نموذج بنائى مقترح للعلاقة السببية بين أنماط التعلق واجترار الذات على التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الجامعة بكلية التربية

د. نورا محمد عرفة
مدرس الصحة النفسية والإرشادالنفسي
كلية التربية – جامعة عين شمس

مّلخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة السببية بين أنماط التعلق واجترار الذات (كمتغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط)، والميول الانتحارية (كمتغير تابع)، لدى عينة من طلاب كلية التربية في ضوء تحليل المسار، إضافه إلى معرفة تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية (النوع، التخصص) على كل من التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة الدراسة. وبلغت عينة الدراسة (٢٢١) طالباً وطالبة (٤٤ ذكر،١٧٧ أنثى) بمتوسط عمري قدره (٢٠,٧٣) وانحراف معيارى (١,٤٢) من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، من مختلف التخصصات العلمية والأدبية أساسى (علوم، رياضيات، لغه عربية، لغه انجليزية، علم نفس، مواد اجتماعية) بالفرقة الرابعة. وقد طُبق عليهم مقياس أنماط التعلق، ومقياس اجترار الذات، ومقياس التشوهات المعرفية، ومقياس الميول الانتحارية (وكلها من إعداد الباحثة). وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مطابقة للنموذج المقترح، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد اليأس وكذلك في الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية عند مستوى ٠,٠٥ في اتجاه الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً للنوع على مقياس الميول الانتحارية، وعدم وجود تأثير للتخصص على كل من التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية: أنماط التعلق، اجترار الذات، التشوهات المعرفية، الميول الانتحارية.

A proposed structural model for the causal relationship between Attachment styles and Self-rumination on Cognitive distortions and Suicidal tendencies among a sample of students on Faculty of Education

Dr.Noura Mohamed Arafa
Lecturer-Ain Shams University

Abstract:

This study aimed to investigate the causal relationship between attachment styles and self-rumination as independent variables, cognitive distortions as an intermediate variable, and suicidal tendencies as a dependent variable, among a sample of students of the Faculty of Education in the light of path analysis. In addition to investigate the effect of some demographic variables (type, specialization) on both cognitive distortions and suicidal tendencies. The sample of the study consisted of (221) male and female (44 male, 177 female) students and Their Mean age (20.73) and Standered deviation (1.42) from the Faculty of Education, Ain Shams University, In their fourth year from various scientific and literary disciplines(Science, Mathematics, Arabic, English,,psychology, Social Subjects) basic section . They were applied on the attachment styles scale, the scale of self-rumination, the scale of cognitive distortions, and the scale of suicidal tendencies (all were prepared by the researcher). The results of the study concluded that there is an agreement with the proposed model. In addition, there is statistically significant differences in Hopelessness as well as the total degree of Cognitive distortions Scale in direction to Males. There is not statistically significant differences according to gender in Suicidal tendencies Scale. There is not statistically significant differences according to Specialization in both Cognitive distortions Scale and Suicidal tendencies Scale in the study sample.

Keywords:

Attachment styles, Self-rumination, Cognitive distortions, Suicidal tendencies.

نموذج بنائى مقترح للعلاقة السببية بين أنماط التعلق واجترار الذات على التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الجامعة بكلية التربية

د. نورا محمد عرفة

مدرس الصحة النفسية والإرشادالنفسي

كلية التربية – جامعة عين شمس

مقدمة الدراسة:

إن الإنسان كائن عقلانى صانع لمصيره، وذلك من خلال تكوينات شخصية ينظر من خلالها إلى العالم المحيط بُناء على ما يحمله من توقعات تحدد اختياره لما يمارسه من سلوكيات أو ما يقوم به من أفعال، كما تلعب المعرفة دوراً أساسياً في إحداث الاضطرابات الوجدانية أو علاجها. وقد يواجه الفرد أثناء نموه وتنشئته صعوبات فى التفاعل الاجتماعى مع المحيطين، كما أن اجترار الذات الذي يُعد سمه بشرية تتفاوت في درجاتها لدى الفرد حينما يتعرض لأحداث مؤلمة ويجعله مستغرق في ذكريات الماضى المؤلمة. فإذا كان للفرد نصيب من أنماط التعلق غير السوية وما قد يرتبط بها من اجترار للذات وما يصاحبها من تشوهات معرفية قد يُفضى به إلى الزهد في الحياة واليأس منها أو الميل للانتحار.

وتُعد المعاناة شرطاً حتمياً للحياة الإنسانية؛ إذ يعاني أفراد المجتمع من الصراعات والإحباطات المختلفة، ويواجهون الضغوط والأحداث الحياتية السالبة. وطلاب الجامعة ليسوا بمعزل عن بقية أفراد المجتمع؛ إذ يتعرضون لضغوط متعددة المصادر، سواء أكانت نفسية أو اجتماعية أو مادية أو أكاديمية. وفى مختلف المجالات سواء أكانت في المنزل أو المدرسة أو مواقف مجتمعية مختلفة، ويصاحبها انفعالات متباينة من حيث الشدة والنوع (أحمد على طلب، ٢٠١٧:٢٠٧).

وإذا كانت المراهقة مرحلة تطوير الفرد لذاته ولقدراته إلا أنها قد يشوبها التوتر خاصة بين الكفاح من أجل الاستقلال الذاتي أو التعلق Attachment القوى بالوالدين وهو ما قد يكون له تأثير على المراهقين في ضوء طبيعة الفروق الفردية لديهم (Mcelhaney; Joseph; Stephenson & Hare,2009:358) .

ويرى Bowlby أن نظام التعلق في غاية الأهمية للحفاظ على الاستقرار النفسي، ووضع صورة إيجابية عن الذات، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو شركاء العلاقة، وتكوين علاقات وثيقة بشكل عام (Gillath ; Shaver & Mikulincer,2005:123). ويمكن تعريفه على أنه الطريقة التي يرتبط بها الفرد مع الآخرين في العلاقات الاجتماعية والصداقات والزواج وتكون امتداد لأنماط التعلق التي تكونت منذ الطفولة والتي يستمر تأثيرها عبر مراحل النمو التالية، فإما يكون النمو السوي وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة ووطيدة أو يكون الوقوع في الاضطرابات النفسية (سامية محمد صابر، ٢٠١٤:٢١). وهو ما أثبتته نتائج العديد من الدراسات (Brown,2010; Kamkar ; Doyle & Markiewicz, 2012; Tamaki & Takahashi,2013)أن التعلق غير الآمن يعرض الفرد لمشكلات نفسية واجتماعية، وسوء توافق مع الذات والآخرين مستقبلاً، كما يعد من العوامل الرئيسية المؤثرة في تطوير العلاقات غير السوية والأمراض النفسية والعقلية.

كما أن اجترار الأفكار السلبية يدعم الإنحيازات المعرفية في معالجة المعلومات ويضر بتنظيم الوجدان؛ مما يؤدى إلى حالات مزاجية سلبية، وذلك ما أثبتته نتائج Joormann ; Dkane & Gotilb (2006) حيث أن المشاركين المنزعجين Dysphoric الذين تم حثهم على اجترار الأفكار تبنوا تفسيرات أكثر سلبية للمواقف الافتراضية، وأنتجوا استراتيجيات أقل فاعلية لحل المشكلات، وأظهروا زيادة في استرجاع الذكريات الذاتية السلبية.

وأكدت نتائج دراسات (Ciarocco ; Vohs & Baumeister,2010 ; Mclaughlin & Nolen-Hoeksema,2011) ارتباط اجترار الأفكار بالنتائج السلبية، وخاصة بالنسبة للأشخاص المكتئبيين أو المنزعجين. فالأشخاص المنزعجون الذين يجترون الأفكار يفتقرون إلى المرونة المعرفية، ومتشائمين على نحو غير مبرر، ويظهرون عجزاً في الأداء الدراسي، ويبدو أنه يسهم في المشكلات بين الشخصية أيضاً. والذين يجترون الأفكار يستخف بهم أقرانهم، ويدركون أن لديهم مساندة اجتماعية منخفضة بالمقارنة بالآخرين، كما يكون لديهم حلولاً أقل كفاءة للمشكلات الشخصية.كما يؤدى اجترار الأفكار إلى عدد من الصعوبات المعرفية والاجتماعية.

وعلى الجانب الآخر تعتبر النظرية المعرفية من أهم الأطر النظرية في مجال الاضطرابات والمشكلات النفسية، التي ساهمت في بلورة الكثير من التصورات والافتراضات الأكثر واقعية في مجال وصف وفهم وعلاج كل ما يتعرض حياة الأفراد بشتى مراحلهم وخصائصهم النمائية والعمرية والتعليمية (عبد الرحمن بن درباش موسى،٢٠١٩: ٦٠٤). وتؤكد المدرسة المعرفية أن التفكير السلبي المشوه يؤثر على مشاعر الفرد وبالتالي يؤثر على سلوكه وهذا بدوره يقود إلى الاضطرابات النفسية (ياسمين حسن أبو هلال، ٢٠٢٠:١٥٦). هذه المشاعر السلبية والتشاؤمية واليأس قد يؤدى بالفرد إلى الميول الانتحارية والزهد في الحياة.

والميول الانتحارية تُعد المتغير المحوري للدراسة ،فهي من المشكلات الاجتماعية الخطيرة التي تهدد المجتمع وتماسكه لأنها تؤدى إلى فقدانه لبعض أعضائه ،كما أنها تعد مؤشراً على تفكك المجتمع وتمثل فشلاً فردياً وجماعياً في التكيف مع المعايير والضوابط الاجتماعية، وانفصال الفرد عن جماعته وعدم تقبله للنظام الاجتماعي، ولا تزال الأسباب المؤدية للانتحار أو الميل له محط أنظار واهتمام الكثير من الباحثين وخاصة أن معدلات الانتحار قد ازدادت عالمياً وخصوصاً في الدول الأوروبية والولايات المتحدة الأمريكية بحسب إحصائيات منظمة الصحة العالمية إلى أنه في كل يوم تسجل (٣٠٠٠)

حالة انتحار، وأن أكثر من مليون شخص يقدمون على قتل أنفسهم كل عام، وأن هناك ما بين (٢٠و٦٠)مليونا شخص يحاولون الانتحار سنويا ينتحر منهم نحو مليون (محمد قاعد زايد،٢٠٢٠:١٣٨).

لذا هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة السببية بين أنماط التعلق واجترار الذات على التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الجامعة في ضوء نموذج تحليل المسار، ومعرفة أفضل نموذج يمكن استخراجه من هذه المتغيرات، وأيضاً مدى اختلاف هذا النموذج عبر النوع (الذكور-الإناث)، والتخصص (علمى-أدبي)، ومعرفة الفروق في الميول الانتحارية عبر النوع والتخصص لدى طلاب كلية التربية-جامعة عين شمس.

مشكلة الدراسة:

تعتبر المرحلة الجامعية مرحلة صعبة، حيث ينظر الطلاب إلى الحياة الأكاديمية على أنها مجهدة وضاغطة، ولها متطلبات كتوقعات الإنجاز والعلاقات مع الآخرين، وعليهم أيضاً التعامل بواقعية مع ضغوط الحياة بصفة عامة وضغوط الحياة الجامعية بصفة خاصة، وقد تنعكس هذه الضغوط على الصحة النفسية والجسمية للطلاب وعلى تحصيلهم الدراسى (رضا ربيع عبد الحليم ،٢٠٢٠: ٣٠٤ ؛ Lim; Tam & Lee,2013:2013 ; Ding & Yang,2013: 101).

وقد نال التعلق اهتمام الباحثين لتأثيره الممتد عبر جميع مراحل حياة الانسان وليس كونه فقط جزء من مرحلة الطفولة (Erozkan,2011:186) . وقد أسفرت نتائج بعض الدراسات (Lussier; Sabourin & Turgeon,1997; Ognibene & Collins,1998; Eng et al.,2001; Hinnen; Sanderman & Sprangers,2008) عن ارتباط التعلق بالصحة النفسية عامة، وبالرضا عن الحياة والتكيف وأساليب التعامل مع الضغوط، وتأثره بالعديد من المتغيرات الاجتماعية

والديموغرافية. كما أكدت دراسة Moretti & Peled (2004:552) أن التعلق غير الآمن يؤدى إلى مشكلات صحية وعقلية للمراهق كتناول المخدرات والعدوانية والسلوك الجانح، كما يمكن أن يرتبط بالانتحار.

أما عن اجترار الذات، فقد أوضحت نتائج دراسة Martin & Dahlen (2005) أن استراتيجية الاجترار منبىء قوى بالانفعالات السلبية، كما أشارت دراسة محمود على أحمد (٢٠٠٧) أن الانفعالات السلبية كاستراتيجية الاجترار والتي يستخدمها الطلاب في كثير من المواقف التعليمية تؤدى إلى عدم القدرة على التذكر طويل الأمد، وحيث أن الانفعالات السلبية تشغل حيزاً من سعة الذاكرة العاملة مما يؤثر على فقد المعلومات. وأظهرت نتائج Etu & Gray (2010) أن أسلوب الاستجابة الاجترارى يُعد منبئاً بتشويش صورة الجسم والقلق. وأسفرت نتائج Omran (2011) ارتباط استراتيجية الاجترار ارتباطاً مرتفعاً بالقلق والاكتئاب. وأوضحت نتائج Law & Chapman (2015) أن الاجترار يرتبط بارتفاع انتقاد الذات ولوم الذات. كما أوضح Brown & Ryan (2003) أن الاجترار يعمل على تهديد اليقظة العقلية للفرد حيث الاستغراق في أحداث الماضي أو خيالات وقلق المستقبل، والتي يمكن أن تدفع الشخص بعيداً عن الحاضر.

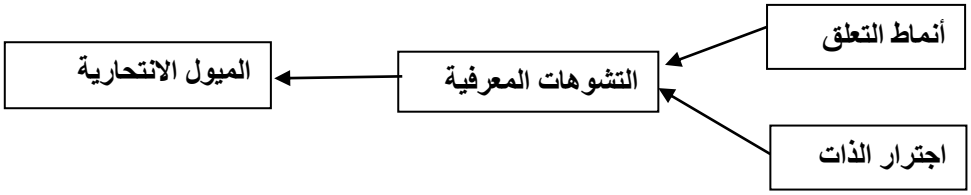
ويمكن القول إن المشكلات النفسية ترجع بالدرجة الأولى إلى أن الفرد يقوم بتحريف الواقع والحقائق بناء على مقدمات مغلوطة وافتراضات خاطئة، وتنشأ هذه الأوهام عن تعلم خاطئ في إحدى مراحل النمو المعرفي. وفى ظل الحياة المعاصرة المليئة بالمتغيرات، يواجه الأفراد ومنهم طلاب الجامعة زيادة وتنوعاً في مصادر الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية ممن يجعل العلماء والدارسين يولون موضوع الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية اهتماماً متزايداً للكشف عن آثاره الخطيرة على صحة الفرد النفسية والجسدية وعلاقتهما ببعض المتغيرات في مجالات حياة الفرد المختلفة. (شيري مسعد حليم وهانم أحمد أحمد، ٢٠١٩:١٨٨؛ Auburn,2005:697) .

وتكمن خطورة التشوهات المعرفية في اعتبارها مصدراً من مصادر الاضطراب الانفعالي، وأن هذا الاضطراب يمكن أن يستمر ما لم يغير الفرد هذه الأفكار بل ويستبدلها بأفكار أخرى واقعية منطقياً (Karen ; Anela & Frank,2008:59) . كما أكد Fischback (2018) أن المستويات الأعلى من الاستقلالية المعرفية التي تتطور خلال فترة المراهقة، قد تكون عاملاً وقائياً للسلوكيات التي تنطوى على مشاكل في مرحلة المراهقة.

كما تعبر الميول الانتحارية عن الشعور بالإنهاك من الحياة ،وأن الحياة لا تستحق العيش فيها وفى النهاية تتحول الفكرة الانتحارية إلى محاولات انتحارية فعلاً ،وأما عن الإحصاءات في مصر ،فقد أسفرت عن ارتفاع محاولات الانتحار بدرجة كبيرة في جميع الأوساط والفئات العمرية وخاصة لدى الشباب ،حيث وصلت نسبتها إلى (٣٨) لكل (١٠٠,٠٠٠) في القاهرة، بينما وصلت نسبة الانتحار الفعلي إلى (٤) لكل (١٠٠,٠٠٠)، كذلك كان (٦٠%) من محاولي الانتحار في مصر من الذين تتراوح أعمارهم من (١٥-٢٤) عاماً، بينما بلغت النسبة لدى طلاب الجامعة (١٠%) (حسين فايد،٢٠٠٨:٢٨٩).

وقد صنف الانتحار في عام ٢٠١٩ رابع أهم سبب للوفاة بين من تتراوح أعمارهم بين ١٥ و٢٩ عاماً على الصعيد العالمي. ولا يحدث الانتحار في البلدان المرتفعة الدخل فحسب، بل هو ظاهرة تحدث في جميع أقاليم العالم. والواقع أن أكثر من ٧٩% من حالات الانتحار العالمية في عام ٢٠١٩ حدثت في البلدان منخفضة ومتوسطة الدخل. (موقع منظمة الصحة العالمية-https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/suicide). وعلى الجانب الآخر تُعبر الميول الانتحارية عن مشكلة خطيرة في مجال الصحة بشكل عام، واضطراب شديد على مستوى الصحة النفسية بشكل خاص، حيث يؤكد الانتحار على حدوث خلل في علاقة الفرد مع ذاته ومع

الآخرين، فيشعر الفرد بأنه عاجز في هذه الحياة ولا يوجد حل سوى الموت، ويرجع ذلك إلى وجود اضطراب في العلاقات البين شخصية، واضطراب في السلوك لدى الفرد (حسين فايد، ٢٨٣:٢٠٠٨). **ومن ثم تقترح** الباحثة نموذجاً للعلاقة السببية بين كلا من أنماط التعلق واجترار الذات بالتشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الجامعة في نموذج تحليل المسار، ويمكن توضيح النموذج المقترح في شكل (١) التالى:



شكل (١): النموذج المقترح للعلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات بالتشوهات المعرفية والميول الانتحارية

ولقد تناقضت نتائج الدراسات فيما يتعلق بالتشوهات المعرفية التي تعزى إلى النوع، حيث أظهرت بعض الدراسات فروقاً في اتجاه الذكور كدراسة **Coban & Carman,2013)** ؛ **رانيا** رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومني،٢٠٢٠ ؛ رضا ربيع عبد الحليم،٢٠٢٠) . بينما أظهرت نتائج دراسة شيري مسعد حليم وهانم أحمد أحمد (٢٠١٩) أنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث في كل من أبعاد التشوهات المعرفية لدى عينة من طلاب جامعة الزقازيق. أما **عن العلاقة بين الفروق في النوع والميول الانتحارية،** فقد كشفت دراسة سالمة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية (٢٠١٩) عن فروق في الميول الانتحارية بين أفراد العينة تبعاً للنوع وكانت في اتجاه الذكور، فى حين توصلت دراسة يحيي بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد (٢٠٢٠) عن عدم وجود فروق في الميول الانتحارية لمتغير

النوع، **ومن ثم هدفت الدراسة الحالية إلى** بحث الفروق بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الجامعة.

كما ترى الباحثة أن تخصص الطالب يمكن أن يؤثر على التشوهات المعرفية والميول الانتحارية، حيث أن طبيعة التخصصات العلمية ذات مطالب أكاديمية أكثر، وبالتالي تولد لديهم ضغوط أكثر يمكن أن تؤثر عليهم، **وقد تناقضت نتائج الدراسات فيما يتعلق بالتشوهات المعرفية التي تعزى إلى التخصص**، حيث أظهرت بعض الدراسات دراسة نظمي حسن المعلا وعمر عطا الله على (٢٠٢١) إلى وجود فروق تبعاً للكلية لصالح الكليات الإنسانية، وفروق تبعاً للتفاعل بين الجنس والكلية. بينما أظهرت دراسة (رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومنى،٢٠٢٠؛ ورضا ربيع عبد الحليم،٢٠٢٠) إلى عدم وجود فروق داله إحصائياً بين طلاب التخصص العلمى والأدبى في جميع أبعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية. أما **فيما يتعلق بالفروق بين التخصصات العلمية والأدبية في متغير الميول الانتحارية**، فقد أشارت نتائج دراسة (Zheng & Wang,2014 ؛ ساملة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية،٢٠١٩) إلى ارتفاع معدل الميول الانتحارية مع زيادة العبء الأكاديمى ، بينما أشارت نتائج دراسة (يحيى بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد،٢٠٢٠ ؛مؤيد إسماعيل جرجيس ،٢٠٢١) إلى عدم وجود فروق داله إحصائياً تبعاً للاختصاص ، **ومن ثم هدفت الدراسة إلى** معرفة الفروق بين التخصصات العلمية والأدبية في التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الجامعة، ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

أ- ما مدى تطابق (ملاءمة) نموذج تحليل المسار المقترح للعلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات (متغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط) والميول الانتحارية (متغير تابع) لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس؟

ب- هل تختلف التشوهات المعرفية تبعاً لاختلاف النوع والتخصص(علمى/أدبي) والتفاعل بينهما لدى عينة من طلاب كلية التربية؟

ت- هل تختلف الميول الانتحارية تبعاً لاختلاف النوع والتخصص(علمى/أدبي) والتفاعل بينهما لدى عينة من طلاب كلية التربية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى السعي نحو دراسة العلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات كمتغيرات مستقلة، والتشوهات المعرفية كمتغير وسيط والميول الانتحارية كمتغير تابع لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس في ضوء نموذج تحليل المسار، والتعرف على أفضل نموذج يمكن استخراجه من هذه المتغيرات، وكذلك معرفة الفروق في التشوهات المعرفية والميول الانتحارية تبعاً للنوع والتخصص والتفاعل بينهما لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس.

أهمية الدراسة:

تتحدد أهمية الدراسة كالتالي:

أولا": الأهمية النظرية:

تتضح الأهمية النظرية للدراسة الحالية من أهمية المتغيرات محور الدراسة، حيث تُعد متغيرات أنماط التعلق واجترار الذات والتشوهات المعرفية والميول الانتحارية من المفاهيم الجوهرية الحديثة نسبياً، خاصة تناول مشكلة الميول الانتحارية لطلاب الجامعة، والتي تُعد من أخطر المشكلات حيث يمكن من خلالها أن يفقد الفرد حياته، والتي انتشرت في الآونه الأخيرة بشكل كبير يدعو للاهتمام والتكاتف من جميع شرائح المجتمع للتغلب عليها.فأهتمت الدراسة بوصف تلك المفاهيم الأساسية للدراسة وخطورتها وتأثيرها على حياة الفرد ،وكذلك تحديد مفاهيم إجرائية لها والأبعاد التي يمكن أن تتكون منها تلك المفاهيم، وتوضيح طبيعة العلاقات ببنيتها، وكذلك تضمين النظريات والأبحاث التي تساعد على تنظيم هذا الإطار المفاهيمى، حيث يفتقر التراث النفسي إلى الاهتمام

بهذا الموضوع البحثي، وندرة الدراسات السابقة التي بحثت العلاقات بينهم ودراسته مع متغيرات مختلفة حسب إطلاع الباحثة مما سوف يثرى البحث العلمي. وكذلك ندرة الدراسات العربية، وبخاصة في البيئة المصرية –في حدود علم الباحثة –التي تناولت هذا النموذج البنائى المقترح لدى عينة من طلاب الجامعة. وبالإضافة لما سبق أهمية الشريحة العمرية التي تناولتها الدراسة، وهي طلاب الجامعة، وهم ممن ينتمون إلى مرحلة المراهقة المتأخرة بضغوطها وتحدياتها، وتقلباتها الانفعالية، كما أنهم يكونون أكثر استهدافاً من غيرهم لضغوط متعددة المصادر؛ ما يؤثر في أدائهم وتوافقهم الجامعي. مما يجعل الدراسة إضافة إلى رصيد التراث النفسى.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

قامت الباحثة بإعداد أربعة مقاييس هم مقياس أنماط التعلق، ومقياس اجترار الذات، ومقياس التشوهات المعرفية، ومقياس الميول الانتحارية والتأكد من الخصائص السيكومترية (الصدق-الثبات) لهم حتى يمكن الاستفادة منهم واستخدامهم في البيئة العربية.كما تكمن أهمية الدراسة في الجانب التطبيقي فيما تسفر عنه الدراسة الحالية من نتائج يمكن توظيفها من خلال برامج تربوية ووقائية من أجل تجنب والحد من التشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى طلاب الجامعة. كذلك توظيف نتائج الدراسة في إعداد برامج علاجية ملاءمه لهذه الشريحة العمرية لخفض التشوهات المعرفية والميول الانتحارية، وما يمكن أن يترتب عليهما من مشكلات. كما قد تؤدى الاستفادة من نتائج الدراسة في إعداد برامج والدية أو أسرية لتدريب الوالدين على أنماط التربية السوية للنشء. وقد تفيد نتائج الدراسة المعالجين النفسيين في إعداد برامج توعوية عن أنماط التعلق غير السوي واجترار الذات وما يمكن أن يترتب عليهما. أيضاً قد تفيد الاخصائيين الاجتماعيين والنفسيين في المدارس ومسئولى رعاية الشباب في الجامعات في التعرف

على ذوي الميول الانتحارية والتشوهات المعرفية لرعايتهم والوقوف بجانبهم لتخطى تلك المشكلات الخطيرة.

مصطلحات الدراسة:

تحددت الدراسة بالمصطلحات التالية:

١-أنماط التعلق: Attachment Styles

ويعرفها Lee(2013:1500) التعلق بأنه الميل لتأسيس روابط مع الآخرين، وهذه الأنماط من التعلق توجه السلوك والإدراك في العلاقات مع الآخرين.

و**تعرفها الباحثة** بأنها: الطريقة التي يرتبط بها الفرد وجدانياً مع الآخرين، وتكون هذه الروابط الوجدانية قوية وثابتة لفترة طويلة نسبياً وتوجه سلوك الفرد وإدراكه في هذه العلاقات، كما تنعكس على شعور الفرد بالثقة والأمن أو الوقوع في الاضطرابات النفسية، **وتحددها إجرائياً** في البحث الحالي بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس أنماط التعلق (إعداد الباحثة) والذي يتضمن ثلاث أبعاد فرعية هم:التعلق الآمن، التعلق القلق المتناقض وجدانياً، التعلق التجنبى.

٢ -اجترار الذات: Self-Rumination

ويعرفه Krieger ;Altenstein ;Baettig;Doerig & Holtforth (2013: 502) بأنه الأفكار المستمرة والمتكررة والتي تدخل إلى الوعي عن غير قصد وتركز انتباه الشخص على أعراض الاكتئاب، وهي وسيلة يستخدمها الفرد في التكيف مع الحالة المزاجية السلبية.

و**تعرفه الباحثة** على أنه: مفهوم يتضمن استدعاء الفرد للأحداث المؤسفة التي مرت في حياته عن غير قصد وتكرار المعارف (الإدراكات) السلبية حول الأحداث التي تثير وتحفز الغضب مع التخطيط للانتقام، ويتحدد بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص علي مقياس اجترار الذات (إعداد الباحثة) والذي يتضمن بُعدين هما: اجترار الحزن، واجترار الغضب.

٣-التشوهات المعرفية: Cognitive Distortions

ويعرفها Usen ; Eneh & Udom(2017:23) بأنها مجموعة الأفكار الخاطئة والمعتقدات السلبية التي تؤثر على تصورات الفرد ومعرفته بالحقيقة، وتظهر في أثناء الضغط النفسي أو أثناء المواقف الضاغطة، والتي تؤدى بدورها إلى استنتاجات خاطئة في إدراك المواقف الواضحة.

وتعرفها الباحثة بأنها: أخطاء معرفية أو انحرافات في التفكير وأفكار غير منطقية يستخدمها الأفراد بصورة تلقائية عن أحداث الحياة بطريقة سلبية، وتتأثر بالميول والأهواء الشخصية والتوقعات الخاطئة والظن والتنبؤ والابتعاد عن المسؤولية وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم، وتجعل الفرد يسلك بطريقة سلبية بما يؤثر على تكيفه وتوافقه في حياته، وتتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التشوهات المعرفية (إعداد الباحثة)، والذي يتضمن أربعة أبعاد فرعية، وهم: لوم الذات والآخرين، الإفراط في التعميم، اليأس، والعجز.

٤-الميول الانتحارية :Suicidal tendencies

يعرفها مؤيد إسماعيل جرجس (١٧٥:٢٠٢١) بأنها نزعة الفرد لإستسلامه لمجموعة من الأفكار الإنفعالية السلبية التي تدفعه للقيام بأغرب قرار يتخذه لإنهاء حياته لأسباب مختلفة.

وتعرفها الباحثة على أنها: نزعة الفرد للتخلص من حياته والتي يمكن معرفتها من خلال اتجاه الفرد نحو الحياة والموت نتيجة صراع داخلي لديه وتفكيره في الألم النفسي الذي يشعر به، ويقوم بالتعبير عن رغبته في التخلص من حياته، والتغلب على حاجز الخوف الغريزي من الموت، والبدء في التخطيط واختيار الوسيلة وكل تفاصيل هذا الانتحار، **وتحددها إجرائيا** بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الميول

الانتحارية (إعداد الباحثة) والذى يتضمن ثلاثة أبعاد فرعية هي:التفكير وتصور الانتحار، الرغبة في الانتحار،التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

تتناول الباحثة الإطار النظرى والدراسات السابقة في ضوء نموذج تحليل المسار الذي اقترحته لعرض الأدله النظرية والأمبريقية للنموذج على النحو التالى:

-المحور الأول: مفهوم أنماط التعلق Concept of Attachment styles

نال موضوع التعلق Attachment اهتمام العديد من الباحثين والدارسين في السنوات الأخيرة لما له من أهمية كبيرة في حياة الفرد الاجتماعية والانفعالية، والمتمثلة في تفاعلاته الاجتماعية وتوافقه الانفعالي. والتعلق الوجداني له أساس بيولوجي يعتمد على التركيب الجيني، فالدافع إلى البقاء على قيد الحياة دافعاً أساسياً لدى كل الكائنات الحية، فيولد الطفل وهو عاجز تماماً وبالتالي يتوقف استمرار وجوده على وجود الآخرين الذين يقدمون له الرعاية، فالأم السوية بدنياً وانفعالياً ترتبط بطفلها وتشعر بكل ما ينتابه من تقلبات من خلال اقترابها منه ولمسه ومداعبته واحتضانه ويستجيب الطفل بالتبعية لهذه السلوكيات من خلال الاقتراب والرضاعة والتشبث بالأم (Benjamin & Virginia ,2004:141).

كما تؤثر شخصية الطفل وخصائصه المزاجية على التعلق، فالطفل الذي يصعب تهدئته، مقارنة بالطفل الهادي يكون أكثر عرضه لمواجهة صعوبات في نمو التعلق الآمن مع الآخرين. كما أن قدرة الطفل على المشاركة في تفاعل نشط مع الأم ربما يختل نتيجة الولادة قبل الآوان، وما يرتبط بذلك من نقص الوزن عند الولادة أو المرض. كما تؤثر سلوكيات الآباء على سلوكيات أبنائهم؛ فالآباء المتسلطون والسلبيون لا يتفاعل أبنائهم مع الآخرين بل قد يعزلون أنفسهم عن الخبرات الاجتماعية المختلفة، وينسحبون في مراحلهم العمرية التالية من كافة مواقف التفاعل الاجتماعي، و قد تؤثر معاناه الأم من الإدمان أو العنف الأسرى على تجاوبها مع حاجات طفلها. كما يُعد الخوف العائق

الرئيسي للتعلق مع الآخرين، فالأطفال الذين يعيشون في بيئة منزلية مكدرة انفعالياً لهم، نتيجة الألم والتهديد واضطراب البيئة، قد يواجهون صعوبات بالغة في إقامة علاقات التفاعل الودية مع مقدمي الرعاية لهم (أحمد أحمد متولي وأماني عبد المجيد وسمر عبد العظيم، ٢٠١٩:٤٩٩-٤٩٨). فبدون تعرض الطفل لأساليب رعاية والديه متسقة وغنية بالمثيرات الحسية المنشطة للتفاعل الإيجابي لا يمكن أن تتحقق الإمكانيات النمائية الفطرية للتعلق والارتباط السوى للأطفال (Bruce ,2006:12 ; Jennifer; Donna & Horbury ,2001:127).

تعريف أنماط التعلق:

وعرف Bowlby(1973:59) أنماط التعلق بأنها : نزعة الفرد الإنساني إلى إقامة الروابط العاطفية والاجتماعية مع أشخاص معينين في محيطه الاجتماعي ،وتعتبر هذه النزعة مكوناً أساسياً من مكونات الطبيعة البشرية تبدأ بالظهور منذ الميلاد وتستمر مدى الحياة.

ثم استخدمت Ainsworth(1989:710) مصطلح أساليب التعلق وكانت تصف به طريقة استجابة الطفل في موقف الانفصال عن أمه، وتذكر أنه نتيجة التنشئة من مرحلة الطفولة حتى نهاية مرحلة المراهقة يبدأ شعور من الاستقلال عن الوالدين، ولكن حتى الدرجة المثلى من الاستقلالية لا تعنى انقطاع التعلق بالوالدين، فمعظم الراشدين يستمرون في علاقة ذات معنى مع والديهم بغض النظر عن أن الآباء يخترقون جوانب أقل في حياة أبنائهم عما كانت عليه من قبل.

ويعرف نادر فتحي قاسم (٢٠٠٤:١) التعلق بأنه ارتباط انفعالي عاطفي ينشأ بين شخص وآخر، أو بين الناس وبعضهم البعض تحت ظروف التواجد في إطار مكاني واحد، شريطة أن يُدعم هذا الارتباط عبر الزمن. أما Sadock & Sadock (2005:128) فيعرف أنماط التعلق في الطفولة بأنها: الرابطة التي ينميها الطفل تجاه

القائمين على رعايته في الشهور الأولى بعد الميلاد، كما يصبح من خلالها قادراً على تكوين علاقات اجتماعية سوية في المراحل العمرية التالية. بينما أشار Santrock (2005: 136) إلى التعلق بأنه العلاقة القوية بين شخصين كل منهما يكون على استعداد لعمل مجموعة من الأشياء لتستمر هذه العلاقة. وهناك كثير من الأشخاص يتعلقون فيما بينهم: الأقرباء، الأحباء، المعلم والطالب، الرضيع وأمه أو من ينوب عنها.

ويعرف علاء الدين كفافى (٢٠٠٦ب :١٩٨) التعلق بأنه رابطة وجدانية قوية ثابتة لفترة طويلة نسبياً، يكون فيها الآخر كفرد فريد في التعامل المتبادل، وهناك رغبة في الحفاظ على القرب منه. ويتفق معه Lee (2013:1500) حيث يرى التعلق بأنه الميل لتأسيس روابط مع الآخرين، وهذه الأنماط من التعلق توجه السلوك والإدراك في العلاقات مع الآخرين. أما سامية محمد صابر (٢٠١٤:٢١) فوصفتها بأنها الطريقة التي يرتبط بها الفرد مع الآخرين في العلاقات الاجتماعية، والصداقات والزواج، وتكون امتداداً لأنماط التعلق التي تكونت في الطفولة، والتي يستمر تأثيرها عبر مراحل النمو التالية، فإما يكون النمو النفسي السوي وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة ووطيدة، أو يكون الوقوع في الاضطرابات النفسية.

ويعرفها أحمد على طلب (٢٠١٧:٢١٥) بأنها سلوك يشير إلى شعور الفرد بالثقة والأمن في علاقته بالآخرين من عدمه، وأنه يتضمن نمطين رئيسيين، هما التعلق الآمن، والتعلق غير الآمن. في حين ترى عبلة محمد الجابر (٢٠٢٠:٢٢٨-٢٢٩) أنماط التعلق بأنها نزعة الفرد الإنسانية إلى إقامة الروابط العاطفية والاجتماعية مع أشخاص معينين في محيطه الاجتماعي، وتعتبر هذه النزعة مكوناً أساسياً من مكونات الطبيعة البشرية تبدأ بالظهور منذ الميلاد وتستمر مدى الحياة، وتتمثل في نمط التعلق الآمن ويقصد به الثقة بالنفس وبالآخرين، ونمط التعلق القلق ويقصد به نظرة الفرد إلى نفسه بطريقة سلبية وللآخرين بإيجابية، ونمط التعلق التجنبى ويقصد به أن ينظر الفرد لنفسه وللآخرين بطريقة سلبية.

وتخلص الباحثة إلى تعريف أنماط التعلق بأنها: الطريقة التي يرتبط بها الفرد وجدانياً مع الآخرين، وتكون هذه الروابط الوجدانية قوية وثابتة لفترة طويلة نسبياً وتوجه سلوك الفرد وإدراكه في هذه العلاقات، كما تنعكس على شعور الفرد بالثقة والأمن أو الوقوع في الاضطرابات النفسية.

وتتمايز أنماط التعلق بتمايز واختلاف الأشخاص، وقد حدد (Ainsworth,1989:710; Hazan & Shaver,1994:16) ثلاثة أنماط متميزة للتعلق ، وفيما يلي عرض لهذه الأنماط:

١-التعلق الآمن Secure Attachment:

يتميز الأفراد في هذا النمط بالاستقلالية والاعتماد على الذات والاستقلال الذاتي، إذ يثقون بأنفسهم كما يثقون بالآخرين (آمنه فيصل محمود وأحمد عبد الله محمد، ١٠٢٤:٢٠٢٠)، وتُعرفه فاطمة عبد العزيز(١٤٤:٢٠١٥) بأنه قدرة الأشخاص على الثقة في تكوين علاقات مفيدة مع الآخرين والاعتماد عليهم، ويشعرون بالارتياح لأن الآخرون يثقون بهم ويعتمدون عليهم، ولا يشعرون بالقلق أن الآخرين سيهجرونهم ويتخلون عنهم، ولا يقلقون من اقتراب الآخرين منهم. وهو أكثر الأنماط شيوعاً ووفق وصف "Ainsworth " هو الأكثر صحة، ويظهر (٦٠-٦٥%) من الرضع بهذا النمط (ندى عبد الرحمن الطوايعة ورافح عقيل الزغلول، ٦١١:٢٠٢٠).

٢-التعلق القلق /المنشغل Anxious/ Preoccupied Attachment:

يتميز الأفراد الذين لديهم هذا الأسلوب من التعلق بشعورهم بأنهم غير مستحقين للعلاقات، وذلك لإحساسهم بعدم جدارتهم في محبة الآخرين، كما أنهم يمتلكون رغبة قوية في تشكيل علاقات حميمة؛ كى يحصلوا على قبول ومحبة الآخرين (آمنه فيصل محمود وأحمد عبد الله محمد، ١٠٢٤:٢٠٢٠). وذلك ما أكدته آمال زكريا النمر(١٠:٢٠١٦) حيث أشارت أن الفرد في هذا النمط يمتلك إدراكاً ايجابياً نحو الآخرين، كما أنهم ينظرون

لذواتهم نظرة سلبية، فهؤلاء الأشخاص يكافحون من أجل تقبل أنفسهم الأمر الذي يحرزونه من خلال حصولهم على تقبل الآخرين ذوي الأهمية لهم.

ويعد هذا النمط أكثر حدة مقارنة بالتعلق الآمن، وترى "Ainsworth" أن الأطفال من ذوي هذا النمط يشكلون ما نسبته (١٥%) من مجموع الأطفال الذين تم دراستهم في الولايات المتحدة الأمريكية والذين يظهرون سلوكيات قلقة جداً في حال غياب الأم عن البيئة المحيطة غير المألوفة بالنسبة لهم. حيث يظل الطفل قريباً من أمه كثيراً، وينزعج بشدة عند مغادرتها، ويستمر في البكاء حتى بعد عودتها ولا يهدأ، وغالباً ما يكون الأطفال قلقين ويعانون من مشاكل قلق وانطوائية عند الكبر (ندى عبد الرحمن الطوايعة ورافح عقيل الزغلول، ٢٠٢٠:٦١٢؛ عادل السعيد إبراهيم البنا، ٢٠٢٠:٢٥).

