التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي بمدينة ذمار

ندى حمزة عبد الله الشعري، شذى مثنى صالح الكوماني، زينب حسن يحيى اليوسفي، وفاء أحمد حسين الديلمي
كلية الآداب-جامعة ذمار

DOI: https://doi.org/10.56807/buj.v5i4.489

الملخص

هدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي بمدينة ذمار، والتعرف على مستوى التشوهات المعرفية، ومستوى التوافق النفسي، وكذلك التعرف على الفروق في التشوهات المعرفية، والتوافق النفسي وفقاً لمتغيرات (الجنس، نوع المدرسة)، ولتحقيق أهداف البحث استخدمت الباحثات المنهج الوصفي الارتباطي، وتم إجراء البحث على عينة مكونة من (648) طالباً وطالبة من طلبة الصف الثالث الثانوي، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية، وطبق عليهم مقياس التشوهات المعرفية من إعداد (العصار،2015)، ومقياس التوافق النفسي من إعداد (فرجاني، 2021). وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي، ووجود مستوى متوسط من التشوهات المعرفية، ومستوى مرتفع من التوافق النفسي.

الكلمات المفتاحية: التشوهات المعرفية، والتوافق النفسي.

Cognitive distortions and their relationship to psychological adjustment among third year secondary school students in Dhamar City

Abstract

This research aims to identify the relationship between cognitive distortions and psychological adjustment among third-grade secondary school students in Dhamar city. It also identifies the levels of cognitive distortions and psychological adjustment, as well as any differences in these aspects based on the variables (sex and school type). To achieve the objectives of the research, the researchers use the descriptive correlational approach. The research is conducted on a sample of 648 male and female students from the third grade secondary school, selected using the cluster random method following the cognitive distortion scale prepared by Al-Assar (2015) and the psychological adjustment scale prepared by Ferjani (2021).

The results reveal that there is a negative correlation between cognitive distortions and psychological adjustment, and there is a medium level of cognitive distortions, and a high level of psychological adjustment.

***Keywords**: Cognitive Distortions, Psychological Adjustment.*

مقدمة:

إن الطريقة التي تتم فيها معالجة المعلومات حول الأحداث تلعب دوراً مهماً في حدوث المشكلات الانفعالية، ومن هذه المشكلات التشوهات المعرفية التي تمثل مجموعة من الأفكار المبالغ فيها والمعارف المضطربة، وتزيد من تشويه الفرد لما يحدث حوله من أحداث في المواقف المختلفة، وإن الطريقة التي يفكر فيها الفرد تحدد نمط تكيفه (طموني، وشاهين،2021) وتعد المدرسة المعرفية من أحدث المدارس التي اهتمت بالتفكير والتشوهات المعرفية لدى الأفكار، حيث إن طريقة تفكير الفرد تنعكس إيجابياً أو سلبياً على جميع جوانب حياته(العنزي، 2020). فالتفكير عامل من العوامل الأساسية في حياة الإنسان كما أنه من أهم المقومات المؤثرة في الفرد، فحسن توافق شخص وإخفاق شخص آخر سببه اختلاف أساليب التفكير (الحويج، 2017). وكثيراً ما يطلق على التشوهات المعرفية ما يسمى بأخطاء التفكير، وهي أساليب تفكير غير منطقية وغير عقلانية والتي تعد نتيجة للأفكار السلبية التلقائية (رسلان وآخرون، 2011). كما يتصف أصحاب التشوهات المعرفية بالمعتقدات السالبة من استدلال وأساليب غير منطقية والمبالغة في تفسير الأشياء وتعميم الفشل ولديه مشاعر سلبية كالغضب واليأس ولوم الذات وأخطاء في معالجة المعلومات والشعور بالضيق والألم مما تؤثر سلبا على قدرته في مواجهة ضغوط الحياة والتوافق النفسي والاجتماعي مع البيئة المحيطة (أحمد، 2020).

وفي هذا السياق فإن الوظيفة الأساسية للجهاز النفسي للفرد هي جعله متوازناً ومتكيفاً نفسياً وسلوكياً مع كل المتغيرات النفسية والاجتماعية التي يهتم بها الفرد في بيئته الخارجية بهدف الوصول إلى الرضا النفسي والاجتماعي والذي يحققه الفرد من خلال مؤشر هام وهو نوعية استجاباته للمثيرات الخارجية والذي يتمثل في التوافق النفسي (شيخ، 2015).

ومن جانب آخر فإن التوافق النفسي يمثل حالة من الانسجام بين الفرد والبيئة ويشمل القدرة على إشباع حاجات الفرد ودوافعه بصورة لا تتعارض مع معايير المجتمع وقيمه، وتلحق الضرر بالآخرين أو المجتمع ويشمل التوافق جميع مجالات حياة الفرد البيولوجية والاجتماعية والنفسية لأن كيان الفرد يعمل بوحدة متناسقة ومتكاملة ومترابطة في نظام فريد (صمادي والبقعاوي، 2016)، ولأنه كل متكامل فإن توافقه في مجال ما يرتبط بتوافقه في مجالات أخرى (شيخ، 2015). كما أن التوافق النفسي في صورته الإجرائية هو مجموعة من السلوكيات الهادفة، والتفكير يعد من أهم المقومات المؤثرة فيه فحسن توافق شخص واخفاق شخص آخر سببه اختلاف أساليب التفكير في الحياة والتعامل مع المشكلات وحلها فكلما كان التفكير إيجابيا أدى إلى حل فعال وناجح للمشكلات وكلما كان التفكير سلبيا أدى إلى التعامل مع هذه المشكلات بأساليب سطحية وخاطئة سواء كان ذلك بتضخيم هذه المشكلات أو المبالغة في التعامل معها (الحويج، 2017).

وعليه فإن مرحلة المراهقة تعد من أخطر مراحل النمو التي يمر بها الفرد والتي تتصف بمتغيرات جذرية وسريعة تنعكس آثارها على مظاهر النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي والنفسي كافة، حيث يمر المراهق بمرحلة نمائية تتطلب منه المرور بأزمة البحث عن ذاته ومستقبله ويميل في هذه المرحلة نحو الاستقلال، وتحقيق الكفاءة العلمية والتخطيط للمستقبل الدراسي والمهني، وإقامة علاقات ذات معنى مع الآخرين، والنجاح في مواجهة التحديات التي تؤهله لتحقيق التوافق النفسي (العصار، 2015).

ومما سبق فأن إجراء بحث علمي للتعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي لدى عينة من طلبة الثالث الثانوي بمدينة ذمار لدى الشباب سيكون ذا أهمية باعتبارهم العنصر الأساسي في بناء المجتمع، وعماد الأمة، والاهتمام بدراسة المشكلات التي تواجههم من خلال التعرف على طريقة تفكيرهم ونظرتهم إلى العالم من حولهم، وتوافقهم النفسي والاجتماعي خصوصًا في مرحلة المراهقة التي هي مرحلة تشكيل الشخصية والهوية.

مشكلة البحث:

تحتل دراسة التشوهات المعرفية أهمية خاصة حيث قام العديد من العلماء بجهود في هذا المجال وذلك لأن المعرفة تعتبر هي طريقة الإنسان للتوصل إلى الحقائق والأشياء، كما أنها سبيله في التعرف على ذاته وعلى العالم من حوله (العصار، 2015). ونظرًا لأهمية أنماط التفكير الخاطئة والتشوهات المعرفية في التأثير على التوافق النفسي للأشخاص سلبًا أو إيجابًا، ونظرًا لأهمية دراسة فئة المراهقين في المجتمع، ونظرا لندرة الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث الحالي (التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى المراهقين في مدينة ذمار) في حدود علم الباحثات، فإن البحث الحالي يسعى إلى مناقشة هذا الموضوع لأهميته وتسليط الضوء عليه لسد هذه الفجوة المعرفية، حيث يمكن بلورة مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟
- ما مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟
- ما مستوى التوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ونوع المدرسة (أهلي، حكومي) لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ونوع المدرسة (أهلي، حكومي) لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في أهمية الموضوع كون الأفكار غير المنطقية والمعتقدات المشوهة تجعل الأفراد في المحيط الاجتماعي والتعليمي منغلقين وتجعلهم عرضة لضغوط البيئة السلبية أكثر من غيرهم ونتيجة لذلك تجعلهم يجدون البدائل غير المناسبة في حل المشكلات الصعبة (جياد وصالح، 2019). ومن هنا تتحدد أهمية البحث في جانبين:

الأهمية النظرية: تكمن أهمية البحث الحالي من أهمية المتغيرات التي تناولها إذ تعتبر من أهم الموضوعات في مجال علم النفس المعرفي والصحة النفسية.

- طبق البحث الحالي على أهم شريحة في المجتمع وهم طلبة الثانوية إذ يعتبرون الركيزة الأساسية والمهمة في عملية التطوير والبناء، ويشكلون النواة الجوهرية للمجتمع، كما تعتبر من الفئات المهمة وذلك لأهمية المرحلة العمرية (المراهقة) والتي يمر بها طلبة المرحلة الثانوية حيث تتسم هذه المرحلة بمتطلبات وخصائص عديدة من بينها التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية النفسية والاجتماعية السريعة نسبياً والتي تحتاج إلى وعي من قبل المدرسين وأولياء الأمور وتعاون الجميع على تعديل الأفكار المشوهة والتي من ضمنها التعميم والمبالغة والتهويل وغيرها من أخطاء التفكير.
- نظراً لندرة الدراسات التي ربطت بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي في البيئة العربية عامة، واليمنية خاصة فأن البحث الحالي سيضيف نتائج جديدة للتراكم العلمي والمعرفي.
- يعتبر البحث الحالي محاولة لإضافة نتائج جديدة للتراكم العلمي والمعرفي حول علاقة التشوهات المعرفية والتوافق النفسي لدى طلبة الثالث الثانوي، كما يعتبر البحث الحالي إضافة للمادة النظرية وكذلك رافدا للمكتبة اليمنية.

الأهمية التطبيقية:

- قد تفيد نتائج البحث الحالي في بناء البرامج الإرشادية العلاجية النفسية لتعديل التشوهات المعرفية لدى طلبة الثانوية والمراهقين.
- يمكن أن تفيد نتائج البحث الحالي في التعرف على أنواع أساليب التفكير لدى الطلبة مما يساعد على بناء برامج تهدف إلى تنمية الأساليب الإيجابية وتعديل الأساليب السلبية.
- من خلال نتائج البحث الحالي تم وضع عدد من التوصيات والمقترحات تفيد في وضع برامج تدريبية تساعد الطلبة على تنمية تفكيرهم الإيجابي وتوافقهم النفسي.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى:

–الكشف عن العلاقة بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار.

–التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار.

–التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار.

–الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في التشوهات المعرفية تبعاً لمتغير الجنس ونوع المدرسة (أهلي – حكومي) لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار.

–الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في التوافق النفسي تبعاً لمتغير الجنس ونوع المدرسة (أهلي – حكومي) لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار.

مصطلحات البحث:

أولاً: التشوهات المعرفية Cognitive Distortion

عرفت العلوي (**2013**) التشوهات المعرفية بأنها": مجموعة من وجهات النظر المشوهة والأفكار اللاتكيفية، والإدراكات السلبية التي يتبناها الفرد حول نفسه، والعالم والمستقبل".

وعرفتها القاعود والشقران (**2022**) بأنها: "مجموعة من العمليات العقلية والتي تحتوي على أخطأ التفكير وينتج عنها معتقدات قد تؤدي إلى توليد مشاعر انفعالية سلبية كالتشاؤم والتفكير الكارثي والغضب واليأس والخجل وتعظيم الأمور وتهويلها).

التعريف النظري للتشوهات المعرفية: هي أفكار خاطئة تنشأ عند الإنسان أثناء معالجة المعلومات والتي بدورها تجعله يفسر الأحداث بأساليب غير منطقية وغير عقلانية.

التعريف الإجرائي للتشوهات المعرفية: هي الدرجة الكُلية التي سيحصل عليها المفحوصون من خلال استجابتهم على فقرات مقياس التشوهات المعرفية المستخدم في البحث الحالي.

ثانياً: التوافق النفسي Psychological Adjustment

عرفت بوشاشي (**2012**) التوافق النفسي بأنه: "التغيرات في السلوك التي تقتضيها إشباع الحاجات ومواجهة المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة متسقة مع البيئة".

وعرف محمود وآخرون (**2015**) التوافق النفسي بأنه: "عملية دينامية وظيفية تهدف إلى تحقيق التوازن والتلاؤم بين جوانب السلوك الداخلية والخارجية للفرد بما يساعد على حل الصراعات وخفض التوتر بل يتخطى ذلك إلى الجوانب الإيجابية لتحقيق الذات والرضا عنها وتحقيق الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي مع الإيجابية والمرونة في التعامل مع المجتمع من حوله".

التعريف النظري للتوافق النفسي: هو عملية دينامية مستقرة وملازمة للإنسان يسعى فيها إلى إشباع حاجاته بما يتناسب مع معايير المجتمع الذي يعيش فيه وذلك لحل الصراعات الداخلية والخارجية وبالتالي الوصول الى حالة من التوازن والانسجام بين الجوانب الداخلية والخارجية للسلوك.

التعريف الإجرائي للتوافق النفسي: هي الدرجة الكلية التي سيحصل عليها المفحوصون من خلال استجابتهم على فقرات مقياس التشوهات المعرفية المستخدم في البحث الحالي.

ثالثاً: الصف الثالث الثانوي Third Secondary school هو آخر سنة دراسية في مرحلة الثانوية ينتقل بعدها الطالب من مرحلة التعليم المدرسي إلى مرحلة التعليم الجامعي.

حدود البحث:

الحدود الموضوعية: يتحدد البحث الحالي على موضوع (التشوهات المعرفية، والتوافق النفسي) وبالمتغيرات الديمغرافية الجنس (ذكور – إناث)، نوع المدرسة (أهلي – حكومي).

الحدود البشرية: اقتصر البحث الحالي على طلبة الصف الثالث الثانوي بمدارس مدينة ذمار ومن الجنسين (ذكور – إناث).

الحدود المكانية: اقتصر البحث الحالي على مجموعة من المدارس الثانوية بمدينة ذمار.

الحدود الزمنية: تم تطبيق البحث الحالي في العام الدراسي 2022 – 2023.

الإطار النظري والدراسات السابقة

اولا: إطار نظري

التشوهات المعرفية: يعتبر التشويه المعرفي عملية نفسية طبيعية ينخرط فيها جميع البشر، بغض النظر عن الجنس، والعمر، والعرق، والثقافة، أو المستوى الاجتماعي، والاقتصادي (اللحياني، العتيبي، 2020). وحدد (العصار، 2015) أبعاد التشوهات المعرفية في التالي:

التفكير الثنائي polarized thinking: يقصد به أن ينظر الفرد إلى الأحداث أو الناس طبقا لمبدئ الكل أو لاشيء.

الاستنتاج الاعتباطي :arbitrary lnference: هو استنتاج بدون دليل أو استنتاج مبني على أدلة ضعيفة.

المبالغة والتقليل:magnification & minimization: هو إعطاء الفرد قيمة أكبر أو أقل نسبة للأشياء والأحداث بحيث تختلف تلك القيمة عن تقييم الآخرين لهذي الأشياء والأحداث.

المنطق العاطفي emotional logic: هو أن الفرد يفهم أو يفسر الأمور أو يتخذ القرارات وفقا لما يفضله أو يرتاح له أو ما يرغبه.

لوم الذات والآخرين :self blame & other blame: يلوم الفرد نفسه على أحداث حدثت وليس له ذنب فيها أو يقوم بالتركيز على الأشخاص الآخرين باعتبارهم مصدرا لمشاعره السلبية ويرفض تحمل المسؤولية في تغيير ذاته.

التفكير المثالي (الكمال) perfect thinking: يلزم الفرد نفسه أن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة ولن ينجز ما يمكن أن يعتبر ذا أهمية وقيمة بدون أخطاء.

المقارنة المجحفة:comparison unfair: يقارن الفرد نفسه مع الآخرين في ضوء معايير غير واقعية.

الإفراط في التعميم والإيجابية:over generalization: هو تعميم الفرد لمشاعره ولخبراته الجزئية أو الفردية على الناس ككل وتصنيفهم تبعا لذلك ومبالغته في إدراك الواقع بإيجابية والغفلة عما به من عقبات.

"ماذا لو الأسئلة العقيمة "what if quetions: يستمر الفرد في طرح الاسئلة الخاصة "ماذا لو حدث شيء ما؟ ويفشل في الاقتناع بأي إجابة يصل إليها.

النظريات التي فسرت التشوهات المعرفية:

الاتجاه النظري في التحليل النفسي: يرى فرويد مؤسس نظرية التحليل النفسي أن التشوهات المعرفية عبارة عن ميكانزمات دفاعية تنتج عند الفشل في إشباع الحاجات الغريزية، بينما يرى أدلر أن التشوهات المعرفية تنتج عن جانب النقص والعجز الذي يشعر به الفرد نتيجة فشله في الوصول إلى الكمال (أبوهلال، 2018).

الاتجاه النظري السلوكي: أشار (Wolpe) إلى أن هناك علاقة بين التفكير والسلوك حيث يؤكد على أن تعديل السلوك يؤدي إلى تعديل التفكير فالمريض بعد العلاج عن طريق "تعديل السلوك" يبدأ في إدراك مبالغته الانفعالية في تقدير الأشياء ويدرك أن مخاوفه كانت تشويها للواقع (العلوي، 2013).

الاتجاه النظري المعرفي: يفرق نموذج "بيك" بين اثنين من المستويات المعرفية المشوهة، المستوى الأول: يتكون من مجموعة من الأحكام التلقائية التي تتألف من أفكار أو صور سلبية (الشرمان، الشواشرة، 2020)، المستوى الثاني: يتكون من تركيبات أو صيغ معرفية أكثر عمقاً تتمثل في نماذج معرفية ثابتة يعتنقها الفرد عن ذاته وتمثل ألفاظاً مكررة تجعل الشخص يتحدث بها مع ذاته بعبارات اكتئابية (رسلان وآخرون، 2011).

التوافق النفسي:

أبعاد التوافق النفسي: للتوافق النفسي أبعاد كثيرة ومن أهمها ما يلي:

التوافق الأكاديمي: هو قدرة الفرد الأكاديمي على التوافق مع الحياة الأكاديمية للوصول إلى حالة من الرضا النفسي على أدائه الأكاديمي والإحساس بحالة من الانسجام في علاقته مع رؤسائه وزملائه والبيئة الأكاديمية (فرجاني، 2021).

التوافق الانفعالي: ويتمثل في الذكاء الانفعالي والهدوء والاستقرار والثبات والضبط الانفعالي والسلوك الانفعالي الناضج والتعبير الانفعالي المناسب لمثيرات الانفعال والتماسك في مواجهة الصدمات الانفعالية وحل المشكلات الانفعالية (بهية ولطيفة، 2011).

التوافق الصحي: ويتضمن شعور الفرد بالصحة والسلامة والقوة وخلو الجسم من الأعراض المختلفة مثل ضيق التنفس، وحالات الصداع، وعسر الهضم، والشعور بالتعب، والقلق، والنوم، ومشكلاته بالتمتع بصحة جيدة، وسلامة الحواس، والخلو من الأمراض السيكوسوماتية، والقدرة على مقاومة الأمراض (مقبل 2010).

التوافق الأسري: ويتضمن السعادة مع الأسرة التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين أعضائها (عسلية، 2005).

التوافق الاجتماعي: ويقصد به تلك التغيرات التي تحدث في سلوك الفرد أوفي اتجاهاته أو عاداته بهدف مواءمة البيئة وإقامة علاقات منسجمة معها لإشباع حاجات الفرد ومتطلبات البيئة (عقيلان، 2013).

سمات الشخصية المتوافقة: يرى (الزهراني، 2017) أن للشخصية المتوافقة سمات كأنها مكتسبة لما أسماه (التكيف المتكامل) وأكد أن "شوبن" ذهب إلى تحديد عدد من الصفات عن هذا التوافق السوي ومنها: القدرة على ضبط النفس، الشعور بالمسؤولية الشخصية، الاهتمام بالقيم المختلفة وخاصة القيم الديمقراطية، ويرى شوبن أن الأفراد ذوي التوافق النفسي السوي بأنهم من تعلموا أن عليهم في كثير من المواقف أن يرجعوا إلى إشباع حاجاتهم مفضلين نتائج بعيدة المدى عن ذلك الإشباع الفوري، ويدركون دوافع سلوكياتهم المختلفة ويتحملون مسؤولية ما يقومون به من أعمال دون اللجوء إلى الإكثار من استخدام الحيل الدفاعية.

الاتجاهات النظرية التي فسرت التوافق النفسي:

نظرية التحليل النفسي: يرى فرويد أن عملية التوافق النفسي غالبا ما تكون لا شعورية أي أن الأفراد لا يعرفون الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية "للهو" بوسائل مقبولة اجتماعيا، كما يرى أن العصاب والذهان ما هما إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التوافق، ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة تتمثل في ثلاث سمات، وهي قوة "الأناء"، القدرة على العمل والقدرة على الحب ، بمعنى قوة "الأناء" في تحقيق التوازن بين مطالب "الهو" وموانع "الأنـاء الأعلى" المنحدر من التنشئة الاجتماعية أولى مراحل النمو (الوزيرة، 2012).

