مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية
ISSN 2170-0370/E-ISSN 8127-2710
المجلد13- العدد1/ 2022 ،ص ص 556- 577

# التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي

# Cognitive distortions among first-year high school students

خلفاوي فاطمة الزهراء[1]*، بوروبة أمال [2]

[1] جامعة سطيف2 الجزائرyamanamjad0814@gmail.com

[2] جامعة سطيف2 الجزائر،amal-bourouba@yahoo.com

تاريخ الاستلام : 2021/04/30 ؛ تاريخ القبول : 2021/06/18 ؛ تاريخ النشر : 2022/01/30

**الملخص**

هدفت الدراسة الحالية الموسومة بدراسة التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي دراسة ميدانية بأحد ثانويات أفلو نموذجا ،للكشف عن مستوى التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي،تم الاعتماد علي مقياس العصار لتشوهات المعرفية الذي أعده سنة(2015) الذي يندرج تحته 9 أبعاد ويتكون من (58)عبارة ضمن المنهج الوصفي التحليلي الملائم لهذه الدراسة، وعلى عينة الدراسة قوامها(86) فرد مفحوص متكونة من التي (37)ذكر و(49) أنثى،من كلتا التخصصين للجذع المشترك ب(64)تلميذ جذع مشترك علوم طبيعة والحياة ،و(22) جذع مشترك آداب وفلسفة وأخذت منها عينة استطلاعية قوامها (30)،تتراوح أعمارهم مابين (15-18)سنة . و الاعتماد على الحزمة الإحصائية المطبقة في العلوم الاجتماعية (spss22) في استخراج المتوسطات الحسابية ،و الانحرافات المعيارية،و معاملات الارتباط،و اختبار (ت) ، وتحليل التباين الأحادي لتشوهات المعرفية . وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى متوسط من التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي بمتوسط حسابي قدر ب(210.27) وانحراف معياري قدر

**Abstract**

The current study entitled; the study of the cognitive distortions among the 1st year secondary school students (pupils) as a field study in one of aflou city light schools as a model, is aiming to reveal the cognitive distortions level/ degree among the first year pupils, by depending on el Assar cognitive distortions scale (module)prepared in (2015). subdwided dimension and consists (58) items (statement) within the analytical descriptive method suiting the study and a study sample of (86) tested individuals (37) males and (49) females of both specialties (64) scientific common stream (22) from literary common stream 30 students are selected randomly aged between 15, 16 years old far the questioner study by depending on (spss 22) to extract the averages and the standard deviations the correlative coefficients test(T), Mean, s t d .deviation and Anova.

The results are: There is an meduim average of the cognitive distortions among the 1st year secondary school students (pupils) Y H.S.S in an average

ب(37.157) كما توصلت لعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية.وفي ومن خلال هذه النتائج نقترح على مستشاري التوجيه و الأولياء و الباحثين إدراج دورات إرشادية، و إشراك الأولياء فيها، وتسليط الضوء على هذه الفئة بتكبير حجم العينة ودراستها مع بغض المتغيرات

الكلمات المفتاحية: التشوهات المعرفية ؛ المخططات المعرفية ؛المراهق ؛المستوى الثانوي ؛الجذع المشترك.

of 210,27 and a stand deration of (37,157) as wells there are no differences in gender according to the cognitive distortions why concluding some suppositions to the counselor, parents and resets such like counseling tournaments including parents spotting lights on this category by expanding the sample elements / members and studying with some variable.