٣-التعلق التجنبى/الرافض :Avoidant/Dismissive Attachment

يتميز هذا النمط بإقرار صاحبة بعدم شعوره بالارتياح لبقائه قريباً من الآخرين، ويصعب علية الثقة بهم وبالاعتماد عليهم، وتجنب العلاقات الاجتماعية؛ خوفاً من الألم وخيبة الأمل بسبب هذا التفاعل، ويشعر بالقلق عندما يقترب منه شخص كثيراً (فاطمة عبد العزيز، ٢٠١٥:١٤٤؛ آمنه فيصل محمود وأحمد عبد الله محمد، ٢٠٢٠:١٠٢٤).

ويذكر أحمد أحمد متولي وأماني عبد المجيد وسمر عبد العظيم(٢٠١٩:٥٠٣-٥٠٢) بعض الخصائص التي يتميز بها أصحاب هذا النمط: فهم من الناحية الأكاديمية يتفانون في عملهم ليس حباً في العمل ولكن تجنباً للتعامل مع الآخرين، كما أنهم يحاولون أن يصوروا أنفسهم على أنهم اعتماديين هذا التصور يجعلهم يعتقدون بأنهم يمكن أن يتصرفوا وفق أسلوب فعال، كما تبين أنهم يخفقون في استكشاف عالمهم الداخلي للتعلق ومع ذلك يرون أنفسهم قادرين على المشاركة في الأنشطة الثقافية.

وتجدر الإشارة إلى أنه توجد أنماط تعلق أخرى بجانب الأنماط السابق ذكرها، ولكنها أقل انتشاراً ولم يتفق كثير من العلماء بشأنها؛ فقد أضاف Main &

Solomon,1990 فئة رابعة لأنماط التعلق وهي **التعلق غير المنتظم/المشوش Disorganized** وهو أن يكون للفرد أفعال غير ملائمة وغير مناسبة لموقف الانفصال وتكون ردود أفعاله بين الخوف والتجنب (آمال زكريا النمر، ٢٠١٦:٢٤). كما ذكرت سامية محمد صابر(٢٠١٤:٢٧) أن أفراد هذا النمط يروا أنفسهم شيئاً ذا قيمة، واتجاهاتهم نحو الآخرين تكون سالبة، وهم يتجنبون الدخول في العلاقات مع الآخرين، ويمتنعون عن العلاقات الوثيقة والوطيدة، نتيجة التوقعات السالبة والإنكار لقيمة وأهمية تلك العلاقات، ولديهم عدم ثقة في الآخرين، ولا مبالاة نحو مشاعر الآخرين. وهو أقل الأساليب انتشاراً، حيث يكون رد فعل الطفل بعد عودة الأم مختلطة ومتضاربة ومتناقضة وأحياناً يظهر انفعالات عاطفية شديدة، يتكون هذا الأسلوب عندما تكون الأم عنيفة مع طفلها وغالباً ما يكون الأطفال من هذا النوع عرضه للاضطرابات النفسية ومشاكل في العلاقات المستقبلية (عادل السعيد إبراهيم البنا، ٢٠٢٠:٢٥).

وتخلص الباحثة إلى أن التعلق هو شكل من أشكال السلوك الذي يمكن الاستدلال عليه طوال العمر من خلال سلوكيات الفرد للتواصل مع الآخرين ذوي الثقة في ظل ظروف الضعف. كما أنه يكاد يكون هناك اتفاق على أن التعلق يمثل رابطة انفعالية قوية وطويلة الزمن تنمو بين فرد وآخر يسعى كل منهما إلى التقارب للبقاء على قيد الحياة وتعزيز الاستقلال، والأمن النفسي لدى الفرد مما يساعده على النمو الانفعالي والاجتماعي السليم فيما بعد، **وفى ضوء ما عُرض تحدد الباحثة تعريف أنماط التعلق إجرائياً** طبقاً للدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس أنماط التعلق (إعداد الباحثة) والذى يعكس ثلاثة أنماط من التعلق هما: التعلق الآمن، التعلق القلق المتناقض وجدانياً، التعلق التجنبى .

النظريات المفسرة لأنماط التعلق:

وتتعدد النظريات المفسرة لمفهوم التعلق وتمثل وجهات نظر علمية مثبتة في فهم وتفسير ظاهرة أنماط التعلق وتعرضها الباحثة فيما يلي:

١-التحليل النفسي:Psychological analysis theory

وتعود الأفكار الأولى لتفسير معنى التعلق الوجداني وأهمية الخمس سنوات الأولى في حياة الإنسان إلى نظرية التحليل النفسي، التي أكدت على أهمية نمو هذه العلاقة الوجدانية مبكراً بين الأم وطفلها. وقد أرجعت نظرية التحليل النفسي الجذور الأولى للتعلق إلى التفاعل الخارجي ضمن عملية التكيف الحادثة بين الرضيع وأمه أثناء التجارب العملية للتغذية يؤدى إلى بداية ظهور التعلق الناتج عن الإشباع الفم خلال صدر الأم، وهو أمر جوهري للطفل في السنة الأولى (على بن سعيد العمري، ٢٠١٥: ٢٤).

٢-نظرية التعلق الإثيولوجية (الأخلاقية) :Bowlby Ethological theory

ترى نظرية التعلق والتي طورها Bowlby(1969) أن الرضيع عندما يولد، يحتاج إلى حماية البالغ، وكذلك يحتاج إلى أن يُلبى له حاجاته الأساسية، والحاجة إلى الحب، والدفء والقُرب، والأم هي الشخص الذي يُلبى له تلك الحاجات، وحساسية الأم تجاه رضيعها (مقابلة حاجات الطفل في الحال، تقبل رضيعها، تواصلها مع رضيعها)، تؤدى إلى تكوين رابطة انفعالية بين الأم وطفلها، وقد سمى Bowlby هذه الرابطة ب "التعلق". وعلى حسب استجابة مُقدم الرعاية، فإن الطفل يطور لديه أنماط التعلق المختلفة. وقد استخدمت "نظرية التعلق" بعد ذلك بواسطة Ainsworth et al.,1978 Mary لمعرفة رد فعل الأطفال عندما ينفصلون عن مقدمي الرعاية لهم (سامية محمد صابر، ٢٠١٤: ١٤-١٥).

ويفترض Bowlby وجود نظام تحكم خاص داخل الجهاز العصبي المركزي مشابه لأنظمة التحكم المسئولة عن الحفاظ على الإجراءات الفسيولوجية، كضغط الدم ودرجة حرارة الجسم ،ويحافظ هذا النظام على علاقة الشخص بشخصية التعلق (الآخر)،

ويعزز البقاء في البيئة ،ولكى يعمل نظام تحكم التعلق بكفاءة لابد أن يمتلك قدراً كافياً من المعلومات حول الذات وشخصية التعلق في علاقتهما ببعضهما البعض ،وخاصة فيما يتعلق بكيفية استجابة كل منهما للآخر ،هذه المعلومات ما يسمى بالنماذج العاملة الداخلية وهى عبارة عن بنيات معرفية أو وجدانية تقوم بتوجيه الأفراد إلى إنشاء توقعات حول المواقف المختلفة مع الآخرين في المستقبل ،ووضع خطط للتعامل مع هذه المواقف (خلف أحمد مبارك ورباب أحمد محمد ووفاء محمد محمود،٢٠٢٠:١٣٧٣).

وتؤكد هذه النظرية الأخلاقية على الطبيعة التبادلية لعملية التعلق. وذلك من خلال فروض نظرية بولبى الأخلاقية عن التعلق Bowlby (1973) التي رأت أن التعلق لا يحدث فقط نتيجة لاستجابات غريزية مهمة لحماية وحفظ حياة الجنس البشرى كله، لأن لسلوكيات الطفولة من بكاء أو ابتسام أو رضاعة أو في الالتصاق بالآخرين ومتابعتهم، أثراً فعالاً لا يمكن إغفاله، الأمر الذي ينتج عنه وبالضرورة نشأه مسؤوليات الرعاية الوالدية والرغبة في حماية الصغير. هذا بالإضافة إلى أن ذلك يؤدى إلى الارتقاء بمستوى عمليات الاتصال بين الأم وصغيرها من المستوى البيولوجي المجهز له كل من الصغير وأمه-على حد سواء-إلى المستوى الأخلاقي والإنساني في كل عمليات التنشئة الاجتماعية للصغير (أحمد محمد موسى، ٢٠١٧:٣٩-٤٠).

كما يؤكد Bowlby (1988: 65) أن الأطفال الذين طوروا تعلقاً آمناً خلال طفولتهم يستطيعون أن يقيموا علاقات صحية أكثر خلال مرحلة البلوغ والرشد، ويكون بمقدرتهم مواجهة المشكلات بشكل أفضل، بينما الأطفال الذين يطورون تعلق غير آمن يعانون من العديد من المشكلات خلال مرحلة البلوغ والرشد.

٣-نظرية Ainsworth في التعلق:

تأتى هذه النظرية كامتداد طبيعي لتغيرات النمو المصاحبة لتعلق الأطفال براعيهم (أو مقدمي الرعاية لهم) خلال سنوات ما بعد الرضاعة وكذلك التعرف على الروابط

الوجدانية خلال حياة الفرد، وتقوم هذه النظرية على أنظمة سلوكية من خلالها يتم التفاعل والتعلق وهذه الأنظمة هي:

-نظام الرعاية المقدمة عن طريق الوالدين لأبنائهم ومقارنة هذه الروابط بمدى تعلق الأبناء بوالديهم.

-أشكال الصداقات في كل من الطفولة والرشد والأنظمة السلوكية التي تحكمها والروابط الزوجية وما يتبعها يهيئ الفرصة لتعلق ناجح (أحمد أحمد متولي وأماني عبد المجيد وسمر عبد العظيم، ٢٠١٩:٥٠٠).

تعقيب: ومن خلال الاطلاع على النظريات المفسرة للتعلق **ترى الباحثة** أن نظرية Bowlby الأخلاقية تُعد وجهة نظر مقبولة في الوقت الحاضر إذ أنها أكدت على فكرة أنصار مدرسة التحليل النفسي، من حيث أن نوع التعلق مع مقدم الرعاية له تضمينات عميقة ومهمة لشعور الطفل بالأمن وقدرته على تشكيل علاقة مفعمة بالثقة، وتمتاز نظرية بولبى عن النظريات الأخرى التي فسرت التعلق بتركيزها على الدور النشط الذي يؤديه الطفل حديث الولادة في نشوء هذه العلاقة.

وتوجد بعض الدراسات التي فحصت العلاقة بين أنماط التعلق والتشوهات المعرفية نذكر منها دراسة Sirin(2017)التي هدفت الكشف عن القدرة التنبؤية لنمطى التعلق (التجنبى، والقلق) في ثلاثة تشوهات معرفية تتمثل في (رفض العلاقات الشخصية، وتوقعات غير واقعية في العلاقة، وسوء الفهم بين الأفراد) لدى طلبة الجامعة في تركيا، وتكونت العينة من (٤١٣) طالب وطالبة. أستخدمت الدراسة مقياس أنماط التعلق، ومقياس التشوهات المعرفية. أشارت النتائج إلى أن نمطي الارتباط (التجنبى والقلق) استطاعا تفسير التشوهات المعرفية بأبعاده الثلاث. كما أشارت النتائج إلى أن نمط الارتباط التجنبى يعد مؤشر مهم للتنبؤ بتشوه سوء الفهم بين الأفراد، في حين لم يكن لنمط الارتباط القلق مساهمة كبيرة في التنبؤ به، وأن نمطي الارتباط (التجنبى والقلق) استطاعا التنبؤ بتشوه توقعات غير واقعية في العلاقة وتشوه سوء الفهم بين الأفراد.

ودراسة Fang (2018) حيث قام بمعرفة أثر الصدمات السابقة على الاضطراب النفسى بين طلاب الجامعات الصينية والتعرف على دور التشوه المعرفى وأنماط التعلق غير الآمن في هذه العلاقة وذلك باستخدام الدراسات الطولية والعرضية. تكونت العينة من (٦٥٦) طالباً جامعياً (٢١٠ ذكر بنسبه ٣٢%، و٤٤٦ أنثى بنسبه ٦٨%) من (٥) جامعات صينية في هونج كونج ممن يدرسون بدوام كامل وغير مرتبطين. استخدمت الدراسة العديد من الأستبيانات التي تهدف فحص الادراك والعاطفة والصحة العقلية؛ ومن أهم الأدوات استبيان مقاييس العلاقة (RSQ) يقيس أربعة من أنماط التعلق (آمن، مشغول، رافض، خائف)، واستبيان الوظيفة الانعكاسية (RFQ) وهو مقياس تقرير ذاتى لقياس مستوى اليقين وعدم اليقين حول الحالات العقلية. قدمت الدراسة أدلة حاسمة تدعم نموذج الصدمة الذاتية على أساس نظرية التعلق ونموذج الإحساس بالنفس. أيضاً أشارت النتائج إلى تأثر شدة الضيق النفسى بدرجة الادراك المشوه للنفس وللعالم فضلاً على قدرتهم على التعرف ووصف ومعالجة المشاعر المؤلمة. كما أشارت النتائج إلى أن أنماط التعلق غير الآمنه يمكن أن تكون استراتيجية مفيدة محتملة للتخفيف من آثار الصدمة خاصه لأولئك الذين لديهم إدراك مشوه عن أنفسهم.

وهدفت ياسمين حسن أبو هلال(٢٠٢٠) إلى تعرف على أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في أنماط التعلق والتشوهات المعرفية تعزى لمتغيرات: الجنس والترتيب. واستخدمت الدراسة مقياس أنماط التعلق، ومقياس التشوهات المعرفية. وذلك على عينة تكونت من (٢٨٠) طالباً وطالبة من جامعة النجاح الوطنية. أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين النمط القلق والتشوهات المعرفية، وعلاقه سلبية بين النمط الآمن والتشوهات المعرفية، وإلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط التجنبى والتشوهات المعرفية، كما أشارت إلى وجود فروق في النمط القلق تعزى إلى النوع لصالح الذكور،

وعدم وجود فروق في النمط الآمن والنمط التجنبى تعزى إلى النوع ، وعدم وجود فروق في أنماط التعلق تعزى إلى الترتيب الميلادى، وأشارت إلى وجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى النوع لصالح الذكور،وعدم وجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى الترتيب الميلادى لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. كما أوصت الباحثة بتطبيق برامج توعية للأمهات حول أنماط التعلق وتأثيره على أبنائهن في المستقبل.

أما الدراسات التي تناولت العلاقة المباشرة بين أنماط التعلق بالميول الانتحارية، حيث قامت دراسة Yoo (2011) بالتحقق من العلاقة بين التعلق الآمن والتناقض الذاتي والميل إلى الانتحار وذلك على عينة من البالغين الكوريين والأمريكيين الكوريين. تم استخدام تحليل المسار لتقييم العلاقة بين المتغيرات. واستخدام التجارب في نموذج العلاقات الوثيقة (ECR-S)،ومؤشر التناقض الذاتي المتكامل (ISDI)، ومخزون الأفكار الانتحارية الإيجابية والسلبية (PANSI) كأدوات تقييم. وكشف تحليل البيانات أن المشاركين الأكثر ميلاً للانتحار (الانتحاريين) كان لديهم متوسط درجات أعلى على جميع المقاييس مما يدل على أنهم كانوا أكثر ترابطاً (تعلقاً) مع ضعف الثقة بالنفس. كما كشفت تحليلات الانحدار المتعدد أن التناقض الذاتي توسط بشكل طفيف في العلاقة بين الارتباط (التعلق) غير الآمن والميل الانتحاري.

بينما اهتمت بعض الدراسات بدراسة العلاقة بين أنماط التعلق ومتغيرات أخرى وذلك على عينة من طلاب الجامعات، نذكر منها: دراسة سامية محمد صابر(٢٠١٤) التي هدفت التعرف على العلاقة بين أنماط التعلق والكمالية وأساليب المواجهة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (١٥٣) طلاب وطالبات كلية التربية في بنها، بمتوسط عمر (١٨-٨٦) سنة. استخدمت الدراسة ثلاثة مقاييس هما: مقياس أنماط التعلق (التعلق الآمن، والتعلق غير الآمن)، ومقياس الكمالية، ومقياس أساليب المواجهة ويشمل (اللجوء إلى الله، والتخطيط، والتقبل، والتركيز على المشكلة، والمواجهة النشطة الفعالة، وضبط النفس والتريث، والاسترخاءوممارسة

الهوايات والأنشطة، وإعادة التقييم الإيجابى، والتنفيس الانفعالى والتعبير عن المشاعر، والتمنى، والبحث عن المساعدة والتدعيم من الآخرين). أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبه داله إحصائياً بين أنماط التعلق والكمالية، وكذلك بين أنماط التعلق وأساليب المواجهة، والكمالية وأساليب المواجهة. وعدم وجود فروق داله إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس أنماط التعلق ومقياس الكمالية ومقياس أساليب المواجهة.

ودراسة Ayyildiz & Elkin (2016) التي قامت بتقصى العلاقة بين أنماط التعلق (الآمنة Secure، والمستبعدة Dismissing، والمنشغلة Preocupied، والخائفة Fearful) وسمة الغضب والتعبير عن الغضب لدى طلبة الجامعة. مع الأخذ في الاعتبار الأهمية الكبيرة وتأثيرات العلاقات الأولى مع الأم باعتبارها مقدم الرعاية في السنوات الأولى من الحياة ودورها في تنمية الشخصية. أظهرت النتائج العلاقة القوية بين أنماط التعلق ومستوى الغضب والتعبير عن الغضب والسيطرة على الغضب. فقد أشارت النتائج إلى أن طلاب الجامعة المرتبطين بأمان لديهم صفه منخفضة بشكل ملحوظ من الغضب والتعبير عن الغضب وسيطرة عالية على الغضب. وأن طلاب الجامعة الذين لديهم أسلوب تعلق (الانشغال) مرتفع كان لديهم مستوى أعلى من سمة الغضب وقمع الغضب. أما أولئك ذو نمط التعلق (المستبعدون) لديهم مستوى عال من التعبير عن الغضب. بينما لا علاقة بين أسلوب التعلق (الخائف) وسمة الغضب والتعبير عن الغضب.

أما دراسة Higgenbotham (2016) فهدفت إلى دراسة العلاقة بين التعلق وأسلوب المواجهة والضغوط المدركة لدى طلاب الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (١٧٤) طالباً من جامعة ويست فيرجينيا. كان من المتوقع للدراسة أن تفسر ديناميكيات التعلق وأساليب المواجهة لدى الطلاب التباين في الإجهاد المتصور، لكن باستخدام تحليلات الانحدار المتعدد الهرمي لأسلوب المواجهة والتعلق أسفر عن قدر كبير من

التبـاين (٢٦,٨%-٤٥,٥%) فـي إدراك الإجهـاد بعـد حسـاب المتغيـرات الديموغرافيـة. أوصت الدراسة بتقديم المعلومات للعمل السريري والبحث المستقبلي مع طلاب الجامعة.

وهـدفت دراسـة أحمـد علـى طلـب (٢٠١٧) التعـرف علـى الـدور الوسـيط لتنظـيم الانفعال في العلاقة بين أنماط التعلق والسعادة النفسية، ومعرفة الفروق بين الجنسين في تنظيم الانفعال، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٠) طالباً وطالبة، بواقع (٧٧ ذكر، و٦٣ أنثى)، اختيروا من طلاب كلية التربية بالوادي الجديد فرع جامعة أسيوط، وبلغ متوسط أعمـارهم الزمنيـة (١٤-٢١) سـنة. واسـتخدمت الدراسـة ثـلاث أدوات: اسـتبيان تنظـيم الانفعال، واستبيان أنماط التعلق، وقائمة السعادة النفسية. أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في تنظيم الانفعال، ووجود تأثير غير مباشر لأنماط التعلق (عن طريق تنظيم الانفعال كمتغير وسيط) في السعادة النفسية، وعدم وجود تأثير مباشر لأنماط التعلق في السعادة النفسية.

وهدفت دراسة أحمد عبد الله جعفر الطراونة (٢٠١٧) التعرف على العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق والصداقة لدى طلبة جامعة مؤتة، تكونت عينة الدراسة من (٢٩٤) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة. واتضح من نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين التعلق الآمن، والتجنبى، والصداقة لدى عينة الدراسة.

بينمـا بحثـت دراسـة Cevik (2018) أدوار أسـاليب التعلـق والقلـق ومهـارات الاتصال في التنبؤ باحترام الذات لدى طلاب الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (٤١٠) طالب جامعي متوسط أعمارهم (٢١) سنه، (٥١,٢% انثى، و٤٨,٨% ذكر). استخدمت الدراسـة عده أدوات لجمع البيانـات من أهمها مقياس روزنبرج لتقدير الذات، استبيان مقياس العلاقة، سمات القلق، مقياس مهارات الاتصال، ونموذج المعلومات الشخصية. وأشارت النتائج أن بُعد التعلق (الآمن، والمخيف) والتواصل غير اللفظي والاستعداد للتواصل لم يتنبأ بشكل كبير باحترام الذات، بينما كان بُعد التعلق (رفض التعلق) وقلق الدولة ومهارات الاتصال والتعبير عن الذات تنبأ بشكل كبير باحترام الذات.

أما Ibrahim ; Chantagul & Madathil (2018) فقاموا بدراسة التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لأنماط التعلق على رفاهية طلاب الجامعات والكليات في جزر المالديف من خلال السلوك الاجتماعي الإيجابي والمهارات الاجتماعية واحترام الذات والثقة في الآخرين. وكذلك لتحديد ما إذا كانت المسارات المفترضة ستتنوع باختلاف النوع. تكونت العينة من (١١١٥) طالب من طلاب الجامعات والكليات المالديفيين الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٨-٣٠) عاماً. واستخدمت الدراسة مجموعة من الاستبيانات، كما تم طرح نموذجين هرميين وتقييمهما ومقارنتهما فيما يتعلق بفاعليتهما في شرح تأثير نمط التعلق (المتغير الخارجي) على متغير معيار الرفاهية من خلال المتغيرات الوسيطة الأربعة المذكورة. أشارت النتائج أن أنماط العلاقات الهيكلية بين أسلوب التعلق والرفاهية تعمل بالمثل للمشاركين من الذكور والإناث. كما لم يتم وجود فروق ذات دلاله إحصائية في العلاقات المفترضة.

وقامت دراسة Zafar & Suneel (2018) باستكشاف العلاقة بين السمات الشخصية الخمس الكبرى وأنماط التعلق، وكيف أن هذين المتغيرين قد يعززان من قابلية التأثر تجاه إدمان الانترنت. تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) مشاركاً من جامعة خاصة في باكستان. واستخدمت الدراسة استبيان مقياس العلاقة، واختبار إدمان الانترنت. وأظهرت النتائج وجود علاقة بين سمات الشخصية وإدمان الانترنت، ولكن لم يتم العثور على نتائج داله بين أنماط التعلق وإدمان الانترنت.

وكذلك كان الغرض من دراسة Hatice (2019) هو فحص إدمان طلاب الجامعات على الانترنت فيما يتعلق بارتباطهم الأبوي والتخطيط الاجتماعي الديموغرافي. تكونت عينة الدراسة من (٤٠٢) طالب جامعي تراوحت أعمارهم ما بين (١٧-٢٥) سنة، (٦١,٩% إناث، ٣٨,١% ذكور). واستخدمت الدراسة استبيان تعلق الوالدين (PBI)، واختبار ادمان الانترنت نسخة قصيرة (IAT-SV)، ونموذج معلومات

شخصية. وأشارت النتائج إلى أن الطلاب الذين كان آباؤهم لديهم مستويات تعليمية منخفضة كانوا أكثر عرضة لإدمان الانترنت من الطلاب الذين كان آباؤهم يتمتعون بمستويات تعليمية عالية. كما كانت درجات إدمان الانترنت مرتبطة بشكل سلبي مع أعمارهم. كما أشارت النتائج إلى أن أهم المؤشرات على درجة ادمان الانترنت كانت الحماية المفرطة للأم والأب.

وهدفت دراسة Abdullayev (2019) التحقق من العلاقة بين مستويات الاكتئاب لدى طلاب الجامعات وأنماط التعلق وأنماط التعامل مع الضغوط ومعرفة ما إذا كانت تختلف اختلافاً كبيراً عن الخصائص الديموغرافية. تكونت عينة الدراسة من (٣٥٢) طالباً من الذين يدرسون في مختلف كليات جامعة مرمرة في العام الدراسي ٢٠١٨-٢٠١٩. استخدمت الدراسة استبيان مقاييس العلاقات (آمنه، ووسواسيه، وغير مبالية)، ومقياس التكيف مع الإجهاد، ونموذج المعلومات الشخصية. وأشارت النتائج أن هناك علاقة ذات دلاله إحصائية بين أنماط المواجهة الموجهة للمشكلة ومتغيرات الجنس والأشقاء. وكانت هناك علاقة ذات دلاله إحصائية موجبة بين الدعم الاجتماعي وأساليب التعامل مع الضغط الآمن ودرجات التعلق الوسواسى من أنماط التعلق. بينما كانت العلاقة سلبية بين الدعم الاجتماعي ودرجات التعلق الخائف وغير المبالية. تم تحديد درجات الاكتئاب على أنها علاقة سلبية ذات دلاله إحصائية بين التعامل مع الإجهاد والتكيف الموجه نحو المشكلة والدعم الاجتماعي.

وهدفت دراسة Narvaez ;Castiblanco ;Valencia & Riveros (2019) تحديد العلاقة بين أنماط الارتباط الأبوي والاعتماد العاطفي في العلاقات الرومانسية لدى عينة من طلاب الجامعة في كولومبيا. تكونت العينة من (٥٠٠) طالب جامعي (٣٤,٢% رجال، و٦٥,٨% نساء) تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٢٥) سنه. استخدمت الدراسة البيانات الاجتماعية الديموغرافية، وحصر المرفقات الأبوية (IPPA)، واستبيان التبعية العاطفية (CDE). أظهرت النتائج العلاقة بين أسلوب التعلق الأبوي

والاعتماد العاطفي للشباب من خلال اختبار Kruskal-Wallis. كما سجل التعلق الآمن بنسبة (٤٦,٦%) من أفراد العينة (٦٠,٥% ذكور، و٣٩,٤% إناث) وكان معظمهم من الشباب ذوي المستوى الاجتماعي والاقتصادي المتوسط. بينما سجل التعلق المتجنب (٢٧%) من العينة، و(٢٦%) في أسلوب التعلق المتناقض، وحصلت النساء على أعلى نسب في كليهما. أكدت الدراسة على احتمال تمزق العلاقة بالنسبة للاعتماد العاطفي وفقدان المعنى في الحياة وضرورة الانتباه بين الزوجين لضمان بقائهم في العلاقة.

في حين قامت آمنة فيصل محمود وأحمد عبد الله محمد (٢٠٢٠) بدراسة القدرة التنبؤية للشفقة بالذات والتحيزات المعرفية وأنماط التعلق باضطراب الشخصية النرجسية لدى (٤٢٦) من طلاب وطالبات الجامعات الأردنية. وهل ممكن أن تختلف نسبة التباين المفسر باختلاف النوع. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن للشفقة بالذات ككل، وللتحيزات المعرفية ككل، وكل من نمط التعلق القلق مقابل نمط التعلق الآمن، ونمط التعلق القلق مقابل نمط التعلق التجنبى، وللنوع قدرة تنبؤيه باضطراب الشخصية النرجسية.

بينما قام Lee & Park (2020) بدراسة التأثيرات الوسيطة لأنماط التعلق على العلاقة بين أساليب المعالجة الحسية والمشكلات الشخصية لدى طلاب الجامعات. تكونت عينة الدراسة من (١٨٤) طالباً جامعياً تراوحت

أعمارهم ما بين (١٨-٢٨) عاماً. تم تقييم أنماط المعالجة الحسية وأنماط التعلق والمشاكل الشخصية مع الملف الشخصي الحسي للمشاركين، والخبرات في العلاقات الوثيقة، وحصر المشكلات الشخصية لأفراد العينة. أظهرت النتائج ارتباط التجنب الحسي بشكل إيجابي مع المشاكل الشخصية، كما كان للتعلق القلق والتعلق المتجنب ينبئ بمشكلات شخصية.

وهدفت دراسة Riva; Marta ; Fabio ; Emanuele & Lerardi (2021) إلى بحث أنماط الضيق النفسي والتعلق لدى الطلاب البالغين الناشئين الذين يحضرون ولا يحضرون خدمة الإرشاد الجامعي . تكونت عينة الدراسة من (٦٨٨)

طالباً جامعياً منهم (٣٧٠) طالباً طلبوا دعماً استشارياً. استخدمت الدراسة قائمة مراجعة الأعراض (٩٠) المنقحة، واستبيان أسلوب التعلق. ظهرت ارتباطات في كلتا المجموعتين بين المشكلات النفسية المرضية والتعلق غير الآمن. كما تمت مناقشة أهمية استراتيجيات الاتصال التي تستهدف الطلاب الذين يظهرون ضغوطاً نفسيه وإن لم يطلبوا مساعدة نفسية.

-المحور الثانى: اجترار الذات Concept of Self-Rumination

يقوم الآباء في مرحلة الطفولة بدور أساسى في مساعدة أطفالهم على كيفية التعامل مع مشاعرهم، ومع ذلك، ففي أثناء الانتقال لمرحلة المراهقة أصبح المراهقون أكثر استقلالاً في جهودهم لتنظيم انفعالاتهم. وبمرور العمر، يستمر الأفراد في تطوير قدرة أكبر لتعديل الاستثارة الانفعالية. ويشير مفهوم تنظيم الانفعال المعرفى Cognitive Emotional Regulation (CER) إلى طريقة شعورية لمعالجة مقدار المعلومات المثيرة انفعالياً Emotionally arousing information، والذي يمكن أن نعتبره جزءاً من مفهوم أوسع لتنظيم الانفعال وهو ما تم تعريفه بأنه " كل الكماليات الداخلية والخارجية المسئولة عن مراقبة Monitoring، تقويم Evaluation، وتعديل ردود الفعل الانفعالية Modifying Emotional Regulation وتحديداً خصائصها الشديدة والمؤقتة (عبد الله محمد عبد الظاهر، ٢٠١٥: ٢٢).

وتتكون استراتيجيات تنظيم الانفعال من تسع استراتيجيات هي : لوم الذات Self-blame، القبول Acceptance، إعادة التركيز الإيجابى Positive refocusing،إعادة التركيز على التخطيط Refocus on planning،إعادة التقييم الإيجابى Positive reappraisal،وضع منظور أو تصور Putting into perspective، التفكير الكارثى Catastrophizing ،استراتيجية لوم الآخرين Blaming others ، وأخيراً التركيز على الفكر/الاجترار Focus on thought/

Rumination والتي تشير إلى التفكير في المشاعر والأفكار المرتبطة بالحدث السلبى (Garenefski ; Kraaij & Spinhoven ,2002) .

تعريف اجترار الذات:

تشير عملية الاسترجاع (الاجترار) إلى إمكانية استعادة الفرد للمعلومات التي سبق أن اختزنت في الذاكرة من خلال عمليتى الاستدعاء والتعرف ،والاستدعاء هو استرجاع الخبرات أو الأحداث مع ما يرتبط بها من ظروف ويتم ذلك دون الحاجة إلى وجود المثير أو المثيرات الأصلية التي على أساسها تكونت هذه الخبرات ،ويعتمد الاستدعاء على الصورة الذهنية الأصلية التي يكونها الفرد وغالباً يحدث ذلك في صورة ألفاظ أو عبارات أو معان أو صور أو حركات، أما التعرف فهو شعور الفرد بأن ما يدركه في الحالة الراهنة إنما هو جزء من خبرات سابقة تكونت لديه في الماضى،وهناك ارتباط وثيق وعلاقة قوية بين كلا من الاستدعاء والتعرف فكلاهما يعتمد على الخبرة السابقة والتعلم ، ولكن يعتبر التعرف أسهل من الاستدعاء حيث تعتمد قدرة التعرف على وجود المثير الذى تم تعلمه في الماضى بين عدة مثيرات (أنور محمد الشرقاوى،٢٠٠٣:١٦٤-١٦٥).

ويعرفه Matthews & Wells (2004:128) بأنه الأفكار المتكررة المتولدة بواسطة محاولات المواجهة مع تناقضات الذات الموجهة بالأساس نحو معالجة محتوى المعلومات الراجعة على الذات وليس نحو الفعل المباشر الموجه نحو الهدف. كما أشارت نتائج دراسة Law & Chapman (2015) بأن على الرغم أنه ينظر للاجترار باعتباره أحد استراتيجيات المواجهة أو أحد طرق حل المشكلات ؛ إلا أن الاجترار يتنبأ باستمرار بالمزاج السلبى مع زيادة القابلية للتأثر بالاكتئاب ،كما وجد أنه يؤثر في عملية معالجة العواطف السلبية ويجعل من الصعب على الأفراد الانسحاب من هذه المشاعر والعواطف السلبية. وأوضحت نتائج دراسة Dillon ; Ritchey ; Johnson & Labra (2007) أن استراتيجية الاجترار Rumination

Strategy هي إحدى استراتيجيات التنظيم المعرفى الانفعالى التي لها علاقة بالتذكر طويل الأمد.

ويعرفها Krieger et al., (2013: 502) بأنها الأفكار المستمرة والمتكررة والتي تدخل إلى الوعى عن غير قصد وتركز انتباه الشخص على أعراض الاكتئاب ،وهى وسيلة يستخدمها الفرد في التكيف مع الحالة المزاجية السلبية. وكذلك يصف Bauerband & Galupo (2014:219) الاجترارية بأنها استجابة للضغوط النفسية أو موقف يتطلب من الفرد التفكير المتواصل، وينظر إليها أنها استراتيجية مواجهة متمركزة حول الانفعال يستخدمها الفرد لإدارة الضغوط التي يتعرض لها، والأشخاص الاجتراريون يركزون دائماً على المشكلة، والتفكير الدائم في الجوانب السلبية لها دون محاولة إيجاد حلول لها. وتتفق في ذلك رشا محمد عبد الستار (٤٣٠:٢٠١٧) حيث ترى اجترار الأفكار بأنه أفكار مستمرة وملحة غير مقصودة تدخل إلى الوعي وتستحوذ على انتباه الفرد.

وتضيف فاطمة الزهراء محمد مليح(٣٢٨:٢٠٢١) بأنه شكل من أشكال التركيز السلبي على الذات، والتركيز على المشكلة والتفكير في جوانبها السلبية دون محاولة حلها، ويتمثل في عملية استرجاع وتدفق الأفكار والأحداث والذكريات السلبية والتي تدخل إلى الوعي عن غير قصد وتستحوذ على تفكير الفرد، علاوة على عملية جلد الذات وتأنيبها ومحاسبتها بقسوة، والتي تسيطر على الفرد ولا يستطيع التخلص منها، مما يؤدى بالفرد إلى حالة من الحزن والاكتئاب، ويحدث ذلك في جميع أمور حياته (الشخصية، الاجتماعية، الدراسية).

أنواع اجترار الأفكار:

وتحدد رشا محمد عبد الستار (٤٣١:٢٠١٧) أنواع اجترار الأفكار كالتالى:

١-**اجترار الغضب**: وهو المصطلح الذي يعبر عن تكرار المعارف (الإدراكات) السلبية حول الأحداث التي تثير الغضب مثل الذكريات والأفكار والمشاعر التي تحفز الغضب

مع التخطيط للانتقام. وهو يعمل على تفعيل ثلاثة جوانب وهى الحالة الداخلية التي تؤدى إلى العدوان، تأثير الغضب والإدراكات العدوانية، والاستثارة الفسيولوجية والحالة الداخلية تؤثر في عملية اتخاذ القرار من خلال زيادة السلوك العدوانى.

٢-**اجترار الاكتئاب**: وهو الأفكار الواعية التي تدور حول الاهتمامات الشائعة والتي تتكرر في غياب المطالب البيئية الحالية. كما تم وضع تصور للاجترار في سياق المزاج الاكتئابى وعرف بأنه أفكار متكررة تركز انتباه الفرد على المشاعر السلبية لديه وأعراضها وأسبابها ومعانيها.

بينما حدده (Douglas ,2013 ؛ معتز محمد عبيد ،٢٠٢٠:١٣٥) في بُعدى الحزن والغضب، حيث يحزن الفرد على فقدان شيء ما أو شخص أو علاقة أو فشل ما ، ثم يتحول الحزن إلى غضب واتهام للذات على تقصيرها في عدم بذلها الجهد اللازم لتحقيق ما تم فقدانه.

ومما سبق يمكن أن **تعرف الباحثة اجترار الذات** على أنه: مفهوم يتضمن استدعاء الفرد للأحداث المؤسفة التي مرت في حياته عن غير قصد وتكرار المعارف (الإدراكات) السلبية حول الأحداث التي تثير وتحفز الغضب مع التخطيط للانتقام، ويتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس اجترار الذات (إعداد الباحثة) والذي يتضمن بُعدين هما: اجترار الحزن واجترار الغضب.

خصائص الأشخاص الاجتراريون:

يتسم الأشخاص الاجتراريون بأنهم يسترجعون تلقائياً المزيد من الذكريات السلبية عن الماضى والمستقبل القريب، ويتذكرون الأحداث السلبية التي حدثت بشكل متكرر في حياتهم، كما أنهم يتحدثون دائماً عن المشكلات المثيرة للقلق لديهم والصراعات العائلية والمشكلات المالية ،كما يتصفون بالسلبية ،وينتقدون ذواتهم بصورة قاسية ،ويلومون ذواتهم على مشاكلهم ، ومنخفضون الثقة بالنفس ، ويتسمون بالتشاؤم عند حل

المشكلات،ينظرون للأحداث السلبية دائما، ولا يتوقعون حدوث أي شيء إيجابى ،وينظرون لمشاكلهم أنها ترجع لسوء حظهم ،وأنها غير قابلة للحل، وأنهم فاشلون في التوصل لحلول فعالة، ولديهم دافعية منخفضة، وليس لديهم الدافع للبدء أو المشاركة في أنشطة جديدة (Hoeksema ; Wisco & Lyubomirsky,2008:401-403) .

وقد أشارت نتائج دراسة كل من (Smith-Schrandt ,2013 ; Rose,2002)أن الأصدقاء يعملون على زيادة ودعم الإجترار المشترك باعتبارهم يقضون وقتاً طويلاً في تشجيع بعضهم البعض على مناقشة المشكلات بشكل مفرط مع كون المحتوى سلبياً إلى حد كبير مما يؤدى إلى تفاقم الأعراض الداخلية.

