0.000	دال عند 0.01
B	التعميم الزائد	3,53				
C	التفسيرات الشخصية	3,79				
D	التفكير الكارثي	3,59				
E	التهوين	3,10				
F	التجريد الانتقائي	3,70				

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه نلاحظ وبناء على متوسطات الرتب التي أفرزها معامل

فريدمان الترتيبي بالنسبة لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية والتي جاءت وفق الترتيب التنازلي التالي:

- 1- (التفسيرات الشخصية) احتلت المرتبة الاولى بمتوسط رتب بلغ 3,79
- 2- (التجريد الانتقائي) احتلت المرتبة الثانية بمتوسط رتب بلغ 3,70
- 3- (التفكير الكارثي) احتلت المرتبة الثالثة بمتوسط رتب بلغ 3,59
- 4- (التعميم الزائد) احتلت المرتبة الرابعة بمتوسط رتب بلغ 3,53
- 5- (التفكير الثنائي) احتلت المرتبة الخامسة بمتوسط رتب بلغ 3,30
- 6- (التهوين) احتلت المرتبة السادسة بمتوسط رتب بلغ 3,10

وبناء على قيمة $\alpha=0.05$ ، وبالتالي يمكن القول بأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين ترتيب أنماط التشوهات المعرفية ويهدف معرفة لصالح من كان الترتيب تم اللجوء إلى اختبار ويلكوكسن للمقارنات الزوجية والذي يهدف أساسا إلى الكشف عن الفوارق في ترتيب الأنماط بناء على متوسطات الرتب التي أفرزها معامل فريدمان، وقد أكد اختبار ويلكوكسن أن الترتيب الذي أفرزه معامل فريدمان هو الترتيب الفعلي للعوامل، وهذا ما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (08) يوضح اختبار ويلكوكسن للمقارنات الزوجية بهدف ترتيب أنماط التشوهات المعرفية

المقارنات الزوجية بين العوامل الأربعة	حجم العينة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	القرار
التعميم الزائد - التفكير الثنائي	45 ^a	51,63	2323,50	-1,620b	0,105	غير دال
الرتب الإيجابية	61 ^b	54,88	3347,50			
الرتب السلبية	43 ^d	46,47	1998,00	-2,645b	0,008	دال
الرتب الإيجابية	63 ^c	58,30	3673,00			
التفكير الكارثي - التفكير الثنائي	56 ^g	50,42	2823,50	-1,285b	0,199	غير دال
الرتب الإيجابية	58 ^h	64,34	3731,50			
الرتب السلبية	55 ^j	59,90	3294,50	-1,266c	0,206	دال
الرتب الإيجابية	52 ^k	47,76	2483,50			
التجريد الانتقائي - التفكير الثنائي	49 ^m	49,18	2410,00	-2,197b	0,028	دال
الرتب الإيجابية	63 ⁿ	62,19	3918,00			
التفسيرات الشخصية - التعميم الزائد	46 ^p	51,22	2356,00	-,909b	0,363	غير دال
الرتب الإيجابية	56 ^q	51,73	2897,00			
التفكير الكارثي - التعميم الزائد	57 ^s	56,77	3236,00	-,117b	0,907	غير دال
الرتب الإيجابية	57 ^t	58,23	3319,00			
الرتب السلبية	52 ^v	48,83	2539,00	-2,441c	0,015	دال
الرتب الإيجابية	36 ^w	38,25	1377,00			
التجريد الانتقائي - التعميم الزائد	44 ^y	55,95	2462,00	-,556b	0,578	غير دال
الرتب الإيجابية	58 ^z	48,12	2791,00			
التفكير الكارثي - التفسيرات الشخصية	57 ^{ab}	63,54	3621,50	-1,150c	0,250	غير دال
الرتب الإيجابية	56 ^{ac}	50,35	2819,50			
التعميم - التفسيرات الشخصية	68 ^{ae}	53,26	3622,00	-4,045c	0,000	دال
الرتب الإيجابية	31 ^{af}	42,84	1328,00			
التجريد الانتقائي - التفسيرات الشخصية	53 ^{ah}	54,61	2894,50	-,361c	0,718	غير دال
الرتب الإيجابية	52 ^{ai}	51,36	2670,50			
التعميم - التفكير الكارثي	67 ^{ak}	67,36	4513,00	-2,695c	0,007	دال
الرتب الإيجابية	51 ^{al}	49,18	2508,00			
التجريد الانتقائي - التفكير الكارثي	60 ^{an}	50,97	3058,00	-,924b	0,356	غير دال
الرتب الإيجابية	56 ^{ao}	66,57	3728,00			
التجريد الانتقائي - التعميم	39 ^{aq}	43,17	1683,50	-3,188b	0,001	دال
الرتب الإيجابية	63 ^{ar}	56,66	3569,50			