**keywords**: cognitive distortions; cognitive schemes; adolescent; level secondary; the common trunk.

***المؤلف المراسل.**

**مقدمة :**

يرى المعرفيون أن التشوهات المعرفية وتحريف التفكير عن الذات والعالم و المستقبل وراء نشأة واستمرار الأعراض العصابية والاضطرابات الانفعالية حيت يلجأ الفرد إلى تضخيم والتقليل من شأن الايجابيات و التعميم الفشل و توقع الكوارث و لوم الذات و المبالغة في المعايير و كل هذا يرتبط بالتكوين المعرفي للفرد وكيفية إدراكه وتفسيره) أبو شعرة ،2000،ص.(2 ونلاحظ المختصون يبحثون في الأسباب و عن طرق التكفل والعلاج بحيث. أن الفئة المستهدفة تعتبر من اخطر مراحل العمر في الحياة ألا هي فترة تلاميذ السنة الأولى هم الذين يكنون ما بين مرحلة انتقالية بين مراحل عمرهم بين مرحلة الطفولة ومرحلة المراهقة كما أنهم في مرحلة الانتقال من مستوى المتوسط إلى المستوى الثانوي و في محاولة منهم إثبات ذاتهم و البحث عن هويتهم يكنون في تشتت وحيرة و أفكارهم مشوشة. يبحثون عن من يدلهم ويرشدهم سواء في البيت أو الثانوية.

**الاشكالية:**

ان سمات الشخصية التي يتمتع بها التلميذ المراهق يمكن ان توقعه في عدة اضطربات نفسية انفعالية مزاجية ،اذا لم تكن له اسس قوية في البني الاولى لبناء شخصيته واثبات ذاته في حين تعتبر الدراسة في الثانوية هي فترة بحثه عن هويته كفرد بين مرحلة الطفولة و مرحلة المراهقة ، تجعل التلميذ يبني افكاره ومعتقداته من ما تعلمه من اهله وما اكتسبه من محيطه. واكثر ما يصادفه هو اخطاء في التفكير،هشاشة نفسية وتشوهات المعرفية.

فخصوصيات فترة المراهقة وحساسيتها توقع التلميذ في شرك انواع التشوهات المعرفية سواءا الشخصنة، اوالتعميم، الافكار السلبية ، التقليل والتضخيم الى اخره لاننا في دراستنا لعلم النفس ندرس السلوك و هو ما نلاحظه في انفعلات و افكار التلميذ ،وهذا ما نحاول تناولناه في دراستنا هذه لدى تلاميذ الثانوية.

وبناءا على ما سبق ذكره جاءت الدراسة الحالية في البحث عن مستوى التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي وذلك من خلال الإجابة عن التساؤلات التالي :

1-ما مستوى التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي؟

2-هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة و التشوهات المعرفية تبعا لمتغير الجنس ، العمر، التخصص الدراسي لدي التلاميذ بالسنة الأولى ثانوي؟

أهداف البحث: تهدف الدراسة الحالية إلى :

1 _ معرفة مستوى التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .

2- التعرف على الفروق (الجنس العمر، التخصص الدراسي)في التشوهات المعرفية لدى السنة الأولى ثانوي

**أهمية الدراسة :**

*تكمن الأهمية من كونه إضافة علمية للمكتبة الجزائرية لمدى أهمية متغير الدراسية .

*كون العينة من المراهقين تلاميذ السنة الأولى متوسط يحتاجون قدر كبير من الاهتمام و الدراسة

*كما تبرز أهمية البحث بمتغير التشوهات المعرفية و المراهقين لما لأهمية التعرف على طريقة تفكيرهم وما يحمله المراهق من أفكار مشوهة.

فرضيات الدراسية:

1-يوجد مستوى مرتفع من التشوهات المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي .

2- لا توجد فروق في التشوهات المعرفية بين أفراد العينة تبعا لمتغيرات الجنس، العمر، التخصص.

**الدراسات السابقة التي تناولت التشوهات المعرفية**

1) درسة كل من غمامة ، و نصراوي (2020) : التشوهات المعرفية و علاقتها بقلق الامتحان و الكفاءة الذاتية المدربة لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة سخنين في فلسطين حيت تكونت الدراسة من (175) طالبا و طالبة كما تم تطوير المقاييس. التشوهات المعرفية ، قلق لامتحان ، و الكفاءة الذاتية المدركة ثم إتباع منهج الوصفي ألارتباطي و أظهرت النتائج التالية وجود مستوى منخفض لكل من التشوهات المعرفية و قلق الامتحان