النظريات المفسرة لاجترار الذات:

تتعدد النظريات المفسرة لاجترار الذات وفيما يلي أهم هذه النظريات:

١-نظرية أنماط الاستجابة:

وتعرف اجترار الأفكار على أنه التفكير المتكرر والسلبي المتعلق بأعراض الاكتئاب الخاصة بالفرد وأسباب ونتائج هذه الأعراض. وبالتالي فإن الأفراد حين يجترون الأفكار تتوارد إليهم بشكل متكرر أفكار مثل: " لماذا لا أستطيع المضي قدماً؟ لا أشعر بأننى سأتمكن من تجاوز هذا"، وهذه الأفكار لا تؤدى إلى حل مشكلات تخطيطى يركز على حل المشكلات المحددة خلال الاجترار، بل يبقى الأفراد في دوائر من التفكير الاجترارى. وعلى الرغم من أن غالبية الأفراد قد يقومون باجترار الأفكار إلى حد ما حينما يصابون بالحزن أو الاكتئاب، فإن الدراسات الطولية المجتمعية توضح أن الميل إلى الانخراط في عملية اجترار الأفكار عند الضيق النفسى خاصية مستقرة من حيث الفروق الفردية، وتميل تلك الفروق الفردية إلى أن تكون مستقرة عبر الزمن حتى مع زيادة أو نقصان المزاج المكتئب. ووفقاً لنظرية أنماط الاستجابة، فإن هذا النوع من اجترار الأفكار يفاقم ويطيل من أمد هذه الأعراض، مما يزيد من احتمال أن تصير الأعراض مزمنة، كما يعزز اجترار الأفكار من تأثيرات المزاج المكتئب على التفكير؛

حيث يجعل التفكير أكثر تشاؤماً وقدرية. فالفرضية الأساسية لنظرية أنماط الاستجابات هي أن اجترار الأفكار يرتبط بالانحيازات المعرفية في الاكتئاب، وأن اجترار الأفكار يزيد من المعالجة المعرفية المنحازة (مثلاً: التفسير المنحاز للمواقف المبهمة وانحيازات الذاكرة) وبالتالي يطيل من الحالات المزاجية السلبية (شيماء عزت باشا، ٢٠١٥:٥٤٥؛ Nolen-Hoeksema,2004:107-108 ; Joorman ;Dkane &Gotib,2006)

٢-نموذج الإجهاد التفاعلى للاجترار:

يرتبط نموذج الإجهاد التفاعلى للاجترار بنظرية أنماط الاستجابة RST في وصف وتفسير الاجترار (فيما يتعلق بالاستنتاجات السلبية من الأحداث الضاغطة) الذى يحدث بعد التعرض لحدث ضاغط ،ويتسم هذا النموذج بأنه يوصف الظاهرة الاجترارية قبل حدوث التأثيرات السلبية الناتجه عنه ،ومع ذلك فإنه يفترض أن المحتوى الاجترارى يتكون من الأفكار المرتبطة بالحدث الضاغط فقط دون أي اعتبار لأهمية موضوعات الاجترار مثل الذكريات المتعلقة بالضغوط الأخرى ،والأفكار المتعلقة بتحقير الذات والاستنكار منها والتي لا ترتبط بتعرض الفرد لحدث ضاغط (Smith & Alloy,2009:117) .

٣-نموذج وظيفة التنظيم الذاتي التنفيذي:

وهو يوضح عملية ومحتوى اجترار الأفكار، حيث ينظر هذا النموذج للأفكار الاجترارية على أنها استجابة لتناقضات الذات (حيث أنها موجهة نحو الهدف بالأساس). وبالتالي، يكون التصور المفاهيمى لاجترار الأفكار كوظيفة للتنظيم الذاتي التنفيذي أكثر توجهاً نحو الفعل، حيث أن اجترار الأفكار يتضمن بعض استراتيجيات المواجهة الموجهة نحو الهدف (رغم أن الوعي الواعى بالهدف قد لا يكون مكتملاً). وقد يحاول

الفرد تجنب اجترار الأفكار من خلال تجنب المواقف التي تشغله (Matthews & Wells, 2004:129-132) .

٤-نظرية معتقدات دمج الأفكار:

يعتبر اجترار الأفكار جزء من استراتيجيات الشخص للتعامل مع التهديد والتناقض الذاتي والانفعال الناشئ عنهما. فنجد المضطربين نفسياً يمتلكون أساليب تفكير ذات طبيعة تأملية تكرارية ترتكز على موضوعات ذاتية يصعب السيطرة عليها. وتعتبر هذه الطبيعة مؤشراً على وجود ما يعرف بالمتلازمة الانتباهية المميزة للاضطراب الانفعالى (CAS)، والتي تظهر بوضوح في صورة انتباه مرتكز على الذات، كما تتكون هذه المتلازمة من المعالجة المفاهيمية الزائدة في صورة قلق /اجترار فكرى وسلاسل طويلة من الأفكار اللفظية السائدة والتي يحاول عندها الشخص الإجابة عن أسئلة من نوع: ماذا لو؟ أو محاولات للإجابة عن أسئلة تتعلق بمعانى الاجترارات الجارية مثل: لماذا أشعر بهذا الأمر؟. وبالإضافة إلى المكون المفاهيمى تتضمن المتلازمة المعرفية الانتباهية على انحراف انتباهى Attentional Bias يتضح في تثبيت الانتباه على التهديد المرتبط بالمثير. وقد تم اصطلاح هذا بمراقبة التهديد. ويبحث الاجترار الفكرى عن أسئلة عادة لا تتطلب إجابة واحدة أو محددة مثل: لماذا أنا؟ ، ومن ثم فهى تساعد على استمرار الشك والتناقضات الذاتية بين ما يعرفه الشخص وما الذى يأمل في معرفته ،فضلاً عن تنشيط القلق والاجترار الفكرى واستمرارية الإحساس بالخطر، ومن ثم يتمادى القلق والاكتئاب بدلاً من كونه مجرد مرحلة انتقالية عابرة (عبد الله محمد عبد الظاهر، ٢٠١٥: ٢٥-٢٦) .

٥-نظرية اجترار أفكار التقدم نحو الهدف:

أما من منظور التقدم نحو الهدف فإن اجترار الأفكار يعنى بالضرورة الميل إلى التفكير المتكرر عن الأهداف المهمة والعليا التي لم تتحقق بعد. وما يثير اجترار الأفكار ليس الفشل في تحقيق الهدف فحسب، وإنما الفشل في التقدم نحو الهدف بمعدل يتماشى

مع معايير الفرد عن التقدم. وكما يتضح من هذا، فإن اجترار الأفكار يعتبر أحد أشكال التنظيم الذاتي. حيث يبقى المعلومات المتعلقة بالهدف سهل للغاية الوصول إليها مما يزيد من احتمال أن يكتشف ويعالج الأفراد المعلومات المتعلقة بالأهداف التي لم تتحقق. وهذا بدوره يمكن أن ييسر حل المشكلات، ويساعد الأفراد على العودة إلى المسار الصحيح تجاه تحقيق أهدافهم. وبمجرد عودة الأفراد إلى المسار الصحيح، فإن اجترار الأفكار يكون قد أدى دوره، ولذلك يتوقف، وبوجه عام، يتوقف اجترار الأفكار عندما يحقق الفرد الفرد تقدماً كافياً تجاه هدفه أو يتخلى عنه (شيماء عزت باشا، ٢٠١٥:٥٤٦؛ Martin ; Shrira & Startup,2004:153).

مما سبق تخلص الباحثة إلى اتفاق نظرية **أنماط الاستجابة مع نموذج الإجهاد التفاعلى للاجترار** في وصف وتفسير الاجترار أنه عمليهة ينخرط فيها كثير من الأفراد حينما يصابون بالحزن أو الاكتئاب. بينما أفادت نظرية أنماط الاستجابة أن الاجترار خاصية مستقرة من حيث الفروق الفردية عند الإنسان ومستقرة عبر الزمن حتى مع زيادة أو نقصان المزاج المكتئب. **أما نموذج الاجهاد التفاعلى** فإنه يفترض أن المحتوى الاجترارى يتكون من الأفكار المرتبطة بالحدث الضاغط فقط دون أي اعتبار لأهمية موضوعات الاجترار مثل الذكريات المتعلقة بالضغوط الأخرى، والأفكار المتعلقة بتحقير الذات والاستنكار منها والتي لا ترتبط بتعرض الفرد لحدث ضاغط. **أما نظرية معتقدات دمج الأفكار** فتعتبر أن اجترار الأفكار جزء من استراتيجيات الشخص للتعامل مع التهديد والتناقض الذاتي والانفعال الناشئ عنهما. **أما نظرية اجترار أفكار التقدم نحو الهدف** فتعتبر اجترار الأفكار أحد أشكال التنظيم الذاتي، وهذا بدوره يمكن أن ييسر حل المشكلات، ويساعد الأفراد على العودة إلى المسار الصحيح تجاه تحقيق أهدافهم. وبمجرد عودة الأفراد إلى المسار الصحيح، فإن اجترار الأفكار يكون قد أدى دوره،

ولذلك يتوقف، وبوجه عام، يتوقف اجترار الأفكار عندما يحقق الفرد الفرد تقدماً كافياً تجاه هدفه أو يتخلى عنه.

أما عن الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين اجترار الذات والتشوهات المعرفية ،نذكر منها: دراسة شيماء عزت باشا (٢٠١٥) التي هدفت فحص العلاقة بين اجترار الأفكار والتشويه المعرفى وعلاقتهما بأعراض القلق والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة، كما هدفت أيضا التعرف على قدرة الاجترار والتشويه المعرفى (تعميم الفشل والمبالغة في المستويات ولوم الذات) في التنبؤ بأعراض القلق والاكتئاب.وتكونت عينه الدراسة من (٢٧٠) طالباً وطالبه من طلاب الجامعة، تراوحت أعمارهم ما بين (١٧-٢٣) عاماً ،(١١٧ ذكر بمتوسط عمرى قدرة ١٨,٩٠ عاماً، و١٥٣ أنثى بمتوسط عمرى قدرة ٢٠,٠٨ عاماً). أشتملت أدوات الدراسة على مقياس الاستجابات الاجترارية RRS، واستبانة الأحكام التلقائية عن الذات، ومقياس بيك للاكتئاب، ومقياس سمة القلق. وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد العينة في كل من الاجترار والقلق في اتجاه الإناث. بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد العينة في التشويه المعرفى والاكتئاب. كما توجد علاقة موجبة دالة احصائياً بين درجات اجترار الأفكار وكل من التشويه المعرفى والقلق والاكتئاب لدى عينة الدراسة. بينما ارتبطت المبالغة في المعايير ومستويات الأداء بشكل موجب بالقلق والاكتئاب لدى الإناث فقط. وهناك قدرة تنبؤية للاجترار وتعميم الفشل بدرجة القلق والاكتئاب لدى الذكور والإناث من طلاب الجامعة.

ودراسة Yesilyaprak ;Batmaz ; Yildiz; Songur & Esma (2019) حيث قام بإجراء مقارنه تتعلق بالأفكار التلقائية والتشوهات المعرفية والمواقف المختلـه والمعتقدات الأساسية وأنماط الاستجابة الاجترارية في الاضطراب الاكتئابى الرئيسى أحادى القطب واالاضطراب ثنائى القطب. تكونت العينة من (٣٠٠) مشارك؛ ١٠٠ مشارك ممن يعانون من الاكتئاب أحادى القطب، و ١٠٠ يعانون من اضطراب

ثنائى القطب ، و١٠٠ لا يعانون من أي اضطراب نفسى سابق أو حالى . استخدمت الدراسة عدة أدوات من أهمها؛ قائمة مراجعة الادراك للهوس (CCL-MR)، وقائمة مراجعة الادراك (CG)، واستبيان التشوهات المعرفية (CDQ)، ومقياس الموقف المختل (DAS)، وقياس اجترار المواقف الخافضة والتنبؤات الإيجابية(HAPPI)، ومقياس المخططات الأساسية (BCSS)، ومقياس الاستجابة التأملية(RRS)، واستبيان التأثير الايجابى(RPAQ). أظهرت النتائج أن الأفراد ذوي الاكتئاب أحادى القطب سجلوا أعلى درجات من حيث التردد والشدة على قائمة مراجعة الادراك للهوس ومقياس الموقف المختل ومقياس التشوهات المعرفية. كما سجل الأفراد ذوي الاكتئاب أحادى القطب وثنائى القطب درجات مرتفعة على قائمة مراجعة الأدراك للهوس واستبيان التشوهات المعرفية. بينما سجل الأفراد العاديين درجات أعلى على مقياس التأمل الإيجابى والتأثير الإيجابى. وقد كانت هذه النتائج مهمة في التشخيص لهذه الاضطرابات والعلاج المعرفى السلوكى.

بينما قامت بعض الدراسات الأخرى بدراسة العلاقة بين اجترار الذات ومتغيرات أخرى وذلك على عينة من طلاب الجامعات، وعينات عديدة أخرى، نذكر منها:
دراسة Ligocki (2010) التي هدفت فحص بنية العوامل الأساسية لمقاييس التعاطف واليقظة والتعاطف مع الذات والاجترار الذاتي . كذلك هدفت فحص ما إذا كانت هذه العوامل منفصلة أو متداخلة أو لا يمكن تمييزها. وذلك على عينة تكونت من (٣٤٣) مشاركاً (٥٧ ذكر، و٢٨٦ أنثى) يبلغ متوسط أعمارهم (٢٥) عاماً حيث كان أصغر المشاركين يبلغ من العمر (١٨) عاماً وأكبر المشاركين يبلغ من العمر (٦٢) عاماً من مختلف الأعراق (٣٨% أبيض، ٢٣% أسيوى، ١٦% أمريكى من أصل افريقى، ١٤% من أصل أسبانى، ٣% ثنائى العرق ،٢% شرق اوسطى ،٦% امريكى هندى). استخدمت الدراسة استبياناً ديموغرافياً ومقياساً نفسياً واحداً تم إنشاؤه باستخدام جميع

العناصر من خمسة مقاييس هما؛ مؤشر التفاعل بين الأفراد (IRI)، ومخزون كنتاكى لمهارات اليقظة (KIMS)، ومقياس الاجترار الفرعى لاستبيان الاجترار والتأمل (RRQ)، ومقياس التعاطف مع الذات (SCS)، ومقياس مارلو كراونى القصير للرغبة الاجتماعية.(MC) أظهرت النتائج وجود علاقة متبادلة بين التعاطف واليقظة والتعاطف مع الذات والاجترار الذاتي. فالاجترار الذاتي يرتبط سلبياً بكل من التعاطف واليقظة والتعاطف مع الذات.

ودراسة Smith-Schrandt (2013) التي هدفت إلى معرفة كيفية ارتباط الفروق الفردية في الإجترار الذاتي والتركيز على الآخر باستيعاب الأعراض ونوعية الصداقة. حيث افترضت الدراسة أن الاجترار المشترك يقوى الروابط بين الأصدقاء باعتبارهم يقضون وقتاً طويلاً في تشجيع بعضهم البعض على مناقشة المشكلات بشكل مفرط مع كون المحتوى سلبياً إلى حد كبير، بينما يؤدى بشكل مثير للسخرية إلى تفاقم الأعراض الداخلية. وذلك على عينة تكونت من (٦٠١) طالباً جامعياً. تم تقييم الاجترار الذاتي والتركيز على الآخر من خلال استطلاع رأى عبر الانترنت. أشارت النتائج إلى ارتباط الصداقة الحميمة باجترار الذات وليس التركيز على الآخرين. بالإضافة إلى ذلك، اختلفت المستويات المتوسطة لجميع السمات الفردية (الإجترار، والسعى المفرط إلى الطمأنينة، وأخذ المنظور الاجتماعى، والكمال، والتوجه السلبي للمشكلة) ومتغيرات التكيف (القلق، والاكتئاب، والقلق الاجتماعى، وجودة الصداقة) كدالة لتوازن الاجترار المشترك.

أما دراسة Foxworth (2014) فهدفت استكشاف دور اجترار الحالة بالكلمات ذات الصله عاطفياً وذلك على عينة جامعية غير إكلينيكية (N=148). استخدمت الدراسة بعض الكلمات العاطفية ذات الصلة بالذات والإلهاء محاوله للاجترار الذاتي لأفراد العينة ومعرفة بعض الصعوبات المثبطة. أشارت نتائج الانحدار الخطى إلى أن المهمة المعرفية الأولية العاطفية للحالة يمكن أن يتم استخدامها للإجترار الذاتي للحالة

للكشف عن بعض الصعوبات المثبطة. كما أشارت النتائج إلى أدوار سعة الذاكرة العاملة وأعراض الأكتئاب في هذه العلاقة.

بينما كان الغرض من دراسة Lioyd (2014) هو تعرف العلاقة بين الاجترار المشترك وإيذاء النفس غير الانتحاري لدى عينة مجتمعية من المراهقين. تكونت العينة من (٩٢) مراهقاً ممن يمارسون إيذاء النفس (٤١ ذكر، ٥١ أنثى). أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة معنوية بين مستوى الاجترار وتواتر إيذاء النفس لدى المراهقين، وكان حجم التأثير أعلى بالنسبة للذكور. وعلى عكس التوقعات فشل الاجترار المشترك في تهدئة العلاقة بين الاكتئاب وتكرار إيذاء النفس. كما فشلت أحداث الحياة المجهدة في تهدئة العلاقة بين الاجترار المشترك وتكرار إيذاء النفس.

بينما هدفت دراسة Malmberg & Larsen (2015) فحص التفاعل بين الاجترار والأرق الذاتي حيث أنهما من أخطر العوامل المسببة للإكتئاب. وذلك على عينة من (٤١٧) مشاركاً (١٤٠ ذكر، و٢٧٧ امرأة)، بمتوسط عمر (٣٩) عاماً، المدى (١٨-٨٥) عاماً. استخدمت الدراسة مقياس استجابة الاجترار، ومقياس أثينا للأرق استخدمت الدراسة مقياس استجابة الاجترار، ومقياس أثينا للأرق، ومقياس الأكتئاب التابع لمركز الدراسات الوبائية. اشارت النتائج أن المشاركين الذين أبلغوا عن مستويات أعلى من الإجترار والأرق كان لديهم أعلى أعراض للإكتئاب.

وسعت دراسة Nicolai (2015) إلى فحص ما إذا كان الاجترار- الاندفاع وسيطين للعلاقة بين التأثير السلبي(Negative Affectivity) والإيذاء الذاتي غير الانتحاري(Non suicidal self-injury) . وتكونت عينة الدراسة من (٤٢) طالباً جامعياً من طلاب كلية في شمال غرب المحيط الهادى، تتراوح أعمارهم ما بين (١٨-٢٩) سنه (٢٨% ذكور، و٧٢% إناث). و (٦٩%) من العينة من القوقاز بمتوسط عمر (١٩) سنة. واستخدمت الدراسة استبياناً اساسياً و(٧) استبيانات أسبوعية (لمده ٧

أسابيع) لاحقة وتقييمها من أجل التنبؤ المستقبلي للإيذاء الذاتي غير الانتحاري. وأسفرت نتائج الدراسة ارتباط الاجترار والاندفاع بالتأثير السلبي، كما كان الأفراد الذين يعانون من تأثير سلبي واجترار مرتفع واندفاعية عالية أكثر عرضة بشكل ملحوظ للإنخراط في إيذاء الذات غير الانتحارى.

وسعت دراسة Start (2015) بدراسة الاجترار والتجنب المعرفى السلوكى كوسيطين للعلاقة بين التعاطف الذاتي والإكتئاب لدى المراهقين.تكونت عينة الدراسة من (٩٠) مراهقاً غير كلينيكياً. استخدمت الدراسة مقاييس التقرير الذاتي للتعاطف مع الذات وأعراض الاكتئاب والاجترار والتجنب. أوضحت النتائج أنه بالنسبة للعلاقة بين التعاطف الذاتي والاكتئاب ظهر الاجترار (الاجترار الانعكاسى، واجترار التفكير) والتجنب المعرفى السلوكى كوسطاء مهمين. كما أشارت النتائج أن التعاطف مع الذات يحمى من أعراض الاكتئاب عن طريق الحد من التفكير المتكرر غير المنتج لدى المراهقين، كما أن له نتائج إيجابية في تعزيز المرونة بين المراهقين.

واقترحت دراسة Williams (2015) أن التعاطف مع الذات والتسامح مع الذات يمكن أن يكون لهما علاقة مباشرة لتقليل الإجترار والاحساس بالخزى(العار) والتجنب، وذلك على عينة تكونت من (١٩٩) طالباً في مرحلة البكالوريوس. أظهرت نتائج الدراسة إلى ارتباط التعاطف مع الذات والتسامح مع الذات وكان هذا الارتباط يتوسط جزئياً الإحساس بالخزى(العار) فقط، حيث لم يكن لهم تأثير دال على الإجترار والتجنب في تحليل الوساطة الموازية. كما وجد أن التعاطف مع الذات والخزى(العار) والتسامح يؤثران على النتائج الصحية بطرق مختلفة سواء فيما يتعلق بالضيق النفسى والصحة العقلية والأعراض الجسدية.

وهدفت دراسة رشا محمد عبد الستار(٢٠١٧) الكشف عن الفروق في العلاقة بين التسامح واجترار الأفكار لدى المعنفات وغير المعنفات. تكونت عينة الدراسة من (١٢٨) أمرأه بواقع (٥٤ من النساء المعنفات) و(٧٤ من النساء غير المعنفات)

تراوحت أعمارهن بين (٢١-٥١) سنة، بمتوسط عمري (٣٣,١٩) سنة. وطبق عليهن استبيان الإساءة إلى المرأة، ومقياس للتسامح، ومقياس الاستجابات الاجترارية.وأسفرت أهم نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً بين النساء المعنفات وغير المعنفات في اجترار الأفكار في اتجاه النساء المعنفات، ووجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين درجات اجترار الأفكار وكل من التسامح مع الآخر والتسامح في المواقف والظروف والدرجة الكلية للتسامح لدى عينة المعنفات، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين درجات اجترار الأفكار والتسامح في المواقف والظروف لدى عينة غير المعنفات. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين النساء المعنفات وغير المعنفات في العلاقة بين التسامح واجترار الأفكار.

قامت دراسة Allington (2017) بفحص العلاقة بين الإجترار والتنظيم الذاتي. واختبرت هذه الدراسة الفرضية القائلة بأن الإجترار يضعف قدرات التنظيم الذاتي باستخدام نموذج المهام المزدوجة. وذلك على عينة تكونت من (١١٩) مشارك. واستخدمت الدراسة استبيانات خاصه بالإجترار والتنظيم الذاتي. وأشارت نتائج التحليلات الإضافية أن الإجترار يُضعف (يقلل) التنظيم الذاتي للفرد، وأوضحت الدراسة أن هذه النتائج لم تكن بسبب الاختلافات في الانتباه أو الدافع أو الميل.

هدفت دراسة Shrimpton; Mcgann& Riby (2017) فحص الفروق الفردية في الاجترار والتأمل الذاتي والتأثير الذي قد تحدثه أنماط التركيز الذاتي. استخدمت الدراسة استبيانات التقرير الذاتي لقياس الاختلافات الشخصية في الأسلوب والمعتقدات فيما يتعلق بشرود الذهن وتقييم الفروق الفردية في الاجترار والتفكير الذاتي. أظهرت النتائج الارتباط الإيجابى بين التركيز الذاتي على الاجترار بميل العقل للتجول نحو التخيلات البائسة والفشل والعدوان. أما من حيث الاختلافات الشخصية في التركيز

الذاتي فلم تظهر أي علاقة بالمنظور الزمنى للأفكار؛ فلم يكن مرتبطاً بما إذا كان المشاركون يفكرون في الماضى أو الحاضر أو المستقبل.

في حين قام فاضل عبد الزهرة وصباح داغر مهدى (٢٠١٨) بالتعرف على اجترار الذات لدى طلبة الجامعة، وكذلك الفروق وفقاً للنوع والتخصص. وتكونت عينة البحث من (٤٩٠) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة من كلا الاختصاصين (العلمى، والإنسانى). وقامت الدراسة ببناء مقياس اجترار الذات، واستخدمت عده أساليب إحصائية من أهمها الاختبار التائى لعينه واحدة والاختبار التائى لعينتين مستقلتين. أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة الجامعة وفق متغير النوع (ذكور، وإناث) والتخصص (علمى، وإنسانى).

قام Lizarrage (2018) بدراسة الإجترار والعلاج الذاتي بين النساء المصابات بضغط ما بعد الصدمة واضطرابات تعاطى الكحول. كما اهتمت الدراسة بتحديد دور الاجترار أو التفكير المفرط في الضيق وأسبابه والعوامل التي تؤدى إلى الحاجة إلى العلاج الذاتي. تكونت عينة الدراسة من (١٢) امرأة شاركن في مجموعات مدمنى الكحول المجهولين في مدينة جنوبية شرقية كبيرة. تم جمع البيانات من خلال المقابلات المتعمقة. وصفت النساء بشكل جماعى تجربتهن المعيشية مع اجترار الذات بوصفه استراتيجية مركزة داخلياً تقوم على فكرة " القوة العظمى"، كما أبلغوا عن استخدام هذه الاستراتيجية لإدارة الأفكار والمشاعر والسلوكيات التي أثارت التقييم الذاتي السلبي والحاجة إلى العلاج الذاتي.

قام Neyshabouri ; Dolatshahi & Mohammad khani (2020) بدراسة الاجترار والدعم الاجتماعى كوسيط لأعراض اضطراب ما بعد الصدمة وسلوكيات إيذاء النفس بين الجنود الإيرانيين. تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) جندي من الجنود المقيمين في منشآت عسكرية بطهران والذين ارتكبوا سلوكيات الإيذاء الذاتي. استخدمت الدراسة مقياس سلوكيات الإيذاء الذاتي (SHI)، ومقياس متعدد الأبعاد للدعم

الاجتماعى المتصور(MSPSS)، وقائمة مراجعة اضطراب ما بعد الصدمة (PCL)، ومقياس الاستجابة التأملية (RRS) لتقييم الاجترار. أظهرت تحليلات الارتباط وجود ارتباطات إيجابية بين أعراض اضطراب ما بعد الصدمة والاجترار وإيذاء النفس، والارتباط السلبي بين الدعم الاجتماعى وإيذاء النفس. كما كان لاضطراب ما بعد الصدمة وزيادة الاجترار وانخفاض الدعم الاجتماعى دوراً تنبوئياً ايجابياً بإيذاء النفس سواء كانت تأثيرات مباشرة أو غير مباشرة. مما يؤكد فرضية الدراسة أن للإجترار والدعم الاجتماعى لهما دور الوسيط بين أعراض اضطراب ما بعد الصدمة وإيذاء النفس، لذا أوصت الدراسة بإجراء المزيد من التدخلات التي تقلل الاجترار وتزيد من الدعم الاجتماعى المدرك للجنود.

وقام Vargova ; Zibrinova & Banik (2020) بدراسة طريقة إتخاذ الخيارات من خلال فحص العلاقة بين التعظيم وإرضاء أو تلبية الميول بالرفاهية والشخصية واجترار الذات ، وذلك على عينة من (٥١٤) شخصاً من عامة السكان في سلوفاكيا . أستخدمت الدراسة مقياس اتجاه الإرضاء، ومقياس التعظيم المكون من عنصرين (التعظيم كهدف، والتعظيم كاستراتيجية). تبين من النتائج أن التعظيم كاستراتيجية ارتبط بشكل ايجابى بالاكتئاب وارتبط سلباً بالسعادة. في حين أن التعظيم كهدف لم يكن له علاقة ارتباطية بالرفاهية. بالإضافة إلى ذلك، ارتبط المكونات (التعظيم كهدف، واستراتيجية) بشكل مختلف بعوامل الشخصية. وأشارت النتائج إلى أن التأثير الضار لإجترار الذات يعتمد على كيفية تصورها وعلى كيفية قياس هذه التصورات وكذلك علاقتها المختلفة مع عوامل الشخصية والنسق الثقافي.

وقام Alert ; De Raedt ;Vander veen; Baeken & Marie –Anne (2021) بدراسة الميل إلى الاجترار (أي الأفكار المرجعية الذاتية السلبية المتكررة التي تديم المزاج الأكتئابى) وعلاقته بالتفكير المضاد والشعور بالندم. تكونت العينه من (٨٠)

مشاركاً يتمتعون بصحة جيدة بمستويات مختلفة من اجترار النقد الذاتي. استخدمت الدراسة التقرير الذاتي، والمؤشرات النفسية (الفيزيولوجية) كأدوات للدراسة. أظهرت النتائج أن الميل إلى اجترار النقد الذاتي ارتبط بزيادة الشعور بالندم والتفكير المضاد.

وهدفت دراسة Paucsik ;Urbanowicz; Leys ; Kotsou ;Baeyens & Shankland (2021) تقييم الدور الوقائى للعوامل التالية التي يمكن زيادتها من خلال ممارسة اليقظة الذهنية والتعاطف مع الذات والتأمل الملموس مقابل الاجترار المجرد. وذلك على عينة (٤٥٩) من الوالدين.استخدمت الدراسة استبيانات لتقييم الدور التنبوئى لليقظة الذهنية على الإرهاق الأبوى والتعاطف الذاتي ونوع الإجترار، والدور الوسيط للتعاطف مع الذات ونوع الاجترار في العلاقة بين اليقظة والإنهاك الأبوى. أظهرت النتائج أن اليقظة الذهنية والتعاطف الذاتي ونوع الاجترار تنبأ بمستويات الإرهاق الأبوى. كما أظهر الإجترار (الملموس والمجرد) توسطاً جزئياً في العلاقة بين اليقظة الذهنية وإرهاق الوالدين. كما اشارت النتائج لدور اليقظة الذهنية والتعاطف مع الذات والتأملات الملموسة (مقابل المجردة) في المساعدة لمنع الإرهاق الأبوى في سياق جائحة Covid-19 التي أدت إلى زيادة التحديات اليومية التي يواجهها الآباء.

-المحور الثالث: التشوهات المعرفية Concept of Cognitive distortions

وانطلاقاً من أهمية مرحلة التعليم الجامعي باعتبار مخرجاتها غاية التنمية ووسيلتها معاً ، أصبح من الضروري الاهتمام بإعداد وتطوير شخصية الطالب الجامعي بشكل متكامل؛ بحيث يتميز بمستويات مناسبة ومعتدلة من الأفكار والمعتقدات العقلانية حتى يتسنى له القيام بأدواره المجتمعية بثقة واقتدار لمواكبة مستجدات العصر وتحدياته (إبراهيم سيد أحمد والسيد الشبراوي أحمد،٢٠٢١:٤) ،وتكمن أهمية دراسة التشوهات المعرفية في كونها أحد العوامل التي يمكن من خلالها تعرف الطلاب الذين يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية ،والتحقق من قدرتها التنبؤية للميول الانتحارية التي تُعد من أخطر المشكلات في العصر الحالي .

تعريف التشوهات المعرفية:

تعرف التشوهات المعرفية بأنها تلك الأفكار المنطقية والخاطئة، وغير الواقعية، حيث تتأثر بالأهواء الشخصية، وتتسم بعدم الموضوعية، وأنها مبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، وعلى مزيد من الظن والاحتمالية، والتهويل والتضخيم، حيث لا تتفق مع قدرات وإمكانيات الفرد الواقعية (Ellis,1979:185) .

وقد عرفها Beck (1999:12) بأنها أفكار سلبية ومشوهة ومبالغ فيها، تجعل الشخص يفسر المواقف والأحداث بصورة غير منطقية وخاطئة، لا تتلاءم مع الواقع؛ حيث تتسم بالانتقائية والتعميم والمبالغة أو التهويل. كما ميز عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠: ٥٩) بين الاختلال المعرفى (اختلال العمليات المعرفية) وهو يعنى المشكلات التي تعوق الأداء المعرفى، وبين التشوهات المعرفية والتي تشير إلى اختلال المحتوى المعرفى. ويضيف Barriga ; Gibbs ;Potter & Liau (2001:1) أن التشوهات المعرفية هى طرق وأساليب غير دقيقة أو متحيزة لإضفاء المعنى على التجارب والخبرات.

أما Karen; Anela & Frank (2008:58) فيعرفها بأنها تلك الأفكار الكامنة وراء رؤية بعض الأفراد الحقيقة بصورة غير صحيحة. وغالباً ما يُقال إن هذه التشوهات المعرفية تعزز الأفكار أو المشاعر السلبية وتميل التشوهات الإدراكية إلى التداخل مع الطريقة التي ينظر بها الشخص إلى حدث ما. ولأن طريقة شعور الشخص تتداخل مع طريقة تفكيره فإن هذه الأفكار المشوهة تؤدى إلى ظهور المشاعر السلبية، وتقود الفرد ذو التشوهات المعرفية نحو نظرة سلبية عامة تجاه الحياة، وبالتالي حالة عقلية اكتئابيه أو قلقة.

كما هو مصطلح يستخدم لوصف نمط أو طريقة تفكير الفرد التلقائية عن أحداث الحياة في إطار سلبى وتؤدى إلى مشاعر سلبية مثل: الحزن، والغضب، واليأس، والقلق (Clemmer,2009:8) . ويؤكد على ذلك Rnic; Dozois & Martin (2016)

بأنها تحيزات سلبية في التفكير تم وضعها على أنها تمثل عوامل للإصابه بالإكتئاب وخلل النطق.

ويرى محمود عبد المجيد عساف(٢٠١٧:١٦٣٧) أنها مجموعة الأفكار والمعلومات المغلوطة التي يتبناها الفرد، وتؤثر سلباً في قدرته على مواجهة أحداث الحياة والمرتبطة بالنصوص الشرعية، مما يجعله يصدر قرارات غير منطقية يصعب التفاعل معها. ويؤكد Usen;Eneh & Udom (2017:23) بأنها مجموعة الأفكار الخاطئة والمعتقدات السلبية التي تؤثر على تصورات الفرد ومعرفته بالحقيقة وهي تشتمل على التفكير الثنائي والتعميم الزائد والتفكير الكارثي والتهوين والتجريد الانتقائي، والتفسيرات الشخصية، وهي تظهر في أثناء الضغط النفسي أو في أثناء المواقف الضاغطة، والتي تؤدى بدورها إلى استنتاجات خاطئة في إدراك المواقف الواضحة.

في حين تعرفها سونيا عبد الحميد وسامي محسن جبريل (٢٠١٨:٩): بأنها عبارة عن التحريفات والأخطاء المعرفية في معالجة المعلومات التي يستخدمها الطلبة بصورة تلقائية عن أحداث الحياة بطريقة سلبية، وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم. وتتفق معها شيري مسعد حليم وهانم أحمد أحمد (٢٠١٩:١٨٦) حيث تعرفها بأنها مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية والتي تمتاز بعدم الموضوعية وتقترن بأساليب خاطئة في التفكير كالمبالغة والتهويل وابتغاء الكمال وتتأثر بالميول والأهواء الشخصية والتوقعات الخاطئة والظن والتنبؤ والابتعاد عن المسؤولية وهذه الأفكار لا تتفق مع إمكانات الفرد سواء كانت الواقعية والفعلية.

كما تعرف التشوهات المعرفية في علم النفس المعرفي، بأنماط التفكير اللاعقلاني التلقائية وذاتية التعزيز والتي قد تؤدى بالفرد أن يصبح عالقاً في حلقات ردود الفعل السلبية للتفكير غير الصحي مما يؤدى إلى تصورات غير دقيقة للواقع المرتبط عادة بالقلق والاكتئاب (Shickel ; Siegel; Heesacker; Benton & Rashidi, 2019). وترى رضا ربيع عبد الحليم (٢٠٢٠:٣١٠) بأنها أنماط من التفكير غير المستند على

المنطق الذي يؤدى إلى التحيز لأشياء دون غيرها، وتؤثر على إدراك الفرد وتفسيره للمواقف المختلفة. ويتفق معها إبراهيم سيد أحمد والسيد شبراوي أحمد (٨:٢٠٢١) بأنها أساليب تفكير غير منطقية تؤثر في إدراك الفرد وانفعالاته مع إصدار أحكام سلبية في التعامل مع الذات والآخرين واستجابته للمواقف والأحداث التي يواجهها بطريقة غير صحيحة. وتؤكد وفاء رشاد راوي (٤٠٧:٢٠٢١) في تعريفها بأنها المعتقدات الخاطئة التي يكتسبها الفرد من خلال التأثر بآراء الآخرين من حوله، وبنيت عليها توقعات وتنبؤات سلبية عن مستقبلها الأكاديمي والمهني، وتتضمن عدداً من الأبعاد تمثلت في الاستدلال التعسفي، الاستنتاج الانفعالي، لوم الذات والآخرين، والتجريد الانتقائي.

فئات وأبعاد التشوهات المعرفية:

وقد أشار Alexandru & Szeutagotal (2005:64) إلى أن هناك ثلاث فئات أساسية من التشوهات المعرفية، وكل فئة تؤدى إلى نتائج مميزة، كالتالى:

- **الفئة الأولى:** وتتمثل عندما يشعر الفرد أنه يجب أن يكون محبوباً من الجميع، وصاحب إنجاز متميز وتام وكفء لكل عمل، وإلا كان شخصاً لا قيمة له. وتؤدى هذه الفكرة إلى الهلع والقلق والاكتئاب.
- **الفئة الثانية:** وتتمثل عندما يعتقد الفرد بوجوب معاملة الأشخاص المهمين له بلطف ومحبة وعدالة وأن يراعوا مشاعره ولا يعرضوه للإحباط، وبعكس ذلك فإنه وجه لهم اللوم ويمكن أن يحاول الانتقام منهم. وتزيد هذه الفكرة اللاعقلانية من احتمالية زيادة مشاعر الغضب والسلوك العدواني والانطواء.
- **الفئة الثالثة:** وتتمثل عندما يعتقد الفرد أن الظروف يجب أن تسير بالاتجاه الذي يرغبه وإلا فإن الحياة تكون بغيضة وشاقة ولا تطاق. وقد تعزز هذه الحالة الشعور بفقدان الأمل وعدم القدرة على تحمل الإحباط، والإشفاق على الذات.

وفيما يلي عرض لأهم أنماط (أبعاد) التشوهات المعرفية التي تناولتها أغلب البحوث والدراسات:

- **النقد الذاتي Self-Criticism:** ويُظهر حجم تدنى احترام الفرد لذاته أو تقييم الذات بطريقة متدنية وأيضاً انخفاض قيمة النفس بالنسبة للفرد، كذلك الميل إلى انتقاد الذات، وتقليل قيمة الفرد لنفسه سواء داخلياً أو بالنسبة للآخرين.
- **لوم النفسSelf-Blame** : ويُظهر حجم قيام الفرد بلوم نفسه على الأحداث غير المرغوبة في حياته، وهذا من الممكن أن يشتمل على لوم النفس حتى على التجارب أو الخبرات المؤذية التي كانت خارجة عن سيطرة الفرد نفسه.
- **العجز Helplessness**: يُظهر عدم القدرة على التعامل مع أوجه الحياة المهمة في حياة الشخص والسيطرة عليها، وقد يكون مجهودهم غير ناجح، مما يؤدى هذا التفكير بهم أحياناً إلى السلبية في مواجهة التحدي والتغيير.
- **اليأس Hoplessness**: يُظهر إيمان الفرد بأن المستقبل كئيب، وأنهم سوف يتعرضون للمعاناة أو الفشل.
- **استغراق التفكير في الخطرPreoccupation with Danger** : ويُظهر تقييم ميل الأفراد ونزعتهم إلى رؤية العالم، خاصة في نطاق العلاقات الشخصية كمكان خطر، ولديهم الاعتقاد بأن الظروف الجيدة من الممكن أن تحوى مشاعر أو نتائج سلبية مادية (Briere,2000:1-2) .

ويجدر الإشارة بأن (2000) Briere قد استخدم هذه الأبعاد في مقياس التشوه المعرفي على عينة من (٦١١) فرداً منهم (٧٠) طالباً جامعياً ،ووفقاً لنوع الجنس (٥٣% ذكور، ٤٧%إناث) ،وتم تطبيق المقياس مع عدة مقاييس أهمهم بالنسبة للدراسة الحالية مقياس الانتحار PAI ،وأشارت النتائج أن جميع أبعاد مقياس التشوه المعرفي كانت أعلى بدرجة كبيرة بالنسبة للخاضعين للاختبار الانتحاريين أو الذين لديهم ميول انتحارية مقابل الأفراد غير الانتحاريين، بينما كان بُعد اليأس والعجز أعلى مرتين

بالنسبة للأفراد الانتحاريين عما هي بالنسبة للمشاركين الذين ليس لديهم ميول انتحارية كبيرة.