النظرية السلوكية: وتقوم النظرية السلوكية على عدد من المسلمات الأساسية تدور حول محور رئيسي هو عملية التعلم وقد يشار إليه بنظرية (المثير -الاستجابة) وتعتبر العادة بمثابة المفهوم الأساسي في نظرتهم، والشخصية هي تنظيم معين من العادات والتنظيم هو الذي يحدد سلوك الفرد ويميز شخصية الفرد من غيره والسلوك الإيجابي هو سلوك مكتسب نتيجة تعلم عادات من البيئة ،وتشير النظرية السلوكية إلى أن الفرد الذي يتمتع بالعملية التوافقية الإيجابية ويتمتع أيضا بالصحة النفسية التي تؤدي إلى اكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة تساعده في معاملة الآخرين وعلى مواجهة المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ القرارات (الصويط ، 2010).

النظرية المعرفية: إن التوافق من وجهة نظر المدرسة المعرفية هو القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الأمل واستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشكلات وعليه فالشخص المتوافق هو القادر على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط النفسية ولا يسمح لليأس بالتسلل إلى نفسه (الوزيرة، 2012).

ثانياً: دراسات سابقة

تم عرض بعض الدراسات السابقة التي توفرت لدى الباحثات والتي تناولت متغير التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المتغيرات، ودراسات تناولت متغير التوافق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات، فيما لم تتوفر دراسات سابقة ربطت بين متغيري البحث الحالي على حد علم الباحثات وبالتالي نتناول الدراسات السابقة على النحو التالي:

دراسات سابقة تناولت التشوهات المعرفية:

هدفت دراسة العلوي **(2013)** إلى التعرف على التشوهات المعرفية عند طلبة المرحلة الإعدادية، والفروق الإحصائية فيها تبعا لمتغيري الجنس والتخصص، والتعرف على مستوى الاكتئاب لدى طلبة المرحلة الإعدادية، الفروق الإحصائية تبعا لمتغيري الجنس والتخصص، وكذلك التعرف على الوحدة النفسية عند طلبة المرحلة الإعدادية والفروق الإحصائية وفقا لمتغير الجنس والتخصص والتعرف على العلاقة الارتباطية بين التشوهات المعرفية والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية، وتكونت العينة من(351) طالباً وطالبة من طلبة الخامس الاعدادي بفرعية العلمي والأدبي، واستخدم في الدراسة، مقياس للتشوهات المعرفية من إعداد روبر، ومقياس (Beck) للاكتئاب ومقياس الساعاتي للشعور بالوحدة النفسية، وأظهرت نتائج الدراسة: أن طلبة المرحلة الإعدادية يعانون من التشوهات المعرفية، وأن الإناث لديهم تشوه معرفي أكثر من الذكور، وفي حين لم يكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير التخصص لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

هدفت دراسة العصار(2015) إلى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة، ودراسة العلاقة بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لديهم، والكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في معنى الحياة والتشوهات المعرفية التي تعزى لعدة متغيرات وهي الجنس ومرحلة المراهقة، واعتمدت الدراسة على المنهج المقارن، وتكونت عينة الدراسة (662)

طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية والجامعية تراوحت أعمارهم ما بين 15-22 سنة وتم اختيار العينة بالطريقة الطبقية المنتظمة في مدارس المرحلة الثانوية الحكومية والطريقة العشوائية البسيطة في الجامعات الفلسطينية، وطبق في الدراسة مقياس التشوهات المعرفية ومقياس معنى الحياة من إعداد الباحثة، وقد أظهرت نتائج الدراسة :وجود مستوى منخفض من التشوهات المعرفية، وان مستوى معنى الحياة مرتفع بشكل عام كما بينت وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة، وعدم وجود فروق دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة تعزى إلى الجنس، ومرحلة المراهقة.

هدفت دراسة الجراح والمومني (2020) إلى الكشف عن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك وتكونت عينة الدراسة من (1552) طالباً وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية من جميع الكليات العلمية والإنسانية واستخدم الباحثان مقياس التشوهات المعرفية من إعداد روبرت (Roberts, 2015) بعد التحقق من خصائصه السيكومترية وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التشوهات المعرفية كان متوسطا على الدرجة الكلية والأبعاد، ووجود فروق دالة إحصائيا تعزى لأثر الجنس لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائيا تعزى لأثر المعدل التراكمي لصالح المستوى المقبول وأشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الكلية والسنة الدراسية.

هدفت دراسة القاعود، والشقران (2022) إلى الكشف عن مستوى التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلبه الجامعات الأردنية وتكونت العينة من (1235) طالباً وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية من ست جامعات حكومية، المسجلين في الفصل الأول للعام الدراسي 2021/2020. وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس التشوهات المعرفية، إعداد الباحثين، واضطراب الشخصية الحديه، واظهرت النتائج أن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعات الأردنية جاء متوسطاً، واظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التشوهات المعرفية لدى هيئة طلبة الجامعات الأردنية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور ووجود فروق في نسبة انتشار اضطراب الشخصية الحدية لصالح الإناث، بينما لم تظهر فروق في المتغيرين تعزى للكلية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية وظهور أعراض اضطراب الشخصية الحدية.

دراسات سابقة تناولت متغير التوافق النفسي

هدفت دراسة شيخ (2015) إلى معرفة العلاقة بين التوافق النفسي والتوافق المهني لدى أساتذة قسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف- المسلية، وتكونت عينة الدراسة من (36) أستاذا وأستاذة من قسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة وتم اختيارها بطريقة قصدية وباستخدام مقياس التوافق النفسي من إعداد محمد (1986)، وأظهرت النتائج: أن مستوى التوافق النفسي لأساتذة قسم علم النفس كان مرتفعا في المقابل كان مستوى التوافق المهني متوسطا، ووجود علاقة طردية ضعيفة بين التوافق النفسي والتوافق المهني، وعدم وجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس، والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة.

هدفت دراسة الفريحات والمومني (2016) إلى التعرف على العلاقة بين وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة الصف العاشر في محافظة عجلون، والتعرف على الفروق بينهما وفقا لمتغير الجنس، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب من الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون وأشارت النتائج إلى أن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المتفوقين مرتفع، وأن مستوى مهارات مواجهة الضغوط النفسية الشائعة لدى الطلبة المتفوقين تراوحت ما بين المرتفع والمتوسط، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي وفي مهارات مواجهة الضغوط، واظهرت النتائج أنه توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين درجة كل مجال من مجالات التوافق النفسي ودرجته الكلية وكل مهارة من مهارات مواجهة الضغوط النفسية الشائعة لدى الطلبة المتفوقين والدرجة الكلية باستثناء مهارتي الهروب والتجنب، وكانت العلاقة عكسية مع كل مجالات التوافق النفسي.

هدفت دراسة الزحيلي (2016) إلى الكشف العلاقة الارتباطية بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي، والكشف عن الفروق بين متوسط درجات طلبة مدينة الشهيد باسل الأسد الجامعية في دمشق على مقياس الاغتراب النفسي ومقياس التوافق النفسي تبعا لمتغيرات (المستوى الدراسي، إجازة، دراسات عليا) وتم استخدام مقياس الاغتراب النفسي إعداد نعيسة (2012)، ومقياس التوافق النفسي من إعداد الباحث، تكونت عينة البحث من (698) طالباً من طلبة المدينة الجامعية بدمشق، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: وجود علاقة ارتباطيه عكسية سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة على مقياس الاغتراب النفسي ودرجاتهم على مقياس التوافق النفسي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التوافق النفسي تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لصالح طلبة الدراسات العليا.

هدفت دراسة الحويج (2017) إلى التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة من مرحلة التعليم الثانوي والكشف عن الفروق بينهما وفقا لمتغير الجنس، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وتكونت عينة الدراسة من (190) طالباً وطالبة اختيرت العينة بطريقه عشوائية وتم استخدام مقياس التفكير الإيجابي واستخدام التوافق النفسي المعد من قبل شقير (2003) وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إحصائيا بين التفكير الإيجابي والتوافق النفسي وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيا بين متوسط درجات الذكور والإناث في التفكير الإيجابي والتوافق النفسي.

مناقشة الدراسات السابقة: في ضوء العرض السابق للدراسات السابقة فقد توصلت نتائجها إلى التالي:

أولا: دراسات تناولت متغير التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى، والتي توصلت بعض منها إلى وجود مستوى مرتفع من التشوهات المعرفية كما في دراسة العلوي (2013)، ومستوى متوسط من التشوهات المعرفية كما في دراسة الجراح والمومني(2020) ودراسة القاعود والشقران (2022) ومستوى منخفض من التشوهات المعرفية كما في دراسة العصار(2015) أما بالنسبة للدراسات التي هدفت إلى الكشف عن الفروق في التشوهات المعرفية وفقا لمتغير الجنس، منها ما جاءت نتائجها لصالح الذكور كما في دراسة الجراح والمومني (2020)، ودراسة القاعود والشقران(2021)، ومنها ما جاءت الفروق لصالح الإناث كما في دراسة العلوي (2013)، فيما لم توجد فروق بين الجنسين كما في دراسة العصار(2015).

ثانياً: دراسات تناولت التوافق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى، والتي توصلت نتائج بعض منها إلى وجود مستوى مرتفع من التوافق النفسي كما في دراسة شيخ(2015 ودراسة الفريحات والمومني (2016)، أما بالنسبة للدراسات التي هدفت إلى الكشف عن الفروق في التوافق النفسي وفقا لمتغير الجنس، منها ما توصلت نتائجها إلى عدم وجود فروق وفقا لمتغير الجنس كما في دراسة الفريحات والمومني(2016)، ودراسة الحويج (2017).

وقد استفادت الباحثات من الدراسات السابقة في تحديد أهداف وعينة وأدوات البحث الحالي، وبالتالي فقد تميز البحث الحالي في طريقة اختيار العينة والمتغير الديمغرافي نوع المدرسة (أهلي، حكومي)، إلى جانب ذلك ندرة الدراسات السابقة التي ربطت متغير التشوهات المعرفية بمتغير التوافق النفسي على حد علم الباحثات.

منهجية البحث وإجراءاته

منهجية البحث: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره المنهج الأكثر ملاءمة لأغراض البحث الحالي، وأن استخدامنا للمنهج الوصفي الارتباطي في البحث الحالي يقودنا إلى معرفة نوع العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث ومعرفة فيما إذا كانت هذه العلاقة طردية أو عكسية والوصول إلى جواب لتساؤلات البحث.

مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة الصف الثالث الثانوي بمدينة ذمار البالغ عددهم (4892) حسب إحصائيات مكتب التربية والتعليم في مدينة ذمار للعام الدراسي 2023/2022 وقد اختارت الباحثات 15 مدرسة لتمثيل عينه البحث الحالي.