المصدر: من اعداد الباحث بناء على مخرجات برنامج SPSS النسخة 26

4. 2 مناقشة نتائج الدراسة:

4. 2. 1 مناقشة الفرضية الأولى التي توصلنا فيها الى أن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة ليسانس إرشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي متوسط، حيث تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: دراسة القاعود الشقران (2022)، و دراسة بني ملحم والمطارنة (2022) و دراسة خلفاوي وبوروبة (2022)، و دراسة نبيل جيري الجندي (2022)، ودراسة المعايطه (2016)، وتتفق مع دراسة رغد طالب حسن (2023)، في حين اختلفت مع نتائج بعض الدراسات التي أظهرت مستوى منخفض للتشوهات المعرفية كما في دراسة عوادي وزواوي (2017) التي توصلت إلى تميز عينتها بمستوى منخفض في التشوهات المعرفية حيث يمكن تفسير الاختلاف الى نوع العينة وطريقة الاختيار كون عينتها تم اختيارها قصديا من الأشخاص المعاقين. وتختلف أيضا مع دراسة أحمد التخانية (2022) التي توصلت إلى أن مستوى التشوهات المعرفية منخفض لدى المتعافين من فيروس كورونا. ودراسة العصار (2015) بقطاع غزة، والتي توصلت إلى أن مستوى التشوهات المعرفية لدى المراهقين منخفض بشكل عام. كما اختلفت مع نتائج بعض الدراسات التي أظهرت مستوى مرتفع للتشوهات المعرفية: كما في دراسة دلفين حسين (2021). ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تفسير كل من (القاعود و الشقران ، 2021، صفحة 112) التي أشارت نتائجها إلى أن الطلبة الجامعيين يمتلكون تشوهات معرفية متوسطة، وتم تفسير ذلك على هذه النتيجة وفق نظرية بك Beck التي أشارت أن الطلبة الجامعيين يميلون إلى تبني أفكار مبالغ فيها عند تفسير الأحداث الخارجية، إذ تجعلهم يفكرون بطريقة غير منطقية وليست واقعية. ولا تنسجم مع طبيعة مواقف التفاعل الاجتماعي. وقد تعود هذه النتيجة إلى تدني مستوى كفاءة الإعداد التربوي، وطبيعة التنشئة الاجتماعية. فقد أشار كورين ورودل وبالمر (Palmer & Rodell, Corene, 2008). إلى أن التشوهات المعرفية تبدأ بالتشكل والتكوين لدى الأفراد في مرحلة الطفولة المبكرة، مما يؤكد الدور الكبير الذي يلعبه الوالدان والبيئة الاجتماعية المحيطة في تشكيل مثل هذه التشوهات؛ لأن المخططات المعرفية تتشكل وتتكون لدى الأبناء في هذه المرحلة من خلال التفاعل مع البيئة الاجتماعية، وأساليب المعاملة الوالدية والتنشئة الاجتماعية، لا سيما أساليب التسلط والحرمان، إضافة إلى تأثير البيئة الاجتماعية المحيطة من الأقران والأصدقاء. وتأسيسا عليه عندما تكون أساليب التنشئة والمعاملة الوالدية إيجابية ومنطقية، فإن الأبناء يشكلون مخططات معرفية تكون إيجابية وخالية من التشوهات المعرفية.

كما أن التشوهات المعرفية تعتبر حالة غير سوية ومؤشرا على اضطراب في الشخصية وأن الطلاب عامة عقلانيون بشكل مقبول، وأن مستوى الثقافة العامة متوسط إلى حد ما وهذا ما يدل على الوعي لدى

أفراد العينة، وهذا ما أكدته نظرية جورج كيلي أن الإنسان كائن عقلاني صانع لمصيره، وأن ما يعاينه من اضطرابات انفعالية وما يحمله من تنبؤات مشوهة تكون ناتجة عن أخطاء في محتوى الأفكار لديه، وهذا ما يفسر أن الطلبة يتعرضون للعديد من أحداث والمواقف التي أثرت على نمطية تفكيرهم وبالتالي انعكست على الناحية النفسية والاجتماعية لديهم أدى إلى ظهور تغيرات نفسية، فيزيولوجية وسلوكية لديهم وتنوعت أشكالها حسب طبيعة استقبالتها.