ووجود مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية كما وجدت علاقة ارتباطيه ايجابية دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية و قلق الامتحان ، ووجود علاقة ارتباطيه سلبية دالة بين التشوهات المعرفية و الكفاءة الذاتية

2) كما ناقش عواد (2020) التشوهات المعرفية و علاقاتها بنمط الشخصية لدى طلبة الجامعية و قد تم تطبيق المقياس على عينة بلغت (300 )طالبا و طالبة و تم اختيارهم بطريقة طبقة عشوائية من طلبة الجامعة تم إعداد مقياس التشوهات المعرفية المطبق من إعداد الباحث ، واستخدام المنهج الوصفي و خلصت النتائج إلى مايلي : وجود تشوهات معرفية لدى طلبة جامعة كركوك . وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمقياس التشوهات المعرفية تبعا لمتغير التخصص لصالح الإنساني .وجود فروق لمقياس التشوهات المعرفية تبعا لمتغير المرحلة لصالح الرابع

3) تناول الباحثان سندوخ ومزعل (2019) دراسة بعنوان التشوهات المعرفية لدى طلبة مرحلة الدراسة الإعدادية. على عينة قوامها (140) طالبا تم اختيارهم بطريقة عشوائية واستخدم المنهج الوصفي المناسب لهذه الدراسة وقد اعتمد على أداة الدراسة مقياس العلوي (2013) لتشوهات المعرفية ونتائج الدراسة تمثلت في عدم وجود تشوهات معرفية لدى عينة البحث

4) فيما قامت الباحثتان صالح و جياد (2019) بدراسة الاستقواء و علاقته بالتشوهات المعرفية لدى المراهقين في المدارس الثانوية ،حيث تألفت العينة من(450) طالب و طالبة استخدمتا المنهج الوصفي لهذه الدراسة وتوصلت الدراسة عل مايلي: أن سلوك الاستقواء منخفض لدى أفراد البحث ،بينما كانت التشوهات المعرفية مرتفعة لدى المراهقين.كما يوجد فروق على مقياسا الاستقواء و التشوهات المعرفية وفق متغير النوع لصالح الذكور.

**تعريف التشوهات المعرفية** : Cognitive Distortion:أكد أنصار النظرية المعرفية (Cognitive Theorpy) وعلى رأسهم بيك (Beck) أن شعور الفرد و سلوكه يتحدان من خلال نمط إدراكه وطبيعة خبراته الذاتية .كما اهتم بيك بالأفكار التلقائية التي تؤثر في تفكير الفرد .وتكون نتيجتها تكوين افتراضات خاطئة أطلق عليها اسم التشوهات المعرفية

.(Cognitive Distortion)كما أكد أيضا على أن المعرفة لدى الفرد و التي تشمل على المكونات أللفضية والبصرية في الوعي الإنساني مبنية على مجموعة من المخططات العقلية (البني المعرفية)المطورة من الفرد من خلال التعرض لخبرات حياته السابقة حيث تعمل هذه المخططات المعرفية على توجيه إدراك الفرد لذاته والآخرين و البيئة المحيطة.وانه عندما تحدث أي أخطاء آو تشوهات في تلك البناءات المعرفية، يتطور لدى الفرد مجموعة من الاضطرابات الانفعالية و النفسية وبالتالي فإن هذه التشوهات في البني المعرفية تؤدي بالفرد إلى الاعتقاد بأنه غير قادر على تجاوز المشكلات و الصعوبات التي يواجهها في مختلف جوانب حياته ( غنامة و نصراوين،2020 ،ص:88-87 )

وقد عرف بيك التشوهات المعرفية ب: هي تيار من الأفكار الخاطئة و غير المنطقية و التي تتميز بعدم موضوعيتها وتكون مبنية على توقعات وتعميمات ذاتية وعلى مزيج من الظن و التنبؤ و المبالغة و التهويل و الاستنتاج التعسفي و التجريد الانتقائي و التعميم الزائد و التفكير(Beck, Freeman&Davis,2004 :15)