عينه البحث: تم اختيار العينة الممثلة للبحث الحالي بالطريقة العشوائية العنقودية حيث إن العينة العنقودية تعرف بما يسمى بأسلوب عينة احتمالية، حيث يتم فيها تحديد مجتمع البحث، ثم تحديد حجم العينة المطلوبة في البحث ثم تقييم إطار العينة لفحص نقص التغطية أو الشمول، زيادة التغطية والتغطية المعتمدة، وعمل التعديلات اللازمة عندما يكون ذلك ضروريا وأيضا تحديد العناقيد التي تم اختيارها وتم ذلك عن طريق تقسيم حجم العينة وفقا لمتوسط عدد عناصر المجتمع الإحصائية الموجودة في كل عنقود (دانيل وآخرون، 2015)

وقد تم تطبيق المقاييس على (660) طالباً وطالبة من طلبة الصف الثالث الثانوي بمدينة ذمار، وبعد فحص الاستبيانات تم استبعاد (12) استبيان بسبب الإجابة النمطية أو عدم اكتمال الإجابة على فقرات المقياس وتكونت عينه الدراسة الحالية من (648) طالباً من طلبة الصف الثالث الثانوي بمدينه ذمار وبنسبة (13.49%) من إجمالي عدد أفراد مجتمع البحث، بواقع (354) ذكورا و(294) إناثا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية. وفيما يلي عرض للخصائص الديمغرافية لعينه البحث الحالي:

الخصائص الديموغرافيه للعينة:

الجنس: تكونت عينة البحث من (354) ذكراً، بنسبة (54.6%)، و (294) أنثى، بنسبة (45.4%) كما هو مبين في الجدول (1) التالي:

جدول (1): توزيع أفراد العينة وفقاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	النسبة
ذكر	354	% 54.6
أنثى	294	% 45.4
المجموع	648	% 100

نوع المدرسة: تكونت عينة البحث من (221) فرداً من المدارس الأهلية، بنسبة (34.1%)، و(427) فرداً من المدارس الحكومية، بنسبة (65.9%)، كما هو مبين في الجدول (2) التالي:

جدول (2): توزيع أفراد العينة وفقاً لمتغير نوع المدرسة

نوع المدرسة	العدد	النسبة
أهلية	**221**	**% 34.1**
حكومية	**427**	**% 65.9**
المجموع	**648**	**% 100**

أدوات البحث:

أولاً: مقياس التشوهات المعرفية:

وصف المقياس بصورته الأصلية: تبنت الباحثات مقياس التشوهات المعرفية من إعداد العصار (2015)، ويتكون المقياس من (58) فقره موزعة على (9) أبعاد، هي (التفكير الثنائي، الاستنتاج الاعتباطي، المبالغة والتقليل، المنطق العاطفي ، لوم الذات ،التفكير المثالي، الإفراط في التعميم والإيجابية، الأسئلة العقيمة ماذا لو) ، وتكون الاستجابة وفق ثلاثة بدائل هي (دائماً، أحياناً، نادراً)، وتم استخراج صدق المقياس بصورته الأصلية بعدة طرق، منها الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس حيث تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس (.704- .494)، كما بلغت درجة الثبات المقياس ككل (.851).

أ-صدق وثبات مقياس التشوهات المعرفية في البحث الحالي:

تطبيق مقياس التشوهات المعرفية على عينة استطلاعية: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من(40) طالبا وطالبة من طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار بواقع (20 طالبا)، و(20 طالبة)، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ويعد الهدف من التطبيق على العينة الاستطلاعية هو التعرف على مدى ملاءمة التعليمات ووضوح العبارات ومناسبة البدائل للإجابة على مقياس البحث لدى أفراد العينة، بالإضافة إلى التعرف على الزمن المستغرق للإجابة على المقياس بصورة مبدئية، وقد أظهرت العينة أن التعليمات وجميع الفقرات واضحة والبدائل مناسبة، كما كان الوقت المستغرق للإجابة على المقياس يتراوح ما بين (7) إلى (10) دقائق.

ب- التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية في البحث الحالي:

صدق مقياس التشوهات المعرفية، وقد تم حساب صدق المقياس باستخدام طريقتين:

صدق المحكمين: للتأكد من صدق المقياس قامت الباحثات بعرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال القياس النفسي والعلاج النفسي وأيضا مجال اللغة العربية وقد قامت الباحثات بإجراء التعديلات على المقياس في ضوء الاقتراحات والتعديلات التي قدمها المحكمون.

صدق التكوين: لغرض التحقق من صدق التكوين تم حساب العلاقة الارتباطية بطريقة بيرسون بين درجات أفراد العينة على كل فقرة مع الدرجة الكلية للأبعاد وللمقياس. كذلك تم حساب قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وجاءت النتائج كما في الجدول(3):

جدول(3): معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس التشوهات المعرفية مع الدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	الدرجة الكلية للمقياس
1.التفكير الثنائي	**.675****
2.الاستنتاج الاعتباطي	**.551****
3.المبالغة والتقليل	**.473****
4.المنطق العاطفي	**.389****
5.لوم الذات والآخرين	**.687****
6.التفكير المثالي	**.367****
7.المقارنات المجحفة	**.450****
8.الإفراط في التعميم	**.618****
9.الأسئلة العقيمة	**.596****

** تعني أنها دالة عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول(3) أن قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (.367 - .687) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) فأقل.

ثبات مقياس التشوهات المعرفية: وللتحقق من الثبات تم استخدام معامل ألفا-كرونباخ (Cronbach's Alpha)، والجدول(4)، يوضح نتائج معاملات الثبات للدرجة الكلية للمقياس ولكل بعد على حدة:

جدول (4): **معامل الثبات لمقياس التشوهات المعرفية**

الأبعاد	عدد العبارات	ثبات ألفا
1.التفكير الثنائي	10	**.663**
2.الاستنتاج الاعتباطي	5	**.708**
3.المبالغة والتقليل	8	**.657**
4.المنطق العاطفي	7	**.666**
5.لوم الذات والآخرين	7	**.698**
6.التفكير المثالي	4	**.706**
7.المقارنات المجحفة	5	**.749**
8.الإفراط في التعميم	6	**.690**
9.الأسئلة العقيمة	6	**.731**
الدرجة الكلية للمقياس	58	**.705**

يتضح من الجدول(4)، أن معاملات ثبات ألفا لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية تراوحت بين (.657 - .749)، وهي معاملات ثبات تقع ما بين المقبولة والجيدة، أما فيما يتعلق بثبات الدرجة الكلية للمقياس فقد بلغ (.705)، وهو معامل ثبات جيد، وهذا مؤشر على صلاحية استخدام مقياس التشوهات المعرفية في هذا البحث.

ثانياً: مقياس التوافق النفسي:

وصف مقياس التوافق النفسي بصورته الأصلية: تبنت الباحثات مقياس التوافق النفسي من إعداد ياسمين فرجاني (2021)، ويتكون المقياس من 50 فقره موزعة على 5 أبعاد، هي (التوافق الأكاديمي، التوافق الشخصي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي)، وتكون الاستجابة وفق خمسة بدائل، هي (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق بشدة، لا أوافق)، وتم استخراج صدق المقياس بصورته الأصلية بعدة طرق منها الاتساق الداخلي، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة ودرجة البعُد الذي تنتمي إليه (.262 - .762)، كما بلغت درجة الثبات المقياس ككل (.881).

أ-صدق وثبات مقياس التوافق النفسي في البحث الحالي:

تطبيق مقياس التوافق النفسي على عينة استطلاعية:

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من(40) فردا من طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار بواقع (20 ذكورا)، و (20 إناثا)، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ويعد الهدف من التطبيق على هذه العينة التعرف على مدى ملائمة التعليمات ووضوح العبارات ومناسبة البدائل للإجابة على مقياس البحث لدى أفراد العينة، بالإضافة إلى التعرف على الزمن المستغرق للإجابة على المقياس بصورة مبدئية، وقد أظهرت العينة أن التعليمات وجميع الفقرات واضحة، فيما وجدت الباحثات أن البدائل كانت غير مناسبة، ووجد معظم المستجيبين صعوبة في فهمها، ولذلك تم تعديل البدائل من 5 بدائل وهي:(أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة) إلى 3 بدائل، وهي: (ينطبق عليَّ تماما، ينطبق عليَّ أحيانا ،لا ينطبق عليَّ اطلاقا)، وبعد ذلك تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية أخرى تكونت من (43) فردا من طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار بواقع (23 ذكور)، و (20 إناثا) للتحقق من مناسبة البدائل بعد تعديلها، وقد أظهرت العينة أن البدائل كانت مناسبة أكثر، كما كان الوقت المستغرق للإجابة على المقياس يتراوح ما بين (10) إلى (15) دقيقة.

ب- التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس التوافق النفسي في البحث الحالي:

صدق مقياس التوافق النفسي: وقد تم حساب صدق المقياس باستخدام طريقتين:

- **صدق المحكمين:** للتأكد من صدق المقياس قامت الباحثات بعرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال القياس النفسي والعلاج النفسي وأيضا مجال اللغة العربية وقد قامت الباحثات بإجراء التعديلات على المقياس في ضوء الاقتراحات والتعديلات التي قدمها المحكمون وسيتم عرض التعديلات لاحقا في الجزء الخاص بملاحق البحث.

- **صدق التكوين:** لغرض التحقق من صدق التكوين تم حساب العلاقة الارتباطية بطريقة بيرسون بين درجات أفراد العينة على كل فقرة مع الدرجة الكلية للأبعاد وللمقياس.

كذلك تم حساب قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون وجاءت النتائج كما في الجدول(5):

جدول (5): معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس التوافق النفسي مع الدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس
التوافق الأكاديمي	**.734**
التوافق الشخصي	**.729**
التوافق الصحي	**.763**
التوافق الأسري	**.712**
التوافق الاجتماعي	**.661**

** تعني أنها دالة عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول(5) أن قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (.661 - .763) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) فأقل.

2. ثبات مقياس التوافق النفسي: للتحقق من الثبات تم استخدام معامل ألفا-كرونباخ (Cronbach's Alpha)، والجدول (6)، يوضح نتائج معاملات الثبات لكل بعد على حدة، وللدرجة الكلية للمقياس:

جدول(6): معامل الثبات لمقياس التوافق النفسي

الأبعاد	عدد العبارات	ثبات ألفا
التوافق الأكاديمي	8	**.694**
التوافق الشخصي	9	**.655**
التوافق الصحي	10	**.672**
التوافق الأسري	12	**.784**
التوافق الاجتماعي	10	**.673**
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	49	**.865**

يتضح من الجدول(6)، أن معاملات ثبات ألفا لأبعاد مقياس التوافق النفسي تراوحت بين (.655 - .784) وهي معاملات ثبات تقع ما بين المقبولة والجيدة، أما فيما يتعلق بثبات الدرجة الكلية للمقياس فقد بلغ (.865)، وهو معامل ثبات مرتفع، وهذا مؤشر على صلاحية استخدام مقياس التوافق النفسي في هذا البحث.