- **المبالغة:** وتعنى تقييم الشخص للأشياء والأحداث بطريقة مبالغ فيها، بحيث يعطى الشخص قيمة أكبر أو أقل نسبياً للأحداث والمواقف تختلف عن تقييم الآخرين لهذه الأحداث والمواقف.
- **المنطق العاطفي:** وهو تفسير الشخص للأمور واتخاذ القرارات بناء على المشاعر وفقاً لما يفضله أو يرتاح له أو يرغبه.
- **لوم الذات والآخرون:** وهو أن يلوم الإنسان نفسه على أحداث ومواقف حدثت وليس له ذنب فيها، أو يركز على أشخاص محددين باعتبارهم مصدر السلبية **(Ellis, 1997:63).**
- **الكل أو لا شيء:** وهو ميل لنمط من التفكير يكون مطلقاً، ويدرك الفرد نفسه والعالم في فئات حداة متطرفة، فالأمور إما أن تكون جيدة جداً أو سيئة جداً.
- **الاستنتاج الانفعالي**: والفرد هنا يقدم على تفسير الأحداث في ضوء مشاعرة الشخصية، والتي قد لا تكون مرتبطة بالحدث مباشرة.
- **الينبغيات والحتميات**: وهو كثرة استعمال الفرد لصيغة الينبغيات وذلك لوجود مجموعة من الأفكار لدى الفرد عن نفسه وما حوله من العالم ذات طبيعة ثابتة وجامدة ولا تتمتع بالمرونة للتوافق مع تغيرات الحدث.
- **التعميم الزائد (الأفراط في التعميم)**: وهو تعميم الفرد خبرة سلبية منعزلة على الذات ككل، إذ يعمم الفرد من خبرته السلبية على كل المواقف الشبيهة ويتعامل معها مثل تعامله مع الخبرة السلبية.
- **القفز إلى الاستنتاجات:** وهو استنتاج الفرد للمواقف بصورة سلبية دون وجود دليل عليها وله وجهان؛ **(أ) قراءة العقل:** وهو اعتقاد الفرد أنه يعرف فيما يفكر

فيه الآخرون. **(ب)التنبؤ بالمستقبل**: وهو توقع الفرد أن المستقبل لا يعبئ خيراً له في أغلب الأحيان **(عمار عبد على حسن، ٢٠١٥: ٦٣٤-٦٣٥) .**

ومما سبق تخلص الباحثة إلى تعريف التشوهات المعرفية بأنها: أخطاء معرفية أو انحرافات في التفكير وأفكار غير منطقية التي يستخدمها الافراد بصورة تلقائية عن أحداث الحياة بطريقة سلبية، وتتأثر بالميول والأهواء الشخصية والتوقعات الخاطئة والظن والتنبؤ والابتعاد عن المسؤولية وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم، وتجعل الفرد يسلك بطريقة سلبية بما يؤثر على تكييفه وتوافقه في حياته. **وفى ضوء ما عُرض تحدد الباحثة تحديد التشوهات المعرفية إجرائياً** طبقاً للدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس التشوهات المعرفية (إعداد الباحثة) والذي يعكس أربعة أبعاد هما: لوم الذات والآخرين، الأفراط في التعميم، اليأس، العجز.

خصائص الأفراد الذين يعانون من التشوه المعرفي:

وقد اتفق (Ryan & Eric,2005:1250 ؛ ووفاء رشاد راوى،٢٠٢١: ٤١٠) في تحديد مجموعة من الخصائص التي يمكن أن يتصف بها الأشخاص المشوهين معرفياً والتي تتمثل في التالي:

- توجد لديهم انطباعات مبالغ فيها عن الذات سواء بالإيجاب أو بالسلب، كأن يصف نفسه بالعبقري الذي لا يمكن أن يفشل أبداً، أو الثرثار الفاشل الذي لا يمكنه النجاح في أي مهام.
- يتمتعون بأسلوب تفكير منغلق وتقليدي وغير قادر على التوافق مع مجريات الحياة المتنوعة والجديدة.
- عادة ما يقعون في مواقف من الإرباك والإحراج، فهم يضعون أنفسهم في مواقف يدعون أنهم على دراية وخبرة كبيرة بها، وهم في الحقيقة غير ذلك.
- يتوقعون دائماً الأسوأ في مواقف حياتهم اليومية، ويركزون على نواحي النقص والفشل لديهم وليس العكس.

- كذلك يتصفون بالجمود الفكري، والميل إلى المغالاة والحدة في التعامل، وعدم قبول الرأي الآخر.

النظريات المفسرة للتشوهات المعرفية:

١-نظرية العلاج العقلاني الانفعالي:

تعتبر من أبرز النظريات التي اهتمت بتوظيف الجانب المعرفي العقلي في فهم الجانب الوجداني، وحاولت تفسير الاضطرابات الانفعالية في علاقتها بالتفكير اللاعقلاني. حيث سعى (Ellis) مؤسس النظرية إلى تغيير المعارف لتعديل السلوك والتأثير على الانفعالات انطلاقاً من الاعتقاد القوى بأن المعرفة تلعب دوراً أساسياً في إحداث الاضطرابات الوجدانية أو علاجها (Barriga; Landou; Stinson; Liau, 2000:37) .

ويفترض Ellis (1990:225) أن استخدام نموذج العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي يقلل الإحساس بالقلق إلى أقصى حدود ،وعندما تتغير الأفكار اللاعقلانية (التشوهات المعرفية) إلى أفكار عقلانية فإنها ستجعل حياتنا في المستقبل أكثر رضا واستقراراً ، ويعبر (Ellis) عن هذه النتائج بأن الأفكار والمعتقدات العقلانية تجعل الشخص أكثر كفاءة في حياته المستقبلية لأنه يبحث عن البدائل وينظر لنفسه نظرة إيجابية ويكون تقبله لذاته تقبلا غير مشروطاً وكذلك تقبله للآخرين لأنه سيعرف أن كل الناس قد يخطئون وهذا أمر طبيعي وهذا التقبل غير المشروط يجنب الشخص الإحساس بالقلق والاكتئاب.

٢-نظرية جورج كيلى للتشوهات المعرفية:

تشير النظرية إلى أن الإنسان كائن عقلانى صانع لمصيره، وذلك من خلال تكوينات شخصية ينظر من خلالها إلى العالم المحيط بناء على ما يحمله من توقعات تحدد اختياره لما يمارسه من سلوكيات أو ما يقوم به من أفعال. وبحسب نظرية كيلى،

فإن الفرد لا يتقيد باختياراته خلال مراحل النمو البشرى المختلفة، لأن الفرد يعتمد فيما يمارسه من سلوكيات على ما يحمله من توقعات معرفية وفكرية كالتوقع والتنبؤ بحدوث أشياء معينة، وأن الفرد يتصرف وفقاً لهذه التوقعات، وهي بمثابة واقع يوجه سلوك الفرد ويحكمه، إضافة إلى اتجاهاته ومعتقداته وما يعانيه من اضطرابات انفعالية، وما يحمله من تنبؤات مشوهة تكون ناتجة عن أخطاء في محتوى الأفكار والمعتقدات الشخصية لدى الفرد (نجاح محمد الشرمان وعمر مصطفى الشواشرة،٢٠٢٠: ٣؛ Shook,2010).

٣-التشوهات المعرفية ل Aaron Beck:

أكد Beck أن مشكلة التشوهات المعرفية تكمن بالأساس في أن الفرد يقوم بتحريف الواقع والحقائق بناءاً على مقدمات وافتراضات خاطئة تنشأ عن تعلم خاطئ حدث في إحدى مراحل النمو المعرفى للفرد، أي أن المحتوى المعرفى للفرد في حالة الاضطراب ينطوى على تحريف أو تشويه دائم لأحداث الحياة. ويرى Beck أن التشوهات المعرفية تؤدى إلى خروج منظم عن الواقع والمنطق، مما يتسبب في أساليب تفكير غير منطقية ونظرة سلبية نحو الذات والعالم والمستقبل (Beck,1999:31). كما بين Abramson Metalsk & Alloy (1989:358) ; أن الأفراد وفقاً لنظرية التشوهات المعرفية لBeck يعانون من وجود صعوبة في إمكانية التعامل مع الأحداث بشكل إيجابى ، كما يكونون أكثر عرضه للإصابة بفقدان الأمل عند مواجهتهم حدثاً سلبياً.

ومما سبق تخلص الباحثة إلى اتفاق النظريات السابقة في الاعتقاد القوى بأن المعرفة تلعب دوراً أساسياً في إحداث الاضطرابات الوجدانية أو علاجها. كما تتفق الباحثة مع Beck حيث يرى أن التشوهات المعرفية تؤدى إلى خروج منظم عن الواقع والمنطق، مما يتسبب في أساليب تفكير غير منطقية ونظرة سلبية نحو الذات والعالم والمستقبل، وأن الأفراد ذوي التشوهات المعرفية يكونون أكثر عرضه للإصابة بفقدان الأمل عند مواجهتهم حدثاً سلبياً. **مما يدعم فكرة الباحثة عن التسلسل المنطقى للدراسة**

الحاليـة فـاجترار الـذات الـذي يجعـل الفـرد دائمـاً فـي حالـه مواجهـه مـع الأحـداث السـلبية ومستغرق في ذكريات الماضى المؤلمة وكذلك أنماط التعلق غير السوية مما يتسبب في أساليب تفكير غير منطقية وتحريف الواقع والحقائق وتشوهات معرفية قد تؤدى إلى فقدان الأمل والنظرة السلبية نحو العالم والمستقبل مما يجعل من المتوقع وجود إصابة بالميول الانتحارية.

أما عن الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين التشوهات المعرفية والميول الانتحارية، نذكر منها: دراسة Fazakas-Dehoog ; Rnic & Dozois (2017) التي اقترحت نموذجاً تكاملياً للتشوهات المعرفية (اليأس والتقييمات السلبية للذات والمستقبل) والعجز (عجز حل المشكلات وتجنب حل المشكلات والصلابة المعرفية). لإختبار سلامة هذا النموذج؛ أكملت عينة من (٣٩٧) طالباً جامعياً مقاييس العجز والتشوهات المعرفية والتفكير الحالي في الإنتحار. أظهر نموذج المعادلة الهيكلية تواقفاً ممتازاً، وأشارت النتائج إلى أن التشوهات المعرفية فقط لها تأثير مباشر على التفكير الانتحاري، في حين أن العجز المعرفى قد يمارس تأثيره على التفكير في الانتحار من خلال علاقته المتبادلة مع التشوهات المعرفية. كما أكدت النتائج على أهمية كل من التشوهات والعجز المعرفى لفهم الانتحار، والذي قد يكون له آثار على الجهود الوقائية والعلاج.

ودراسة Webb (2019) التي فحصت التغيرات في الاكتئاب والتفكير الانتحاري واحترام الذات والتشوهات المعرفية كدالة للتغيير في اليقظة العقلية بين النزلاء المسجونين الذكور. تكونت عينة الدراسة من (٦٤) مشاركاً. استخدمت الدراسة استبيانات التقرير الذاتي حول الاكتئاب واحترام الذات والتشوهات المعرفية، ومقاييس فرعية من اللوم الذاتي واليأس والعجز والانشغال بالخطر واحترام الذات. أشارت نتائج

الدراسة أن هناك علاقة دالة احصائياً بين الاكتئاب والتفكير الانتحاري والتشوهات المعرفية وتحسين احترام الذات.

وهدفت دراسة Nikolaev (2021) تقييم مدى انتشار الميول الانتحارية لدى طلاب الجامعات أثناء تفشى Covid-19 وتحديد الخصائص النفسية والاجتماعية للطلاب الذين لديهم ميلاً منخفضاً للانتحار في محاولة للتخفيف من مخاطر الانتحار. تم إجراء البحث من خلال استطلاع عبر الأنترنت شمل (٥٣٦) طالباً من كلا الجنسين تراوحت أعمارهم ما بين (٢٠-٢١) سنه ممن درسوا في الجامعات الروسية. وكانت أدوات الدراسة عبارة عن استبيانات منظمة أثناء التعلم عن بعد بسبب تفشى Covid-19 . كشفت الدراسة أن (٥٧,٤٧%) من العينة أظهروا ميولاً انتحارية، وأن نسبة الذكور منهم كانت تفوق أعداد الإناث. أيضاً أظهرت الدراسة أن الطلاب الذين لديهم ميول انتحارية شديدة هم أكثر تناولاً للكحول وعدم الحرص على الاهتمام بصحتهم كما كان لديهم درجات منخفضة في مستوى التدين والاعتقاد وكذلك انخفاض قدرة التعبير عن السعادة. كما أنهم أثناء تفشى Covid-19 تصرفوا بشكل أقل مسئولية في اتباع التدابير التقييدية الشخصية التي تهدف إلى تقليل مخاطر الإصابة. كما تنبأت الدراسة أنه مع استمرار تفشى الوباء يمكن أن يؤدى إلى تكثيف المعاناه المضادة للحيوية وزيادة خطر الانتحار لدى الطلاب الذين لديهم ميول انتحارية وضرورة الأخذ في الاعتبار ضرورة خضوعهم لبرامج وقائية.

بينما توجد بعض الدراسات التي تناولت التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى لدى عينه من طلاب الجامعة أو الشريحة العمرية مجال البحث، نذكر منها: دراسة Rnic ; Dozois & Martin (2016) عن العلاقة بين التشوهات المعرفية وأنماط الفكاهة والاكتئاب. فقد افترضت الدراسة أن كل من أنماط الفكاهة التكيفية وغير التكيفية تمثل استراتيجيات مواجهة تتوسط العلاقة بين التشوهات المعرفية وأعراض الاكتئاب. كما ركزت الدراسة على تواتر وتأثيرات التشوهات المعرفية عبر

السياقات الاجتماعية والمتعلقة بالانجاز وأنواع الدعابة. أظهرت النتائج ارتباط التشوهات المعرفية بتقليل أنماط الفكاهة التكيفية والمعززة للذات وزيادة استخدام الفكاهة العدوانية وسوء التكيف. كما توسط انخفاض استخدام الفكاهة المعززة للذات العلاقة بين معظم أنواع التشوهات المعرفية والمزاج المكتئب، مما يشير إلى أن التفكير السلبي المشوة قد يتداخل مع قدرة الفرد على تبنى نظرة روح الدعابة والبهجة في الحياة مما يؤدى إلى ارتفاع أعراض الاكتئاب. وبالمثل توسطت الفكاهة الهازمة للذات في ربط التأثير الاجتماعى للتشوهات المعرفية بالاكتئاب، بحيث يمكن استخدام الفكاهة كاستراتيجية للتعامل مع التفكير المشوة.

في حين قامت دراسة Acharya & Relojo (2017) بفحص دور التشوهات المعرفية والترابط الأبوى في أعراض الاكتئاب بين الذكور البالغين. تكونت العينة من (١٥٠) مراهقاً ذكراً. أظهرت النتائج أن النقد الذاتي والعجز والانشغال بالخطر ولوم الذات ارتبطت بشكل ايجابى بأكتئاب المراهقين بينما ارتبط بُعد رعاية الأب في العلاقة بين الوالدين والطفل ارتباطاً سلبياً باكتئاب المراهقين.

بينما قام Deluz; Sainsbury ;Hay ; Roekenes & Swin bourne (2017) بدراسة العلاقة بين سوء التكيف والتشوهات المعرفية لدى البالغين المصابين بالسمنة المفرطة. كما اهتمت الدراسة بفحص ما إذا كان المصابون بالسمنة المرضية يختلفون فيما يتعلق بالإدراك المختل عند مقارنتهم بالأفراد ذوي الوزن الطبيعى عندما تم التحكم في الحالة الصحية العقلية. تكونت العينة من (١١١) مشاركاً (٥٣) مصاباً بالسمنة المرضية و (٥٨) ذو وزن طبيعى. استخدمت الدراسة عدة أدوات من أهمها: استبيان التشوهات المعرفية، واستبيان للإكتئاب، ومقياس القلق والتوتر، والاستبيان الديموغرافى والسريرى. أظهر المشاركون المصابون بالسمنة المرضية درجات أعلى في (عدم كفاية ضبط النفس /الانضباط الذاتي) من ١٥ مخططاً لسوء التكيف واستبيان التشوهات

المعرفية مقارنة بالمشاركين ذوي الوزن الطبيعى. كما أظهر المشاركون المصابون بالسمنة المفرطة قلقاً شديداً أكثر من المشاركين ذوي الوزن الطبيعى. بينما لم تظهر النتائج اختلافات ذات مغزى في الادراك المختل وظيفياً بين المشاركين. اقترحت الدراسة أنه من المحتمل أن يكون الادراك المختل الذي يقدمه الأفراد المصابون بالسمنة المرضية مرتبطاً بصحتهم العقلية الفردية وليس بوزنهم.

وقامت دراسة Fischback (2018) باستكشاف التأثير المُعدل للاستقلالية المعرفية على العلاقة بين التشوهات المعرفية وسلوكيات الشباب الجانحة. تكونت عينه الدراسة من (١٤٦) مراهقاً من مرفق علاج داخلى. أظهرت التحليلات ارتباط التشوهات المعرفية والسلوكيات الجانحة. بينما لم تكشف النتائج أن الاستقلالية المعرفية أثرت على العلاقة بين التشوهات المعرفية والسلوكيات الجانحة. وأوصت الدراسة ببحث الأسباب المحتملة والتفسيرات البديلة للنتائج التي لم تكن متوافقة مع التوقعات.

وهدفت دراسة شيرى مسعد حليم وهانم أحمد أحمد (٢٠١٩) التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية وتقدير الذات الاجتماعية لدى طلبة جامعة الزقازيق، كما هدف إلى التعرف على الفروق في كل من التشوهات المعرفية وتقدير الذات الاجتماعية تبعاً لمتغيرات (النوع والفرقة الدراسية)، كما سعى البحث التعرف على معدلات انتشار التشوهات المعرفية بين طلبة الجامعة. وتكونت عينة البحث من (٣٩٠) طالباً بواقع (١٢٩ ذكر، و٢٦١ أنثى)، وقد بلغ متوسط أعمارهم (٢٠) سنة. وأسفرت أهم النتائج أنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث في كل من أبعاد التشوهات المعرفية وتقدير الذات الاجتماعية لدى عينة البحث. وأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب الفرقة الأولى وطلاب الفرقة الرابعة في أبعاد التشوهات المعرفية (التفكير الثنائى-الاستنتاج التعسفى-المقارنات الظالمة-فقدان الأمل)، بينما توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب الفرقة الأولى وطلاب الفرقة الرابعة في أبعاد التشوهات المعرفية (التمركز حول الذات-المبالغة-الاستدلال

العاطفى-التعميم-الدرجة الكلية) لصالح طلاب الفرقة الأولى. كما توصلت نتائج البحث إلى أن هناك مستويات متباينة لأبعاد التشوهات المعرفية. كما يمكن التنبؤ بتقدير الذات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة من أبعاد التشوهات المعرفية لديهم.

أما عبد الرحمن بن درباش موسى الزهرانى (٢٠١٩) فهدف الكشف عن مقدار القيمة التنبؤية لكلاً من التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالى والصلابة النفسية للتنبؤ بقلق التصور المعرفى لدى طلاب المرحلة الجامعية. شملت عينة الدراسة الفعلية (٢٨٦) طالباً جامعياً ممن يدرسون بكلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة الملك عبد العزيز. أشارت نتائج البحث إلى أنه يمكن تفسير ما يقارب (٤٨,٩%) من التباين على متغير قلق التصور المعرفى لدى طلاب المرحلة الجامعية، وذلك بمعرفة متغيرات التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالى والصلابة النفسية.

هدفت دراسة Ramsey (2019) فحص ما إذا كانت السمات الإيجابية مثل الامتنان والتسامح يمكن أن تخفف من آثار الصدمة على الاكتئاب والتشوهات المعرفية ودعم العلاقات المتصورة بين الأقران في مرحلة المراهقة المتأخرة. أظهر كل من الامتنان والتسامح أنهما وسيطان للعلاقة بين الصدمة والتشوهات المعرفية والعلاقة بين الصدمة والاكتئاب لاسيما في مجالات الصدمات الجسدية والعاطفية. كما أكدت الدراسة أن الأفراد القادرون على مسامحة أنفسهم لارتكابهم أفعال خاطئة هم أكثر عرضه لأن يكونوا أكثر صحة من الناحية العاطفية ويظهرون مؤشرات أقل للاكتئاب. ومع ذلك، لم يظهر أن مسامحة الآخرين هي وسيط في أي من النماذج.

أما دراسة رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومنى (٢٠٢٠) فقامت بالكشف عن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك. وتكونت عينة الدراسة من (١٥٥٢) طالباً وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية من جميع الكليات العلمية والإنسانية.

واستخدم الباحثان مقياس التشوهات المعرفية لروبيرت (Roberts,2015) بعد التحقق من خصائصة السيكومترية.أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التشوهات المعرفية كان متوسطاً على الدرجة الكلية والأبعاد، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لأثر النوع في اتجاه الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً تعزى لأثر المعدل التراكمى لصالح المستوى المقبول، وأشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الكلية والسنة الدراسية.

وهدفت دراسة رضا ربيع عبد الحليم (٢٠٢٠) الكشف عن إسهام كل من التفكير الاستراتيجى والتشوهات المعرفية في التنبؤ باتخاذ القرار، كما هدفت معرفة مستوى التشوهات المعرفية، والكشف عن الفروق في النوع والتخصص وتفاعلاتهما في كل من التفكير الاستراتيجي والتشوهات المعرفية واتخاذ القرار. وذلك على عينة تكونت من(٤٠٠) طالباً وطالبة من الطلاب المتوقع تخرجهم بجامهة المنيا، وقد طُبق عليهم مقياس التفكير الاستراتيجي، ومقياس التشوهات المعرفية، ومقياس اتخاذ القرار. وكانت أهم نتائج البحث هي إمكانية التنبؤ باتخاذ القرار في ضوء كل من التفكير الاستراتيجي والتشوهات المعرفية حيث يسهما بنسبة (٤٢%) في التنبؤ باتخاذ القرار. وكشفت عن مستوى متوسط في جميع أبعاد مقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية له ماعدا بُعد التفكير الثنائى الذي جاء مرتفعاً لدى عينة البحث. ووجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والأناث في جميع أبعاد مقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية في اتجاه الذكور. وفروق غير دالة إحصائياً بين طلاب التخصص العلمى والأدبى في جميع أبعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية له.

في حين هدف Moral-Jimenez & Gonzalez-saez (2020) دراسة العلاقة بين التشوهات المعرفية واستراتيجيات المواجهة لدى عينة من الشباب ذوي الاعتماد العاطفى. تم تطبيق استبيان الاعتماد العاطفى (CDE)، وجرد الأفكار التلقائى (IPA)، واستبيان المواجهه (COPE-28). أشارت النتائج أن الشباب الذين يعانون من

التبعية العاطفية لديهم سمات معرفية مميزة مع تشوهات معرفية واستراتيجيات مواكبة تؤيد تصورهم التفاضلى للعلاقة العاطفية التبعية.

وقام إبراهيم سيد أحمد والسيد شبراوى أحمد (٢٠٢١) ببحث يهدف معرفة مستوى التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة، وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعى وإدمان الانترنت، وإمكانية التنبؤ بهما من خلال التشوهات المعرفية، وكذلك اختبار الدور الوسيط للقلق الاجتماعى بين التشوهات المعرفية وإدمان الانترنت، وذلك على عينة تكونت من (٢٥٠) طالباً من طلاب كلية التربية جامعة الأزهر، وأستخدمت الدراسة مقياس التشوهات المعرفية ومقياس القلق الاجتماعى ومقياس إدمان الانترنت. وأسفرت نتائج البحث عن ارتفاع مستوى التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة ،ووجود علاقة إيجابية بين التشوهات المعرفية وكل من القلق الاجتماعى وإدمان الانترنت مع إمكانية التنبؤ بهما من خلال التشوهات المعرفية، وأن التشوهات المعرفية (التفسيرات الشخصية-التعميم الزائد-التهوين الذاتي) هي الأكثر إسهاماً في التنبؤ بالقلق الاجتماعى، كما أن التشوهات (التجريد الانتقائى –التفكير الثنائى-التعميم الزائد-التهوين الذاتي-التفسيرات الشخصية) هي الأكثر إسهاماً في التنبؤ بإدمان الانترنت،كما أظهرت النتائج الدور الوسيط للقلق الاجتماعى بين التشوهات المعرفية وإدمان الانترنت.

وهدفت دراسة أحمد حسين الشافعى (٢٠٢١) معرفة مدى إسهام التشوهات المعرفية في التنبؤ باضطراب صورة الجسم لدى عينة من طلبة الجامعة، وهل تؤثر المتغيرات الديموغرافية (ذكر/أنثى-ريف/حضر –كليات نظرية/كلية عملية) في العلاقة بين التشوهات المعرفية وصورة الجسم. تكونت العينة من (١٧١) طالباً وطالبة (٧١ ذكور-٨٦ إناث) بمتوسط عمري قدرة (٢٠،٣٩). استخدمت الدراسة مقياس التشوهات المعرفية ومقياس اضطراب صورة الجسم. وقد أظهرت النتائج وجود ارتباطات دالة بين التشوهات المعرفية واضطراب صورة الجسم. كما أرتبط "التجريد الانتقائى" كأحد أبعاد

التشوه المعرفى مع التقييم السلبي لأجزاء الجسم وعدم الرضا عن المظهر العام للجسم والدرجة الكلية لاضطراب صورة الجسم. كما أرتبط " التعميم الزائد" كأحد أبعاد التشوه المعرفى مع التقييم السلبي لأجزاء الجسم وعدم الرضا عن المظهر العام للجسم والسلوك التجنبى للمواقف الاجتماعية والدرجة الكلية لاضطراب صورة الجسم. وفى المقابل، لم يرتبط بعدا الكمالية ولوم الذات والآخرين بأى من أبعاد مقياس صورة الجسم بصورة دالة إحصائياً.

في حين قام نظمي حسين المعلا وعمر عطا الله على (٢٠٢١) ببحث هدف إلى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية وإعاقة الذات لدى طلبة جامعة آل البيت بالأردن، وقدرة التشوهات المعرفية على التنبؤ بالإعاقة الذاتية، والكشف عن وجود فروق في مستوى إعاقة الذات تبعاً لمتغيرى النوع والكلية و التفاعل بينهما. وذلك على عينة تكونت من (٦٤٣) طالباً وطالبة من جامعة آل البيت. تم استخدام مقياس إعاقة الذات المُعد من (Jones & Rhodewalt,1982)، ومقياس التشوهات المعرفية المُعد من قبل (Salah al-Din,2015) . وقد توصلت النتائج إلى أن مستوى إعاقة الذات والتشوهات المعرفية كان متوسطاً، وأوضحت أن التشوهات المعرفية ساهمت في تفسير ما نسبته (١٤,١%) من إعاقة الذات، كما أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى إعاقة الذات تعزى إلى متغير النوع في اتجاه الذكور، وفروق تبعاً للكلية لصالح الكليات الإنسانية، وفروق تبعاً للتفاعل بين النوع والكلية.

-المحور الرابع: الميول الانتحارية: Concept of Suicidaltendencies

تتنوع المفاهيم الخاصة بالميول الانتحارية حيث تم تناوله بمعان ووجهات نظر مختلفة، فمن الباحثين من يهتم بمفهوم الانتحار ومنهم من يتناول الميول الانتحارية، والسلوكيات الانتحارية، والبعض يهتم بالتفرقة بين إيذاء الذات الانتحاري وغير الانتحاري، وفيما يلي أهم هذه التعريفات:

- أولاً تعريف **الميل**، وهو شعور يصاحب انتباه الفرد وإهتمامه بموضوع ما، ويقترب كثيراً من الاتجاه، وأن الاتجاه أكثر عمومية من الميل وتختلف الميول من حيث مدى الإستمرارية، فقد يكون هناك ميلاً طارئاً ولكن سرعان ما ينصرف عنه الفرد، وهناك ميول تستمر معه لفترة طويلة من الزمن، وبدايات الميول تظهر في مرحلة الطفولة المتأخرة ولكنها تتضح وتتحدد في المراهقة مصاحبة للنمو العقلى الذى يحققه المراهق (علاء الدين كفافى، ٢٠٠٦ب : ٢٤٩) .

- أما **الانتحار** فتعرفه بوسنه عبد الوافى (٢٠٠٨:٤٣) بأنه ظاهرة اجتماعية ومشكلة نفسية تجعل الفرد يزهق روحه بسبب عجزه عن مواجهة الواقع، أو لفشل شخصى في المشكلات الطارئة، أو يأس لعدم القدرة على التكيف مع الظروف الطارئة المستجدة والمفاجئة، وهو فعل قتل الذات بطريقة غالباً ما تكون شعورية، باعتبار الموت وسيلة أو نهاية.

كما أنه القيام بفعل يؤدى إلى الموت بغرض إنهاء حياة الفرد أو التخلص من بعض الأمور مثل تخفيف الألم، والذى يعتقد أنه يحققه بالموت (Paterson,2008:8) .

-أما عبد الحفيظ معوشه (٢٠٠٩:٣١) فيعرف **الميول الانتحارية** بأنها نزعة الفرد نحو الانتحار، ويمكن التعرف عليها من خلال مدى رغبه الفرد في الانتحار، ومدى استعدادة للمرور بالفعل الانتحاري، إلى جانب معرفة مدى مقاومته للتفكير في الانتحار. وهو سلوك يهدف إلى تدمير الذات، وله العديد من عوامل الخطر المسببة المتعلقة بالمكونات الاجتماعية والبيوكيميائية والنفسية وحتى السياسية (Yoo,2011) .

كما يشير الانتحار إلى عمل متعمد لإنهاء حياة المرء، أما مصطلح السلوكيات الانتحارية فيشير إلى أفكار الانتحار، ومحاولة الانتحار، والتخطيط للانتحار. وتشير خطط الانتحار إلى أكثر من مجرد أفكار فهى تعد طريقة أكثر نشاطاً للتنفيذ، حيث تشمل على سلوك عقلى ومادى للفعل (Zayas,2011:19) . وكذلك ترى سالمة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية (٢٠١٩: ١٠٨) الانتحار بأنه الفعل العمدي المؤدى إلى إنهاء

حياة الفرد ذاتياً، وهو مشكلة تهدد الحياة نتيجة لعدة أسباب تتمثل في دوافع الفرد العدائية تجاه ذاته، وفقدان الأمل وتضخيم السلبيات، أو نتيجة شعوره بالنبذ الاجتماعى، ويعد هذا الفعل فردياً رغم أنه يأخذ طابعاً اجتماعياً.

ويتفق محمد ربحى عبد الفتاح وصلاح الدين محمد أبوناهية وحسام الدين محمود عزب (٢٠٢٠) في تعريف الميول الانتحارية بأنها نزعة الفرد وميوله نحو الانتحار والتي تكمن في الأفكار الانتحارية السلبية التي تراوده، والتي يمكن معرفتها من خلال الرغبة والتخطيط للانتحار ومدى قدرته فعلياً على تنفيذ الانتحار، بسبب فقدان عزيز أو هرباً من واقع محزن أو من الضغوط النفسية أو الأسرية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو بسبب انعدام القيمة والشعور بالذنب.

ويعرف محمد قاعد زايد (١٤٢:٢٠٢٠) الانتحار بأنه وضع حداً للحياة بقتلها عمداً نتيجة لضغوط نفسية واجتماعية لم يستطع الفرد تحملها. كما يذكر يحيي بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد(٢٧٦:٢٠٢٠) الميول الانتحارية بأنها هي كل فعل أو أفعال يقوم بها صاحبها لقتل نفسه بنفسه، وإنهاء حياته نتيجة هذه الأفعال، ويُعرفها بأنها هي كل فعل أو أفعال يقوم بأنه قرار يأخذه شخص من أجل إنهاء حياته. ويتفق معهم مؤيد إسماعيل جرجس (١٧٥:٢٠٢١) بأن الميول الانتحارية هي نزعة الفرد لإستسلامه لمجموعة من الأفكار الإنفعالية السلبية التي تدفعه للقيام بأغرب قرار يتخذه لإنهاء حياته لأسباب مختلفة.

يتضح من التعريفات السابقة أنها جميعاً اتفقت جوهرياً في معنى الميول الانتحارية أنها نزعة الفرد للتخلص من حياته، ولكنها اختلفت في تحديد الأسباب والعوامل، فمنهم من يرى أنها نتيجه دوافع الفرد العدائية تجاه ذاته أوفقدان الأمل أوتضخيم للسلبيات التي مر بها، أو بسبب فقدان عزيز أو هرباً من واقع محزن أو من الضغوط النفسية أو الأسرية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو بسبب انعدام القيمة والشعور بالذنب. **وبذلك تحدد الباحثة الميول الانتحارية** على أنها: نزعة الفرد للتخلص

من حياته والتي يمكن معرفتها من خلال اتجاه الفرد نحو الحياة والموت نتيجة صراع داخلي لديه وتفكيرة في الألم النفسي الذي يشعر به، ويقوم بالتعبير عن رغبته في التخلص من حياته، والتغلب على حاجز الخوف الغريزي من الموت، والبدء في التخطيط واختيار الوسيلة وكل تفاصيل هذا الانتحار، **وتتحدد إجرائيا** بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الميول الانتحارية (إعداد الباحثة) والذى يتضمن ثلاثة أبعاد هم:التفكيروتصور الانتحار،الرغبة في الانتحار،الرغبة في الانتحار.

العلامات التحذيرية للميول الانتحارية:

تشير منظمة الصحة العالمية أن الذين يتحدثون عن الانتحار هم في ذلك يسعون إلى طلب المساعدة والمساندة الاجتماعية، فعدد كبير ممن يفكرون في الانتحار يعانون من القلق والاكتئاب والياس ويشعرون أنه لا يوجد خيار آخر. ومعظم حالات الانتحار يسبقها علامات تحذيرية سواء لفظية أو سلوكية ومن الضرورى التنبؤ بهذه العلامات التحذيرية والكشف عن الميول الانتحارية لديهم حتى يستطيع الآخرين مساندتهم . (WHO,2014:14-29)

عوامل الخطر الخاصه بالانتحار:

على الرغم من ثبوت الصلة بين الانتحار والاضطرابات النفسية (خاصة الاكتئاب والاضطرابات الناجمة عن تعاطي الكحول) في البلدان المرتفعة الدخل، فإن كثيراً من حالات الانتحار تحدث باندفاع في لحظات الأزمة عندما تنهار قدرة المرء على التعامل مع ضغوط الحياة، مثل المشاكل المالية، أو الانفصال أو الطلاق أو الآلام والأمراض المزمنة.

وبالإضافة إلى ذلك، ثمة صلة قوية بين النزاعات والكوارث والعنف وسوء المعاملة أو فقد الأحبة والشعور بالعزلة بالسلوك الانتحاري. وترتفع معدلات الانتحار كذلك بين الفئات الضعيفة التي تعاني من التمييز مثل اللاجئين والمهاجرين؛ والشعوب الأصلية؛ والمثليات والمثليين ومزدوجي الميل الجنسي ومغايري الهوية الجنسانية

وحاملي صفات الجنسين؛ والسجناء. بيد أن أقوى عامل يزيد من احتمال الانتحار هو الإقدام على محاولة انتحار من قبل (موقع منظمة الصحة العالمية https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/suicide).

ويعرض Franklin (2017:189) قائمة لعوامل الخطر الخاصة بالانتحار وفقاً بعض المنظمات العالمية، وهى كالتالى:

١- **الرابطة الأمريكية لعلم الانتحار (للكبار) (AAS,2015) :** وقد حددت أكثر من علامة تحذيرية منها ضغوط الحياة والخسائر الفعلية مثل خسارة عاطفية أو اكاديمية ، ومحاولات الانتحار السابقة.

٢- **الرابطة الأمريكية لعلم الانتحار (للشباب) (ASS,2015) :** وقد حددت أكثر من علامة تحذير منها ضغوط الحياة ،والخسائر الفعلية.

٣- **المؤسسة الأمريكية لمنع الانتحار (AFSP,2015) :** حدوث عوامل الخطر في الاكتئاب ،الفصام، اضطراب ثنائى القطب، اضطراب الشخصية، انتحار آخرين، سهولة الوصول للوسائل ،تاريخ عائلى،اعتداء في الطفولة، محاولة انتحار سابقة.

٤- **مراكز السيطرة على الأمراض (CDC,2015) :** حددت عوامل الخطر في وجود تاريخ عائلى من الانتحار أو سوء معاملة الطفولة، محاولة انتحار سابقة، اضطراب نفسى ،تعاطى مخدرات ،يأس ،ميول انتحارية، معتقد دينى بأن الانتحار مشرف، عزلة اجتماعية ،مرض جسدى ،وصمة عار.

٥- **المعهد الوطنى للصحة العقلية (NIMH,2015) :** حددت عوامل الخطر في الاضطرابات العقلية،ومحاولة انتحار سابقة، تاريخ عائلى،تعاطى مخدرات، توافر وسائل الانتحار في المنزل، العزلة بسبب السجن.

٦- **منظمة الصحة العالمية (WHO,2015) :** حددت عوامل خطر الانتحار في الاكتئاب ،تعاطى المخدرات ،ألم جسدى مزمن ،عنف وكوارث، سوء معاملة ، خسارة ،العنصرية، العزلة والسجن، محاولة انتحار سابقة.

من خلال العرض السابق يتبين أن الميول الانتحارية أو الانتحار مسألة معقدة نسبياً، حيث توجد صعوبة في تحديد سبب بعينه يؤدى إليه، وقد تعود إلى تضافر مجموعة من العوامل؛ سواء الخاصة بالفرد أو المحيط الخاص به، وبتعدد الأسباب تعددت التوجهات العلمية والنظرية المفسرة لهذه الظاهرة.

النظريات المفسرة للميول الانتحارية:

١-النظرية الاجتماعية (1897) Durkheim :

ويعتبر أميل دوركايم إلى حد كبير أول من تناول المفهوم النظرى للانتحار، حيث قام بالكشف عن العلاقة بين التنظيم الاجتماعى والانتحار، وقد ربط نظريته بأربعة أنواع مختلفة من الانتحار تعكس جوانب التكامل والتنظيم لتجارب الفرد في المجتمع وهي: الإيثارى، والذرى، والأنومى، والقدوى. الانتحار الإيثارى يشير إلى الاندماج المفرط في المجتمع ويشعر فيه الفرد أنه حين يضحى بحياته عن طريق الانتحار فهو يضحى بحياته من أجل الواجب تجاه الآخرين. أما الانتحار الذرى: فيتعلق بتنظيم غير كاف، حيث يشعر الفرد بالارتباك فيما يتعلق بالقواعد المجتمعية، وعدم الفهم يؤدى إلى خيبة الأمل. والانتحار الأنومى: فيظهر عند الأفراد الذين لا يندمجون بشكل كاف مع المجتمع ، أى حينما يكون الاندماج الاجتماعى ضعيف. والانتحار القدوى: فهذا على العكس تماماً من الانتحار الفوضوى، حيث نجد الأفراد يشعرون بأن المستقبل مظلم، ويعانون من القسوة وكبت الرغبات والعواطف بالقوة والعنف، مما يولد القهر والحقد، وتوليد أفكار سوداوية تؤدى بالضرورة إلى الانتحار (محمد ربحى عبد الفتاح وصلاح الدين محمد أبوناهية وحسام الدين محمود عزب، ٢٠٢٠:١٦٠).

وطبقاً لوجهه نظر Durkheim فالإنتحار ليس فعل فرد منعزل وإنما فعل فرد في مجتمع. وطبقاً لهذا المنظور فإن الفرد سواء ارتكب الانتحار أو لم يرتكبه، فإن ما يحدد ذلك إلى درجة كبيرة هو تكيف الفرد للمجتمع، ما إذا كان متوافقاً معه، أو فيه أحداث تضغط عليه ليغادرة بقتل نفسه (قاسم حسين صالح، ٢٠٠٥:٣٨٢-٣٨٦).