فيما عرفها العصار (1015) :هي أخطاء في معالجة المعلومات يمارسها الأفراد وتسبب لهم الشعور بالضيق و الألم ومنها : الاستنتاج التعسفي ،و التجريد الانتقائي ، و الإفراط في التعميم ، و الإفراط في التكبير/ أو التقليل(العصار، 2015،ص. 5)

في حين عرفها كل من غنامة و نصراوين : بأنها منظومة من الأفكار الخاطئة التي تؤدي الى استنتاجات الحياة خاطئة في إدراك المواقف الواضحة ،مما يؤثر سلبا على قدرة الفرد على مواجهة ضغوط الحياة و التوافق النفسي مع البيئة المحيطة.(2020 ،ص88).

**أنواع التشوهات المعرفية**:هناك أنواع عديدة للتشوهات المعرفية حسب ما ذكرها (كورين و آخرون ،2008، ص ص،35 –38)

**التفكير الثنائي الكل أولا شيء**: يقصد به أن الفرد ينظر إلى الأشياء والى الفئات المطلقة باللونين الأبيض و الأسود فإذا قصر أدائه عن الكمال فانه يرى نفسه فاشلا تماما .يقوم هذا النوع من التفكير في تصنيف المواقف و الأحداث بطريقة متطرفة جدا إلى ابعد حد و

يؤدى هذا التفكير إلى الاضطرابات العاطفية و ذالك لأن الفرد لا يستطيع أن يحصل على الأشياء التي يريدها لهذا بهدف الإرشاد المعرفي إلى تحرير الفرد من هذه الاضطرابات من خلال خفض المستوى الطموحات المتطرفة و المطلقة و لذالك إن المشاعر السلبية و المخاوف فقد تتلاشى و تضعف إذا ما إدراك الفرد ان لا وجود لهذا الكمال المطلق أو المتطرف و قد تنطبق هذه الأفكار على جميع و على العالم الخارجي .

**المبالغة في التعميم** :إن مفهوم الزائد هو المبالغة من لأحداث السلبية و المشوهة و التجاهل عما يحدث في موقف من إيجابيات ،و لذلك فأن الفرد يقوم من تقليل من شأن أدائه و قدراته . و لهذا فأن المبالغة في التعميم تعد العيوب البسيطة في الشخصية التي لا تنسجم مع الصحة النفسية ، حيث نجد أن الصحة النفسية تتطلب من الفرد ان يقلل من عيوبه و سلبياته ، أن الميل إلى التعميم من الجزء إلى الكل تعد من لأفكار الحاسمة التي تؤدي الى حدوث المشاكل النفسية ، فعلى سبيل المثال إذا قمنا بأخذ اضطراب الوسواس القهري سوف نجد إن الفرد المصاب بهذا الاضطراب نادرا ما يبالغ في الحذر و يعمم الخبرات الجزئية تعميما سلبيا .و يمكننا قول إن الشخص الذي يغلب على تفكيره التعميم يتوصل إلى نتائج شمولية حوله قدراته أو قيمته أو أرائه على أساس الحقائق .

**قراءة الأفكار** :يعتقد بعض الناس جزافا أنهم يعرفون ما يفكر به الآخرين ،في حين أن السبب قد يكون مختلف تماما عن ما نفكر به .

**التنبؤ السلبي**:قد يعتقد بعض الناس بأن شيء سلبيا سيحدث او على وشك الحدوث دون ان يدعموا ذلك بأدلة يمكن ان يعد ذلك تنبؤا سلبيا

**إضفاء صفة الفاجعة او الكارثة**: ان يأخذ احد الناس حدثا واحدا يهمون به ويبالغون في نتائجه بشكل غير طبيعي من حيث مزاياه و عواقبه

**إطلاق التسميات و خطأ التسميات (التسمية أو فقد التسمية)**: يطور بعض الأشخاص وجهات نظر سلبية عن ذواتهم من خلال إطلاق تسميات مغلوطة على الذات مستندين بذالك على بعض الأخطاء