الأساليب الإحصائية المستخدمة: تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

التكرارات Frequency، والنسب المئوية Percent، والمتوسطات والانحرافات المعيارية، لاستخراج وصف عينة الدراسة وفقاً للمتغيرات الديموغرافية، ولمعرفة مستوى كل من التشوهات المعرفية، والتوافق النفسي.

معامل ارتباط بيرسون Pearson coefficient of correlationلحساب (الاتساق الداخلي) لأداتي البحث، والكشف عن العلاقة بين التشوهات المعرفية، والتوافق النفسي.

معادلة ألفا –كرونباخ Cronbacg of corrlration: لحساب معامل الثبات لأداتي الدراسة.

الاختبار التائي (T.test) لعينتين مستقلتين: لحساب الفروق بين أفراد العينة وفقاً لمتغيري (الجنس، ونوع المدرسة).

نتائج البحث ومناقشتها:

في هذا الفصل تم عرض نتائج البحث وفقا لتساؤلاته ثم مناقشتها بحسب الدراسات السابقة والإطار النظري وخصائص المجتمع، وعلى النحو التالي:

التساؤل الأول: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟

للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لإيجاد العلاقة بين التشوهات المعرفية، والتوافق النفسي، والجدول رقم (9) يوضح ذلك:

جدول (9): معاملات الارتباط بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي

المتغيرات	الدرجة الكلية للتوافق	التوافق الأكاديمي	التوافق الشخصي	التوافق الصحي	التوافق الأسري	التوافق الاجتماعي
الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية	**-.294**	**-.214**	**-.292**	**-.281**	**-.178**	**-.094***
التفكير الثنائي	**-.157**	**-.134**	**-.179**	**-.107**	**-.090***	**-.069**
الاستنتاج الاعتباطي	**-.281**	**-.186**	**-.267**	**-.231**	**-.185**	**-.164**

المبالغة والتقليل	.157**	.135**	.124**	.104**	.086*	.167**
المنطق العاطفي	.113**	.051	.142**	.028	.071	.157**
لوم الذات والآخرين	-.355**	-.279**	-.350**	-.345**	-.197**	-.138**
التفكير المثالي	.089*	.094*	.085*	-.004	.068	.072
المقارنات المجحفة	-.249**	-.176**	-.259**	-.223**	-.205**	-.085*
الإفراط في التعميم	-.339**	-.232**	-.294**	-.232**	-.259**	-.226**
الأسئلة العقيمة	-.229**	-.188**	-.253**	-.274**	-.065	-.070

* دالة عند مستوى (0.05) - * دالة عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول رقم (9) : وجود ارتباط سلبي دال إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل بين التشوهات المعرفية والتوافق على مستوى الدرجة الكلية وأبعاد كل منهما.

أن قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي بلغت (-294.)، وهو ارتباط سالب دال إحصائياً عند مستوى (0.05). كما يتضح وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي (التفكير الثنائي، الاستنتاج الاعتباطي، لوم الذات والآخرين، المقارنات المجحفة، الإفراط في التعميم، الأسئلة العقيمة) تراوحت بين (355.- _ 157.-) وهي ارتباطات سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل، أما قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس لتوافق النفسي وبين أبعاد مقياس التشوهات المعرفية التالية (المبالغة والتقليل، المنطق العاطفي، التفكير المثالي) فقد تراوحت بين (089. _ 157.) وهي ارتباطات موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل.

كما يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مستوى أبعاد مقياس التشوهات المعرفية، ودرجاتهم على أبعاد مقياس التوافق النفسي، حيث أن معاملات الارتباط بينها تراوحت بين (085.- _ 350.-)، وهي ارتباطات سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل، فيما تراوحت قيمة معامل الارتباط بين بعد "المبالغة والتقليل، المنطق العاطفي، التفكير المثالي" في مقياس التشوهات المعرفية، وجميع أبعاد مقياس التوافق النفسي بين (085. _ 167.) وهي ارتباطات موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل، فيما لم تكن العلاقة الارتباطية دالة إحصائياً بين بُعد (التفكير الثنائي) في مقياس التشوهات المعرفية وبين بعد التوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي، كما لم تكن العلاقة الارتباطية دالة إحصائياً بين بُعد (المنطق العاطفي) في مقياس التشوهات المعرفية وكل من "بعد التوافق الأكاديمي، التوافق الصحي، التوافق الأسري" في مقياس التوافق النفسي، كذلك لم تكن العلاقة دالة إحصائياً بين بعد (التفكير المثالي) في مقياس التشوهات المعرفية وبين بعد التوافق الصحي، والتوافق الأسري، والتوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي، كما لم تكن العلاقة الارتباطية دالة إحصائياً بين بُعد (الأسئلة العقيمة) في مقياس التشوهات المعرفية وكل من بعديّ التوافق الأسري، والتوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: الحويج (2017) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات عينة الدراسة لمقياس التفكير الإيجابي ودرجات مقياس التوافق النفسي، ودراسة العصار (2015) التي أظهرت وجود علاقة عكسية بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة.

وتفسر الباحثات هذه النتيجة وهي وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التشوهات المعرفية والتوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي إلى طريقة تفسير الطلاب للأحداث التي تحدد مشاعرهم وسلوكهم وليست الأحداث بعينها، وتعتبر هذه النتيجة منطقية ومتسقة مع الإطار النظري للبحث، وتدل العلاقة السلبية على أنه كلما ارتفع مستوى التشوهات المعرفية انخفض مستوى التوافق النفسي، وبالتالي فقد أكد بيك على العلاقة الوثيقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك، وهذا يعني أن طريقة تفكير الفرد لها دور في تحديد سلوكه سواء كان هذا السلوك توافقيا أو غير توافقي، وهذا ما أشار إليه علماء النفس أن الصحة النفسية تظهر في التوافق النفسي للأفراد بشكل عام، وينشئ التفكير لدى المراهق منذ مرحلة الطفولة المبكرة وذلك عندما يتفاعل مع العالم من حوله، وقد قسم علماء النفس التفكير إلى جانبين أحدهم التفكير المنطقي أو العقلاني وهذا النوع من التفكير يساعد الفرد في القدرة على مواجهة مطالب الحياة والظروف المحيطة بطريقة مقبولة وتوافقية، وفي هذا السياق فقد أشار الحويج (2017) إلى أن التفكير في صورته الإيجابية أو العقلانية يتكون من خلال إيجاد الفرد طريقة تكيف أو توافق مقبولة يتمكن الفرد من خلالها الوصول إلى إشباع حاجاته وتجاوز مشكلاته وخلق الشعور بالرضا عن حياته وبالنسبة للتفكير الآخر فهو التفكير السلبي الغير منطقي وغير العقلاني فأنه يجعل الفرد في حالة لا يستطيع فيها مواجهة مطالب الحياة المحيطة به، وبالتالي يلجأ إلى استخدام أساليب مواجهة غير مقبولة وغير توافقية لتساعده على إشباع حاجاته وحل مشكلاته، والوصول إلى الشعور بالرضا عن حياته، وهذا ما يؤكد وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التشوهات المعرفية

والتوافق النفسي، وأنه كلما ارتفعت التشوهات المعرفية انخفض التوافق النفسي.

كما أظهرت النتائج أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين بعد التفكير الثنائي في مقياس التشوهات المعرفية وبعد التوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي، وتفسر الباحثات هذه النتيجة إلى أن بعد التفكير الثنائي بعد سلبي يميل فيه الفرد إلى تفسير الأمور والأشياء على أنها إما إيجابية أو سلبية، وهذا التفسير يؤدي إلى سلوكيات غير توافقية بينما بعد التوافق الاجتماعي بعد إيجابي يؤدي إلى ظهور سلوكيات إيجابية وتوافقية كالالتزام بمعايير وأخلاق المجتمع ومن مظاهره الإيجابية على الفرد شعوره بالأمن الشخصي والاجتماعي وإحساسه بقيمته وشعوره بانتمائه للجماعة، والخلو من الميول المضادة للمجتمع كالعدوان والتسلط وغيرها والتي تكون ناتجة عن التفكير الثنائي، وتعتبر هذا النتيجة منطقية لأن التوافق الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث جاء مرتفعاً وهذا أيضا يدل على أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين البعدين، كما لم تكن العلاقة الارتباطية دالة إحصائيا بين بعد المنطق العاطفي في مقياس التشوهات المعرفية وكل من بعد "التوافق الأكاديمي، التوافق الصحي، التوافق الأسري في مقياس التوافق النفسي، وهذه النتيجة منطقية لأن بعد المنطق العاطفي في مقياس التشوهات المعرفية بعد سلبي، بينما أبعاد مقياس التوافق النفسي "التوافق الأكاديمي، التوافق الصحي، التوافق الأسري" أبعاد إيجابية وبالتالي لا يلتقي كل منهم مع الآخر، ويدل على ذلك أن المنطق العاطفي يميل فيه الفرد إلى تفسير الأمور والأحداث والأشياء واتخاذ القرارات وفقا لما يفضله ويرتاح له وليس كما هو في الواقع وهذا يؤثر على السلوك، بينما التوافق الأكاديمي يظهر على سلوك الطالب/ة، ويكون قادرا على الانسجام مع الحياة الدراسية ومع الأساتذة والزملاء، وبالتالي فقد جاء مستوى التوافق الأكاديمي لدى عينة البحث مرتفعا وهذا أيضا يدل على أنه لا يوجد ارتباط بين المنطق العاطفي والتوافق الأكاديمي، ولم يكن الارتباط دال إحصائيا بين المنطق العاطفي والتوافق الصحي ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن المنطق العاطفي بعد سلبي والتوافق الصحي بعد إيجابي، وبالتالي فإنهما لا يلتقيان وقد جاءت الدرجة متوسطة لدى أفراد العينة في بعد التوافق الصحي، وهذا يدل على تمتع أفراد العينة بمستوى متوسط من التوافق الصحي، وهذا ما يؤكد على صحة النتيجة في أنه لا يوجد ارتباط دال إحصائيا، ولم يكن الارتباط دال إحصائيا بين المنطق العاطفي والتوافق الأسري ويمكن إرجاع السبب في ذلك إلى أن درجة أفراد العينة في بعد التوافق الأسري جاءت مرتفعة حيث تظهر بوادر التوافق الأسري في استجابة العينة على فقرات بعد التوافق الأسري ودلت استجابتهم على تمتعهم بحياة سعيدة مع أسرهم وأن أسرهم تمنحهم الحب والأمان وهذا يدل على أنه لا يوجد ارتباط بين البعدين لأنهما لا يلتقيان، كذلك لم تكن العلاقة دالة إحصائيا بين بعد التفكير المثالي في مقياس التشوهات المعرفية وبين بعد التوافق الصحي والتوافق الأسري والتوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي، بما أن أبعاد مقياس التوافق النفسي المذكورة سابقا إيجابية إذن فهي لا تلتقي مع بعد التفكير المثالي لأنه سلبي، وبما أن درجة أفراد العينة جاءت مرتفعة في أبعاد التوافق النفسي السابقة وهذا هو سبب أنه لا يوجد ارتباط دال إحصائيا بين الأبعاد، كما لم تكن العلاقة الارتباطية دالة إحصائيا بين بعد الأسئلة العقيمة في مقياس التشوهات المعرفية، وكل من بعد التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي، وذلك لأن الأسئلة العقيمة غالبا ما تكون ذات طابع سلبي تنعكس آثارها على الفرد حيث تجعله يسلك سلوكيات غير توافقية، وفقا لذلك فقد جاءت درجة أفراد العينة مرتفعة في بعدي التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي مما يدل على عدم تأثير سلبية الأسئلة العقيمة على أفراد العينة وأنه لا يوجد ارتباط دال إحصائيا، وهذه النتيجة منطقية وفقا لما تم تفسيره سابقا، ولم توجد دراسات سابقة اتفقت أو اختلفت مع البحث الحالي وذلك لانعدام الدراسات السابقة التي ربطت بين متغيرين البحث الحالي "التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتوافق النفسي" على حد علم الباحثات.