٢-نظرية التحليل النفسى:

اعتبر Freud(1956) الانتحار ظاهرة نفسية داخلية Intrapsychic وقدم تفسيراته للسلوك الانتحاري على افتراض أساسى يكمن في التكوين النفسى، ويتضمن غريزتين متصارعتين، هما غريزة الحياة وغريزة الموت، حيث أن الأولى هي مصدر كل فعل خلاق ومصدر السلوك البناء، والأعمال الإيجابية لمواصلة الحياة، بينما الثانية هي مصدر كل فعل تدميرى وكل سلوك عدوانى. وقد سلم فرويد بغلبة غريزة الموت في النهاية بفضل ما تولده من ميول عدوانية، فترتد الكراهية والعدوان إلى الأنا، ولذلك فهو يرى أن الانتحار غالباً ما يكون حصيلة منطقية للمرض السوداوى. فيشير فرويد أن الأفراد لا يمتلكون القدرة أو الكفاية النفسية على أن يمارسوا العنف ضد غريزة الحياة بقتلهم لأنفسهم، ما لم يكونوا بعملهم هذا يقتلون أيضاً موضوعاً توحدوا فيه. فعندما يفقد الشخص إنساناً معيناً كان قد توحد فيه ويحمل له تناقضاً وجدانيا (أي حب وكره في آن واحد) فإن العدوان سيتجه إلى داخل هذا الشخص. فإذا كانت هذه المشاعر مهلكة وقاتلة بما يكفي، فإنه سيرتكب الانتحار بينما بعبر (Fenickel,1969) عن الانتحار بوصفه انقلاباً للسادية ضد الشخص نفسه وخاصة في انتحار مريض الاكتئاب. وهذا الرأي يكون من وجهه نظر الأنا الأعلى، حيث يتحقق فى الانتحار الاكتئابى الرأي القائل بأن ما من أحد يقتل نفسه، ما لم يسبق له أن انتوى قتل شخص آخر. أما من وجهه نظر الأنا فالانتحار يعبر عن الحقيقة التي مؤداها أن التوتر الشنيع الذي يولده ضغط الأنا الأعلى أصبح لا يحتمل، كما أن الأنا ترى نفسها وقد تخلت الأنا الأعلى عنها، ومن ثم تسلم

نفسها للموت (هشام عبد الحميد محمود،٢٠٠٩: ٢٥١؛ مؤيد إسماعيل جرجس، ١٧٦:٢٠٢١).

٣-نظرية مينجر:

وقد بنى كارل ميننجر نظريته على تصورات فرويد وأصدر كتابه الإنسان ضد نفسه، وأوضح فيه أن الانتحار هو "قتل مرتد Retroflexed Murder "، أو "قتل مقلوب Inverted Homicide "، نتيجة لغضب المنتحر من شخص آخر فيقوم بتحويل هذا الغضب إلى داخله أو أنه ينتحر عقاباً لنفسه على وجود هذا العدوان بداخله نحو هذا الشخص. وقد قسم ميننجر العدوان في الانتحار إلى ثلاثة عناصر، هي كالتالى:

-أولاً: رغبة الشخص أن يقتل.

-ثانياً: رغبته في أن يُقتل.

ثالثاً: رغبته في أن يموت. (محمد قاعد زايد، ٢٠٢٠: ١٤٥)

٤-النظرية المعرفية Aaron Beck (1979) :

نظريات اليأس والثالوث المعرفى السلبي: حيث اعتبرت أن الاكتئاب والانتحار لهما نفس البناء المعرفى، ويعبران عن مجموعة من الأفكار غير المعلنة تعطى للفرد نظرة سلبية تجاه الحياة والمجتمع. ويتألف هذا الثالوث المعرفى من ثلاثة عناصر معرفية تحث المتعالج على أن ينظر إلى نفسه ،ومستقبله ،وتجاربة بطريقة خاصة ،فالمكتئب ينظر إلى نفسه نظرة سلبية ،معتقداً أنه شخص غير مرغوب فيه ،وعديم القيمة بسبب خلل نفسى ،أو أخلاقى أو جسدى في نفسه،ويتألف العنصر الثانى من ميل المكتئب إلى تفسير تجاربه بطريقة سلبية، فهو يرى أن العالم يفرض عليه مطالب ومصاعب لا تقهر،ولا يمكن تذليلها للوصول إلى أهدافه في الحياة ، أما العنصر الثالث من الثالوث المعرفى ،فهو النظرة السلبية إلى المستقبل ،فالمكتئب يتنبأ بأن مصاعبة الحالية سوف

تستمر إلى ما لا نهاية(محمد ربحى عبد الفتاح وصلاح الدين محمد أبوناهية وحسام الدين محمود عزب، ٢٠٢٠:١٦٢).

كما افترض بيك وجود نموذج هرمي يتضمن معارف سطحية زاخرة ببناءات معرفية داخلية لتفسير الأثر المعرفى للاضطرابات الوجدانية، ونجد في المستوى العميق أن البناءات المعرفية تتكون من مخططات ومعتقدات الفرد حول الذات والعالم والعلاقات مع الآخرين، أما المستوى المتوسط فهو عملية حل المشكلات، والتي تتضمن تنمية الشخص استجابات تكيفيه للتغلب على المواقف (المشكلة)، وتتضمن مكونات معرفية مثل تقييم المشكلة، والبحث عن الحلول البديلة، والتخطط.أما المستوى الثالث فيتضمن المخرجات المعرفية، وتعبر عنها الأفكار التلقائية. وبناء عليه فإن الأشخاص المكتئبون يتصفون بأن لديهم "شبكات ترابطية Associative networks " قوية ونشيطة ، تعمل على ربط الذكريات المتعلقة بالاكتئاب مع بعضها ،ويحتمل أن تكون شبكة الاكتئاب قد تكونت لدى الفرد حينما تعرض لخبرات مبكرة متعلقة بالاكتئاب ،أدت بدورها إلى إرساء هذه الشبكة ،وحفظها في الذاكرة، ومن المحتمل أن يكون الأشخاص المكتئبون بسبب تلك الشبكات الاكتئابية أكثر انتباهاً وتركيزاً على العوامل الباعثة على الاكتئاب من حولهم ، وترسل بدورها الى الذاكرة مما يقوى الشبكة الاكتئابية ويدعمها Rice;Harold & Thapar,2002) ؛ هشام عبد الحميد محمود،٢٠٠٩ : ٢٤٢- ٢٤٣).

٥-النظرية الشخصية النفسية:

قام Gauthier ; Zuromski ;Gitter ;Whitte; Cero ;Gordon etal., (2014) بدراسة بعنوان النظرية الشخصية النفسية حول الانتحار وتعرض الشباب لعنف ألعاب الفيديو، وبينت هذه النظرية أن الفرد يصبح قادراً على تحمل الألم والخوف المرتبطين بالانتحار من خلال التعود على المنبهات المؤلمة، وتكونت العينة من (٧٨١) طالباً جامعياً ،وبينت نتائجها وجود علاقة بين التعرض العنيف لألعاب الفيديو والخوف من الموت،ووجود علاقة بين ألعاب الفيديو العنيفة والانتحار لدى الشباب.

ومما سبق **ترى الباحثة** أن معظم توكيدات فرويد ومينجر بخصوص الانتحار تنصب على حالة فقدان شخص مهم لدى المنتحر، إذ أن الموضوع المفقود سواء كان في الماضى أو الحاضر يؤدى دوراً جوهرياً في الانتحار. كما اتفقت معظم النظريات أن الانتحار ليس فعل فرد منعزل وإنما فعل فرد في مجتمع. بينما ربط أميل دوركايم نظريته بأربعة أنواع مختلفة من الانتحار تعكس جوانب التكامل والتنظيم لتجارب الفرد في المجتمع وهي: الإيثارى، والذرى، والأنومى، والقدوى. أما مينجر فقسم العدوان في الانتحار إلى ثلاثة عناصر هي: رغبة الشخص أن يقتل، ورغبته في أن يُقتل، ورغبته في أن يموت. أما النظرية المعرفية Aaron Beck فاعتبرت أن الاكتئاب والانتحار لهما نفس البناء المعرفى، ويتألف هذا الثالوث المعرفى من ثلاثة عناصر معرفية تحث المتعالج على أن ينظر إلى نفسه، ومستقبله، وتجاربة بطريقة خاصة.

أما عن الدراسات السابقة التي تناولت الميول الانتحارية مع متغيرات أخرى، نذكر منها: دراسة Peak ; Nicole & Juszczak (2011) التي هدفت فحص العلاقة بين العبء المدرك والمتغيرات المتعلقة بالانتحار مثل الاكتئاب واليأس والتفكير الانتحاري. وذلك على عينة سريرية تكونت من (٨١) بالغاً مصاباً بالاكتئاب. استخدمت الدراسة مقياس العبء المدرك، ومقاييس التقرير الذاتي لتقييم العبء المدرك، وشدة الاكتئاب واليأس والدعم الاجتماعى المدرك والتفكير الانتحاري. أظهرت النتائج أنه على الرغم من أن العبء المدرك يبدو أنه مرتبط بالتفكير الانتحاري إلا أن العبء الملحوظ لم يرتبط بالأفكار الانتحارية التي تتجاوز الارتباط بين التفكير الانتحاري واليأس. فقد كان اليأس أحد أقوى المتغيرات المتعلقة بالتفكير الانتحاري عند التحكم في العديد من متغيرات خطر الانتحار. تؤكد نتائج الدراسة على أهمية تقييم اليأس كعامل خطر كبير لاحتمال الانتحار لدى الأفراد المكتئبين.

في حين قامت دراسة Zheng & Wang (2014) بالتحقيق في آثار العوامل الاجتماعية والنفسية للميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الطب الصينيين. تكونت العينة من (٥٤٠) طالباً (٤٨) منهم كان لديهم نزعة انتحارية وذلك بُناء على استطلاع رأى شمل الطلاب من السنة الأولى وحتى السنة الخامسة. اشارت النتائج أن أعلى معدل ميول انتحارية كان لطلاب السنة الرابعة يليهم طلاب السنة الخامسة، والسنة الأولى، والسنة الثالثة، والسنة الثانية ويرجع ذلك إلى العبء الأكاديمى لديهم.كذلك كان لدى الطالبات والطلاب غير الراضيين عن تخصصهم معدل أعلى من الميل إلى الانتحار. كما كان لاستراتيجيات المواجهة الناضجة تأثير وقائى على الانتحار. كما كانت الانطوائية هي من عوامل الخطر الأكثر أهمية للميل الانتحاري.

واهتمت دراسة Park; Hong; Jung; Kim & Hong (2017) بالتحقيق في الانتشار والارتباطات والأمراض المصاحبة والميول الانتحارية لاستخدام الألعاب الإشكالية Problematic games لدى عينة تكونت من (٦٠٢٢) شخصاً من البالغين الكوريين. استخدمت الدراسة المقابلة التشخيصية، ثم تم تقييم (١٣٩٧) شخصاً ممن أكملوا المقابلات من مستخدمى الألعاب الإشكالية باستخدام معايير DSM-5 الخاصة باضطراب ألعاب الانترنت. اشارت النتائج ارتباط استخدام اللعب الإشكالية بشكل كبير وإيجابى بخطط الانتحار، وأوضحت النتائج تزايد خطورة هذه المشكلة مع الفئات الأصغر سناً ويعيشون في منطقة حضرية. وأوصت الدراسة بضرورة استخدام استراتيجيات وقائية لاستخدام الألعاب الإشكالية وفحص الصحة العقلية لمدمنو هذه الألعاب.

وهدفت دراسة Mintao; Jiani ; Sisi ; Yingiie; Abdullah; Wenyu et al., (2018) تحديد عوامل الخطر للميل الانتحاري لدى عينة تكونت من (٢٠٨٧) من الأشخاص المصابون بالصرع في الصين. تم حساب (٢٨) متغيراً في التحليل أحادى المتغير أهمهم البطالة والدخل المنخفض والثقة وتكرار النوبات والمسببات المعدية أو الهيكلية والقلق والاكتئاب ووصمة العار بالميل الانتحاري. أشارت النتائج أن البطالة

والاكتئاب ووصمه العار من أهم عوامل الخطر المستقلة المرتبطة بالميل الانتحاري لدى الأشخاص المصابون بالصرع في الصين.

أما دراسة رشا ناجى محمد (٢٠١٩) فهدفت إلى التنبؤ بالعلاقة بين كل من الاكتئاب والميول الانتحارية وبين اضطراب التحدى المعارض لدى عينة من المراهقين مدمنى الألعاب الإلكترونية العنيفة. وتكونت العينة من (٤٠٠) مراهق تراوحت أعمارهم ما بين (١٦٠١٨) سنة، مقسمة إلى (٢١١ ذكر، و١٨٩ أنثى). واستخدمت الدراسة مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية العنيفة، وقائمة بيك للاكتئاب، ومقياس احتمالية الانتحار، ومقياس اضطراب التحدى والعناد، واستمارة المستوى الاقتصادى والاجتماعى. أشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب ودال بين كل من الاكتئاب والميول الانتحارية وبين اضطراب التحدى المعارض لدى الذكور والإناث مدمنى الألعاب الإلكترونية العنيفة. كما أشارت النتائج إلى اسهام الاكتئاب في التنبؤ باضطراب التحدى المعارض لدى المراهقين مدمنى الألعاب الإلكترونية العنيفة منفرداً بنسبة (٦٥%)، والميول الانتحارية منفردة بنسبة (٢٤%). كما وجدت فروق دالة بين الذكور والإناث مدمنى الألعاب الإلكترونية العنيفة في اضطراب التحدى المعارض في اتجاه الذكور.

وهدفت دراسة سالمة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية (٢٠١٩) الكشف عن الميول الانتحارية لدى طلاب الجامعة، والأسباب المؤدية للانتحار، وذلك على عينة تكونت من (٢٥٧) طالباً جامعياً من طلاب كلية القانون وكلية الآداب والأقتصاد بجامعة عمر المختار. استخدمت الدراسة مقياس الميول الانتحارية (إعداد: معوشة عبد الحفيظ،٢٠٠٩)، واستبيان الأسباب المؤدية للانتحار من إعداد الباحثتين ،وقد توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود ميول انتحارية داله لدى أفراد العينة ،في حين كشفت عن فروق في الميول الانتحارية بين أفراد العينة تبعاً للنوع وكانت في اتجاه الذكور،كما أوضحت النتائج أن طلاب كلية القانون أظهروا ميولاً أكثر مقارنة بطلاب كلية الآداب

والاقتصاد ،أما فيما يتعلق بالأسباب المؤدية للانتحار ،فقد كانت الأسباب الاجتماعية أقوى الأسباب ،ثم النفسية وجاءت في المرتبة الأخيرة الأسباب الدينية.

أما محمد قاعد زايد (٢٠٢٠) فقام بالتعرف على العلاقة بين الميول الانتحارية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية في مدينة الرياض، والكشف عن الفروق في مستوى الميول الانتحارية والضغوط النفسية في ضوء متغيرات (المرحلة التعليمية-المستوى التعليمى للوالدين-المستوى الاقتصادى للأسرة). وتكونت العينة من (٩٥) طالباً من المرحلة الثانوية، و(١٢٠) طالب من المرحلة الجامعية في مدينة الرياض. استخدمت الدراسة مقياس الميول الانتحارية (إعداد: محمد الشهرى،٢٠٠٩)، ومقياس الضغوط النفسية (إعداد: سليمان الشاوى،٢٠٠٩).وكشفت النتائج عن وجود ارتباط إيجابى دال إحصائياً بين الضغوط النفسية والميول الانتحارية ،كما كشفت أيضاً وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعية على الميول الانتحارية لصالح طلاب المرحلة الجامعية، وكشفت أيضاً وجود ارتباط سلبى دال إحصائياً بين مستوى دخل الأسرة والميول الانتحارية ، وكذلك عن وجود ارتباط سلبى دال إحصائياً بين مستوى تعليم الأم والميول الانتحارية.

وقام يحيي بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد (٢٠٢٠) بدراسة إدمان ممارسة الألعاب الإلكترونية كمنبىء بالميول الانتحارية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. وتكونت عينة الدراسة من (٣١١) طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية تم اختيارهم عشوائياً.استخدمت الدراسة مقياس الميول الانتحارية المستخدم من قبل الدوسرى(٢٠١٨) والمعد من قبل البحيرى(٢٠٠٣)، ومقياس إدمان ممارسة الألعاب الإلكترونية. وقد أشارت أهم النتائج إلى أن مستوى الإدمان على ممارسة الألعاب الإلكترونة جاء بدرجة مرتفعة ومتفاوتة بين الأبعاد، وأن درجة الميول الانتحارية جاءت مرتفعة لدى أفرادها ومتفاوته في أبعادها، كما بينت النتائج وجود علاقة موجبة

بين مقياس إدمان ممارسة الألعاب الإلكترونية ومقياس الميول الانتحارية ككل وبين الأبعاد. بجانب عدم وجود فروق في الميول الانتحارية لمتغير (الجنس، وعدد ساعات اللعب، وترتيب الطفل، والتخصص العلمى، والمستوى التعليمى للأب والأم).

في حين هدفت دراسة Lew; Chistopolskaya ;Osman ; Huen; Abu talib &Leung (2020) البحث عن المعنى في الحياة كعامل وقائى ضد الميول الانتحارية لدى طلاب الجامعات الصينية. تكونت عينة الدراسة من (٢٠٧٤) طالباً (٧٠٦ ذكر، و١٣٦٨ أنثى). استخدمت الدراسة استبيان المعنى في الحياة (MLQ) ، ومقياس بيك لليأس (BHS)، واستبيان السلوك الانتحارية المنقح،(SBQ-R) ، وقياس الترتيب المستقبلي الذى يتكون من مقاييس فرعية من (التركيز السلبى (NF)والتوجه الانتحاري (SO)والتركيز الايجابى (PF)) . أسفرت النتائج أن بُعد (وجود المعنى) هو فقط الوسيط في العلاقة بين اليأس والسلوك الانتحاري. كما كانت هناك علاقة سالبه داله احصائياً بين المعنى في الحياة بأبعاده (البحث عن معنى، ووجود المعنى) مع بُعد (التركيز المستقبلي والتوجه الانتحاري) فقط من مقياس الترتيب المستقبلي. مما يشير إلى أن المعنى في الحياة بما يشمله من (وجود المعنى والبحث عن المعنى) يمكن أن يكونوا عوامل حماية جيدة ضد السلوكيات الانتحارية.

واهتمت دراسة مؤيد إسماعيل جرجيس (٢٠٢١) بالتعرف على مستوى ودلاله الفروق في كراهية الذات والآخر والميول الانتحارية، وذلك على عينة من (٢٤٠) من أفراد الطلبة من المراهقين والمراهقات في المدارس الإعدادية والثانوية في مركز مدينة أربيل تبعا لمتغيرات الجنس، والاختصاص (علمى، أدبي)، العمر (١٦ سنه،١٧ سنه)، المنطقة (شعبية، غير شعبية). وقد إعتمد الباحث على بعدى كراهية الذات والآخر من إعداد (شقير وحكمى،٢٠١٦)، وعلى مقياس الميول الانتحارية من إعداد (الجبورى والسلطانى،٢٠١٣) بعد تكيفه مع العينة الحالية.أظهرت أهم النتائج وجود مؤشرات

إنتشار كراهية الذات وكراهية الآخر والميول الانتحارية لدى المراهقين والمراهقات. وأن الفرق في الميول الانتحارية غير دال إحصائياً تبعاً للجنس أو للإختصاص أو للعمر، وأن هناك مؤشرات إنتشار للميول الانتحارية في المنطقة غير الشعبية أكثر من مؤشرات مستوى انتشارها في المنطقة الشعبية. ووجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين مقياس الميول الانتحارية مع كل من كراهية الذات وكراهية الآخر.

تعقيب على الإطار النظرى والدراسات السابقة:

يعكس هذا العرض للدراسات السابقة الملاحظات الآتية:

١. على الرغم من تأكيد الدراسات السابقة على أن أنماط التعلق واجترار الذات هي عوامل خطر معروفة لتشويه الأفكار والميول الانتحارية إلا أننا نجد في حدود علم الباحثة ندرة الدراسات التي تصدت لدراسة العلاقة السببية بين أنماط التعلق واجترار الذات بالتشوهات المعرفية والميول الانتحارية لدى عينة من طلاب الجامعة.

٢. **أما عن الدراسات التي تناولت أنماط التعلق مع التشوهات المعرفية،** فكانت دراسات (ياسمين حسن أبو هلال،٢٠٢٠ ; Fang, 2018 ; Sirin,2017)، **والدراسات التي تناولت اجترار الذات مع التشوهات المعرفية فكانت** دراسات (شيماء عزت باشا ،٢٠١٥؛ Yesilyaprak et al., 2019)

٣. **أما عن الدراسات التي تناولت التشوهات المعرفية مع الميول الانتحارية،** فكانت دراسات (Fazakas-Dehoog ; Rnic & Dozois ,2017; Nikolaev ,2021 ; Webb ,2019) ، مما يشير إلى أن نتائج الدراسات متفقة في اتجاه العلاقات المتبادلة بين متغيرات الدراسة.

٤. كما تجدر الإشارة إلى وجود دراستين -في حدود علم الباحثة- تناولتا العلاقة المباشرة بين إحدى أنماط التعلق (وهو التعلق غير الأمن) بالميول الانتحارية وهي

دراسة (Yoo ,2011). ودراسة Moretti & Peled (2004:552) التى أكدت أن التعلق غير الآمن يمكن أن يرتبط بالانتحار.

٥. **أما عن نتائج الدراسات التي توضح الفروق بين الذكور والإناث في مستوى التشوهات المعرفية** لطلاب الجامعة، فقد تضاربت تلك النتائج؛ حيث أشارت نتائج دراسة Coban & Carman ,2013 ؛ رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومني ، ٢٠٢٠ ؛ رضا ربيع عبد الحليم ، ٢٠٢٠؛ ياسمين حسن أبو هلال ،٢٠٢٠). في حين أشارت نتائج دراسة شيري مسعد حليم وهانم أحمد أحمد (٢٠١٩) أنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث في كل من أبعاد التشوهات المعرفية لدى عينة من طلاب جامعة الزقازيق.

٦. تضاربت نتائج بعض الدراسات **فيما يتعلق بالفروق في النوع في متغير الميول الانتحارية**، فقد كشفت دراسة سالمة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية (٢٠١٩) عن فروق في الميول الانتحارية بين أفراد العينة تبعاً للنوع وكانت في اتجاه الذكور، فى حين توصلت دراسة يحيي بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد (٢٠٢٠) عن عدم وجود فروق في الميول الانتحارية لمتغير النوع.

٧. اختلفت نتائج الدراسات **فيما يتعلق بالفروق بين التخصصات العلمية والأدبية في متغير التشوهات المعرفية**، فقد أشارت نتائج دراسة نظمى حسن المعلا وعمر عطا الله على (٢٠٢١) عن وجود فروق تبعاً للكلية لصالح الكليات الإنسانية، أما نتائج دراسات (رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومنى،٢٠٢٠؛ رضا ربيع عبد الحليم، ٢٠٢٠) إلى عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين طلاب التخصص العلمى والأدبى في أبعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية ، لذا هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة الفروق بينهما لدى عينة من طلاب كلية التربية، جامعة عين شمس.

٨. تباينت نتائج الدراسات **فيما يتعلق بالفروق بين التخصصات العلمية والأدبية في متغير الميول الانتحارية**، فقد أشارت نتائج (Zheng & Wang,2014) ؛ سالمة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية،٢٠١٩) إلى ارتفاع معدل الميول الانتحارية مع زيادة العبء الأكاديمى ، بينما أشارت نتائج دراسات (يحيى بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد،٢٠٢٠ ؛مؤيد إسماعيل جرجيس ،٢٠٢١) إلى عدم وجود فروق داله إحصائياً تبعاً للاختصاص ، لذا هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة الفروق بينهما لدى عينة من طلاب كلية التربية، جامعة عين شمس.

فروض الدراسة:

استناداً إلى نتائج الدراسات السابقة صيغت الفروض على النحو التالى: -

١- توجد مطابقة لنموذج تحليل المسار المقترح للعلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات (كمتغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط)، والميول الانتحارية (متغير تابع) لدى عينة من طلاب كلية التربية.

٢- توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد العينة وفقاً للنوع(ذكور-إناث) والتخصص (علمى – أدبي) والتفاعل بينهما على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية.

٣- توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد العينة وفقاً للنوع(ذكور-إناث) والتخصص (علمى – أدبي) والتفاعل بينهما على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الميول الانتحارية.

إجراءات الدراسة: -

أ-عينة إعداد الأدوات: تكونت من (١٠٠) طالباً وطالبة بمتوسط عمري قدره (٢١,٥٤) وانحراف معيارى (١,٢٥) من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس من مختلف التخصصات العلمية والأدبية (علوم، رياضيات، لغه عربية، لغه انجليزية،

علم نفس، مواد اجتماعية) أساسى بالفرقة الرابعة، بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

ب-**عينة الدراسة الأساسية:** تكونت من (٢٢١) طالباً وطالبة بمتوسط عمري قدره (٢٠,٧٣) وانحراف معيارى (١,٤٢) من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس من مختلف التخصصات العلمية والأدبية (علوم، رياضيات، لغه عربية، لغه انجليزية، علم نفس، مواد اجتماعية) أساسى بالفرقة الرابعة، بهدف التحقق من فروض الدراسة، وجدول (١) التالي يوضح خصائص عينة الدراسة:

جدول (١) وصف عينة الدراسة الأساسية

م	المتغير		العدد	متوسط العمر	الانحراف المعيارى
١	النوع	ذكور	٤٤	٢١,٦١	١,٦٦
		إناث	١٧٧	٢٠,٥١	١,٢٧
٢	التخصص	علمى	٨١	٢١,٧٠	١,٠٨
		ادبى	١٤٠	٢٠,١٦	١,٢٩

أدوات الدراسة:

قامت الباحثة بإعداد مقاييس الدراسة الحالية وراعت ما يلي:

-الاعتماد على مراجعة الإطار النظرى والتعريفات المختلفة للمتغيرات والدراسات السابقة المتصلة بهم والمقاييس المتاحة والإستعانة بهم في إعداد مقاييس الدراسة الحالية.

- أن تكون عبارات المقاييس واضحة، ودقيقة، وصريحة، وأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، إنما يختار المفحوص الإجابة التي تعبر عنه فعلاً، فضلاً عن أن إجاباته لن يطلع عليها سوى الباحثة لأغراض البحث العلمى فقط.

-ثم التطبيق الأولى للمقياس، على عينة قوامها (١٠٠) طالباً وطالبة (من مجتمع الدراسة)، وذلك للتأكد من مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته.

طريقة الاستجابة والتصحيح للمقاييس:

أما عن طريقة الاستجابة فتكون عن طريق وضع علامة(√) أمام الاختيار المناسب من وجهه نظر الطالب، ويتم اختيار الاستجابة من بين ثلاثة بدائل، بحيث تكون إجابة واحدة فقط. واعطيت لكل استجابة درجة وفق سلم القياس الثلاثي، بحيث تتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة بمعنى: إذا كان اختيار الطالب على العبارة تنطبق تماماً=٣، تنطبق إلى حد ما=٢، لا تنطبق إطلاقاً=١. علماً بأن هناك عبارات سلبية وتقدر عكسياً (درجة واحدة، درجتان، ثلاث درجات). وتشير (*) إلى العبارات العكسية.

أولاً: مقياس أنماط التعلق:(إعداد الباحثة): (ملحق ١)

- اطلعت الباحثة على عدة مقاييس من أهمها: **استبيان مقاييس العلاقة (RSQ) إعداد (Griffin & Bartholomew (1994** ويتكون المقياس من (٣٠) عبارة تقيس العلاقات القريبة مع الأخرين، وينقسم إلى أربعة أبعاد هم: التعلق الآمن، والمشغول، والخائف، والرافض. ويمثل البعد الثانى والثالث التعلق غير الآمن. وتتدرج الإختيارات بين خمس بدائل تتراوح ما بين (يحبوننى كثيراً) إلى (ليس الكل يحبنى). **مقياس أنماط التعلق (AA) إعداد سامية محمد صابر (٢٠١٤)** وتكون من (١٦) عبارة تقيس بُعدين هم: التعلق الآمن، والتعلق غير الآمن وينقسم إلى ثلاث أبعاد فرعية هم (التعلق القلق/المتناقض وجدانياً/المشغول، والتعلق التجنبى غير الآمن، والتعلق الرافض)، ويتكون كل بُعد من (٤) عبارات، وتقع الإجابة في ثلاث مستويات وهي (نعم، أحياناً، لا). قام **Kumcagiz (2019) باستخدام مقياس التعلق الوالدي (PBI) بواسطة(١٩٧٩) Brown; Tupling & Parker** يقوم المقياس بإجراء تقييم بأثر رجعي لكيفية إدراك الناس علاقتهم بوالديهم. يتكون المقياس من (٢٥) عبارة، تم تقسيمهم إلى مقياسين فرعيين، وهما رعاية الوالدين والحماية المفرطة أو السيطرة. تم تسجيل المقياس على ٤ نقاط من نوع ليكرت

مقياس يتراوح من (٠) مختلف جدًا إلى (٣) متشابه جدًا. **مقياس فعالية أنماط التعلق لدى طلاب المرحلة الثانوية إعداد أسماء أحمد محمد حسين ونورا تاج الدين جعفر وممدوح كامل حسانى (٢٠٢٠)** وتكون المقياس في صورته النهائية من (٤٠) عبارة تقيس أربعة أبعاد هم: التعلق الخائف (١٤ عبارة)، التعلق الآمن (١٢ عبارة)، التعلق المشغول (٨ عبارات)، التعلق الطارد (٦ عبارات). تتراوح الإختيارات ما بين (دائماً-غالباً-أحياناً-نادراً-أبداً).

- أعدت الباحثة الصورة الأولية للمقياس في ضوء التعريف العام للباحثة وتعريفات الأبعاد، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٢٩) عبارة.
- **البعد الأول: التعلق الآمن:** وهو نمط من التعلق يتضمن شعور الفرد بالثقة في الآخرين والاعتماد عليهم عند الحاجة، مع عدم الشعور بالقلق من هجر أو تخلى أو اقتراب الآخرين منه ويتكون هذا البعد من (١٠) عبارات وهم: (١، ٤، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٩، ٢٧ ،٢٥ ،٢٨).
- **البعد الثاني: التعلق القلق المتناقض وجدانياً:** وهو نمط من التعلق يظهر في شعور الفرد بأن الأخرين يرفضون الاقتراب منه ولا يهتمون به على الرغم من أن لديهم الرغبة من أن يكونوا قريبين جداً منه. ويتكون هذا البعد من (٩) عبارات وهم:(**٢، ٥، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢٣، ٢٦، ٢٩**).
- **البعد الثالث: التعلق التجنبى:** وهو نمط من التعلق يتميز صاحبه بعدم الارتياح من بقائه بالقرب من الأخرين، مع صعوبة الثقة أو الاعتماد على أحد، مع الإحساس بالقلق من اقتراب شخص منه بشكل مبالغ فيه. ويتكون هذا البعد من (١٠) عبارات وهم:(**٣*، ٦، ١٢، ٩، ١٥، ١٨*، ٢٠، ٢١، ٢٢* ،٢٤***).
- **خطوات التحقق من كفاءة مقياس أنماط التعلق.**

وقد تم التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس أنماط التعلق من خلال القيام بالآتي: -

مؤشرات صدق البنية لمقياس أنماط التعلق:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس أنماط التعلق باستخدام التحليل العاملى التوكيدى عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (٢) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس أنماط التعلق:

جدول (٢) تشبعات مفردات أبعاد مقياس أنماط التعلق باستخدام التحليل العاملى التوكيدى

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
التعلق الآمن	٢٨	٠,٥٨	٠,٧٣	٠,٠٩	٨,١٨	٠,٠١
	٢٧	٠,٦٨	١,١	٠,١١	٩,٥٩	٠,٠١
	٢٥	٠,٧٨	١,١٨	٠,١١	١٠,٨٦	٠,٠١
	١٩	٠,٥٨	٠,٧٧	٠,٠٩	٨,١٧	٠,٠١
	١٦	٠,٧٨	١,١١	٠,١	١٠,٨٣	٠,٠١
	١٣	٠,٧٣	١,١٣	٠,١١	١٠,١٧	٠,٠١
	١٠	٠,٧٧	١,٢٥	٠,١٢	١٠,٧	٠,٠١
	٧	٠,٦٦	١,٠٢	٠,١١	٩,١٩	٠,٠١
	٤	٠,٦٦	٠,٩١	٠,١	٩,٢	٠,٠١
	١	٠,٧١	١	-	-	-
التعلق القلق المتناقض وجدانياً	٢٩	٠,٦٩	١,٠٧	٠,١١	٩,٥٩	٠,٠١
	٢٦	٠,٧٣	١,٢٦	٠,١٣	١٠,٠٦	٠,٠١
	٢٣	٠,٦٧	١,١٦	٠,١٣	٩,٢٦	٠,٠١
	١٧	٠,٥٥	٠,٩١	٠,١٢	٧,٦٥	٠,٠١
	١٤	٠,٧٧	١,٤٥	٠,١٤	١٠,٦٧	٠,٠١
	١١	٠,٧٩	١,٢٨	٠,١٢	١٠,٨٩	٠,٠١
	٨	٠,٧٧	١,١٧	٠,١١	١٠,٦٧	٠,٠١
	٥	٠,٧٩	١,٢٨	٠,١٢	١٠,٨٥	٠,٠١
	٢	٠,٧	١	-	-	-
التعلق التجنبى	٢٤	٠,٦٩	٠,٩	٠,١	٩,٤٥	٠,٠١
	٢٢	٠,٦٤	٠,٨٥	٠,١	٨,٨٩	٠,٠١
	٢١	٠,٧	٠,٩٤	٠,١	٩,٦	٠,٠١
	٢٠	٠,٧١	٠,٩٤	٠,١	٩,٧١	٠,٠١
	١٨	٠,٧٣	٠,٩٨	٠,١	٩,٩٧	٠,٠١
	١٥	٠,٧٥	٠,٩٤	٠,٠٩	١٠,١٨	٠,٠١

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
	١٢	٠,٧٨	٠,٩٨	٠,٠٩	١٠,٦٢	٠,٠١
	٩	٠,٧٩	١,١١	٠,١	١٠,٧٣	٠,٠١
	٦	٠,٧٦	١,١	٠,١١	١٠,٣٣	٠,٠١
	٣	٠,٦٩	١	-	-	-

يتضح من جدول(٢) أن جميع مفردات مقياس أنماط التعلق كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس **أنماط التعلق**. ويوضح جدول(٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس **أنماط التعلق**:

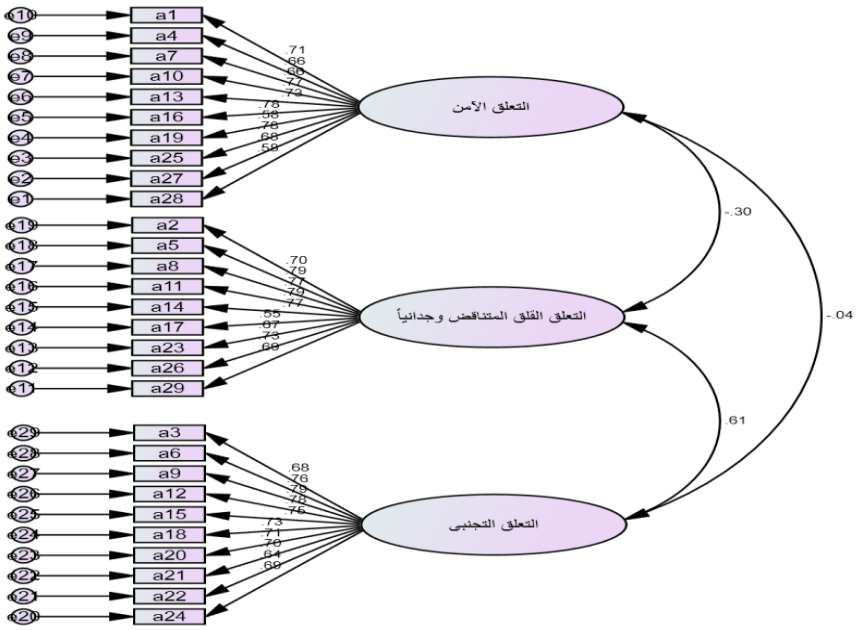
جدول (٣) مؤشرات صدق البنية لمقياس أنماط التعلق

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٧٩٤,٩٨	
مستوى الدلالة	دالة إحصائياً عند ٠,٠١	
DF	٣٧٤	
CMIN/DF	٢,١٢	أقل من ٥
GFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (٣) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٧٩٤,٩٨ بدرجات حرية = ٣٧٤ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، و كانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,١٢، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.91،

(RMSEA= 0.08 ،CFI= 0.94 ، IFI= 0.92،NFI= 0.94) ، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس أنماط التعلق.

ومما سبق يمكن القول إن نتائج التحليل العاملي التوكيدي قدمت دليلا قويا على صدق البناء لمقياس أنماط التعلق. ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملى التوكيدى لبنية أبعاد أنماط التعلق من خلال الشكل (٢) التالى:



شكل (٢) البناء العاملى لأبعاد مقياس أنماط التعلق

- **ثبات المقياس :**

حسبت قيمة الثبات للعوامل الفرعية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية وجدول(٤) التالى يوضح هذه المعاملات:

جدول (٤) يوضح ثبات أبعاد مقياس أنماط التعلق

البعد	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
التعلق الآمن	٠,٨٤	٠,٨٦
التعلق القلق المتناقض وجدانياً	٠,٨١	٠,٧٩
التعلق التجنبى	٠,٨٥	٠,٨٣

يتضح من جدول (٤) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

الاتساق الداخلي

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وجدول(٥) التالى يوضح هذه المعاملات:

جدول (٥) الاتساق الداخلي لعبارات مقياس أنماط التعلق

التعلق الآمن		التعلق القلق المتناقض وجدانياً		التعلق التجنبى	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٥٨	٢	**٠,٧١	٣	**٠,٦٧
٤	**٠,٧٠	٥	**٠,٧٠	٦	**٠,٥٦
٧	**٠,٧٤	٨	**٠,٤٦	٩	**٠,٦٦
١٠	**٠,٧٩	١١	**٠,٦٤	١٢	**٠,٦٣
١٣	**٠,٦٢	١٤	**٠,٥٨	١٥	**٠,٦٤
١٦	**٠,٦٥	١٧	**٠,٥٩	١٨	**٠,٥١
١٩	**٠,٤٤	٢٣	**٠,٦١	٢٠	**٠,٦٢
٢٥	**٠,٥٠	٢٦	**٠,٥٨	٢١	**٠,٥٢
٢٧	**٠,٦١	٢٩	**٠,٦١	٢٢	**٠,٦١
٢٨	**٠,٧٧			٢٤	**٠,٦٥

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٥) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس.