**التعظيم و التهويل او التبسيط و التقليل** : و هو احد التشوهات المعرفية الذي يميل في تضخيم الأحداث و الأشياء في الإدراك الذاتي للفرد و الذي يدركها على أنها صغيرة ، إذ أن المبالغة في أهمية الأحداث مبالغة لا تتلاءم مع حقيقتها او انه ينتقض من أهميتها انتقاص غير ملائم حتى تبدو متناهية في الضالة و ذلك يكون الفرد بوساطتها قلق يبالغ في تصورات و معتقدات (قد تكون محايدة) ، في علاقته مع أقاربه و أصدقائه و رؤسائه فيدركها على أنها محبطة و مهينة و تعد من الأشياء الخاطئة التي يقوم بها الفرد تكرار تجاربه الفاشلة و السلبية

**التجريد الانتقائي** : أن التجريد الانتقائي يقوم عن فهم الموقف من خلال حذف التفصيل الأساسي من سياق الكلام و تجاهل كل تفسيرات الايجابية الممكنة و لهذا ان التجريد الانتقائي يعمل في الفرد على إن لا يرى إلا الأشياء السلبية المدمرة لذاته و الذي يسبب له المعاناة و يقوم بعزل الخصائص الايجابية و يؤكدها بخصائص مشوهة و خاطئة .

**التفكير الكارثي**: هو مثال متطرف من التعميم الزائد يتم فيه تضخيم حدث او موقف سلبي بشكل مبالغ فيه و متطرف و يبني هذا التفكير على التوقعات و معتقدات سلبية للمستقبل بدون أي احتمال إيجابي حيث لا يتوقع الفرد من النتائج أفعاله إلا أسوأ الاحتمالات . و يرى إن أحداث المستقبل لا تحمل له إلا السيئ الذي لا يمكنه تحمله ، و لا شك أن تلك التوقعات او المعتقدات لها دور كبير و فعال في زيادة الضغوط النفسية على الفرد ، فالعامل الذي لا يتوقع لنتائج أعماله إلا العقاب أو التوبيخ او حتى افصل و بصورة غير عقلانية يضع نفسه تحت مستوى مرتفع من الضغط المستمرة التي تنهك مصادره الوجدانية و الانفعالية .و نستمد الطاقة النفسية و تسهم بصورة مؤثرة في مروره بخبرة الاحتراق النفسي.

**الشخصنة**: و تعد من أخطاء الاستنتاج الذي يشير إليه (بيك)، و علماء و النفس لذالك يقصد به هو إقامة علاقة مباشرة بين ذات الفرد و الإحداث و المواقف بالرغم من عدم وجود اي ارتباط و لذلك يقوم الفرد إلى التورط في تحمل المسؤولية الأخطاء الخارجية ، حيث تجده يشبه إلى نفسه (دون وجود دليل ) مسؤولية الخطأ و النتائج السلبية في المواقف

و الأحداث التي يمر بها و تتكون التشوهات المعرفية بوساطة الأحداث و المواقف و الاستنتاج الخاطئ الذي يحمله الفرد من معتقدات وأراء غير عقلانية عن نفسه و عن مواقف الذي يتفاعل معها و الذي يتم تفسير هذه المواقف و الإحداث على أنها مؤشرات لحدث سلبي خاص به بينما في الحقيقة لا تتم لحالته بصلة مثلا مدير العمل صامت لأني غير محبوب او غير كفْ او لأنني أخطأت .