4. 2. 2 مناقشة الفرضية الثانية: التي توصلنا فيها الى أن أنماط التشوهات المعرفية الأكثر انتشارا لدى الطلبة هي التفسيرات الشخصية ثم يليها في الرتبة الثانية التجريد الانتقائي، ثم يليه التفكير الكارثي فالتعميم الزائد وفي الرتبة ما قبل الأخيرة التفكير الثنائي وفي الأخير التهوين. حيث تخلف نتيجة دراستنا مع دراسة رغد طالب حسين (2023) التي أظهرت نتائجها حصول نمط التفكير الكارثي على المرتبة الأولى ضمن تصنيف المستويات ثم يليه التفكير الثنائي لدى طالبات المرحلة المتوسطة. ويمكن تفسير الاختلاف مع هذه الدراسة كون دراساتنا تم اجراؤها على الجنسين من طلبة الجامعة أما دراسة رغد طالب حسين فعينتهما من طالبات المرحلة المتوسطة والإناث فقط، كما تختلف مع دراسة حسين (2021) التي توصلت إلى أن أكثر أنماط التشوهات المعرفية لدى الطلبة هي التعميم المفرط والتجريد الانتقائي والشخصية. في حين تتفق مع دراسة القاعود والشقران (2022) التي توصلت الى أن أكثر أنماط التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعات هي الشخصية. ويرجع ذلك إلى أن التفسيرات الشخصية التي يقوم بها الفرد على أساس خاطئ وسلي بناء على ما قامت مخططاته المعرفية بتكوينه سابقا وهي ما تشكل بعض التشوهات المعرفية لديه مثل مقارنة الطالب نفسه بالآخرين من ناحية المستوى أو الحالة الاجتماعية وهذه المقارنات هي ما تسبب وجود أفكار مشوهة تؤمن بالخطأ وهذا ما يؤكد على أن وجود تجارب شخصية سلبية لدى طالب مثل علاقات سابقة عشوائية أو التأثر بأفكار المحيطين به الذين يملكون أفكار سلبية مشوهة، أو التأثر بمواقع التواصل الاجتماعي أو كان لديه رغبة في إشباع حاجاته كلها تخلق القلق والتوتر والضغط العصبي مما قد يغير إدراكه وتفسيره للأحداث بشكل سلبى وكما تسبب له الأفكار المشوهة كارثة.

5-خاتمة:

يعتبر موضوع التشوهات المعرفية من بين الظواهر التي يمكن أن تصيب الطلبة في مجال التدريس، والتي تظهر لديهم في شكل أفكار مشوهة تقود إلى استنتاجات بعيدة عن الواقع، لذلك يؤدي التفكير المشوه إلى ظهور اضطرابات نفسية لدى طلبة الجامعة، وبالتالي يترتب عن هذا الاضطراب مجموعة من الآثار السلبية

على الطالب وعلى صحته النفسية الذي يكون مصحوبا بالإجهاد النفسي، وتكوين اتجاهات سلبية وهذا ما أكدته "بيك" أن الأفكار الأوتوماتيكية تؤدي إلى التشويه المعرفي الذي يعد نتيجة لها، وبالتالي فإن الطالب في المجتمعات الحديثة ولا سيما في ظل التطور التكنولوجي والعولمة والعصرنة، اختلطت عليه بعض الأفكار والمواقف وحتى في بعض السلوكيات التي أصبح لا يقوم بها على أحسن وجه، ومن خلال دراستنا هذه حاولنا تسليط الضوء على الموضوعات الشبهات المعرفية لدى الطلبة وكذا اختيارنا على طلبة قسم علوم التربية بجامعة سطيف 2-، والتي توصلنا من خلالها أن الشبهات المعرفية تتميز بالسلبية في تفسير الأحداث والتي لا تستند على أساس واقعي، فقد يكون لها تأثير سلبي كبير على عواطف وسلوك طلبة كما تؤثر على جودة حياتهم وتكيفهم بالسلب مما يجعله يحمل أحكاما سلبية مسبقة عن الموقف ومعلومات لا يدعمها بالمنطق، وقد توصلنا في دراستنا الحالية إلى أن مستوى انتشار الشبهات المعرفية لدى طلبة ليسانس إرشاد وتوجيه وعلم النفس التربوي بجامعة سطيف 2 "متوسط" وأكثرها انتشارا هي التفسيرات الشخصية.

وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية يقترح الباحث ما يلي:

- الاهتمام بإرشاد الطلبة داخل الجامعة والتواصل معهم بهدف غرس القيم الإيجابية وتجنبهم الشبهات المعرفية لما لها من تأثير في ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية.

- ضرورة الاهتمام بموضوع الأفكار العقلانية لدى طلبة الجامعيين لما لها من تأثير على المستقبل بجامعة سطيف 2- وذلك من خلال دراسة هذه المتغيرات لمعرفة الأسباب المؤدية لها ومن ثم التعليل والحد منها.