ثانياً: مقياس اجترار الذات: (إعداد الباحثة): (ملحق ٢)

- اطلعت الباحثة على بعض المقاييس التي تناولت اجترار الذات من أهمها: **مقياس الاستجابات الاجترارية Ruminative Responses Scale (RRS) إعداد Nolen-Hoeksema(1991)** وتكون هذا المقياس من (٢٢) عبارة، وتكون من ثلاث أبعاد تصف الاستجابات المتركزة على الذات للمزاج المكتئب ،والمتركزة على الأعراض ، والمتركزة على عواقب المزاج السلبى وأسبابه. ويتم الاختيار بين أربعة بدائل تتدرج من دائما إلى أبداً. **مقياس الاجترار الفرعى (RRQ) إعداد Trapnell & Campbell (1999)** لقياس التصرفات في كل من الاجترار والتفكير الذاتي، حيث اشتمل على مقياسين فرعيين (مع ١٢ عنصرًا لكل منهما). تم تقييم أول ١٢ عنصرًا للتأمل الذاتي، بما في ذلك العناصر مثل "أحب استكشاف ذاتي" الداخلية ". في المقابل، قيمت البنود الـ ١٢ التالية الاجترار، بما في ذلك العناصر مثل "أميل إلى اجترار الأمور أو التفكير في الأشياء التي حدثت لي لفترة طويلة بعد ذلك". أدناه تم تزويد المشاركين في كل بيان بمقياس ليكرت من ١ إلى ٥ حيث يشير الرقم ١ إلى عدم الموافقة بشدة و٥ إلى أوافق بشدة. تم شرح معاني كل رقم قبل بيانات الاستبيان. طُلب من المشاركين تحديد مستوى موافقتهم أو عدم موافقتهم على كل بيان عن طريق الدوران إحدى فئات المقياس. كانت الدرجات العالية في كل مقياس فرعي تدل على ميول عالية من الانعكاس الذاتي والاجترار على التوالي. **مقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية Cognitive emotion regulation strategies Scale(CERSS) إعداد Garnefski & Kraaij & Spinhoven (2002)** وتضمن هذا المقياس تسع استراتيجيات هي :لوم الذات ،والقبول، والتركيز على الاجترار

الفكرى،وإعتدة التركيز الإيجابى ،وإعادة التركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابى ،ووضع منظور أو تصور ،والتفكير الكارثى، وأخيراً استراتيجية لوم الأخرين. وتكون المقياس من (٣٦) عبارة، يمثل كل بعد أربع عبارات. **مقياس اجترار الذات إعداد: فاضل عبد الزهرة مزعل وصباح داغر مهدى(٢٠١٨)** وتكون المقياس من (٣٥) عبارة، ويتم الاختيار من خمس بدائل تتدرج من (تنطبق على تماما") وحتى (لا تنطبق على أبداً). **مقياس اجترار الذات إعداد: معتز محمد عبيد (٢٠٢٠)** وتكون من ثلاث أبعاد هم الانعزابة والشعور بالحزن والشعور بالغضب، وتكون كل بعد من (٧) عبارات يتم الاختيار بين ثلاث بدائل هم (دوماً-احياناً-نادراً).

- قامت الباحثة بإعداد الصورة الأولية للمقياس في ضوء التعريف العام للباحثة وتعريفات الأبعاد. وتكون المقياس في صورته الأولية من (١٦) عبارة.

- **البُعد الأول: اجترار الحزن:** هو استدعاء الفرد للأحداث المؤسفة التي مرت في حياته كأن يحزن على فقدان شيء ما أو شخص أو علاقة أو فشل ما. ويتكون هذا البعد من ٧ عبارات وهم:(**١، ٣*، ٥، ٧، ٩، ١١، ١٣**).
- **البُعد الثاني: اجترار الغضب:** وهو المصطلح الذي يعبر عن تكرار المعارف (الإدراكات) السلبية حول الأحداث التي تثير الغضب مثل الذكريات والأفكار والمشاعر التي تحفز الغضب مع التخطيط للانتقام. ويتكون هذا البعد من ٩ عبارات وهم:(**٢، ٤، ٦، ٨، ١٠، ١٢، ١٤، ١٥، ١٦**).

-وتشير الدرجة الكلية المرتفعة للمفحوص (الطالب) على المقياس إلى ارتفاع اجترار الذات، والعكس بالعكس.

- **خطوات التحقق من كفاءة مقياس اجترار الذات.**

وقد تم التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس اجترار الذات من خلال القيام بالآتي: -

مؤشرات صدق البنية لمقياس اجترار الذات:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس اجترار الذات باستخدام التحليل العاملى التوكيدى عن طريق برنامج AMOS20،و يوضح جدول (٦) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس و النسبة الحرجة و مستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس اجترار الذات:

جدول (٦) تشبعات مفردات أبعاد مقياس اجترار الذات باستخدام التحليل العاملى التوكيدى

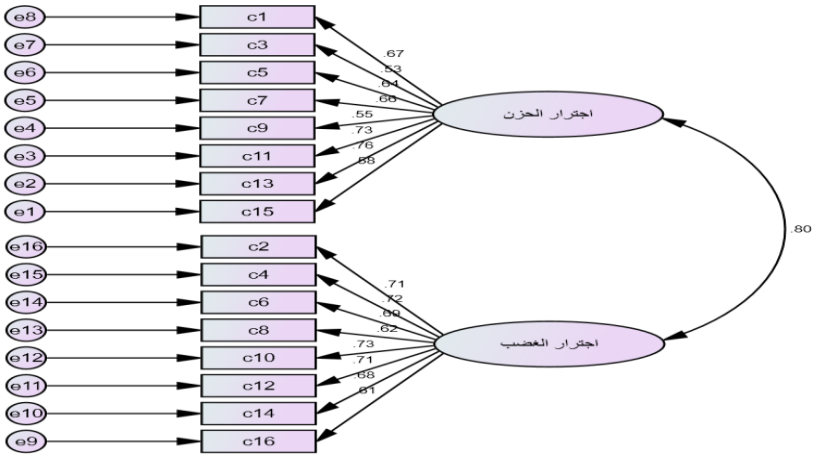
البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
اجترار الحزن	١٥	٠,٥٨	٠,٧٦	٠,١	٧,٦٧	٠,٠١
	١٣	٠,٧٦	٠,٩٧	٠,١	٩,٧	٠,٠١
	١١	٠,٧٣	٠,٩٧	٠,١	٩,٣	٠,٠١
	٩	٠,٥٥	٠,٧٨	٠,١١	٧,٢٦	٠,٠١
	٧	٠,٦٦	٠,٧١	٠,٠٨	٨,٥٧	٠,٠١
	٥	٠,٦٤	٠,٨٥	٠,١	٨,٣٥	٠,٠١
	٣	٠,٥٣	٠,٨١	٠,١٢	٧,٠٧	٠,٠١
	١	٠,٦٧	١	-	-	-
اجترار الغضب	١٦	٠,٦١	٠,٧٥	٠,٠٩	٨,٤٧	٠,٠١
	١٤	٠,٦٨	٠,٨٤	٠,٠٩	٩,٤	٠,٠١
	١٢	٠,٧١	٠,٩٨	٠,١	٩,٨	٠,٠١
	١٠	٠,٧٤	٠,٩٤	٠,٠٩	١٠,١٨	٠,٠١
	٨	٠,٦٢	٠,٨١	٠,٠٩	٨,٥٨	٠,٠١
	٦	٠,٦٩	٠,٨٩	٠,٠٩	٩,٥٥	٠,٠١
	٤	٠,٧٢	١,٠١	٠,١	٩,٩٦	٠,٠١
	٢	٠,٧١	١	-	-	-

يتضح من جدول (٦) أن جميع مفردات مقياس اجترار الذات كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس اجترار الذات. ويوضح جدول (٧) مؤشرات صدق البنية لمقياس اجترار الذات:

جدول (٧) مؤشرات صدق البنية لمقياس اجترار الذات

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٢٤٣,٠٨	
مستوى الدلالة	٠,٠٠(دالة عند ٠,٠١)	
DF	١٠٣	
CMIN/DF	٢,٣٦	أقل من ٥
GFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أىالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أىالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أىالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أىالتى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (٧) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٢٤٣,٠٨ بدرجات حرية = ١٠٣ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، و كانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,٣٦، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.93، NFI= 0.92، IFI= 0.95، CFI= 0.94 ، RMSEA= 0.08) ، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس اجترار الذات. ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملى التوكيدى لبنية اجترار الذات من خلال شكل(٣) التالى:



شكل (٣) البناء العاملى لمقياس اجترار الذات

ثبات مقياس اجترار الذات:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية لأبعاد المقياس والمقياس ككل وجدول (٨) التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول(٨) معاملات الثبات لأبعاد مقياس اجترار الذات والمقياس ككل

البعد	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
اجترار الحزن	٠,٨٤	٠,٨١
اجترار الغضب	٠,٨٧	٠,٨٣
المقياس ككل	٠,٩٠	٠,٨٧

يتضح من جدول (٨) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس اجترار الذات وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

الاتساق الداخلى لمقياس اجترار الذات:

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وجدول (٩) التالى يوضح هذه المعاملات:

جدول (٩) الاتساق الداخلي لعبارات مقياس اجترار الذات

اجترار الحزن		اجترار الغضب	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٤٩**	٢	٠,٧٨**
٣	٠,٤٥**	٤	٠,٦١**
٥	٠,٧٢**	٦	٠,٥٦**
٧	٠,٤٨**	٨	٠,٥١**
٩	٠,٥٢**	١٠	٠,٦٩**
١١	٠,٥٠**	١٢	٠,٦١**
١٣	٠,٥٧**	١٤	٠,٥٤**
١٥	٠,٧١**	١٦	٠,٦٣**

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٩) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بجدول (١٠) التالى:

جدول (١٠) يوضح الاتساق الداخلى لمقياس اجترار الذات (ن = ١٠٠)

البعد	معامل الارتباط
اجترار الحزن	٠,٨٥**
اجترار الغضب	٠,٨٣**

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من الجدول (١٠) أن معاملات الارتباط دالة ومرتفعة مما يدل على الاتساق الداخلى لأبعاد مقياس اجترار الذات.

ثالثاً: مقياس التشوهات المعرفية: (إعداد الباحثة): (ملحق٣)

- اطلعت الباحثة على عدة مقاييس للتشوهات المعرفية من أهمها **:مقياس التشوهات المعرفية لAaron beck ترجمة عمار عبد على حسن الشمرى (٢٠١٥):** وقد تكون مقياسAaron beck الذى قام ببنائه عام ١٩٨٩ من (٤٥) فقرة تغطى تسع مجالات هم (الكل أو لا شيء، الشخصنة واللوم، التفكير الكارثى،الاستنتاج الانفعالى،الينبغيات والحتميات،التجريد الانتقائى، التعميم الزائد، التضخيم والتهويل،القفز إلى الاستنتاجات) وقد صمم المقياس وفق اسلوب ليكرت وهو ذو ستة بدائل هى(موافق تماماً-موافق كثيراً-موافق قليلاً-أرفض قليلاً-أرفض كثيراً-أرفض تماماً) وقد أعتمد beck على جعل المقياس عاملاً واحداً لأن هذه المجالات هي مكونات أساسية وليست منفصلة. ثم قام الباحث بعد تعريبه ليصبح (٤٤) عبارة على النحو التالى: مجال الكل أو لا شيء (٤) فقرات، مجال الشخصنة واللوم(٥) فقرات، مجال الاستنتاج الانفعالى (٥) فقرات، مجال الينبغيات والحتميات(٥) فقرات، مجال التجريد الانتقائى(٥) فقرات، مجال التعميم الزائد(٥) فقرات، مجال التضخيم والتهويل (٥) فقرات، مجال القفز إلى الاستنتاجات (٥) فقرات. **مقياس التشوهات المعرفية إعداد إسلام العصار (٢٠١٥)** يتكون المقياس بصورته الأولية من (٥٢) فقرة، وبعد التحقق من الصدق الداخلى للمقياس تم حذف فقرتين ليتكون من (٥٠) فقرة، يتم الإجابة عليها من خلال التدرج الثلاثى حيث يعبر (١) عن أبداً ويعبر (٣) عن دائماً، ويتكون المقياس من (٨) أبعاد هم: التفكير الثنائى (١٠ فقرات)، الاستنتاج العشوائى (٥ فقرات)، المبالغة والتقليل (٦فقرات)،المنطق العاطفى(٧ فقرات)،لوم الذات والأخرين(٧ فقرات) ،التفكير المثالى (٤فقرات)،المقارنات المجحفة(٥ فقرات)،الإفراط في التعميم(٦ فقرات).

استخدمت رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومنى (٢٠٢٠) **مقياس التشوهات المعرفية إعداد (2015)Roberts** تكون من (٢٩) فقرة، وتتم الاستجابة وفق سلم ليكرت (موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة)، وينقسم المقياس إلى (٨) أبعاد هي: الشخصنة، وقراءة المستقبل، والكمالية، والتفكير الثنائى، وتضخم الأمور، والتقليل، والتفكير الكارثى، والمقارنة بالأخرين. **قام Dragone; Esposito, ; De Angelis; Affuso & Bacchini, (2020) باستخدام استبيان كيف أفكر The How I Think Questionnaire للتشوهات المعرفية المُعد بواسطة Barriga et al.,(2001)** وهو استبيان يتكون من ٣٩ عنصرًا يتم اختيار الإجابات وفق مقياس ليكرت المكون من ٦ نقاط تتدرج من (من ١ = أوافق بشدة إلى ٦ = أعترض بشدة). كانت عناصر العينة كما يلي: "يجب أن يكون الناس عنيفين من حين لآخر، "الجميع يخالف القانون، إنها ليست مشكلة كبيرة". -استبيان الوظيفة الانعكاسية (RFQ) إعداد ; Lee ;Moulton-perkins ;Fonagy Warren;Howard & Lowyck (2016)

- قامت الباحثة بإعداد الصورة الأولية للمقياس في ضوء التعريف العام للباحثة وتعريفات الأبعاد، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٢٦) عبارة.
  - **البُعد الأول: لوم الذات والآخرين:** وهو أن يلوم الإنسان نفسه على أحداث ومواقف حدثت وليس له ذنب فيها، أو يركز على أشخاص محددين باعتبارهم مصدر السلبية له في حياته. ويتكون هذا البعد من (٨) عبارات وهم: (**١، ٥، ٩، ١٣، ١٧، ٢١، ٢٥ ،٢٦**).
  - **البُعد الثاني: الأفراط في التعميم:** وهو تعميم الفرد خبرة سلبية منعزلة على الذات ككل، إذ يعمم الفرد من خبرته السلبية على كل المواقف الشبيهة ويتعامل

معها مثل تعامله مع الخبرة السلبية السابقة. ويتكون هذا البعد من (٦) عبارات وهم: (٢، ٦، ١٠، ١٤، ١٨، ٢٢*).

- **البُعد الثالث: اليأس:** يُظهر إيمان الفرد بأن المستقبل كئيب، وأنهم سوف يتعرضون للمعاناة أو الفشل. ويتكون هذا البعد من (٦) عبارات وهم :(٣، ٧، ١١، ١٥*، ١٩، ٢٣*).
- **البُعد الرابع: العجز:** يُظهر عدم القدرة على التعامل مع أوجه الحياة المهمة في حياة الشخص والسيطرة عليها، وقد يكون مجهودهم غير ناجح، مما يؤدى هذا التفكير بهم أحياناً إلى السلبية في مواجهة التحدي والتغيير. ويتكون هذا البعد من (٦) عبارات وهم: (٤، ٨، ١٢*، ١٦، ٢٠*، ٢٤)

-وتشير الدرجة الكلية المرتفعة للمفحوص (الطالب) على المقياس إلى ارتفاع التشوهات المعرفية، والعكس بالعكس.

- **خطوات التحقق من كفاءة مقياس التشوهات المعرفية.**

وقد تم التحقق من الكفاءة السيكومتركية لمقياس التشوهات المعرفية من خلال القيام بالآتي:-

مؤشرات صدق البنية لمقياس التشوهات المعرفية:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس التشوهات المعرفية باستخدام التحليل العاملى التوكيدى عن طريق برنامج AMOS20 ،و يوضح جدول (١١) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس و النسبة الحرجة و مستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس التشوهات المعرفية :

جدول (١١) تشبعات مفردات أبعاد مقياس التشوهات المعرفية باستخدام التحليل العاملى التوكيدى

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
لوم الذات والآخرين	٢٦	٠,٥٢	١	٠,١٧	٦,٠٩	٠,٠١
	٢٥	٠,٥٤	١	٠,١٦	٦,١٨	٠,٠١
	٢١	٠,٤٩	٠,٩٨	٠,١٧	٥,٧٩	٠,٠١

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
	١٧	٠,٨٣	١,٦٦	٠,٢١	٧,٨٥	٠,٠١
	١٣	٠,٨٧	١,٨١	٠,٢٣	٨,٠١	٠,٠١
	٩	٠,٧٨	١,٦٦	٠,٢٢	٧,٦٤	٠,٠١
	٥	٠,٨٥	١,٨	٠,٢٣	٧,٩٥	٠,٠١
	١	٠,٥١	١	-	-	-
الإفراط في التعميم	٢٢	٠,٥٩	٠,٩	٠,١٣	٧,٠٩	٠,٠١
	١٨	٠,٦٩	١,١٣	٠,١٤	٧,٩٨	٠,٠١
	١٤	٠,٧٢	١,١٥	٠,١٤	٨,١٩	٠,٠١
	١٠	٠,٧٧	١,٣١	٠,١٥	٨,٥٨	٠,٠١
	٦	٠,٧٦	١,٣٤	٠,١٦	٨,٥١	٠,٠١
	٢	٠,٦	١	-	-	-
اليأس	٢٣	٠,٤٢	٠,٤٨	٠,٠٨	٦,٢٥	٠,٠١
	١٩	٠,٨٢	٠,٩	٠,٠٦	١٤,٧٨	٠,٠١
	١٥	٠,٤٩	٠,٥٢	٠,٠٧	٧,٤٥	٠,٠١
	١١	٠,٨١	٠,٩٢	٠,٠٦	١٤,٤٣	٠,٠١
	٧	٠,٩	١,٠٥	٠,٠٦	١٦,٩	٠,٠١
	٣	٠,٨٤	١	-	-	-
العجز	٢٤	٠,٨٢	١,٠٦	٠,٠٩	١٢,٢٣	٠,٠١
	٢٠	٠,٥	٠,٦١	٠,٠٩	٧,١٢	٠,٠١
	١٦	٠,٧٩	٠,٩٨	٠,٠٨	١١,٧٤	٠,٠١
	١٢	٠,٥٨	٠,٧٤	٠,٠٩	٨,٣٥	٠,٠١
	٨	٠,٧٣	٠,٩٤	٠,٠٩	١٠,٧٦	٠,٠١
	٤	٠,٧٦	١	-	-	-

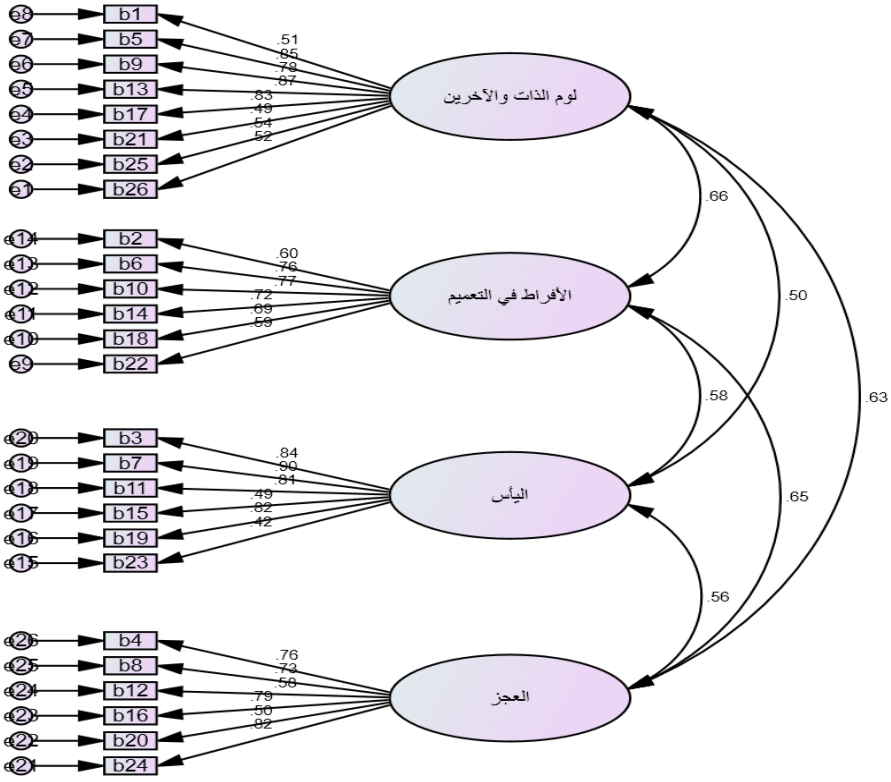
يتضح من جدول(١١) أن جميع مفردات مقياس التشوهات المعرفية كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس **التشوهات المعرفية**.

ويوضح جدول(١٢) مؤشرات صدق البنية لمقياس **التشوهات المعرفية**:

جدول (١٢) مؤشرات صدق البنية لمقياس التشوهات المعرفية

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٦١٨,٢٣	
مستوى الدلالة	داله عند ٠,٠١	
DF	٢٩٣	
CMIN/DF	٢,١١	أقل من ٥
GFI	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول(١٢) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٦١٨,٢٣ بدرجات حرية = ٢٩٣ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، و كانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,١١، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.95، NFI= 0.93، IFI= 0.91، CFI= 0.94 ، RMSEA= 0.08) ، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التشوهات المعرفية. **ومما سبق يمكن القول إن نتائج التحليل العاملي التوكيدي قدمت دليلا قويا على صدق البناء لمقياس التشوهات المعرفية.** ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملى التوكيدى لبنية أبعاد التشوهات المعرفية من خلال شكل(٤) التالى:



شكل (٤) البناء العاملى لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية

- **ثبات المقياس:**

حسبت قيمة الثبات للعوامل الفرعية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية وجدول (١٣) التالى يوضح هذه المعاملات:

جدول(١٣) معاملات الثبات لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
لوم الذات والآخرين	٠,٩١	٠,٨٨
الأفراط في التعميم	٠,٨١	٠,٧٨
اليأس	٠,٧٨	٠,٨٠
العجز	٠,٧٧	٠,٨١
المقياس ككل	٠,٩٠	٠,٨٩

يتضح من جدول (١٣) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

الاتساق الداخلي

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وجدول (١٤) يوضح هذه المعاملات:

جدول (١٤) الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التشوهات المعرفية (ن = ١٠٠)

لوم الذات والآخرين		الإفراط في التعميم		اليأس		العجز	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٧٣**	٢	٠,٦٩**	٣	٠,٧٤**	٤	٠,٦٤**
٥	٠,٦٥**	٦	٠,٦٣**	٧	٠,٧٠**	٨	٠,٥٨**
٩	٠,٦٧**	١٠	٠,٦٥**	١١	٠,٦٤**	١٢	٠,٥٩**
١٣	٠,٦٦**	١٤	٠,٥٩**	١٥	٠,٥٧**	١٦	٠,٦١**
١٧	٠,٦٦**	١٨	٠,٥٨**	١٩	٠,٦٠**	٢٠	٠,٥٨**
٢١	٠,٦٨**	٢٢	٠,٥٦**	٢٣	٠,٥٤**	٢٤	٠,٦١**
٢٥	٠,٦٥**						
٢٦	٠,٧١**						

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١٤) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١ ، و الذى يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس و كانت النتائج كما بجدول (١٥) التالي:

جدول (١٥) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية
والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية

البعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
لوم الذات والآخرين	٠,٨٥**
الأفراط في التعميم	٠,٧٧**
اليأس	٠,٧٠**
العجز	٠,٧٦**

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١٥) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (٠,٧٠ - ٠,٨٥) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس ، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

رابعاً: مقياس الميول الانتحارية: (إعداد الباحثة): (ملحق ٤)

- اطلعت الباحثة على عدة مقاييس للميول الانتحارية من أهمها: **استبانه الميل إلى الانتحار. (إعداد: ربيع إبراهيم وهبى وفيصل محمد خير،٢٠١٥)** تكوت من (٣٦) عبارة، تتدرج الاختيارات ما بين(أبداً-أحياناً-غالباً-دائماً). **مقياس الميول الانتحارية (إعداد: محمد ربحى عبد الفتاح وصلاح الدين محمد أبوناهية وحسام الدين محمود عزب ٢٠٢٠)** وتكون المقياس من (٣٠) عبارة ، تكون من ثلاث أبعاد هم : التفكير وتصور الانتحار (١٠ عبارات)، الرغبة والتخطيط للانتحار(١٠ عبارات)، القدرة الفعلية على الانتحار(١٠عبارات) ،وتتدرج الاختيارات بين (أوافق بشدة-أوافق-محايد-أعارض-أعارض بشدة).**قام يحيى بن مبارك وأحمد بن سعد (٢٠٢٠) باستخدام مقياس الميول الانتحارية المستخدم من قبل الدوسرى والمعد من قبل البحيرى(٢٠٠٣)** وتكون المقياس من (٣٥) عبارة، تنقسم إلى أربع أبعاد هم: الشعور باليأس (١٢ عبارة)، وتصور الانتحار (٧ عبارات)، تقييم الذات السلبى(٩ عبارات)، العداوة (٧ عبارات) ،وتتم الاستجابات ما بين (أبداً أو قليلاً من الوقت-بعضاً من الوقت-كثيراً من الوقت-معظم الوقت).
- قامت الباحثة بإعداد الصورة الأولية للمقياس في ضوء التعريف العام للباحثة وتعريفات الأبعاد، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٢٦) عبارة.

- **البُعد الأول: التفكير وتصور الانتحار:** يعبر عن اتجاه الفرد نحو الحياة والموت نتيجة صراع داخلي لدى الفرد والتفكير في الألم النفسي الذي يشعر به، ويتصور أن التخلص من حياته هو الحل للتخلص من هذا الألم. ويتكون هذا البعد من (١٠) عبارات وهم: **(١، ٤، ٦، ٩، ١٢، ١٥، ١٨، ٢١، ٢٥، ٢٦*).**
- **البُعد الثاني: الرغبة في الانتحار:** حيث يقوم الفرد بالتعبير عن رغبته في التخلص من حياته.ويتكون هذا البعد من (٨) عبارات وهم: **(٢، ٥، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٩، ٢٢*)**

- **البُعد الثالث: التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار:** حيث يتغلب الفرد على حاجز الخوف الغريزي من الموت، والبدء في التخطيط واختيار الوسيلة وكل تفاصيل الانتحار. ويتكون هذا البعد من (٨) عبارات وهم :(٣، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٣، ٢٤*)

-وتشير الدرجة الكلية المرتفعة للمفحوص (الطالب) على المقياس إلى ارتفاع الميول الانتحارية، والعكس بالعكس.

- **خطوات التحقق من كفاءة مقياس الميول الانتحارية.**

وقد تم التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس من خلال القيام بالآتي: -

مؤشرات صدق البنية لمقياس الميول الانتحارية:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس الميول الانتحارية باستخدام التحليل العاملى التوكيدى عن طريق برنامج AMOS20 ،و يوضح جدول (١٦) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس و النسبة الحرجة و مستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس الميول الانتحارية :

جدول (١٦) تشبعات مفردات أبعاد مقياس الميول الانتحارية باستخدام التحليل العاملى التوكيدى

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
التفكير وتصور الانتحار	٢٦	٠,٤٢	٠,٧٦	٠,١٣	٥,٧٥	٠,٠١
	٢٥	٠,٧	٠,٨٣	٠,٠٩	٩,٠١	٠,٠١
	٢١	٠,٨١	١,٧٥	٠,١٧	١٠,٠٤	٠,٠١
	١٨	٠,٥	٠,٨٧	٠,١٣	٦,٧٩	٠,٠١
	١٥	٠,٥١	٠,٩٨	٠,١٤	٦,٨٩	٠,٠١
	١٢	٠,٦٩	٠,٩	٠,١	٨,٨٧	٠,٠١
	٩	٠,٧٣	١,١٤	٠,١٢	٩,٢٧	٠,٠١
	٦	٠,٨٢	٠,٩٥	٠,٠٩	١٠,١	٠,٠١
	٤	٠,٥٧	١	٠,١٣	٧,٥٩	٠,٠١
	١	٠,٦٢	١	-	-	-

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
الرغبة في الانتحار	٢٢	٠,٦٣	١,٢٩	٠,١٤	٩,٢٥	٠,٠١
	١٩	٠,٦٥	١,٢٧	٠,١٣	٩,٧١	٠,٠١
	١٦	٠,٥١	١,١	٠,١٥	٧,٤	٠,٠١
	١٣	٠,٧٦	١,٣٧	٠,١٢	١١,٤٢	٠,٠١
	١٠	٠,٧	١,٤٧	٠,١٤	١٠,٣٨	٠,٠١
	٧	٠,٧١	١,١٣	٠,١١	١٠,٥٤	٠,٠١
	٥	٠,٨١	١,١٢	٠,٠٩	١٢,٢٤	٠,٠١
	٢	٠,٧٤	١	-	-	-
التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار	٢٤	٠,٤٩	١,٢٦	٠,٢٨	٤,٤٧	٠,٠١
	٢٣	٠,٧٦	١,٢٦	٠,٢٥	٥,١٢	٠,٠١
	٢٠	٠,٧	١,٣٧	٠,٢٧	٥,٠٣	٠,٠١
	١٧	٠,٧٤	٢,٣١	٠,٤٥	٥,١	٠,٠١
	١٤	٠,٣٨	٠,٧	٠,١٨	٣,٩٧	٠,٠١
	١١	٠,٧٥	١,٢٤	٠,٢٤	٥,١١	٠,٠١
	٨	٠,٨	١,٣٢	٠,٢٦	٥,١٨	٠,٠١
	٣	٠,٣٦	١	-	-	-

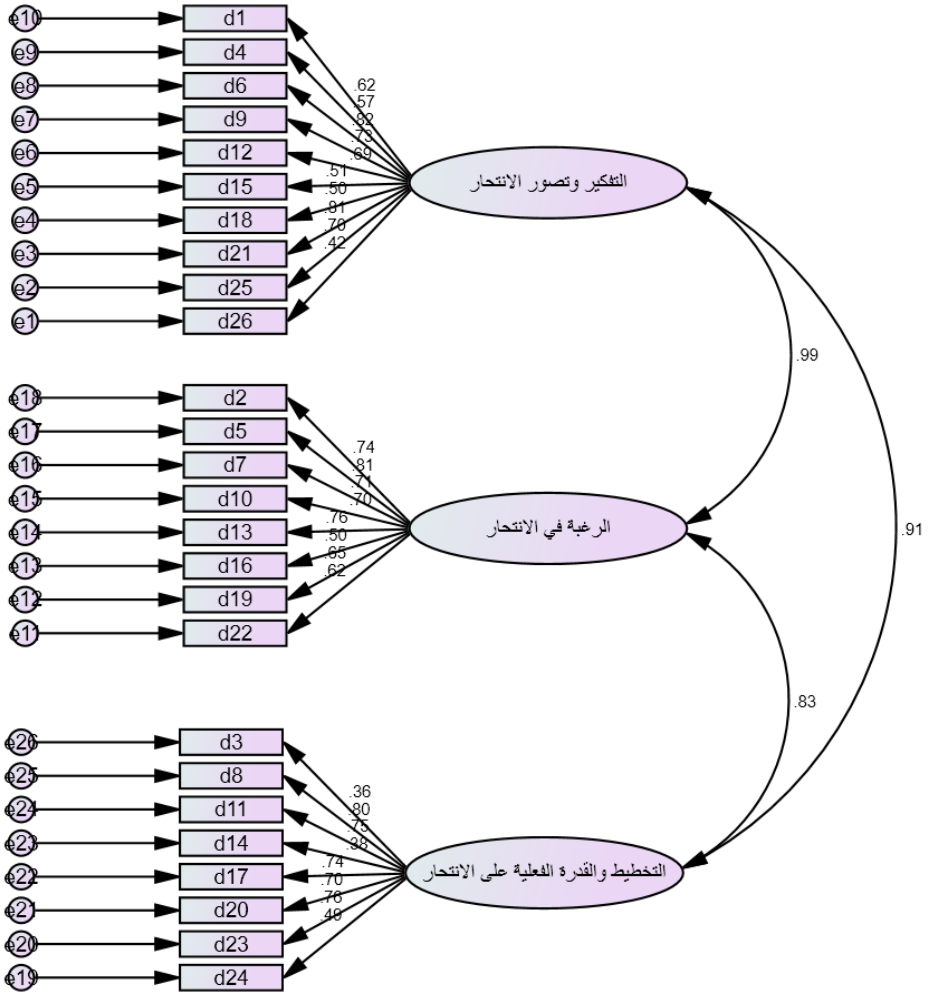
يتضح من جدول(١٦) أن جميع مفردات مقياس الميول الانتحارية كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس **الميول الانتحارية**. ويوضح جدول(١٧) مؤشرات صدق البنية لمقياس **الميول الانتحارية**:

جدول (١٧) مؤشرات صدق البنية لمقياس الميول الانتحارية

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	٨١٦,٨٤	
مستوى الدلالة	داله عند ٠,٠١	
DF	٢٩٥	
CMIN/DF	٢,٧٦	أقل من ٥
GFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
		تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٣	**من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.**
IFI	٠,٩٤	**من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.**
CFI	٠,٩١	**من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.**
RMSEA	٠,٠٨	**من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.**

يتضح من جدول (١٧) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٨١٦,٨٤ بدرجات حرية = ٢٩٥ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، و كانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,٧٦، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.91، NFI= 0.93، IFI= 0.94، CFI= 0.91 ، RMSEA= 0.08) ، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الميول الانتحارية. **ومما سبق يمكن القول أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي قدمت دليلا قويا على صدق البناء لمقياس الميول الانتحارية.** ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملى التوكيدى لبنية أبعاد الميول الانتحارية من خلال شكل (٥) التالى:



شكل (٥) البناء العاملى لأبعاد مقياس الميول الانتحارية

- **ثبات المقياس:**

حسبت قيمة الثبات للعوامل الفرعية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وجدول (١٨) التالى يوضح هذه المعاملات:

جدول (١٨) يوضح ثبات أبعاد مقياس الميول الانتحارية والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
التفكير وتصور الانتحار	٠,٨٤	٠,٨١
الرغبة في الانتحار	٠,٨٠	٠,٨٢
التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار	٠,٨٥	٠,٨٤
المقياس ككل	٠,٨٩	٠,٨٦

يتضح من جدول (١٨) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية كانت مرتفعة، و بذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق و الثبات و يمكن استخدامها علمياً.

الاتساق الداخلي

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وجدول(١٩) التالى يوضح هذه المعاملات:

جدول (١٩) الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الميول الانتحارية

التفكير وتصور الانتحار		الرغبة في الانتحار		التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٧	٢	**٠,٥٧	٣	**٠,٥٤
٤	**٠,٦٢	٥	**٠,٧٨	٨	**٠,٦٨
٦	**٠,٤١	٧	**٠,٥٦	١١	**٠,٥٧
٩	**٠,٥٣	١٠	**٠,٧	١٤	**٠,٦٧
١٢	**٠,٥٢	١٣	**٠,٧٧	١٧	**٠,٥٦
١٥	**٠,٥٤	١٦	**٠,٥٩	٢٠	**٠,٧٦
١٨	**٠,٥١	١٩	**٠,٤٩	٢٣	**٠,٧٨
٢١	**٠,٥٥	٢٢	**٠,٦٧	٢٤	**٠,٥٧
٢٥	**٠,٧				
٢٦	**٠,٥٦				

**** دالة عند ٠,٠١**

يتضح من جدول (١٩) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بجدول(٢٠) التالي:

جدول (٢٠) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
التفكير وتصور الانتحار	٠,٨٧**
الرغبة في الانتحار	٠,٨١**
التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار	٠,٨٤**

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٢٠) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (٠,٨٠ - ٠,٨٥) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس ، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

٤-الأساليب الإحصائية:

اعتمدت الباحثة فى الدراسة الحالية على بعض من الأساليب الإحصائية الملائمة لمتغيرات الدراسة، وذلك من خلال استخدام المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة، حيث تم إدخال البيانات عن طريق استخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package For The Social Sciences) أو اختصارا(SPSS) من أجل تحليلها والحصول على النتائج وقد استعملت الأساليب الإحصائية التالية:

- التحليل العاملي التوكيدى.Factor analysis
- معامل ارتباط بيرسون ..Pearson correlation coefficient لحساب الاتساق الداخلى
- معامل الثبات (ألفا كرونباخ) Cronbach Alpha للصدق والثبات

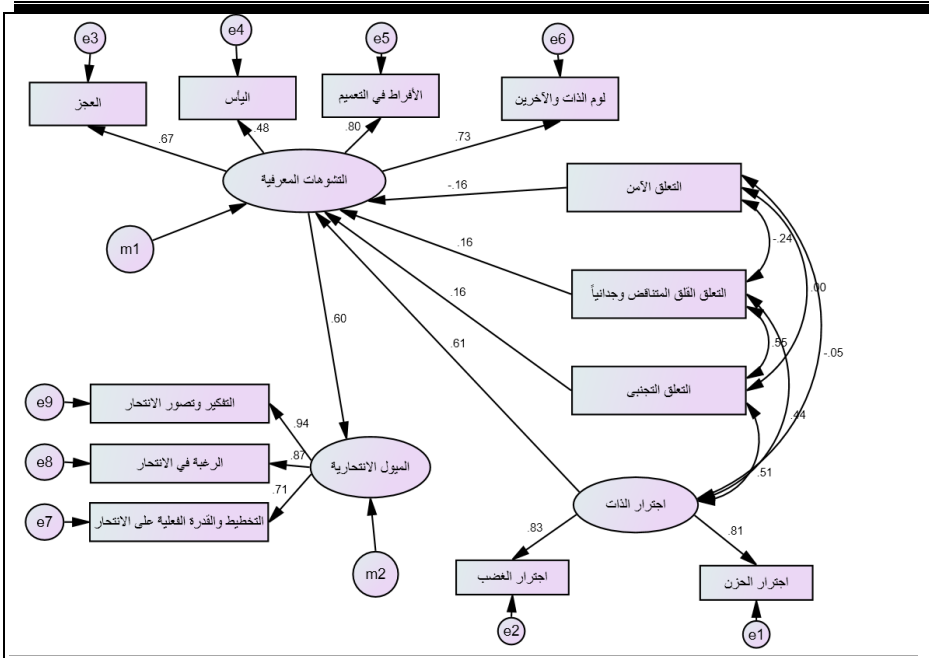
- معامل سبيرمان براون لحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية. Half split factor
- تحليل التباين الثنائى Variance analysis
- نمذجة المعادلة البنائية Fractional Equation modeling

نتائج الدراسة ومناقشتها:

١-نتائج التحقق من الفرض الأول:

نص الفرض الأول على أنه " توجد مطابقة لنموذج المقترح للعلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات (كمتغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط)، والميول الانتحارية (متغير تابع) لدى عينة من طلاب كلية التربية.

وللتحقق من الفرض تم استخدام أسلوب نمذجة المعادلة البنائية باستخدام برنامج (AMOS 20) لنمذجة المدخلات أو (المتغيرات المستقلة) وهي أنماط التعلق واجترار الذات (كمتغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط)، والميول الانتحارية (متغير تابع). ويمكن توضيح هذا النموذج من خلال شكل(٦) التالى:



شكل (٦) النموذج المستخرج للعلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات (كمتغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط)، والميول الانتحارية (متغير تابع)

ويمكن توضيح نتائج النموذج كما يتضح في جدول (٢١) التالي والذي يلخص نتائج التحليل الإحصائي لهذا النموذج ومؤشرات حسن المطابقة:

جدول(٢١) مؤشرات جودة المطابقة للنموذج

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة	المدى المثالي للمؤشر
كا^{٢}	٩٠,٧٤	
مستوى الدلالة	دالة عند ٠,٠١	
درجات الحرية	٤٦	
النسبة بين كا٢/درجات الحرية	١,٩٧	أقل من ٥
GFI	٠,٩١	من(صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
NFI	٠,٩٣	من(صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
IFI	٠,٩٦	من(صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
CFI	٠,٩٦	من(صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
AGFI	٠,٩١	من(صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
RMSEA	٠,٠٦	من(صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج

يتضح من جدول (٢١) تطابق النموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة، وكانت قيمة كا^{٢}=٩٠,٧٤ بدرجات حرية =٤٦ وهى دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة كا^{٢} / درجات الحرية =١,٩٧ < ٥، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة والتي كانت في مداها المثالي، ويتضح من جدول (٢٢) التالي معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس للعلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات (كمتغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط)، والميول الانتحارية (متغير تابع).