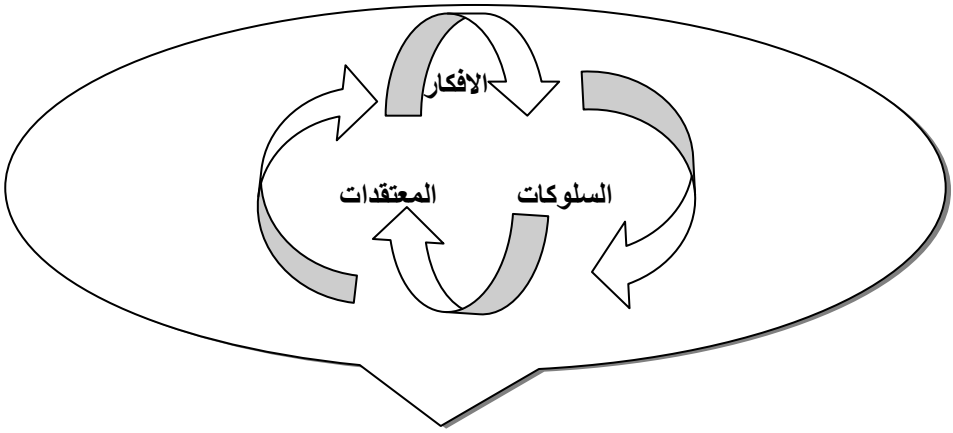
**الاستدلال الانفعالي:** و بعني أن يفترض الفرد أن المشاكل الانفعالية السلبية تعكس تحقيق الأشياء إذ إن أفكار الفرد و معتقداته تكون أفكار مشوهة ،و لذالك فان مشاعره تكون غير صادقة فشعوره بالذنب و القلق تنعكس على طريقة تفكيره بصورة غير عقلانية و لذا فان هذه المشاعر لا تقود إلا إلى أفكار سلبية ومشوهة السلبية ،إلى إن الفرد يفكر بأنه شخص غير كفوه وعجز. أن الاستدلال الانفعالي له دورا كبيرا في شعور الفرد بالتوتر والقلق و لإحباط ،وذلك شعور الفرد بمشاعر سلبية ويعتقد بأنها حقيقة ،وتؤدي الي انخفاض مستوى تكيفه مع الواقع ، (شندوخ و مزعل ،2019 ،ص ص 529- 531)

**التفكير الانتحاري** : أن محاولات ما هي إلا تعبيرا نهائيا عن الرغبة في الهروب فهو يرى مستقبلهم ثقل بالألم و العناد ولا يجد سبيلا إلا الانتحار ، ويبدو له خطوة منطقية فهو يعتقد إن الانتحار يرفع عن آسرته عبئا ثقيلا.(القرالة ،2018)

**نموذج بيك Beck لتشوه المعرفي:**

يؤكد نموذج بيك (1976) على أن المعنى الذي يضيفه الفرد على الأحداث ، و إدراكه ، وتفسيره ، لهذه الأحداث لا يؤثر في انفعاله وسلوكه فقط ولكن أيضا في نظرته لذاته و لعالمه م مستقبله بل أنها تحدد مدى صحته النفسية أو مرضه النفسي ، ومن ثم أصبح بيك مقتنعا بالتحليل المعرفي لأفكار المريض و اتجاهاته وتوقعاته وما يضيف على هذه الأحداث من دلالات و معاني ، كما أن العبارات و الأفكار الذاتية و التخيلات هي التي تتحكم في حالته الانفعالية و السلوكية للفرد ولذالك فإن هناك تفاعل و تأثير متبادل بين الأفكار و السلوك و الانفعالات التي يوضحها المحارب (2000) في الشكل(01)التالي

**الشكل رقم(01)**:التأثير المتبادل بين الأفكار و السلوكيات و الانفعالات




(صالح و جياد ،2019 ،ص1229)

فالشخصية كما يرها بيك (1967) تتكون من مخططات او الأبنية المعرفية تشمل على المعلومات ، و المعتقدات ،و المفاهيم و الافتراضات و الصيغ الأساسية لدى الفرد ، والتي يكتسبها من خلال مراحل النمو، فالمزاج النفسي و المشاعر السالبة تكون ناتجا لمعارف محرفة ولاعقلانية وهذه الأبنية المعرفية تميز الاضطرابات الانفعالية وتؤثر على إدراكات الفرد والتفسيرات التي يقدمها للأشياء و الذاكرة و يتم إدراك الخبرات في ضوء علاقاتها بالأبنية المعرفية للفرد ومن المحتمل ان يتم تشويه تلك الخبرات التي تتناسب مع هذه الأبنية التي يوضحها المحارب (2000) (صالح و جياد، 201،ص 1230) .