التساؤل الثاني: ما مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟

للإجابة على هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لكل بعد من أبعاد المقياس، إضافة إلى الرتبة، ولتحديد مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار عن طريق استجابتهم للمقياس، تم استخدام ثلاثة مستويات للحكم، وطول فئته (0.67)، التي تراوحت مستوياته من (1 – 1.67) للمستوى المنخفض، ومن (1.68 – 2.34) للمستوى المتوسط، ومن (2.35 -3) للمستوى المرتفع، وجاءت النتائج كالتالي:

جدول (10): مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثالث الثانوي

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الرتبة
التفكير الثنائي	**1.79**	**.784**	متوسط	**6**
الاستنتاج الاعتباطي	**1.80**	**.742**	متوسط	**5**
المبالغة والتقليل	**2.15**	**.760**	متوسط	**3**
المنطق العاطفي	**2.24**	**.734**	متوسط	**2**

لوم الذات والآخرين	1.74	.737	متوسط	7
التفكير المثالي	2.35	.722	مرتفع	1
المقارنات المجحفة	1.67	.704	منخفض	9
الإفراط في التعميم	1.71	.712	متوسط	8
الأسئلة العقيمة	2.02	.807	متوسط	4
الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية	1.93	.749	متوسط	-

يتضح من الجدول (10) أن مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة البحث من طلبة الصف الثالث الثانوي "متوسط" بشكل عام بمتوسط بلغ (1.93)، وبانحراف معياري قدره (0.749)، ويظهر من النتائج الموضحة أعلاه أن متوسطات الاستجابات على الأبعاد تراوحت ما بين (1.67 - 2.35)، حيث حصل بُعد "التفكير المثالي" على أعلى متوسط والذي بلغ (2.35)، يليه بُعد "المنطق العاطفي" بالمرتبة الثانية بمتوسط بلغ (2.24)، وجاء بُعد "المبالغة والتقليل" في المرتبة الثالثة بمتوسط بلغ (2.15)، فيما جاء بُعد "المقارنات المجحفة" بالمرتبة التاسعة والأخيرة بمتوسط بلغ (1.67).

تتفق هذه النتيجة وهي وجود مستوى متوسط من التشوهات المعرفية مع نتائج دراسة كل من: الجراح والمومني (2020)، القاعود والشقران (2021) التي أظهرت نتائجها وجود مستوى متوسط من التشوهات المعرفية. بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: العصار (2015)، التي أظهرت نتائجها وجود مستوى منخفض من التشوهات المعرفية، كما تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة العلوي (2013) التي أظهرت نتائجها وجود مستوى مرتفع من التشوهات المعرفية.

وتفسر الباحثات هذه النتيجة إلى أن معظم الناس تمارس نسبة معينة من التشوهات المعرفية في حياتها اليومية وبالتالي يمكن القول إن التشوهات المعرفية تصيب جميع فئات المجتمع ولكن تختلف في نسبة وجودها من مجتمع إلى آخر عموما ومن شخص إلى آخر خصوصا، ويمكن إرجاع سبب وجود التشوهات المعرفية بمستوى متوسط إلى التنشئة الاجتماعية، وما يؤكد هذه النتيجة هو ما أشارت إليه دراسة أن التشوهات المعرفية تبدأ بالتشكيل لدى الأفراد منذ مرحلة الطفولة المبكرة، وعندما يتفاعل الفرد مع المحيط من حوله فإنه يتعلم ويكتسب المعتقدات المشوهة من الأشخاص من حوله سوءاً كانت الأسرة أو المدرسة أو الأصدقاء أو الجامع أو وسائل الإعلام، ويمكن إرجاع السبب أيضا إلى الوضع الراهن الذي تعيشه البلاد من حالة حرب وحصار وتدني في المستوى المعيشي بكافة أشكاله التعليمية والاقتصادية وغيرها كل ذلك يساهم في اكتساب الفرد معارف ومعتقدات مشوهة، أيضا نسلط الضوء على الدور البالغ الذي تلعبه وسائل الإعلام في غرس المعتقدات الخاطئة والمشوهة للأطفال والمراهقين عن طريق الأفلام والمسلسلات والبرامج والمحاضرات الدينية وغيرها من المحاضرات التي تهدف إلى غرس أفكار مشوهة وغير عقلانية كالتعصب لطائفة معينة، وأيضا لا ننسى التطور التكنولوجي والإنترنت في غرس وتعزيز التشوهات المعرفية.

ويظهر من النتائج أن بعد التفكير المثالي حصل على أعلى متوسط يليه بعد المنطق العاطفي في المرتبة الثانية يليه بعد المبالغة والتقليل في المرتبة الثالثة فيما جاء بعد المقارنات المجحفة بالمرتبة التاسعة والأخيرة، ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن مرحلة المراهقة تلعب دوراً مهماً في ظهور التفكير المثالي، والذي يميل فيه المراهق إلى أن تكون أعمالهم على درجة عالية من الكفاءة والدقة خالية من الأخطاء، ومن المعروف أن مرحلة المراهقة مرحلة تفاوت بين الطموحات المثالية والخيالية وبين الإمكانيات الواقعية والمحدودة، وبالتالي فإن المراهق في هذه المرحلة يميل إلى إثبات نفسه عن طريق تحمل المسؤولية وإنجاز الاعمال بدقة وكفاءة عالية، وما يؤكد ذلك هو ما أشارت إليه دراسة أن التفكير المثالي يظهر لدى المراهق بسبب التنشئة الاجتماعية ودور كل من الأسرة والمدرسة في الحث الدائم على تحقيق درجة عالية من الأداء والإنجاز حتى لو كان ذلك يتعدى قدرة المراهق وإمكاناته.

وتفسر الباحثات حصول بعد المقارنات المجحفة على المرتبة الأخيرة إلى دور التنشئة الأسرية والاجتماعية في تعزيز الاكتفاء الذاتي لدى المراهقين وعدم مقارنة أنفسهم وإمكاناتهم مع الآخرين فإن هذا يجنبهم من الشعور بالسلبية التي تسببها المقارنات المجحفة، وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة غنامة ونصراوين (2020) التي أظهرت نتائجها أن بعد التعميم الزائد جاء في المرتبة الأخيرة في أبعاد مقياس التشوهات المعرفية، ودراسة القاعود والشقران (2021) والتي أظهرت نتائجها أن بعد التضخيم والتهوين جاء في المرتبة الأخيرة من مراتب مقياس التشوهات المعرفية.

التساؤل الثالث: ما مستوى التوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار؟

للإجابة على هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لكل بعد من أبعاد المقياس، إضافة إلى الرتبة، ولتحديد مستوى التوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار عن طريق استجابتهم للمقياس، تم استخدام ثلاثة مستويات للحكم، وطول فئته (0.67)، التي

تراوحت مستوياته من (1 – 1.67) للمستوى المنخفض، ومن (1.68 – 2.34) للمستوى المتوسط، ومن (2.35 -3) للمستوى المرتفع، وجاءت النتائج كالتالي:

جدول (11): مستوى التوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الرتبة
التوافق الأكاديمي	**2.22**	**.716**	متوسط	**5**
التوافق الشخصي	**2.42**	**.636**	مرتفع	**2**
التوافق الصحي	**2.32**	**.696**	متوسط	**4**
التوافق الأسري	**2.66**	**.566**	مرتفع	**1**
التوافق الاجتماعي	**2.35**	**.670**	مرتفع	**3**
الدرجة الكلية للتوافق النفسي	**2.41**	**.651**	مرتفع	**-**

يتضح من الجدول (11) أن التوافق النفسي لدى عينة البحث من طلبة الصف الثالث الثانوي جاء بمستوى "مرتفع" بشكل عام بمتوسط بلغ (2.41)، وبانحراف معياري قدره (0.651)، ويظهر من النتائج الموضحة أعلاه أن متوسطات الاستجابات على الأبعاد تراوحت ما بين (2.22 ، 2.66)، حيث حصل بُعد "التوافق الأسري" على أعلى متوسط والذي بلغ (2.66)، يليه بُعد "التوافق الشخصي" بالمرتبة الثانية بمتوسط بلغ (2.42)، وجاء بُعد "التوافق الاجتماعي" في المرتبة الثالثة بمتوسط بلغ (2.35)، يليه بُعد "التوافق الصحي" بالمرتبة الرابعة بمتوسط بلغ (2.32)، فيما جاء بُعد "التوافق الأكاديمي" بالمرتبة الخامسة والأخيرة بمتوسط بلغ (2.22).

وتتفق هذه النتيجة وهي وجود مستوى مرتفع من التوافق النفسي لدى أفراد عينة البحث مع نتائج دراسات شيخ (2015)، الفريحات والمومني (2016)، الزحيلي (2016)، التي أظهرت نتائجها وجود مستوى مرتفع من التوافق النفسي، بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسات صمادي والبقعاوي (2019) التي أظهرت نتائجها وجود مستوى متوسط من التوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.

وتفسر الباحثات هذه النتيجة وهي حصول افراد العينة البحث على مستوى متوسط من التشوهات المعرفية إلى امتلاك الطلبة قدرات ذهنية وسلوكية واجتماعية تمنحهم قدرة على مواجهة مطالب الحياة بطريقة مقبولة وتوافقية، أيضا يمكن إرجاع سبب ارتفاع مستوى التوافق النفسي بشكل عام والتوافق الأسري والشخصي والاجتماعي بشكل خاص إلى دور التنشئة الأسرية والاجتماعية التي تغرس القيم الأخلاقية والاجتماعية في أفرادها أيضا دور الأسرة في توفير الجو الأسري الذي يسوده الحب والحنان والتفاهم والتماسك بين الأفراد، وكل ذلك يساعد في نمو الفرد نموا نفسيا سويا.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة إلى طبيعة البيئة اليمنية التي يعيش فيها الطالب حيث أن بيئة الإنسان اليمني وطبيعة العيش فيها تجبر الفرد على تحمل المسؤولية ومواجهة مطالب الحياة في عمر مبكر ووفقاً لذلك فإن الطالب يتعلم أساليب التكيف والتوافق مع نفسه ومع بيئته وفقاً لمعطيات البيئة.