جدول (٢٢) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس للعلاقة بين أنماط التعلق واجترار الذات (كمتغيرات مستقلة)، والتشوهات المعرفية (متغير وسيط)، والميول الانتحارية (متغير تابع)

علاقات المتغيرات			الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
التعلق الآمن	<---	التشوهات المعرفية	-٠,١٥٨	-٠,٠٣	٠,٠١	-٢,٧٧	٠,٠١
التعلق القلق المتناقض وجدانياً	<---	التشوهات المعرفية	٠,١٥٨	٠,٠٣	٠,٠٢	٢,٢٥	٠,٠٥
التعلق التجنبي	<---	التشوهات المعرفية	٠,١٥٥	٠,٠٣	٠,٠١	٢,١٥	٠,٠٥
اجترار الذات	<---	التشوهات المعرفية	٠,٦١٣	٠,٢٦	٠,٠٤	٦,٥٢	٠,٠١
التشوهات المعرفية	<---	الميول الانتحارية	٠,٦	٠,٨	٠,١٢	٦,٦٦	٠,٠١
اجترار الحزن	<---	اجترار الذات	٠,٨١٢	١	-	-	-
اجترار الغضب	<---	اجترار الذات	٠,٨٣٢	١,٠٢	٠,٠٩	١٠,٩٧	٠,٠١
العجز	<---	التشوهات المعرفية	٠,٦٧٣	١	-	-	-
اليأس	<---	التشوهات المعرفية	٠,٤٨٤	٠,٧	٠,١١	٦,٤٢	٠,٠١
الأفراط في التعميم	<---	التشوهات المعرفية	٠,٨	١,٤١	٠,١٤	٩,٨٩	٠,٠١
لوم الذات والآخرين	<---	التشوهات المعرفية	٠,٧٣١	١,٦٨	٠,١٨	٩,٢٤	٠,٠١
التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار	<---	الميول الانتحارية	٠,٧٠٥	١	-	-	-
الرغبة في الانتحار	<---	الميول الانتحارية	٠,٨٧	١,٨٧	٠,١٥	١٢,١٦	٠,٠١
التفكير وتصور الانتحار	<---	الميول الانتحارية	٠,٩٤٢	٢,٣٨	٠,١٩	١٢,٤٨	٠,٠١

يتضح من جدول (٢٣) وجود تأثير سالب ودال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين التعلق الآمن والتشوهات المعرفية حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى -٠,١٥٨ وهو دال عند مستوى ٠,٠١. وهذا ما أكدت عليه العديد من الدراسات على أن التعلق الآمن هو الأكثر الأنماط صحة، ووفق وصف "Ainsworth " يصبح الأفراد من خلالها قادراً على تكوين علاقات سوية، كما يتميزون بالاستقلالية والاعتماد على الذات والاستقلال الذاتي، إذ يثقون بأنفسهم كما يثقون بالآخرين (آمنه فيصل محمود وأحمد عبد الله محمد، ٢٠٢٠:١٠٢٤؛ ندى عبد الرحمن الطوايعة ورافح عقيل الزغلول، ٢٠٢٠:٦١١). وكما أكد Bowlby (1988: 65) أن التعلق الآمناً يمكن الأفراد لأن يقيموا علاقات صحية مع الأخرين، ويكون بمقدرتهم مواجهة المشكلات بشكل أفضل. وكذلك اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة ياسمين حسن أبو هلال(٢٠٢٠) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين النمط الآمن والتشوهات المعرفية.

كما يتضح وجود تأثير موجب ودال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التعلق القلق المتناقض وجدانياً والتشوهات المعرفية حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى ٠,١٥٨ وهو دال عند مستوى ٠,٠٥. وكذلك وجود **تأثير موجب ودال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التعلق التجنبى والتشوهات المعرفية حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى ٠,١٥٥ وهو دال عند مستوى ٠,٠٥.** واتفقت هذه النتائج مع تنائج دراسة Sirin(2017) التي هدفت الكشف عن القدرة التنبؤية لنمطى التعلق (التجنبى، والقلق) في ثلاثة تشوهات معرفية تتمثل في (تشوه رفض العلاقات الشخصية، وتشوه توقعات غير واقعية في العلاقة، وتشوه سوء الفهم بين الأفراد) لدى طلبة الجامعة. وكذلك دراسة ياسمين حسن أبو هلال(٢٠٢٠) التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين النمط القلق والتشوهات المعرفية، وإلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط التجنبى

والتشوهات المعرفية. وهي نتيجة تبدو منطقية حيث أن التعلق غير الآمن يؤدى إلى مشكلات صحية وعقلية للمراهق كتناول المخدرات والعدوانية والسلوك الجانح، كما يمكن أن يرتبط بالانتحار، وذلك ما أكدته دراسة Moretti & Peled (2004:552)، وكذلك دراسة Yoo (2011) التي كشفت تحليلات الانحدار المتعدد العلاقة بين الارتباط (التعلق) غير الآمن والميل الانتحاري.

كما أظهرت نتائج تحليل المسار جدول (٢٣) وجود تأثير موجب ودال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين اجترار الذات والتشوهات المعرفية حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى ٠,٦١٣ وهو دال عند مستوى ٠,٠١. وهو ما أثبتته نتائج دراسة Joormann ; Dkane & Gotilb (2006) حيث أن المشاركين المنزعجين Dysphoric الذين تم حثهم على اجترار الأفكار تبنوا تفسيرات أكثر سلبية للمواقف الافتراضية. و كما أكدت عليه نتائج دراسات (Ciarocco ; Vohs & Baumeister,2010 ; Mclaughlin & Nolen-Hoeksema,2011) ارتباط اجترار الأفكار بالنتائج السلبية، وخاصة بالنسبة للأشخاص المكتئبيين أو المنزعجين. فالأشخاص المنزعجون الذين يجترون الأفكار يفتقرون إلى المرونة المعرفية، ومتشائمين على نحو غير مبرر. كما اتفقت تلك النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة Law & Chapman (2015) بأن الاجترار يتنبأ باستمرار المزاج السلبى مع زيادة القابلية للتأثر بالاكتئاب ،كما وجد أنه يؤثر في عملية معالجة العواطف السلبية ويجعل من الصعب على الأفراد الانسحاب من هذه المشاعر والعواطف السلبية. كما يعزز اجترار الأفكار من تأثيرات المزاج المكتئب على التفكير؛ حيث يجعل التفكير أكثر تشاؤماً وقدرية. فالفرضية الأساسية لنظرية أنماط الاستجابات هي أن اجترار الأفكار يرتبط بالانحيازات المعرفية في الاكتئاب، وأن اجترار الأفكار يزيد من المعالجة المعرفية المنحازة (مثلاً: التفسير المنحاز للمواقف المبهمة وانحيازات الذاكرة) وبالتالي يطيل من الحالات المزاجية السلبية كما يرتبط بالتشوهات المعرفية الخاصة بتعميم الفشل

ولوم الذات Nolen-Hoeksema,2004:107-108; Joorman; Dkane & Gotib,2006) ؛ شيماء عزت باشا،٢٠١٥: ٥٤٥) .

وكذلك أظهرت نتائج تحليل المسار كما بجدول (٢٣) وجود تأثير موجب ودال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ بين التشوهات المعرفية والميول الانتحارية حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى ٠,٦٠ وهو دال عند مستوى ٠,٠١. وتبدو هذه النتيجة منطقية حيث تكمن خطورة التشوهات المعرفية في اعتبارها مصدراً من مصادر الاضطراب الانفعالي، وأن هذا الاضطراب يمكن أن يستمر ما لم يغير الفرد هذه الأفكار بل ويستبدلها بأفكار أخرى واقعية منطقياً (Karen ; Anela & Frank,2008:59) . **وكما أكد** Beck أن التشوهات المعرفية تؤدى إلى خروج منظم عن الواقع والمنطق، مما يتسبب في أساليب تفكير غير منطقية ونظرة سلبية نحو الذات والعالم والمستقبل (Beck,1999:31). كما بين Abramson ; Metalsk & Alloy (1989:358) أن الأفراد وفقاً لنظرية التشوهات المعرفية لBeck يعانون من وجود صعوبة في إمكانية التعامل مع الأحداث بشكل إيجابى ، كما يكونون أكثر عرضه للإصابة بفقدان الأمل عند مواجهتهم حدثاً سلبياً. كما اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة Fazakas-Dehoog ; Rnic & Dozois (2017) التي اقترحت نموذجاً تكاملياً للتشوهات المعرفية (اليأس والتقييمات السلبية للذات والمستقبل) والعجز (عجز حل المشكلات وتجنب حل المشكلات والصلابة المعرفية) وأظهرت تأثيرها المباشر على التفكير الانتحاري.و كذلك دراسة Webb (2019) التي أشارت أن هناك علاقة داله احصائياً بين التفكير الانتحاري والتشوهات المعرفية.

الفرض الثانى:

نص الفرض الثانى على أنه " توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد العينة وفقاً للنوع(ذكور-إناث) والتخصص (علمى – أدبي) والتفاعل بينهما على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية.

وقامت الباحثة بالتحقق من هذا الفرض باستخدام تحليل التباين ٢ × ٢، ٢ نوع (ذكور – إناث) × ٢ تخصص (علمى-أدبي) على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية، ويمكن عرض نتائج التحقق من هذا الفرض من خلال الجدولين(٢٤) (٢٥) التاليين:

جدول (٢٤) الأعداد والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية تبعاً لمتغيرى النوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي)

البعد	النوع	التخصص	العدد	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى
لوم الذات والآخرين	ذكور	علمى	٣١	١٥,٠٠	٢,٦١
		أدبي	١٣	١٥,٨٥	٢,٥١
	إناث	علمى	٥٠	١٤,٢٢	٢,٥٣
		أدبي	١٢٧	١٤,٦٢	٢,٤٩
الإفراط في التعميم	ذكور	علمى	٣١	١٢,٠٣	١,٩٦
		أدبي	١٣	١١,٧٧	١,٣٠
	إناث	علمى	٥٠	١١,٧٢	١,٩١
		أدبي	١٢٧	١١,٥٤	٢,٠١
اليأس	ذكور	علمى	٣١	١١,٤٢	٢,٠٨
		أدبي	١٣	١١,٠٠	١,٦٨
	إناث	علمى	٥٠	١٠,٦٢	١,٧٥
		أدبي	١٢٧	١٠,٥٥	١,٣٤
العجز	ذكور	علمى	٣١	١٢,٣٢	١,٦٤
		أدبي	١٣	١٢,٣١	٢,٢٥
	إناث	علمى	٥٠	١١,٧٢	١,٥٤
		أدبي	١٢٧	١١,٨٠	١,٦٠
الدرجة الكلية	ذكور	علمى	٣١	٥٠,٧٧	٦,٢٥
		أدبي	١٣	٥٠,٩٢	٦,٧٦
	إناث	علمى	٥٠	٤٨,٢٨	٥,٨٥
		أدبي	١٢٧	٤٨,٥١	٥,٧٩

وقد أجرت الباحثة تحليل التباين الثنائي للتحقق من الفرض وكانت النتائج كما بجدول(٢٥) التالي:

جدول (٢٥) يوضح نتائج تحليل التباين لتأثير النوع والتخصص في أبعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
لوم الذات والآخرين	النوع (أ)	٢٩,٣١	١	٢٩,٣١	٤,٦١	داله عند ٠,٠٥
	التخصص (ب)	١١,٣٧	١	١١,٣٧	١,٧٩	غير دالة
	التفاعل بين النوع و التخصص (أ × ب)	١,٤٤	١	١,٤٤	٠,٢٣	غير دالة
	الخطأ	١٣٧٨,١٣	٢١٧	٦,٣٥	-	-
الإفراط في التعميم	النوع (أ)	٢,١١	١	٢,١١	٠,٥٦	غير دالة
	التخصص (ب)	١,٤١	١	١,٤١	٠,٣٧	غير دالة
	التفاعل بين النوع و التخصص (أ × ب)	٠,٠٥	١	٠,٠٥	٠,٠١	غير دالة
	الخطأ	٨٢٤,٨٧	٢١٧	٣,٨	-	-
اليأس	النوع (أ)	١١,٣٧	١	١١,٣٧	٤,٥٨	داله عند ٠,٠٥
	التخصص (ب)	١,٧٤	١	١,٧٤	٠,٧	غير دالة
	التفاعل بين النوع و التخصص (أ × ب)	٠,٩	١	٠,٩	٠,٣٦	غير دالة
	الخطأ	٥٣٨,٧٥	٢١٧	٢,٤٨	-	-
العجز	النوع (أ)	٩,٠٧	١	٩,٠٧	٣,٤	غير دالة
	التخصص (ب)	٠,٠٣	١	٠,٠٣	٠,٠١	غير دالة
	التفاعل بين النوع و التخصص (أ × ب)	٠,٠٦	١	٠,٠٦	٠,٠٢	غير دالة
	الخطأ	٥٧٨,٣	٢١٧	٢,٦٧	-	-
الدرجة الكلية	النوع (أ)	١٧٥,٥٨	١	١٧٥,٥٨	٥	داله عند ٠,٠٥
	التخصص (ب)	١,٠٦	١	١,٠٦	٠,٠٣	غير دالة
	التفاعل بين النوع و التخصص (أ × ب)	٠,٠٥	١	٠,٠٥	٠	غير دالة
	الخطأ	٧٦٢٤,١٦	٢١٧	٣٥,١٣	-	-

يتضح من جدول (٢٥) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد لوم الذات والآخرين تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٤,٦١ وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ لصالح الذكور، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد لوم الذات والآخرين تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبي) حيث كانت قيمة ف = ١,٧٩ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي) فى بعد لوم الذات والآخرين حيث كانت قيمة ف = ٠,٢٣ وهي غير دالة إحصائياً.

كما يتضح من جدول (٢٥) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد الإفراط في التعميم تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٠,٥٦ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد الإفراط في التعميم تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبي) حيث كانت قيمة ف = ٠,٣٧ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي) فى بعد الإفراط في التعميم حيث كانت قيمة ف = ٠,٠١ وهي غير دالة إحصائياً.

ويتضح من جدول (٢٥) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد اليأس تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٤,٥٨ وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ لصالح الذكور، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد اليأس تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبي) حيث كانت قيمة ف = ٠,٧٠ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي) فى بعد اليأس حيث كانت قيمة ف = ٠,٣٦ وهي غير دالة إحصائياً.

وكذلك يتضح من جدول (٢٥) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد العجز تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٣,٤ وهى غير دالة إحصائياً،

كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد العجز تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبى) حيث كانت قيمة ف = ٠,٠١ و هى غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) و التخصص (علمى / أدبى) فى بعد العجز حيث كانت قيمة ف = ٠,٠٢ و هى غير دالة إحصائياً .

أيضاً يتضح من جدول (٢٥) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الدرجة الكلية تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٥ وهي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ لصالح الذكور، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الدرجة الكلية تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبي) حيث كانت قيمة ف = ٠,٠٣ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي) فى الدرجة الكلية حيث كانت قيمة ف = ٠ وهي غير دالة إحصائياً.

ومما سبق تخلص الباحثة فيما يتعلق بالفروق تبعاً للنوع (ذكور/إناث) في التشوهات المعرفية إلى عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية في بُعد لوم الذات والآخرين وبُعد الإفراط في التعميم وبُعد العجز في مقياس التشوهات المعرفية ، واتفقت تلك النتائج مع دراسة فاضل عبد الزهرة وصباح داغر مهدى (٢٠١٨) أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية في التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة وفق متغير النوع (ذكور، وإناث) ،وكذلك دراسة شيرى مسعد حليم وهانم أحمد أحمد (٢٠١٩) والتي أسفرت أهم نتائجها أنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث في أبعاد التشوهات المعرفية لدى عينة البحث.

بينما أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود فروق ذات دلاله إحصائية في بُعد اليأس وكذلك في الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية عند مستوى ٠,٠٥ في اتجاه الذكور، واتفقت هذه النتائج مع العديد من الدراسات (ياسمين حسن أبو هلال،٢٠٢٠؛

شيماء عزت باشا ،٢٠١٥؛ رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومنى ،٢٠٢٠؛ رضا ربيع عبد الحليم ،٢٠٢٠) حيث أوضحت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة وفق متغير النوع (ذكور، وإناث) فى اتجاه الذكور.

أما فيما يتعلق **بالفروق فى التخصص (علمى/أدبي) والتفاعل** الثنائى للنوع والتخصص فكانت جميع النتائج غير داله إحصائياً. واتفقت هذه النتائج مع دراسة فاضل عبد الزهرة وصباح داغر مهدى (٢٠١٨) التي أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية في التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة وفق التخصص (علمى، وإنسانى). وكذلك دراسة رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومنى (٢٠٢٠) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الكلية. ودراسة رضا ربيع عبد الحليم (٢٠٢٠) التي أظهرت وجود فروق غير دالة إحصائياً بين طلاب التخصص العلمى والأدبى في جميع أبعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية له. بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة نظمي حسين المعلا وعمر عطا الله على (٢٠٢١) التى هدفت التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة وأشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التشوهات المعرفية فروق تبعاً للكلية لصالح الكليات الإنسانية، وفروق تبعاً للتفاعل بين الجنس والكلية.

الفرض الثالث:

نص الفرض الثالث على أنه " توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد العينة وفقاً للنوع(ذكور-إناث) والتخصص (علمى – أدبي) والتفاعل بينهما على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الميول الانتحارية".

وقامت الباحثة بالتحقق من هذا الفرض باستخدام تحليل التباين ٢ × ٢، ٢ نوع (ذكور – إناث) × ٢ تخصص (علمى-أدبي) على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الميول الانتحارية، ويمكن عرض نتائج التحقق من هذا الفرض من خلال الجدولين (٢٦) (٢٧) التاليين:

جدول (٢٦) الأعداد والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الميول الانتحارية تبعاً لمتغيرى النوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي)

البعد	النوع	التخصص	العدد	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى
التفكير وتصور الانتحار	ذكور	علمى	٣١	١٤,٦٨	٣,٩٤
		أدبي	١٣	١٦,٠٠	٤,٧٤
	إناث	علمى	٥٠	١٣,٩٤	٣,١٨
		أدبي	١٢٧	١٤,٨٢	٣,٦٩
الرغبة في الانتحار	ذكور	علمى	٣١	١٢,٠٠	٣,٣٥
		أدبي	١٣	١٢,٦٩	٣,٧٣
	إناث	علمى	٥٠	١٢,٢٢	٣,١٦
		أدبي	١٢٧	١٢,٠٥	٣,٠٥
التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار	ذكور	علمى	٣١	١١,٦٥	٢,٥٥
		أدبي	١٣	١٢,٠٠	١,٧٣
	إناث	علمى	٥٠	١١,٥٦	١,٨٩
		أدبي	١٢٧	١١,٨٣	٢,٠٦
الدرجة الكلية	ذكور	علمى	٣١	٣٨,٣٢	٩,١٤
		أدبي	١٣	٤٠,٦٩	٩,١٤
	إناث	علمى	٥٠	٣٧,٧٢	٧,٤٤
		أدبي	١٢٧	٣٨,٦٩	٧,٩٥

وقد أجرت الباحثة تحليل التباين الثنائي للتحقق من الفرض وكانت النتائج كما بجدول (٢٧) التالي:

جدول (٢٧) يوضح نتائج تحليل التباين لتأثير النوع والتخصص في أبعاد الميول الانتحارية والدرجة الكلية

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التفكير وتصور الانتحار	النوع (أ)	٢٦,٨٦	١	٢٦,٨٦	١,٩٨	غير دالة
	التخصص (ب)	٣٥,٣٦	١	٣٥,٣٦	٢,٦	غير دالة
	التفاعل بين النوع والتخصص (أ × ب)	١,٤٤	١	١,٤٤	٠,١١	غير دالة

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
	الخطأ	٢٩٤٦,٤٣	٢١٧	١٣,٥٨	-	-
الرغبة في الانتحار	النوع (أ)	١,٣٢	١	١,٣٢	٠,١٣	غير دالة
	التخصص (ب)	١,٩٧	١	١,٩٧	٠,٢	غير دالة
	التفاعل بين النوع والتخصص (أ × ب)	٥,٤٦	١	٥,٤٦	٠,٥٥	غير دالة
	الخطأ	٢١٦٥,٠٧	٢١٧	٩,٩٨	-	-
التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار	النوع (أ)	٠,٤٩	١	٠,٤٩	٠,١١	غير دالة
	التخصص (ب)	٢,٨٢	١	٢,٨٢	٠,٦٥	غير دالة
	التفاعل بين النوع والتخصص (أ × ب)	٠,٠٦	١	٠,٠٦	٠,٠١	غير دالة
	الخطأ	٩٤١,٦١	٢١٧	٤,٣٤	-	-
الدرجة الكلية	النوع (أ)	٤٩,٤	١	٤٩,٤	٠,٧٦	غير دالة
	التخصص (ب)	٨١,٥٢	١	٨١,٥٢	١,٢٥	غير دالة
	التفاعل بين النوع والتخصص (أ × ب)	١٤,٢٤	١	١٤,٢٤	٠,٢٢	غير دالة
	الخطأ	١٤١٩٢,٦٥	٢١٧	٦٥,٤	-	-

يتضح من جدول (٢٧) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد التفكير وتصور الانتحار تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ١,٩٨ وهي غير دالة إحصائياً، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد التفكير وتصور الانتحار تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبي) حيث كانت قيمة ف = ٢,٦ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي) فى بعد التفكير وتصور الانتحار حيث كانت قيمة ف = ٠,١١ وهي غير دالة إحصائياً.

ويتضح من جدول (٢٧) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد الرغبة في الانتحار تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٠,١٣ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد الرغبة في الانتحار تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبي) حيث كانت قيمة ف = ٠,٢٠ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي) فى بعد الرغبة في الانتحار حيث كانت قيمة ف = ٠,٥٥ وهي غير دالة إحصائياً.

ويتضح من جدول (٢٧) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٠,١١ وهى غير دالة إحصائياً ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى بعد التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبى) حيث كانت قيمة ف = ٠,٦٥ و هى غير دالة إحصائياً ، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) و التخصص (علمى / أدبى) فى بعد التخطيط والقدرة الفعلية على الانتحار حيث كانت قيمة ف = ٠,٠١ و هى غير دالة إحصائياً .

ويتضح من جدول (٢٧) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الدرجة الكلية تبعاً للنوع (ذكور / إناث) حيث كانت قيمة ف = ٠,٧٦ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الدرجة الكلية تبعاً لاختلاف التخصص (علمى / أدبي) حيث كانت قيمة ف = ١,٢٥ وهي غير دالة إحصائياً، كما لا يوجد أثر دال إحصائيا للتفاعل الثنائى للنوع (ذكور / إناث) والتخصص (علمى / أدبي) فى الدرجة الكلية حيث كانت قيمة ف = ٠,٢٢ وهي غير دالة إحصائياً.

ويمكن أن تخلص الباحثة فيما يتعلق **بالعلاقة بين الفروق في النوع(ذكور/إناث) والميول الانتحارية،** فقد أظهرت نتائج الدراسة الحالية عن عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية فى جميع أبعاد مقياس الميول الانتحارية والدرجة الكلية، واتفقت هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة يحيي بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد (٢٠٢٠) عن عدم وجود فروق في الميول الانتحارية لمتغير النوع. بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسات (سالمة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية ،٢٠١٩؛ Zheng & Wang,2014; Nikolaev,2021) التي أسفرت عن فروق في الميول الانتحارية بين أفراد العينة تبعاً للنوع وكانت في اتجاه الذكور.

أما فيما يتعلق **بالفروق فى التخصص (علمى/أدبي) والتفاعل** الثنائى للنوع والتخصص فكانت جميع النتائج غير داله إحصائياً. واتفقت هذه النتائج مع دراسة يحيي بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد (٢٠٢٠) التي أظهرت عدم وجود فروق في الميول الانتحارية لمتغير التخصص العلمى. بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة Zheng & Wang (2014) التي اشارت ارتفاع معدل ميول انتحارية مع العبء الأكاديمى. **وتعزو الباحثة** هذه النتيجة إلى علاقة المتغير الوسيط (التشوهات المعرفية) بالمتغير التابع (الميول الانتحارية) حيث لم يكن هناك فروق ذات دلاله إحصائية فيما يتعلق بالفروق في التخصص والتفاعل الثائى للنوع والتخصص لأفراد عينة الدراسة مما يوكد منطقية النموذج المقترح للبحث الحالي.

توصيات الدراسة:

١- ضرورة إعداد برامج وقائية ذات محتوى معرفى تمكن الطالب الجامعى من امتلاك أدوات وأساليب واستراتيجيات ضد التشوهات المعرفية وما يرتبط بها من مشكلات.
٢- ضرورة تبنى استراتيجيات إرشادية تعنى بتعديل التشوهات المعرفية في الأبنية الشخصية لطلاب المرحلة الجامعية.
٣- ضرورة الاهتمام باجترار الأفكار كونه أحد الطرق واستراتيجيات التفكير التي قد تغير من قدرات الفرد ومهاراته في حل المشكلات، فقد يمكننا تحويل عملية

الاجترار من الجانب السلبي إلى الجانب الإيجابى وتوظيفه للمساعدة في الوصول للأهداف المنشودة.

٤- إنشاء مكاتب أو أماكن للاستشارات التربوية والنفسية ومراكز للإرشاد بجميع الكليات والمعاهد، تختص بتقديم برامج إرشادية تختص بالانتحار وتتمثل في الإرشاد الفردى والجمعى بمجالاته المختلفة.

٥- تفعيل دور المؤسسات المعنية بالأسرة وحمايتها من العوامل المؤديه للميول الانتحارية.

البحوث المقترحة:

١-إجراء الدراسة على عينات أكبر من الطلاب في جامعات مختلفة بين طلبة المراحل المختلفة وشرائح مختلفة في المجتمع.

٢-برنامج إرشاد أسرى للتعامل مع أنماط التعلق غير السوي للنشء.

٣-برنامج إرشادى لخفض السلوكيات الاجترارية لدى عينة من طلاب الجامعة.

٤-برنامج إرشادى وقائى من التشوهات المعرفية لدى عينة من طلاب الجامعة.

٥-إجراء دراسة عن الميول الانتحارية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية.

٦-إجراء دراسة تنبؤية عن الميول الانتحارية مع متغيرات أخرى.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- إبراهيم سيد أحمد عبد الواحد والسيد الشبراوى أحمد حسانين (٢٠٢١): التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعى وإدمان الانترنت. ***مجلة كلية التربية-جامعة الأزهر***. العدد (١٨٩)، الجزء الأول، ١-٤٨.
- أحمد أحمد متولي عمر وأمانى عبد المجيد حسن عتلم وسمر عبد العظيم عبد العاطى (٢٠١٩): دراسة مقارنة لأنماط التعلق لدى كل من مدمنى البانجو وغير المدمنين لدى عينة من المراهقين. ***مجلة كلية التربية***، كلية التربية-جامعة كفر الشيخ.المجلد التاسع عشر، العدد الرابع، ٤٩١-٥٢٠.
- أحمد حسين الشافعى (٢٠٢١): التشوهات المعرفية وصورة الجسم في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من طلبة جامعة حلوان. ***المجلة المصرية للدراسات النفسية***. الجمعية المصرية للدراسات النفسية. المجلد الواحد والثلاثون، العدد (١١٢)، ٣١-٧٦.
- أحمد عبد الله جعفر الطراونة (٢٠١٧): أنماط التعلق وعلاقتها بالصداقة لدى طلبة جامعة مؤتة. ***دراسات-العلوم التربوية***، الجامعة الأردنية، المجلد الرابع والأربعون، العدد الرابع، الملحق السادس، ١٩-٣٢.
- أحمد على طلب محمود (٢٠١٧): تنظيم الانفعال كمتغير وسيط بين أنماط التعلق والسعادة النفسية لدى طلاب الجامعة. ***دراسات نفسية***. رابطة الاخصائيين النفسيين (رأنم)، المجلد السابع والعشرون، العدد الثانى، ٢٠٥-٢٥٣.
- أسماء أحمد محمد حسين ونورا تاج الدين جعفر وممدوح كامل حسانى(٢٠٢٠): الخصائص السيكومترية لمقياس فعالية أنماط التعلق لدى طلاب المرحلة الثانوية، ***مجلة العلوم التربوية***، كلية التربية بالغردقة-جامعة جنوب الوادى، المجلد الثالث، العدد الثانى، ١٧٩-٢٠١.

- إسلام العصار (٢٠١٥): التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في محافظة غزة، ***رسالة ماجستير***، غزة: الجامعة الإسلامية.
- آمال زكريا النمر (٢٠١٦): تقبل الذات وعلاقته بكل من تقبل الآخر وأساليب التعلق لدى طلبة الجامعة، ***مجلة العلوم التربوية***، العدد الثانى، الجزء الثانى، ٢-٥٨.
- آمنه فيصل محمود مقدادى وأحمد عبد الله محمد الشريفين(٢٠٢٠): القدرة التنبؤية للشفقة بالذات والتحيزات المعرفية وأنماط التعلق باضطراب الشخصية النرجسية لدى طلبة الجامعات الأردنية. ***مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية***. الجامعة الإسلامية بغزة-شئون البحث العلمى والدراسات العليا. المجلد الثامن والعشرون، العدد السادس، ١٠١٧-١٠٤٤.
- أنور محمد الشرقاوى(٢٠٠٣): ***علم النفس المعرفى المعاصر***. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- بوسنة عبد الوافى زهير (٢٠٠٨): التصور الاجتماعى لظاهرة الانتحار لدى الطالب الجامعى، دراسة ميدانية. ***رسالة دكتوراة***، جامعة منتورى، الجزائر.
- حسين فايد (٢٠٠٨): ***العدوان والاكتئاب***. الإسكندرية: المكتب العلمى للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
- رانيا وليد الجراح وفواز أيوب المومنى (٢٠٢٠): مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك.***مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية***.جامعة القدس المفتوحة. المجلد الحادى عشر، العدد الواحد والثلاثون، ١٦٤-١٧٩.
- خلف أحمد مبارك ورباب أحمد محمد حسن ووفاء محمد محمود (٢٠٢٠): نمط التعلق بالشريك الآخر القلق والمتجنب كمنبئين بالتوافق الزواجى لدى حديثى الزواج. ***مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية***، جامعة سوهاج-كلية التربية، العدد الخامس، ١٣٦٦-١٤٠٧.

- ربيع إبراهيم وهبى جبارين وفيصل محمد خير (٢٠١٥): الإدمان على الكحول والمخدرات وعلاقته بالميول الانتحارية. ***رسالة ماجستير***، عمادة الدراسات العليا والبحث العلمى، جامعة عمان الأهلية، الأردن، ١-١٠١.
- رضا ربيع عبد الحليم (٢٠٢٠): التفكير الاستراتيجي والتشوهات المعرفية كمنبئات باتخاذ القرار لدى عينة من الطلاب المتوقع تخرجهم بجامعة المنيا. ***العلوم التربوية***، كلية الدراسات العليا للتربية-جامعة القاهرة. المجلد الثامن والعشرون، العدد الرابع، ٢٩٧-٣٦٢.
- رشا محمد عبد الستار(٢٠١٧): الفروق في العلاقة بين التسامح واجترار الأفكار لدى المعنفات وغير المعنفات. دراسات نفسية، ***رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رأنم)***، المجلد السابع والعشرون، العدد الثالث، ٤١٣-٤٦٦.
- رشا ناجى محمد (٢٠١٩): التنبؤ باضطراب التحدى المعارض بمرجعية الاكتئاب والميول الانتحارية لدى عينة من المراهقين مدمنى الألعاب الإلكترونية العنيفة. ***المجلة المصرية للدراسات النفسية***. الجمعية المصرية للدراسات النفسية. المجلد التاسع والعشرون، العدد (١٠٤)، ٢٠١-٢٤٠.
- سامية محمد صابر محمد عبد النبى (٢٠١٤): أنماط التعلق وعلاقتها بالكمالية وأساليب المواجهة للضغوط النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. ***دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق)***. العدد الرابع والثمانون،الجزء الثانى، ١٣-١٢٦.
- سالمة عطية عبد الله ورأف الله بوشعراية الدرسى (٢٠١٩): الميول الانتحارية لدى طلاب جامعة عمر المختار وفقاً لبعض المتغيرات. ***مجلة جامعة الزيتونة***، جامعة الزيتونة، العدد التاسع والعشرون، ١٠٨-١٢٥.
- سونيا عبد الحميد دراوشة وسامي محسن جبريل الختاتنة (٢٠١٨): معيقات الإبداع وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى الطلبة المتفوقين في جامعة مؤتة. ***رسالة ماجستير***، جامعة مؤتة، الأردن، ١-١٣٧. .https://search.mandumah.com/Record/957346

- شيرى مسعد حليم وهانم أحمد أحمد سالم (٢٠١٩): التشوهات المعرفية وتقدير الذات الاجتماعية لدى طلبة جامعة الزقازيق في ضوء متغيرى النوع والفرقة الدراسية: دراسة تنبؤية. ***المجلة المصرية للدراسات النفسية***، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد التاسع والعشرون، العدد(١٠٢)، ١٨١-٢٣٠.
- شيماء عزت باشا (٢٠١٥): اجترار الأفكار والتشويه المعرفى وعلاقتهما بأعراض القلق والاكتئاب. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكى والإرشادى، الجمعية المصرية للمعالجين النفسيين (جمعن)، المجلد الثالث، العدد الرابع، ٥٣٥-٥٨٢.
- عادل السعيد إبراهيم البنا (٢٠٢٠): أنماط التعلق الوالدى وسمات الشخصية في ضوء الأسلوب المعرفى (الاعتماد-الاستقلال) لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، ***رسالة ماجستير***، معهد البحوث والدراسات العربية، ص ص١-٢٠١.
http://search.mandumah.com/Record/1159135
- عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠): ***العلاج المعرفى السلوكى أسس وتطبيقات***. القاهرة: دار الرشاد للنشر والتوزيع.
- عبد الحفيظ معوشة (٢٠٠٩): الميول الانتحارية وعلاقتها بتقدير الذات عند الشباب، ***رسالة ماجستير***، جامعة محمد خضير، بسكرة، الجزائر.
- عبد الرحمن بن درباش موسى الزهرانى (٢٠١٩): التشوهات المعرفية والمرونة العقلية والوعي الانفعالى والصلابة النفسية كمنبئات بقلق التصور المعرفى لدى طلاب المرحلة الجامعية. ***مجلة كلية التربية-جامعة الأزهر***. العدد (١٨٢)، الجزء الأول، ٦٠٢-٦٢٩.
- عبد الرقيب البحيرى (٢٠١٣): ***مقياس احتمالية الانتحار***. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبد الله محمد عبد الظاهر الخولى (٢٠١٥): استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفى ومعتقدات دمج الفكر والكمالية كمنبئات باضطراب التشوه الجسمى

لدى عينة من المراهقين. ***مجلة كلية التربية***، كلية التربية-جامعة أسيوط. المجلد الواحد والثلاثون، العدد الرابع، ١-٨٧.

- عبلة محمد الجابر مرتضى صغير (٢٠٢٠): الإفصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة المرحلة الثانوية. ***دراسات تربوية ونفسية***، كلية التربية-جامعة الزقازيق. المجلد (٣٥)، العدد (١٠٨)، الجزء الأول، ٢٢١-٢٧٣.
- علاء الدين كفافى (٢٠٠٦ أ): **الارتقاء النفسى للمراهق**، القاهرة: دار المعرفة الجامعية.
- علاء الدين كفافى (٢٠٠٦ ب): **موسوعة علم النفس التأهيلى**. الجزء الأول. القاهرة: دار الفكر العربى.
- على بن سعيد العمري (٢٠١٥): أنماط التعلق وعلاقتها بنمو قوى الأنا النفس اجتماعى لدى عينة من الجنسين من مرحلة المراهقة إلى الرشد، ***مجلة جامعة جازان للعلوم الإنسانية***، جامعة جازان. المجلد الرابع، عدد خاص. ٢٤-٦٨.
- على محمود الجبورى ونازك شطب السلطانى (٢٠١٤): قياس الميل نحو الانتحار لدى طلبة المرحلة الإعدادية، ***مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية***، جامعة الكوفة، المجلد الثامن، العدد الرابع عشر، ٣٥٩-٤٠٥.
- عمار عبد على حسن الشمرى (٢٠١٥): قياس التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية. ***الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية***، العدد (١١٢)، ٥٨٧-٦٦٤.
- فاضل عبد الزهرة مزعل وصباح داغر مهدى (٢٠١٨): اجترار الذات لدى طلبة الجامعة. ***مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية***، كلية التربية للعلوم الإنسانية-جامعة البصرة. المجلد الثالث والأربعون، العدد الثالث، ٤١-٥٩.
- فاطمة الزهراء محمد مليح جاد المصرى(٢٠٢١): فاعلية برنامج إرشادى انتقائى لخفض اجترار الأفكار السلبية وتنمية الشفقة بالذات لدى طلاب الجامعة

المتفوقين عقلياً ذوي الكمالية العصابية. ***المجلة المصرية للدراسات النفسية.*** الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد الواحد والثلاثون، العدد (١١١)، ٣٢١-٣٩٦.

- فاطمة عبد العزيز (٢٠١٥): أنماط التعلق الوالدى في الطفولة وعلاقتها بدرجة التعاطف لدى المراهقين من تلاميذ المرحلة الإعدادية. ***مجلة البحث العلمى في الأدب*** .كلية البنات للآداب والعلوم والتربية.جامعة عين شمس.العدد السادس عشر، الجزء الثانى،١٤١-١٦٠.
- قاسم حسين صالح (٢٠٠٥): ***علم نفس الشواذ والإضطرابات العقلية والنفسية***، أربيل: مطبعة جامعة صلاح الدين.
- محمد ربحى عبد الفتاح وصلاح الدين محمد أبوناهية وحسام الدين محمود عزب (٢٠٢٠): الكفاءة السيكومترية لمقياس الميول الانتحارية لدى عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية. ***مجلة كلية التربية في العلوم النفسية***، كلية التربية-جامعة عين شمس. المجلد الرابع والأربعون، العدد الثانى، ١٤٩-١٧٨.
- محمد قاعد زايد الغامدى (٢٠٢٠): الميول الانتحارية وعلاقتها بالضغوط النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية بمدينة الرياض. ***مجلة العلوم التربوية والنفسية***، المركز القومى للبحوث غزة، المجلد الرابع، العدد الخامس والأربعون، ١٣٧-١٦٤.
- محمود عبد المجيد عساف (٢٠١٧): دور الجامعات في علاج التشوهات المعرفية ونشر ثقافة الوسطية والتسامح لدى طلبتها: دراسة ميدانية.***أعمال المؤتمر العلمى الدولى: أزمة الفهم وعلاقتها بظاهرة التطرف والعنف.*** وزارة الأوقاف والشئون الدينية والجامعة الإسلامية-غزة. المجلد الثالث، ١٦٢٩-١٦٨٤.
- محمود على أحمد السيد (٢٠٠٧): قلق الاختبار وعلاقته ببعض مكونات الذاكرة العاملة لدى طلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد السابع عشر، العدد السادس والخمسون، ٣٩٣-٤٤٢.