- كذلك التركيز على إرشاد جميع الطلبة وخاصة طلبة السنة الأولى جامعي وتجهيئهم للجو الجامعي الذي يعد بمثابة مرحلة انتقالية من حياة المدرسة إلى حياة الجامعية التي تختلف كثيرا عن سابقتها وخفض القلق لديهم حول المستقبل.

- وضع برامج للتخفيف من الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة من قبل متخصصين في الإرشاد النفسي.

- ضرورة الكشف المبكر للشبهات المعرفية لدى الطلبة الجامعيين من خلال المرشدين النفسيين.

6. قائمة المراجع:

إبراهيم سيد أحمد، عبدالواحد، و حسانين السيد الشيراوي أحمد. (2021)، الشبهات المعرفية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي وإدمان الانترنت، مجلة التربية، كلية التربية بالقاهرة، جامعة الأزهر، العدد (189)، (الجزء الأول)، [1-50].

أحمد سالم عبد الحميد المعايطه. (2016). مستوى الشبهات المعرفية لدى الطلبة و علاقتها بالإساءة اللفظية الموجهة لهم من المعلمين في مدارس مديرية لواء القصر. (أطروحة ماجستير). جامعة مؤتة، الأردن. الأردن.

- أحمد محمد، بنملاحم، و زيد تيسير المطارنة. (2022). مستوى التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من المرضين في الأردن. مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية، المجلد 37(العدد 5)، 77-116. الأردن.
- اسلام أسامة محمود العصار. (2015). التشوهات المعرفية و علاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة : دراسة مقارنة. (أطروحة ماجستير). الجامعة الإسلامية، فلسطين (قطاع غزة). غزة فلسطين.
- الحادة عوادي، و أحمد خليفة زواوي. (2016). التشويوهات المعرفية لدى المعاقين المتدربين - دراسة على عينة من المعاقين - بصريا، سمعيا، حركيا- بولاية الوادي. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، 10(1)، 128-144. الوادي.
- تيماء جهاد، القاعود، و حنان ابراهيم الشقران . (2021). التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلبة الجامعات الأردنية، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية. المجلد (30) العدد (2)، ص ص [195-221]. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 30(2)، [195-221].
- جوخة بنت حمد بن حميد، المسروية. (2022). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتشوهات المعرفية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظة شمال الشرقية بسلطنة عمان (رسالة ماجستير). محتفظة الشرقية، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الشرقية: سلطنة عمان.
- حسن دلفين، و زحيلي غسان. (2021). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي لدى طلبة كليتي العلوم والتربية في جامعة دمشق. مجلة جامعة البحث، 43(39). دمشق، جامعة دمشق.
- رغد طالب حسين. (2023). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتلكؤ الأكاديمي لدى طالبات المرحلة المتوسطة. التربية، مجلة علمية تصدر عن كلية التربية للبنات، 22(ج 3)، [294-320].
- زهير عبد الكريم جعفر قيس، و كاظم تركي عي سنية. (2016). تأثير تقانة المعلومات. مجلة كلية بغداد للعلوم الاقتصادية الجامعة(49).
- عدي فاروق فاضل، العبيدي، و أحمد وعد الله حمد الطريا. (2020). أثر برنامج تربوي في تعديل التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة الاعدادية. مجلة آداب الرافدين، 50(82)، 445-495.
- فاطمة الزهراء خلفاوي، و أمال بوروية. (2022). التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي. مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية، المجلد 13(العدد 2)، 556-577. ورقة.
- قصي خالد أحمد، التخينة. (2022). مستوى التشوهات المعرفية وعلاقتها بالسلوك الصحي لدى متعافين من فيروس كورونا في محافظة الكرك. المجلة العربية للنشر العلمي Ajsj، العدد 45، 690-668. محافظة الكرك، جامعة مؤتة.
- لمياء عبد الرزاق، صلاح. (2015). مقياس التشوهات المعرفية للشباب الجامعي. مجلة الإرشاد النفسي، مجلد 6 (العدد 41) [651-682].
- محمد أحمد دسوقي، محمد المري اسماعيل محمد، ابراهيم جيد جيرة ، و آية حلمي عبد العزيز ابراهيم. (2020). التشوهات المعرفية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام. المجلة العربية للقياس والتقويم، الجمعية العربية للقياس والتقويم، المجلد 1(العدد 1)، 129-159.
- محمد عاشور صادق، و عيسى محمد المحتسب. (2021). التشوهات المعرفية وإدارة الوقت كمنبئات بالتسويق الأكاديمية لدى طلبة كلية مجتمع جامعة الأفقي غزة فلسطين. مجلة البحوث التربوية، مجلد 17، العدد (79).