وتفسر الباحثات حصول بُعد التوافق الأسري على المرتبة الأولى لدى أفراد عينة البحث إلى أن الأسرة هي البيئة والحضن الأول للإنسان فإذا كانت الأسرة يسودها التفاهم والحب ارتفع مستوى تقدير الذات لدى أولادها وارتفع مستوى التماسك لدى أفرادها، وهذا ما يمكنهم من التمتع بمستوى عالٍ من التوافق الأسري بشكل خاص والتوافق النفسي بشكل عام، وما يؤكد ذلك هو ما أشار إليه من أن المسئول الأول عن نشأة الإنسان ونموه السوي وغير السوي مرتبط بجو الأسرة وتماسكها وأن تأثير التوافق الأسري، ولا يقف ذلك على توافق المراهق مع نفسه فقط بل يمتد إلى التوافق مع ميادين الحياة جميعها.

التساؤل الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار وفقاً لمتغيرات الدراسة الجنس (ذكور، إناث)، ونوع المدرسة (حكومي، أهلي)؟

للإجابة على هذا التساؤل تم استخراج الفروق لكل متغير على حدة كالتالي:

الفروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير الجنس: لمعرفة الفروق بين أفراد عينة الدراسة في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير الجنس تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (Independent Samples Test) وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (12): نتائج اختبار t-test لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق في التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة وفق متغير الجنس

الأبعاد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التفكير الثنائي	ذكر	345	17.74	3.31	-1.637	639	.102
	أنثى	293	17.67	3.13			
الاستنتاج الاعتباطي	ذكر	347	8.87	2.13	-1.637	639	.102
	أنثى	294	9.14	2.01			
المبالغة والتقليل	ذكر	338	16.78	2.57	-3.984	629	.000
	أنثى	293	17.61	2.66			
المنطق العاطفي	ذكر	340	15.47	2.38	-2.635	632	.009
	أنثى	294	15.97	2.34			
لوم الذات والآخرين	ذكر	350	12.05	2.52	-1.700	642	.090
	أنثى	294	12.40	2.73			
التفكير المثالي	ذكر	354	9.45	1.65	.798	646	.425
	أنثى	294	9.34	1.74			
المقارنات المجحفة	ذكر	351	8.71	2.17	4.769	642	.000
	أنثى	293	7.88	2.21			
الإفراط في التعميم والإيجابية	ذكر	348	10.15	2.25	-1.391	640	.165
	أنثى	294	10.39	2.12			
الأسئلة العقيمة	ذكر	341	11.81	2.81	-3.423	633	.001
	أنثى	294	12.57	2.79			
الدرجة الكلية للمقياس	ذكر	301	111.33	12.38	-1.714	590	.087
	أنثى	291	113.01	11.50			

يتضح من الجدول (12) أنه توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلبة الصف الثالث الثانوي في كل من بُعد "المبالغة والتقليل"، و"المنطق العاطفي"، و"الأسئلة العقيمة" وفقاً لمتغير الجنس، وكانت الفروق لصالح الإناث بمتوسطات بلغت (17.61 -15.97 -12.57) على التوالي، فيما لم توجد فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في الدرجة الكلية للمقياس وبقية الأبعاد.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة العلوي (2013) التي أظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائيا في أبعاد مقياس التشوهات المعرفية وجاءت الفروق لصالح الإناث، بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: أبي هلال (2020)، الجراح والمومني (2020) التي أظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائيا في أبعاد مقياس التشوهات المعرفية وجاءت الفروق لصالح الذكور.

وترى الباحثات أنه يمكن تفسير هذه النتيجة يرجع إلى طبيعة العادات والتقاليد في المجتمع اليمني حيث تنشأ الأنثى على أنها خلقت للقيام بالأعمال المنزلية فقط، ووفقاً لذلك يتم تحديد شخصية وادوار كلا من الذكور والإناث على أنها أدوار جندرية نمطية تقوم على تأكيد ودعم وتشجيع تفوق الذكر على الأنثى، وينظر إلى الأنثى على أنها شخص قاصر وناقص عقل ودين وميراث، وهي شرف العائلة لذلك يقع على عاتقها الحفاظ على سمعة العائلة، وبالتالي فإن الأب هو من يسمح بخروجها وهو من يقرر تعليمها وطبيعة عملها ،واختيار شريك حياتها، و وفقاً لذلك فأنها لاتزال مكبلة ومقيدة بأغلال وقيود العادات الاجتماعية والتفسيرات الدينية المجحفة والمتطرفة المتعصبة ضدها، والتي لاتزال هذه التفسيرات الدينية المتطرفة تنظر إلى المرأة نظرة دونية في كونها "ضلع اعوج وانها عورة" وبالتالي يفرض نمط حياتها وفقاً لهذه العادات والتقاليد والتفسيرات الدينية المتطرفة وغير العقلانية.

وتفسر الباحثات وجود فروق في بعد "المقارنات المجحفة" التي جاءت الفروق لصالح الذكور إلى طبيعة البيئة اليمنية والتنشئة الاجتماعية التي تفرض على الذكور تحمل المسؤولية، وأسلوب المعاملة الوالدية الذي يكون قائما على المقارنات بين الأبناء سواء على مستوى أبناء العائلة أو على مستوى أبناء الآخرين وبالتالي فإن الابن يكتسب هذه الأفكار من أبويه أثناء معاملتهم له.

الفروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير نوع المدرسة:

لمعرفة الفروق بين أفراد عينة الدراسة في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير نوع المدرسة تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (Independent Samples Test) وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (13): نتائج اختبار t-test لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق في التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة وفق متغير نوع المدرسة

الأبعاد	نوع المدرسة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التفكير الثنائي	أهلية	220	17.39	3.56	-1.808	636	.071
	حكومية	418	17.88	3.02			
الاستنتاج الاعتباطي	أهلية	220	8.92	2.11	-.626	639	.532
	حكومية	421	9.03	2.06			
المبالغة والتقليل	أهلية	218	16.87	2.46	-2.149	629	.038
	حكومية	413	17.33	2.72			
المنطق العاطفي	أهلية	220	15.72	2.54	.114	632	.910
	حكومية	414	15.70	2.29			
لوم الذات والآخرين	أهلية	221	12.17	2.54	-.242	642	.809
	حكومية	423	12.22	2.67			
التفكير المثالي	أهلية	221	9.25	1.61	-1.623	646	.105
	حكومية	427	9.48	1.72			
المقارنات المجحفة	أهلية	219	8.33	2.10	-.017	642	.987
	حكومية	425	8.34	2.29			
الإفراط في التعميم والإيجابية	أهلية	220	10.25	2.21	-.084	640	.933
	حكومية	422	10.27	2.19			
الأسئلة العقيمة	أهلية	221	12.23	2.79	.397	633	.692
	حكومية	414	12.13	2.84			
الدرجة الكلية للمقياس	أهلية	215	111.27	12.30	-1.364	590	.173
	حكومية	377	112.66	11.77			

يتضح من الجدول (13) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلبة الصف الثالث الثانوي في البعد الثالث من بعد أبعاد مقياس التشوهات المعرفية بُعد "المبالغة والتقليل" وفقاً لمتغير نوع المدرسة، وكانت الفروق لصالح المدارس الحكومية بمتوسط بلغ (17.33)، فيما لم توجد فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في الدرجة الكلية للمقياس وبقية الأبعاد. ولم توجد دراسات اتفقت أو اختلفت مع البحث الحالي في هذه النتيجة بسبب حداثة متغير نوع المدرسة.

وتفسر الباحثات هذه النتيجة إلى طبيعة بيئة المدارس الحكومية التي تتسم بارتفاع عدد الطلبة داخل الفصل الواحد بشكل خاص وداخل المدرسة بشكل عام، فضلا عن النقص الحاد في الكراسي والطاولات في بعض المدارس الحكومية ونقص المتطلبات المدرسية كالكتب الدراسية وانعدام المعامل والادوات اللازمة لتطبيق الأنشطة الصفية إلى جانب ذلك قلة عدد المعلمين والمعلمات بسبب انتقالهم إلى التدريس في المدارس الأهلية وبالتالي فإن كل ذلك يساهم في ظهور التشوهات المعرفية خاصة بعد "المبالغة والتقليل" لدى طلبة المدارس الحكومية وفقاً لما جاء في نتائج البحث الحالي.

التساؤل الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي في مدينة ذمار وفقاً لمتغيرات البحث الجنس (ذكور، إناث)، ونوع المدرسة (حكومي، أهلي)؟

للإجابة على هذا التساؤل تم استخراج الفروق لكل متغير على حدة كالتالي:

الفروق في التوافق النفسي وفقاً لمتغير الجنس:

لمعرفة الفروق بين أفراد عينة الدراسة في التوافق النفسي وفقاً لمتغير الجنس تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (Independent Samples Test) وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (14): نتائج اختبار t-test لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة وفق متغير الجنس

الأبعاد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق الأكاديمي	ذكر	351	18.28	3.09	4.187	642	.000
	أنثى	293	17.21	3.35			

الأبعاد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق الشخصي	ذكر	348	22.16	2.85	3.659	640	.000
	أنثى	294	21.30	3.03			
التوافق الصحي	ذكر	351	23.50	3.42	2.474	642	.013
	أنثى	293	22.81	3.61			
التوافق الأسري	ذكر	349	32.05	3.50	.392	639	.695
	أنثى	292	31.93	4.05			
التوافق الاجتماعي	ذكر	347	23.84	2.79	3.091	639	.002
	أنثى	294	23.14	2.95			
الدرجة الكلية للمقياس	ذكر	333	120.21	11.03	4.034	622	.000
	أنثى	291	116.41	12.30			

يتضح من الجدول (14) أنه توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلبة الصف الثالث الثانوي في كل من بُعد "التوافق النفسي"، و"التوافق الشخصي"، و"التوافق الصحي"، و"التوافق الاجتماعي"، والدرجة الكلية لمقياس "التوافق النفسي" وفقاً لمتغير الجنس، وكانت الفروق لصالح الذكور بمتوسطات بلغت (18.28- 22.16- 23.50- 23.84- 120.21) على التوالي، فيما لم توجد فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في بعد "التوافق الأسري". تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: الحويج (2017)، الفريحات والمومني (2019) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي وفقا لمتغير الجنس.