- معتز محمد عبيد أحمد(٢٠٢٠): فاعلية برنامج إرشادى سلوكى جدلى في خفض حدة اجترار الذات لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية-جامعة عين شمس. المجلد الرابع والأربعون، العدد الرابع، ١١٣-١٨٨.
- منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٢): ***التقرير العالمى حول العنف والجريمة***. الطبعة العربية. القاهرة: المكتب الإقليمى للشرق الأوسط.
- مؤيد إسماعيل جرجيس (٢٠٢١): كراهية الذات والآخر وعلاقتها بالمول الانتحارية لدى المراهقين: بحث ميدانى. ***دراسات تربوية ونفسية***، كلية التربية- جامعة الزقازيق، العدد (١١٠)، ١٦٧-٢٢٠.
- نادر فتحى قاسم (٢٠٠٤): الاتجاهات الحديثة في دراسات وبحوث ظاهرة التعلق كأحد مظاهر نمو الشخصية، ***مجلة النفس الذكية***، العدد٤ ، المدينة المنورة: مستشفى الصحة النفسية.
- نجاح محمد الشرمان وعمر مصطفى الشواشرة (٢٠٢٠): مستوى التشوهات المعرفية لدى الطالبات اللاجئات السوريات في محافظة إربد. ***مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية***.جامعة القدس المفتوحة. المجلد الحادى عشر، العدد الواحد والثلاثون، ١-١٢.
- ندى عبد الرحمن الطوايعة ورافح عقيل الزغلول (٢٠٢٠): القدرة التنبؤية لأنماط التعلق الوالدى بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة الصف العاشر. ***مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية***. الجامعة الإسلامية بغزة-شئون البحث العلمى والدراسات العليا. المجلد الثامن والعشرون، العدد الرابع، ٦٠٣-٦٣٣.
- نظمي حسين المعلا وعمر عطا الله على العظامات (٢٠٢١): القدرة التنبؤية للتشوهات المعرفية بإعاقة الذات لدى طلبة جامعة آل البيت. ***دراسات في التعليم العالى***، مركز تطوير التعليم الجامعى-جامعة أسيوط. العدد التاسع عشر، ٢٤-٥٢.

- هشام عبد الحميد محمود (٢٠٠٩) :تصور الانتحار وعلاقته بالاكتئاب واليأس لدى عينة من طلاب الثانوى العام، ***مجلة كلية الآداب بقنا*** ،جامعة جنوب الوادى-كلية الآداب، العدد السابع والعشرون، ٢٣٩- ٢٢٧.
- وفاء رشاد راوى (٢٠٢١): التشوهات المعرفية وعلاقتها بالصمود الأكاديمى والهناء النفسى لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. ***مجلة كلية رياض الأطفال***، كلية رياض الأطفال-جامعة بورسعيد، العدد الثامن عشر، ٣٩٢-٥٠٠.
- ياسمين حسن أبو هلال (٢٠٢٠): أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطني. ***مجلة العلوم التربوية والنفسية***، المركز القومى للبحوث غزة. المجلد الرابع، العدد الثامن، ١٥٥-١٧٤.
- يحيي بن مبارك خطاطبة وأحمد بن سعد الأحمد (٢٠٢٠): إدمان ممارسة الألعاب الإلكترونية كمنبىء بالميول الانتحارية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. ***مجلة البحوث الأمنية***، كلية الملك فهد الأمنية-مركز الدراسات والبحوث. المجلد الثلاثون، العدد السادس والسبعون، ٢٦٥-٣٣٧.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Abdullayev, Kamal (2019): Examining the Relationship between the University Students "Depression levels and attachment Styles and stress coping styles. ***Masteŕs Degree.***Marmara Universities (Turkey).ProQuest Dissertations Publishing, 2019.28243394.
- Abramson, l.; Metalsk, G. & Alloy, L. (1989): Hopelessness depression: Theory- Based subtype of depression, ***Psychology Review***. 96, No (2), 358-372.
- Acharya, Soumen; Relojo, Dennis (2017): Examining the Role of Cognitive Distortion and Parental Bonding in Depressive Symptoms among male Adolescents: A Randomised Cross over trial.***Journal of Innovation in psychology, Education and Didactis;*** Bacau.Vol.21, Iss.1. (Jan-Jun2017):7-20.

- Ainsworth, M.S. (1989): Attachments beyond infancy. ***American Psychologist***, Vol.44, No.4, 709-716.
- Alexandru, T. & Szeutagotal, A. (2005): Positive Emotion and Irrational beliefs. ***Journal of Cognitive Behavioral Psyhotherapy***, 5, 63-72.
- Allaert, Jens; De Raedt, Rudi; Vander veen, Frederik. M.; Baeken, Chris & Marie –Anne, Vander Hassett. (2021): Prefrontal TDCS attenuates Counter Factual thinking in female individuals prone to Self –critical rumination. ***Scientific Reports (Nature Publisher Group)***; London. VOL.11, Iss.1.(2021). Dol:10.1038/s41598-021-90677-7.ProQuest document ID2536110866.
- Allington, Casey E. (2017): Testing Rumination as a process impairing Self-Regulation capabilities. ***Ph.D.*** Psychology Department .University of Wyoming. ProQuest Dissertations Publishing, 2017.10620544.
- Auburn, T. (2005): Narrative Reflexivity as a Repair Device for Discounting Cognitive Distortions in Sex Offender Treatment. ***Discourse and Society***, 16, 697-718.
- Ayyiliz, Emine & Elkin, Nurten (2016): Attachment styles and trait Anger and Anger Expression of University Students. ***Istanbul Gelisim Universitesi Sosyal Bilimer Dergisi;*** Istanbul. Vol.3, Iss.1.(Apr.2016):51-68.Dol:10.17366/igusbd.76761.
- Barriga ,A.Q. ; Landou ,J.R. ; Stinson ,B.L.F. ;Liau, A.K.(2000): Cognitive Distortion and Problem behaviors in adolescents.***Criminal Justice and Behavior***, 27, 36-56.
- Barriga, A.Q.; Gibbs, J.C.; Potter, G. & Liau, A.K.(2001): ***How I Think (HIT) Questionnaire Manual***. Champaign, IL: Research Press.
- Bauerband, A, & Galupo, P. (2014): The Gender Identity Reflection and Rumination Scale: Development and Psychomotor Evaluation.***Journal of Counseling & Development***, 92(2), 219-231.
- Beck, A. (1979): Assessment of Suicidal Ideation: The Scale for Suicidal Ideation, ***Journal of Consulting and Clinical Psychology***, Vol.47, 343-352.
- Beck, A. (1999): ***Prisoner of Hat, The Cognitive basis of Anger, Hostility and Violence*.** New York.Harper Collins.

- Benjamin, J. & Virginia, K. (2004): Synopsis of Psychiatry .***Behavioral Science***. Clinical Psychiatry.
- Bowlby, J. (1973): ***Attachment and Loss Separation***. London: Hogarth.
- Bowlby, J. (1982): ***Attachment and Loss Separation***.Vol.1. Attachment (2nd Ed).New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988): ***A Secure base***: ***Clinical application of attachment theory***. London: Routledge.
- Briere, J. (2000): ***CDS Cognitive Distortions Scale***. Psychological Assessment Resources, Inc.
- Brown, M.N. (2010): Narcissism, Attachment style, and Interpersonal Assessment among Clinical Psychology Graduate Students.***Ph.D***. Alliant International University.
- Brown, K.W. & Ryan, R.M. (2003): The benefits of being Present: Mindfulness and its role in psychological Well-being. ***Journal of Personality and Social Psycholgy***, 84,822-848.
- Bruce, P. (2006): Bonding and Attachment in Maltreated Children. ***Ph.D***. Texas University.AAT509.
- Cevik, Gulsen Buyviksahin (2018): The roles of attachment styles, anxiety and communication skills in the prediction of self-esteem in University Students***. Journal of Educational Sciences and Psychology*;** Ploiesti .Vol.VIII (LXX).Iss.1. (2018).
- Ciarocco, N.; Vohs, K. & Baumeister, R. (2010): Some Good News About Rumination: Task-Focused Thinking After Failure Facilitates Performance Improvement. ***Journal of Social and Clinical Psychology***, 29(10), 1057-1073.
- Clemmer, K. (2009): Cognitive Distortions: Define, Discover and Disprove. The Center of Eating Disorders Blog: retrived from http://eatingdisorder.org.15-Aug2017.
- Coban, A.E. & Carman, N.G. (2013): Interpersonal Cognitive Distortions, The level of Anxiety of University Students. ***Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapy and Research***, 2(3), 301-320.
- De Luz ,Felipe Q ; Sainsbury ,Amanda ;Hay,Phillipa ; Roekenes ,Jessica A. & Swin bourne , Jessica (2017): Early Mal adaptive

Schemas and Cognitive Distortions in Adults With Morbid Obesity: Relationships with Mental Health Status. ***Behavioral Sciences;*** Basel. Vol.7, Iss.1. (2017): 10. Dol: 10.3390/bs7010010.

- Dillon, D.; Ritchey, M.; Johnson, B.D. & Labra, K.S. (2007): Dissociable Effects of Conscious Emotion Regulation Strategies on Explicit and Implicit memory. ***Emotion***, 7(2), 354-365.
- Ding, C. & Yang, D. (2013): Assessment of Grade-Level differences in Coping Behavior among adolescents using multidimentional Scaling single-ideal-point model.***Measurement and Evaluation in Counseling and development***, 46(2), 101-113.
- Douglas, Jessica (2013): ***The role of parenting in the development of rumination***.DAI-C 74/09, Dissertation Abstracts International.
- Dragone , Mirella ; Esposito, Concetta ; De Angelis, Grazia ; Affuso, Gaetana & Bacchini,Dario (2020): Pathways linking exposure to community Violence, Self-serving Cognitive Distortions and School Bulling preparation: A Three-Wave Study.International ***Journal of Environmental Research and public Health*** 2020,17,188;doi:10.3390/ijerph17010188.
- Ellis, A. (1979): ***Rational –Emotive Therapy***: In R.Cori sin (EDS). Current psychotherapies, Itesca: Peacock publishers.
- Ellis, A. (1990): Rational and Irrational in Counseling British Psyhological Association. ***Journal of Rational motive and Cognitive Therapy***, 4, 221-233.
- Ellis, A. (1997): ***Reason and Emotion in Psychotherapy***. New Jersy. The Citadel Press.
- Eng, W.; Heimberg, G.; Hart, A.; Scheneier, R. & Liebowitz, R. (2001): Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles. ***Social Anxiety and Depression***, 1(4):365-380.
- Erozkan, A. (2011): The attachment styles bases of loneliness and depression .***International journal of psychology and counselling***, 3(9), 186-193.
- Etu, S. & Gray, J. (2010): A Preliminary investigation of the relation between Induced rumination and Body image distraction and Anxiety**.** ***Journal of Body Image***, 7, 82-85.

- Fang, Sigi (2018): The impact of past trauma on Psychological Distress among University Students: The Roles of Cognitive Distortions, Alexithymia and Attachment. ***Ph.D***. Departement of Educational psychology. The Chinese University of Hong Kong. ProQuest Dissertations Publishing, 2018.13837749.
- Fazakas-DeHoog, Laura L.; Rnic, Katerina & Dozois, David J.A. (2017): A Cognitive Distortions and Deficits Model of Suicide Ideation. ***Europe ś Journal of Psychology; Bucharest***. Dol:10.5964/ejop.v13i2.1238.
- Fischback, Liam J. (2018): Exploring the Moderating Effect of Cognitive Distortions and Youth's Externalizing Behaviors .***M.S. Degree***. Education and Human Service department. Utah State University. ProQuest Dissertations Publishing, 2018.10936378.
- Fonagy, P.; Moulton-perkins, A.; Lee, Y.-W. ; Warren, F.; Howard, S. & Lowyck, B. (2016): Development and Validation of a self-report measure of mentalizing: The reflective functioning questionnaire. ***Plos One***, 11(7), e0158678.
- Foxworth, Tamara E. (2014): Rumination and inhibitory difficulties: Exploring the role of state rumination with emotionally eslf-relevant words. ***Ph.D***. The University of North Carolina at Green boro. Unites States-North Carolina. ProQuest Dissertations Publishing, 2014. 3673045.
- Franklin, J.C. (2017): Risk Factors for suicidal thoughts and behaviors: a meta-analysis of 50 years of research. ***Psychol.Bull***.143, 187-232. (10.1037/bul0000084)[Pub Med] [Cross Ref].
- Garnefski, N.; Kraaij, V. & Spinhoven, P. (2002): Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Depression. ***Personality and Individual Differences***, 30, 1311-1327.
- Ganefski,N. ;Van den Kommer,T. ;Kraaij ,V. ; Teerds,J. ;Legerstee,J. & Onstein,E. (2002): The Relationship between Cognitive regulation strategies and Emotional problems. ***European Journal of Personality***, 16,403-420.
- Gauthier ,J. ; Zuromski,K. ;Gitter,S. ;Whitte,T.; Cero,I. ;Gordon, K.& Joiner,T.(2014): The Interpersonal-Psychologial theory of Suicide and

Exposure to Video game violence. ***Journal of Social and Clinical Psychology***, 33(6).

- Gillath, O.; Shaver, P.R. & Mikulincer, M. (2005): An attachment-theoretical approach to compassion and altruism. In P. Gilbert (Ed.), ***Compassion: Conceptualisations, Research and Use in psychotherapy*** (pp.121-147).New York, NY, US: Routledge.
- Griffin, D.W. & Bartholomew, K. (1994): Models of the Self and Other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. ***Journal of Personality and Social psychology***, 67(3), 430.
- Hatice, Kumcagiz (2019): Examination of Turkish University Students' Internet Addiction in Relation to their parental attachment styles and Sociodemographics**.** ***Sage Open;*** Thousand Oaks. Vol.9, Iss.2. (Apr.2019).Dol:10.1177/2158244019845946.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1994): Attachment as an organizational framework for research on close relationships. ***Psychological Inquiry***, Vol.5, No.1, 1-22.
- Higgenbotham, Erin L. (2016): Attachment, Coping style and Perceived stree in University Students.***Ph.D***. College of Education and Human Services Departement.West Virginia University. ProQuest Dissertations Publishing, 2016.10110055.
- Hinnen, C. ; Sanderman, R. & Sprangers, M. (2008): Adult Attachment as Mediator between Recollections of Childhood and Satisfaction with Life. ***Clinical Psychology and Psychotherapy***, Published online in Wiely Interscience.
- Hoeksema, S.; Wisco, B. & Lyubomirsky, S. (2008): Rethinking, Rumination. ***Perspective on Psychology***, 3(5), 400-424.
- Ibrahim, Aishath Jinanee ;Chantagul ,Natalie & Madathil ,Jayamala (2018): Influence of Attachment styles on the Well-Being of Maldivian University and College Students ,Being Mediated by Prosocial Behavior ,Social skills ,Self-Esteem and Trust in Others . ***Scholar: Human Sciences***; Bankok. Vol.10, Iss.2, (2018):219.
- Jennifer, N.; Donna, F. & Horbury, A. (2001): The effect of Parenting styles and Childhood attachment patterns on intimate relationships. **Journal of Instructional Psychology,** 1(7), 127-145.

- Joorman, J.; Dkane, M. & Gotilb, I. (2006): Adaptive and Maladaptive Components of Rumination? Diagnostic Specificity and Relation to Depressive Biases. ***Behavior Therapy***, 37,269-280.
- Kamkar, K.; Doyle, A.B. & Markiewicz, D. (2012): Insecure attachment to parents and Depressive symptoms in early Adolescence: Mediating roles of attributions and self-esteem. ***International Journal of Psychological Studies***, Vol.4, No.2, pp3-18.
- Karen, N.; Anela, G. & Frank, A. (2008): Irrational Beliefs in Employees with an Adjustment, a depressive or an anxiety disorder a prospective. ***Emotional Cognitive and Behavior therapy***, 28, 57-72.
- Krieger, T.; Altenstein, D.; Baettig, I.; Doerig, N. & Holtforth, M. (2013): Self-Compassion in Depression: Associations with Depressive Symptoms, Rumination and Avoidance in Depressive Symptoms, Rumination and Avoidance in Depressed Out patients. ***Behavior Therapy***, 44(3), 501-513.
- Kumcagiz, Hatice (2019): Examination of Turkish University Students' Internet Addiction in Relation to their parental attachment styles and sociodemographics.***SAGE Open.*** April-June2019:1-11.DOI:10.1177/2158244019845946
Journals.sagepub.com/home/sgo.SAGE.
- Law, K. & Chapman, A. (2015): Borderline personality features as a potential moderator of the effect of anger and depressive rumination on shame, Self-blame, and self-forgiveness. ***Journal of Behavioral therapy and Exp. Psychiatry***, 46, 27-34.
- Lee, D. (2013): The role of attachment style in building social capital from a social networking site: The interplay of anxiety and avoidance. ***Computers in Human Behavior***, 29, 1499-1509.
- Lee, Oan Na & Park, Gyeong-A. (2020): The Mediating Effects of Attachment Styles on The Relationship between Sensory processing styles and Interpersonal problems in Healthy University Students. ***Occupational Therapy International***; London Vol.2020.Dol:10.1155/2020/6204120.
- Lew, Bob; Chistopolskaya, Ksenia; Osman, Augustin; Huen, Jenny Mei Yiu; Abu talib, Mansor & Leung, Angel Nga Man (2020): Meaning in life as a protective factor against suicidal tendencies in

Chinese University Students. ***BMC Psychiatry***; London. Vol.20. Dol: 10.1186/s12888-020-02485-4.

- Ligocki, Michael K. (2010): The Constructs of empathy, mindfulness, self-compassion and self-rumination: An exploratory factor analysis. ***Ph.D***. University of Houston. United states-Texas. ProQuest Dissertations Publishing, 2010.3438271.
- Lim, Y.; Tam, C. & Lee, T. (2013): Perceived stress, Coping strategy and General health: A study on accounting students in malaysia. ***Refereed Research Journal***, IV, 1, 88-95.
- Lioyd, Sarah M. (2014): Peer influence and non-suicidal self-injury in adolescence: Exploring the role of co-rumination .***M.A.C.P. degree***. Graduate program in counselling psychology department. Trinity Western University (Canada). ProQuest Dissertations Publishing, 2014. MS25509.
- Lizarrage, Dee Ann D. (2018): Rumination and Self-Medication among Women with post traumatic stress and alcohol ues Disorders. ***Ph.D.*** Walden University. United states –Minnesola. ProQuest Dissertations Publishing, 2018.10289337.
- Lussier, Y.; Sabourin, S. & Turgeon, C. (1997): Coping Strategies as Moderators of the Relationship between Attachment and Marital Adjustment, ***Journal of Social and Personal Relationships***, Vol.14, No.6:777-791.
- Malmberg, Monique & Larsen, Junillak (2015): Depressive Symptoms: The interaction between Rumination and Self-Reported Insomnia. ***Depression Research and Treatment;*** New York. Vol.2015. (2015).Dol: 10.1155/2015/150828.
- Martin, R.C. & Dahlen, E.R. (2005): Cognitive Emotion Regulation in the Prediction of Depression, Anxiety, Stress and Anger. ***Personality and Individual Difference***, 39(7), 1249-1260.doi:10.1016/j.paid.2005.06.004.
- Martin, L.; Shrira, I. & Startup, H. (2004): Rumination as a Function of Goal Progress, Stop Rules and Cerebral lateralization. In C. Papageogiou & Wells, A. (Eds***) Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment*** (153-175). England: John Wiely & Sons.
- Mathews, G. & Wells, A. (2004): Rumination, Depression and Metacognition: The Self-Model.In C. Papageogiou & Wells, A. (Eds***)***

Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment (125-151). England: John Wiely & Sons.

- Mcelhaney, Kathleen; Allen, Joseph; Stephenson, Claire & Hare, Amanda (2009): Attachment ana autonomy during adolescence.***Hand book of Adolescent psychology.***University of Virginia Chorlttesville.11.358-384.
- Mc Laughlin, K. & Nolen-Hoeksema, S. (2011): Rumination as a Transdiagnostic Factor in Depression and Anxiety. ***Behavior Resarch and Therapy***, 49,186-193.
- Mintao, Lin ; Jiani, Chen ; Sisi ,Li ; Yingiie ,Qin ; Abdullah, Taha; Wenyu,Liu ;Dong, Zhou & Jinmei, Li (2021): Risk Factors For Suicidal tendency in people with epilepsy in China ;a case –control study. ***Scientific Reports (Nature Publisher Group)****;* London Vol.11. Iss.1. Dol: 10.1038/ S41598-021-81870-9. ProQuest document ID 2485324904.
- Moral-Jimemsz, Maria dela villa & Gonzalez-Saez, Maria Esther (2020): Cognitive Distortions and Coping Strategies in Young people with Emotional Dependence**.** ***Revista iberoamericana de psicologia y salud*****:** A Coruna .Vol.11., Iss.1.(Jan.2020): 15-30. Dol: 10.23923/jrips.2020.01.032.
- Moretti, Marlen & Peled, Maya (2004): Adolescent parent attachment bonds that support health development. ***Paediatre Child Health***. Simon Fraser University. Burnaby. British Colombia. 9(8).551-555.
- Narvaez, Brendaliz Rocha; Castiblanco, Jaqueline Umbarila; Valencia, Magda Meza & Riveros, Fabian Andres (2019): Parental attachment styles and emotional dependence in the romantic relationships of a sample of University Students in Colombia. ***Diversitas***; Bogota. Vol.15, Iss.2, (2019):285-299.Dol:10.15332/22563067.5065.
- Neyshabouri, Mohsen Dehghani. ; Dolatshahi, Behrooz. & Mohammad khani, Parvaneh. (2020): PTSD symptoms and self-injury behaviors among Iranian Soldiers: The mediator roles of rumination and social support. ***Cogent Psychology***; Abingdon. Vol.7, Iss.1. (Jan2020).Dol:10.1080/23311908.2020.1733333.

- Nicolai, Katey Anne (2015): Rumination and Impulsivity as Moderators of the Relationship between Negative affectivity and NonSuicidal Self-injury among College Students.***Ph.D***. Clinical Psychology Department. Seattle Pacific University. United states-Washington. ProQuest Dissertations Publishing, 2015.3717604.
- Nikolaev, E. (2021): Suicidal tendencies in university students during the Covid-19 out break. ***Society and Clinical psychology Scholarly Journal***. Vol.64. Iss.s1. Pages s582-s582.Cambridge University press. United Kingdom. Paris. ISSN 09249338. ProQuest document ID 2560872399.
- Nolen-Hoeksema, S. (2004): The Response Styles theory. Inc. Papageorgiou & A Wells (Eds) Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment (107-123). England: John Wiley & Sons.
- Ognibene, T. & Collins, N. (1998): Adult Attachment Styles, Perceived Social Support and Coping Strategies. ***Journal of Social and Personal Relationships***, Vol.15, No.3:323-345.
- Omran, M. (2011): Relationships between Cognitive Emotion Regulation Strategies with depression and Anxiety. ***Open Journal of Psychiatry***, 1(3), 106-109.doi:10.4236/ojpsych.2011.13015.
- Paterson, C. (2008): **Assisted Suicide and Euthanasia**. Burlington. USA, Ash Gate Publishing Company.
- Park,Subin ;Hong, Jin Jeon; Jung, Woosen; Kim, Haesoo & Hong, Jin Pyo (2017): Correlates ,Comorbidities and Suicidal tendencies of Problematic game use in a national wide sample of Korean adults .***International Journal of Mental health Systems***; London. Vol.11. (2017). Dol: 10.1186/S13033-017-0143-5.
- Paucsik, Marine; Urbanowicz, Aqata; Leys, Christophe; Kotsou, llios; Baeyens, Celine & Shankland, Rebecca (2021): Self-compassion and Rumination type mediate the Relation between Mindfulness and Parental Burnout. ***International Journal of Environmental Research and Public Health;*** Basel. Vol.18, Iss.16. (2021):8811.Dol:10.3390/ijerph18168811.
- Peak; Nicole & Juszczak (2011): Depression, Hoplessness and Perceived burden: suicidal tendencies in depressed patients. ***Ph.D.*** Psychological Department.Case Western Reserve University .United states-Ohio.ProQuest Dissertations publishing, 2011.3475865.

- Ramsey, Janna C. (2019): Geatitude and Forgiveness as Moderators of Depression, Cognitive Distortions and Perceived peer Relationships in late adolescence. ***Ph.D.*** Clinical Counseling: Teaching and Supervision Departement. Trevecca Nazarene University.ProQuest Dissertations Publishing, 2019.13879281.
- Rice, F.; Harold ,G. & Thapar, A. (2002): Assessing the effects of age,sex and shared environment on the genetic etiology of depression in childhood and adolescence, Journal of child psychology and psychiatry and allied disccciplines,43(8),1039-1051.
- Rinc, Katerina; Dozois, David J.A. & Martin, Rod A. (2016): Cognitive Distortions, Humor Styles and Depression. ***Europe ́s Journal of psychology***; Bucharest .Vol.12, Iss.3. (Aug.2016): 348-362.Dol:10.5964/ejpp.v12i31118.
- Riva, Crugnola Cristina; Bottini Marta; Madeddu Fabio; Preti Emanuele & Lerardi, Elena (2021): Psychological distress and attachment styles in emerging adult students attending and not attending a University Counselling Service. ***Health Psychology Open***; London. Vol.8, Iss.1. (Jan2021).Dol:10.1177/20551029211016120.
- Rose, A.J. (2002): Co-rumination in the friendships of girls and boys. ***Child Development, 73***, 1830-1843. Dol:10.1111/1467-8624.00509.
- Ryan, M. & Eric,D. (2005): Cognitive emotion regulation in the prediction of depression ,anxiety,stress and anger .***Journal of personality and individual differences***, 39(7), 1249-1260.
- Sadock, B. & Sadock, V. (2005): ***Kaplan and Sadock ́s Synopsis of Psychiatry: Behavioral Science; Clinical Psychiatry*** .Publisher: Liincott, Williams & Wilkins, Hungry. Bookworm, Los Angeles, CA, USA.
- Santrok, J.W. (2005): ***Educational Psychology***, 7 Th Ed. New York. MC Grawhill Companies.
- Shi, Hui (2008): Development os suicidal tendency scale for offenders in prison. Wuhan University (people ́s Republic of China) .ProQuest Dissertations publishing.10520917.
- Shickel, Benjamin; Siegel, Scott; Heesacker, Martin; Benton, Sherry & Rashidi, Parisa (2019): Automatic Detection and Classification of Cognitive Distortions in Mental Health Text. ***Arxiv.org; Ithaca***,

working paper .Cornell University Library, arxiv.org. E-ISSN2331-8422.proQuest document ID2292510743.

- Shook, C. (2010): The Relationship between Cognitive distortions and depression. ***Journal of Psychology***, 1(1):132-167.
- Shrimpton, Daisy; McGann, Deborah & Riby, Leigh M. (2017): Daydream Believer: Rumination, Self-Reflection and the Temporal focus of Mind Wandering content. ***Europeś Journal of Psychology***; Bucharest. Vol.13, Iss.4. (Nov 2017): 794-809. Dol:10.5964/ejop.v13i4.1425.
- Sirin, H. (2017): The Predictive Power of Adult Attachment Patterns on Interpersonal Cognitive Distortions of University Students.***Educational Research and Reviews***.Selcuk University, 12(18).
- Smith, J. & Alloy, L. (2009): A Roadmap to Rumination: A Review of the Defination, Assessment and Conceptualization of this Multifaceted Construct. ***Clinical Psychology Review,*** 29, 116-128.
- Smith-Schrandt, Heather L.(2013): How Individual Differences in Self- and other-Focused Co-rumination Relate to Internalizing symptoms and Friend ship quality. ***Ph.D***. University of South Florida. United States. ProQuest Dissertations Publishing, 2013.3628772.
- Start, Rebecca (2015): Rumination and Avoidance as mediators of the relationship between Self-compassion and depression in adolescents. ***D.Clin.Psy.degree***. University of East Anglia (United Kingdom).ProQuest Dissertations Publishing, 2015:10137010.
- Sumer, N. & Gungor, D. (1999): Yetiskin baglanma stilleri olceklerinin Turk orneklemi uzerinde psikometric degerlendirmsei ve kulturlerarasi bir karsilastirma (Psychometric evaluation of adult attachment styles scales on a Turkish sample and a cross-cultural comparison).***Turk psikolojidergisi***, 14(43).71-106.
- Tamaki, K. & Takahashi, J. (2013): The Relationship between Adult attachment style and Social Skills in Terms of the Four-Category Model of Attachment style. ***International Journal of Humanities and Social Science,*** Vol.3, No.19, 84-90.
- Trapnell, P.D. & Campbell, J.D. (1999): Private Self-consciousness and the Five-factor model of Personality: Distinguishing rumination

from reflection.***Journal of Personality & Social psychology,*** 76(2), 284-304.

- Usen, S.; Eneh, G. & Udom, I. (2017): Cognitive Distortion as Predictior of In-school adolescents' Depressive symptoms and Academic Performance in South-South Nigeria. ***Journal of Education and Practice***, 7(17):22-27.
- Vargova, Lenka; Zibrinova, L'ubica & Banik, Gabrie (2020): The Way of making Choices: Maximizing and Satisficing and its relationship to Well-being, Personality and Self- rumination. ***Society for Judgement and Decision Making***; Tallahassee .Vol.15, Iss.5. (Sep.2020):798-806. ProQuest document ID2447526317.
- WHO (2014): ***Suicide prevention is a global necessity*** .WHO Regional office for the Eastern Mediterranean. English Edition Geneva. (ISBN: 978-92-4-156477-9), http://www.emro.who.int/en/health-topics/suicide/index.html.
- Williams, Elizabeth Conway (2015): Self-compassion and Self-forgiveness as Mediated by Rumination, Shame-proneness and Experiential Avoidance: Implications for Mental and Physical Health. ***Ph.D***. East Tennessee State University. United states-Tennessee. ProQuest Dissertations publishing, 2015.3727491.
- Webb, Tamiko Jamille (2019): Changes in Depression, Cognitive Distortions and Self-Esteem as a function of change in Mindfulness among Adult Male Inmates. ***Ph.D***. Clinical Counselling: Teaching and Supervision Departement. Trevecca Nazarene University.ProQuest Dissertations Publishing, 2019.22622716.
- Yesilyaprak, Nurgul; Batmaz, Sedat; Yildiz, Mesut; Songur, Emarah & Esma Akpinar Aslan (2019): Automatic Thoughts, Cognitive Distortions, Dysfunctional Attitudes, Core beliefs and Ruminative response styles in unipolar major depressive disorder and bipolar disorder a comparative study. ***Psychiatry and Clinical Psychopharmacology***; Istanbul. Vol.29, Iss.4, 854-863. Dol:10.1080/24750573.2019.1690815.
- Yoo, Joonakeun Joseph (2011): Insecure attachment, Self-discrepancy and Suicidal tendency in a sample of Korean and Korean-American; A path model of Suicide .***Ph.D***. Center for counseling and family

studies department. Liberty University. United states-Virginia. ProQuest Dissertations Publishing, 2011.3450505.

- Zafar, Bandgi & Suneel, Ivan (2018): Relationship between Personality Traits, Attachment Styles and Internet Addiction among Pakistani University Students. ***International Journal of Social Sciences & Educational Studies***; Erbil. Vol.5, Iss.1. (2018):96-109.Dol:10.23918/ijsses.v5i1p96.
- Zayas, L. (2011): Latinas Attemping Suicide. NY: Oxford University Press.
- Zheng, Aming & Wang, Zhilin (2014): Social and Psychological Factors of the Suicidal tendencies of Chinese medical students. ***Bio Med Central***. Vol.8. United Kingdom. London. ProQuest document ID 1618968806.

ملحق (١)

مقياس أنماط التعلق

أولاً :البيانات الأولية:

الاسم(اختياري):

العمر: **التخصص:(علمى / أدبى)**

النوع:

عزيزي الطالب/الطالبة: فيما يلي مجموعة من العبارات، أرجو منك أن تقرأ كل موقف قراءة جيدة ثم تختار واحده من الاختيارات التي تعبر عنك، بأن تضع علامة (√) أمام الاختيار المناسب من وجهه نظرك، بحيث تكون إجابة واحدة فقط.

ملحوظة: لا توجد اجابة صحيحة أو خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن رأيك بصدق، فهذه المواقف يمكن أن نختلف عليها فيما بيننا. وبيانات هذا المقياس محاطة بسرية تامة، ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

م	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق إطلاقاً
١	أسعى للعمل الجماعي مع أصحابي.			
٢	يتخلى عنى الآخرين في بعض المواقف .			
٣	أخشى الوحدة وتخلى الآخرين عنى.			
٤	أثق بأن الآخرين سوف يساعدوني إذا احتجت لهم.			
٥	لا يهتم من حولي بمشاعري.			
٦	لا أهتم بمشاعر الآخرين من حولي.			
٧	أرغب في التعرف على أشخاص جدد.			
٨	ليس لدى ثقة في الآخرين.			
٩	أغلب من يتقربون منى يكون بهدف مصلحة لهم.			
١٠	ارتاح كثيراً بالثقة التي يمنحها الآخرين			

	لي.			
١١	أشعر أنى شخص غير مرغوب فيه.			
١٢	افتقد الثقة في الآخرون.			
١٣	اتبادل أفكاري مع من حولي.			
١٤	أتذكر أنى عشت طفولة غير آمنه.			
١٥	البُعد عن الأخر(الناس) غنيمة.			
م	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق إطلاقاً
١٦	أشعر أنى موضع ثقة الآخرين.			
١٧	أخشى أن يتخلى عنى الأشخاص المقربون.			
١٨	يمكنني الاعتماد على من حولي إذا احتجت لهم.			
١٩	أجيد تكوين صداقات مع من حولي			
٢٠	علاقاتي مع الآخرين محدودة.			
٢١	أخشى أن يخدعني أو يستغلني الآخرون عندما تصبح صلتي وثيقة بهم.			
٢٢	أحرص على تكوين صداقات مع من حولي .			
٢٣	أحاول توثيق (تقوية) صلتي بمن حولي لكن دون جدوى.			
٢٤	يعتمد الآخرون على ويطلبون مساعدتي.			
٢٥	يمكنني الاعتماد على من حولي.			
٢٦	من الصعب على تكوين علاقات وصداقات جديدة مع من حولي رغم حرصي (رغبتي) فى ذلك.			
٢٧	لقد عشت طفولة سعيدة وآمنه.			
٢٨	أسعى إلى تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين.			
٢٩	يصعب على تصديق ما يقوله الآخرين عن علاقاتهم الجيدة.			

ملحق (٢)

مقياس اجترار الذات

م	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق اطلاقا
١	يؤنبني ضميري بسبب بعض تصرفاتي السابقة مع بعض من حولي.			
٢	يصفني من حولي بأني كثير اللوم على مواقف انتهت منذ فترة.			
٣	أشعر بالسعادة عند تذكر شريط ذكرياتي.			
٤	أفكر بالانتقام من كل من ظلمني.			
٥	ذكرياتي السلبية تعكر أو تنغص على حياتي.			
٦	عندما يخطئ شخص أتذكر كل أخطاءه السابقة.			
٧	تراودني بعض الأحداث المؤسفة التي أحزن عليها.			
٨	أتمنى أن يرجع بي الزمن لأتصرف بشكل أقوى.			
٩	أبكى عند تذكري لأحداث سابقة.			
١٠	أفكر أحياناً لماذا مررت بهذه الأحداث المؤلمة.			
١١	مررت بخبرات سابقة مازالت تؤلمني حتى الآن.			
١٢	أفكر وأخطط لرد الإساءات التي تعرضت لها في الماضي لكي أشعر بالراحة.			
١٣	استرجع بعض الأحداث المؤلمة التي مرت بي.			
١٤	اشعر بالانفعال عندما أتذكر معاملة سيئة من أحد.			
١٥	أشعر بالتقصير بسبب بعض خبرات الإساءة التي لم أستطيع منعها سابقاً.			
١٦	اتهم نفسي بالتقصير على الأشياء التي فقدتها في حياتي.			

ملحق (٣)
مقياس التشوهات المعرفية

م	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق إطلاقاً
١	احاسب نفسي بشدة على أقل خطأ.			
٢	أقل خطأ ارتكبه يذكرني بخبراتي السلبية.			
٣	يبدو المستقبل مظلم بالنسبة لي.			
٤	رغم التعب لم أحقق ما أريد.			
٥	اعتقد أن هناك من يتسبب في فشلي.			
٦	من لم يكن معي فهو ضدي.			
٧	إذا كان الحاضر سيئاً فالمستقبل أسوأ.			
٨	اعتراف بعجزي فلم أكن أتمكن من تحقيق شيء جديد .			
٩	أفكر في عيوبي وأنسى مميزاتي.			
١٠	إذا فشلت في شيء ما، أتوقع مزيداً من الفشل.			
١١	لا أتوقع تحقيق أي من أهدافي (أمنياتي) في المستقبل.			
١٢	أسعى لتحقيق أهدافي بنشاط.			
١٣	ألوم الناس على ما أنا فيه من ألم.			
١٤	لا يوجد من يهتم بأحد هذه الأيام.			
١٥	أنظر إلى المستقبل بأمل وحماس.			
١٦	أشعر بأنني مليء بالكسل والخمول.			
١٧	ترجع أخطائي لمن حولي.			
١٨	افتقد وجود من يفهمني.			
١٩	لن تسير الأمور في المستقبل كما أريدها.			
٢٠	أشعر بالقدرة على تحقيق النجاح.			
٢١	أنا مسئول عما حدث لي من سوء.			
٢٢	أشعر بمحبة الآخرين لي.			
٢٣	أتطلع إلى كل يوم جديد.			
٢٤	اتجنب مواجهة أي تحدى.			
٢٥	ألوم نفسي إذا لم تسير الأمور كما أريد.			
٢٦	أحمل نفسي مسؤولية الأشياء السيئة المحيطة بي.			

ملحق (٤)
مقياس الميول الانتحارية

م	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق اطلاقا
١	أشعر بأن العالم لا يستحق أن أعيش فيه.			
٢	أرغب في التخلص من حياتي.			
٣	أشعر أن كثيراً من الناس ستحزنهم وفاتي.			
٤	أشعر بأن الموت يكون أقل ألماً من حياتي الحالية.			
٥	تشعرني ظروفي بالرغبة في التخلص من نفسي.			
٦	أفكر في التخلص من حياتي.			
٧	شعوري بأنني غير مرغوب فيه يجعلني غير راغب في حياتي.			
٨	أنا مستعد للتخلص من حياتي.			
٩	تسيطر على بعض الأفكار المدمرة للحياة.			
١٠	أشعر بميل أن أكون مندفعاً أو متهوراً بدرجة عالية.			
١١	يتوقع بعض من حولي أنى سأنتحر.			
١٢	أفكر بالتخلص من حياتي التعيسة.			
١٣	أتمنى لو لم أتواجد في هذه الحياة.			
١٤	قمت بكتابة وصيتي.			
١٥	أعتقد أن الموت راحة لي من كل شر.			
١٦	أرى أن الحياة لا تساوى شيئاً.			
17	أعتقد أن أحداً لن يفتقدني عندما أغيب.			
18	إحساسي بالذنب والمعاناة أصبح فوق احتمالي.			
19	لو لم يكن الانتحار محرماً لتخلصت من حياتي.			
20	لقد فكرت بالطريقة التي أنهى بها حياتي.			
21	تنتهي مشكلاتي بالتخلص من حياتي.			
22	أشعر أن من حولي يقدرونني حق التقدير.			
23	لقد قمت بالتخطيط للتخلص من حياتي.			
24	أخطط للمستقبل بعناية فائقة.			
25	أفكر في الانتحار أحياناً لأعاقب نفسي أو الآخرين.			
26	حياتي تسير على ما يرام بالنسبة لي.			