وتفسر الباحثات هذه النتيجة إلى أن طبيعة المجتمع اليمني التي تمنح الذكر فرصة أكثر من الأنثى في ممارسة حياته ومواهبه وبناء علاقات اجتماعية واسعة سواء داخل المدرسة أو خارجها مما يشعره بالرضا والارتياح النفسي بشكل عام والاجتماعي بشكل خاص، وبالتالي فإن الأنثى في المجتمع اليمني لاتزال مكبلة بالعادات والتقاليد الاجتماعية وهذا ما يجعل الذكور أكثر توافقاً من الإناث. وتفسر الباحثات نتيجة أنه لا توجد فروق في بعد التوافق الأسري لكل من الجنسين إلى أن الأسرة هي الوسيلة الأولى لإشباع حاجات المراهقين سواء كانت هذه الحاجات بيولوجية أو روحية أو نفسية أو عاطفية وغيرها وقد جاء مستوى التوافق الأسري مرتفعا لدى أفراد العينة لكلا الجنسين وهذا يدل على أن أفراد العينة يعيشون في أسرة تشبع احتياجاتهم.

2- الفروق في التوافق النفسي وفقاً لمتغير نوع المدرسة:

لمعرفة الفروق بين أفراد عينة الدراسة في التوافق النفسي وفقاً لمتغير نوع المدرسة تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (Independent Samples Test) وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (15): نتائج اختبار **t-test** لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة وفق متغير نوع المدرسة

الأبعاد	نوع المدرسة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق الأكاديمي	أهلية	220	117.63	12.16	-1.193	642	.233
	حكومية	404	118.88	11.56			
التوافق الشخصي	أهلية	221	17.58	3.17	-.038	640	.970
	حكومية	423	17.91	3.29			
التوافق الصحي	أهلية	221	21.76	3.11	-1.466	642	.143
	حكومية	421	21.77	2.89			
التوافق الأسري	أهلية	221	22.90	3.76	.295	639	.768
	حكومية	423	23.33	3.39			
التوافق الاجتماعي	أهلية	221	32.06	3.82	-1.173	639	.241
	حكومية	420	31.97	3.72			
الدرجة الكلية للمقياس	أهلية	220	23.34	2.89	-1.261	622	.208
	حكومية	421	23.62	2.88			

يتضح من الجدول (15) أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) فأقل بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلبة الصف الثالث الثانوي في التوافق النفسي بجميع أبعاده وفقاً لمتغير نوع المدرسة.

وتفسر الباحثات ذلك إلى أن نوع المدرسة سواء كان حكومي أو أهلي ليس له تأثير يذكر في إحداث التوافق النفسي أو في وجود التوافق النفسي من عدمه لدى طلبة الصف الثالث الثانوي، وبالتالي فقد جاء مستوى التوافق النفسي مرتفعاً لكل من طلبة المدارس الحكومية والمدارس الأهلية وهذا يدل على أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا وفقاً لمتغير نوع المدرسة.

التوصيات: في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث توصي الباحثات بالآتي:

1. تفعيل دور الأخصائيين النفسيين من قبل وزارة التربية والتعليم ومراكز الإرشاد والرعاية النفسية في الجامعات اليمنية.
2. الاستفادة من الإرشاد النفسي المعرفي كأسلوب علاج ووقاية من التشوهات المعرفية من قبل الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين في المدارس.
3. إدراج فنيات الإرشاد النفسي في المناهج التعليمية من اجل تنمية التفكير الإيجابي، والأفكار المنطقية لدى الطلبة.
4. الحفاظ على المستوى المرتفع من التوافق النفسي لدى الطلبة من قبل أولياء الأمور والمعلمين عن طريق تقدم التعزيزات الإيجابية لهم.
5. القيام بدورات توعوية تثقيفية من قبل وزارة التربية والتعليم ومراكز الإرشاد والرعاية النفسية في الجامعات اليمنية لأولياء الأمور والمعلمين والمعلمات عن دورهم في رفع أو خفض مستوى التشوهات المعرفية والتوافق النفسي.

المقترحات: لاستكمال موضوع البحث الحالي تقترح الباحثات ما يلي:

- إجراء دراسات مماثلة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية وبعض المتغيرات الأخرى كمتغير (التوافق الزواجي، أساليب مواجهة الضغوط النفسية، أساليب توكيد الذات، الهشاشة النفسية، المرونة النفسية) وغيرها من المتغيرات.
- إجراء دراسات مماثلة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين التوافق النفسي وبعض المتغيرات الأخرى كمتغير (المرونة النفسية، الرعاية النفسية الذاتية) وغيرها من المتغيرات.
- إجراء دراسات مماثلة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية وبعض الاضطرابات النفسية كاضطراب (القلق، الفوبيا، الرهاب الاجتماعي، الوسواس القهري، الاكتئاب) وغيرها من الاضطرابات النفسية.
- إجراء دراسات مماثلة تهدف إلى التعرف على أثر وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي في رفع أو خفض مستوى التشوهات المعرفية، والتوافق النفسي.
- إجراء دراسات إكلينيكية (دراسة حالة) لمعرفة أسباب التشوهات المعرفية.

قائمة المراجع:

أبو هلال، ياسمين حسن يوسف (2018). التشوهات المعرفية وتقدير الذات وعلاقتهما بالتسامح والسعادة لدى الراشدين والمسنين في محافظة نابلس رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

أبو هلال، ياسمين حسن يوسف. (2018). أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج4، ع8، 174 - 155.

أحمد، عبد الملك أحمد (2020). وصمة الذات كمنبئ بالتشوهات المعرفية وصعوبة التنظيم الانفعالي لدى النعاقين حركياً. المجلة التربوية جامعة سوهاج. ع72، 126 – 298.

بهية، بدرة ولطيفة عبيد (.(2011التوافق النفسي لدى الراشد المصاب بإعاقة حركية مكتسبة: دراسة ميدانية في مراكز إعادة التأهيل الحركي والوظيفي بسكرة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة محمد خيضر بسكرة. الجزائر .

بوشاشي، سامية (2012). السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مولود معمري -الجزائر.

الجراح، رانيا وليد خالد، والمومني، فواز أيوب. (2020). مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مج11، ع31، 164 - 179.

جياد، مها سالم وصالح، زينة علي (2019). الاستقواء وعلاقته بالتشويهات المعرفية لدى المراهقين في المدارس الثانوية . مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية / جامعة بابل، ع43، 1223 –1246.

الحويج، أحمد علي الهادي. (2017). التفكير الإيجابي وعلاقته بالتوافق النفسي. مجلة العلوم الإنسانية، ع14، 118 - 87.

دانيل، جوني (2015). أساسيات اختيار العينات في البحوث العلمية (ترجمة: طارق عطية عبد الرحمن؛ محمد بن إبراهيم عقيل). الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية للنشر. (العمل الأصلي نشر في 0132).

رسلان، سماح أبو السعود أبو الخير، المرسي، محمد المرشدي، رزق، كوثر إبراهيم، ورمضان، عبدالناصر أنيس عبدالوهاب. (2011). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلاب كلية التربية. مجلة القراءة والمعرفة،

ع58-11797.
http://search.mandumah.com/Record/87275
الزحيلي، غسان (2016). الاغتراب النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دمشق القاطنين بالمدينة الجامعية مجلة جامعة دمشق. مج 32 – ع2، 115 – 132.
الزهراني، فيصل صالح بن حسن (2017). فاعلية برنامج انتقائي تكاملي في تحسين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية. مجلة الإرشادة النفسي، ع49. 260 – 337.
الشرمان، نجاح محمد، والشواشرة، عمر مصطفى. (2020). مستوى التشوهات المعرفية لدى الطالبات اللاجئات السوريات في محافظة إربد. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 11مج، ع31.
شيخ، سارة (2015). التوافق النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى أساتذة قسم علم النفس بجامعة محمد بومضياف. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة محمد بومضياف - الجزائر.
صالحة، أغنية مصباح. (2015). التوافق النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز: لدى طلبة المرحلة الثانوية "بنى وليد". مجلة العلوم الإنسانية والتطبيقية، ع27، 283 - 271.
http://search.mandumah.com/Record/76646
صالحة، ريم حسن ديب (2015). التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمات الشخصية المرضية لدى النزلاء الجنائيين بمراكز التأهيل والإصلاح في محافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الأقصى بغزة.
صمادي، أحمد عبد المجيد والبقعاوي عقل محمد (2016) التوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة حائل في المملكة العربية السعودية ، مجلة دراسات نفسية وتربوية، ع 17، 55- 66.
الصويط، فواز بن محمد (2010). الاختيار المهني وعلاقته بالتوافق النفسي. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أم القرى. مكة.
طموني، عبد الرحمن وشاهين، أحمد محمد (2021). فاعلية برنامج إرشادي معرفي في خفض التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. مجلة دراسات العلوم التربوية، مج48 ، ع4 ، 108- 128.
عسلية، محمد إبراهيم. (2005). معوقات التوافق النفسي لدى المعلمين بمحافظة شمال غزة. مجلة كلية التربية، ع 29 ، ج1، 131-155 .
http://search.mandumah.com/Record/2220
العصار، إسلام أسامة حمود (2015). التشوهات المعرفية لدى المراهقين في قطاع غزة "دراسة مقارنة" رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية بغزة.
عقيلان، نهاد محمود محمد (2013). الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر – غزة .
العلوي، زينب عبد الكريم قاسم (2013). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة كربلاء.
العنزي، مريم (2020). درجة انتشار التشوهات المعرفية لدى المرشدات في محافظة القريات وعلاقته بقلق المستقبل لديهن. دراسات العلوم التربوية. مج47، ع1. 518 – 534.
فرجاني، ياسمين مختار أبو بكر حسن (2021). دلالات الصدق والثبات لمقياس التوافق النفسي لطالب الجامعة. مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، مج4، ع4، 68 – 116.
الفريحات، عمار عبد الله محمود المومني، فخري فالح (2016). التوافق النفسي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية بجامعة الشهيد حمة لخضر، ع61، 42 -25.
القاعود، تيماء جهاد والشقران، حنان إبراهيم (2022). التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور، أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلبة الجامعات الأردنية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية. ع30، مج2، 195 – 221.
محمد، بشرى إسماعيل (2004). المرجع في القياس النفسي. مكتبة الانجلو المصرية.
محمود، عزب حسام الدين وحجاب، منى علي حسن علي، ومحمود، هبة سامي. (2015). مقياس التوافق النفسي للمسنين. مجلة الإرشاد النفسي، ع42، 651-679.
http://search.mandumah.com/Record/711646
اللحياني، مريم و حميد أحمد، و العتيبي، سميرة بنت محارب. (2020). التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة بالسعودية ومصر: دراسة ثقافية مقارنة. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، مج12، ع2 ، 5 – 50.
مقبل، مرفت عبدربه عايش (2010). التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية - غزة .
الوزيرة، خيتر (2012). أثر الحرمان العاطفي الأمومي على التوافق النفسي لدى المراهقين. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة العقيد إكلي- الجزائر.