**المفاهيم الإجرائية:**

**التشوهات المعرفية:** عرفها أبو شاويش:مجموعة من طرق التفكير الخاطئة التي يعتقد الفرد بصحتها تجاه ذاته أو الآخرين أو المستقبل من حوله ،وهذه الطريقة تؤدي به إلى الاكتئاب و الانطواء والشعور بالقلق . (2018 ،ص37)

**المستوى الثانوي**:هو مستوى يصل له التلميذ بعد مروره بعدة مراحل قبله من مرحلة الابتدائية بقسميها قسم تحضيري،ثم الأولى والثانية تليها القسم الثاني الثالثة والرابعة والخامسة

قسم الامتحان ثم المستوى المتوسط الأولى والثانية والثالثة والرابعة قسم الامتحان حتى نصل لمستوى الثانوي الأولى ثانوي عينة دراستنا تليها الثانية والثالثة قسم البكالوريا.

**التعريف الإجرائي التشوهات المعرفية :**

هي "الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص بعدد استجابته لمقياس التشوهات المعرفية"

## 2. الجانب الميداني: الطريقة وإجراءات الدراسة

.1.2. **منهج الدراسة:** المنهج المتبع في هذه الدراسة المنهج الوصفي االتحليلي المناسب لطبيعة هذه الدراسة وأهدافها.

.2.2.حدود الدراسة :

1الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على عينة صعب من تلاميذ السنة الأولى ثانوي (جذع مشترك علوم +جذع مشترك آداب)

2الحدود الزمنية : تم تطبيق الدراسة في الفترة الممتدة من 01 مارس الى 11 مارس

3الحدود المكانية : تم تطبيق الدراسة في "ثانوية مالك بن نبي" بمدينة أفلو ولاية الأغواط جنوب الجزائر العاصمة.

.3.2 مجتمع البحث: لغرض اختيار عينة الدراسة تم تحديد مجتمع الدراسة المتمثل بتلاميذ السنة الأولي بثانوية مالك بن نبي بمدينة افلو، و البالغ عددهم (175) تلميذ وتلميذة (106) تلميذ في الجذع مشترك علوم وتكنولوجيا +(69) تلميذ في الجذع مشترك آداب).

.**4.2 عينة الدراسة** : قامت الباحثان باختيار العينة بطريقة العشوائية من ثانوية مالك بن نبي بمدينة افلو الاغواط (86) فردا بواقع(37) ذكر و(49) أنثى.

العينة ألاستطلاعية وأخذت منها عينة استطلاعية قوامها (30) تلميذا تتراوح أعمارهم(15 -8 1)سنة بمتوسط حسابي قدره (1.03) سنة وانحراف معياري قدره (1.18) .

العينة الأساسية : تكونت من تكونت من (86) تلميذا وتلميذة تتراوح أعمارهم بـ (15-

19) سنة بمتوسط حسابي قدره ( 1.04) سنة وانحراف معياري قدره (0.20).

**خصائص العينة الأساسية** : تظهر الخصائص كما هو ظاهر في الجدول التالي :

الجدول رقم (01) يبين خصائص العينة الاستطلاعية والعينة الأساسية

| العينات | المتغير | العدد | المتوسط الحسابي | انحراف معياري |
|---|---|---|---|---|
| العينة الاستطلاعية | العمر | 30 | 15,83 | 0,699 |
| | الجنس | | 1,70 | 0,466 |
| | التخصص | | 1,30 | 1,50 |
| | فصيلة الدم | | 0,466 | 0,777 |
| العينة الأساسية | العمر | 86 | 16.07 | 1.003 |
| | الجنس | | 1.57 | 0.498 |
| | التخصص | | 1.74 | 0.439 |
| | فصيلة الدم | | 1.72 | 0.929 |

5.2.أداة الدراسة : من اجل تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام :

ب- مقياس التشوهات المعرفية :تبنى الباحثتان مقياس التشوهات المعرفية الذي قام بإعداده العصار الذي أعده عام( 2015) حيث قام الباحث للمفحوصين للمقياس عن طريق جمع درجات العبارات البالغة( 58)عبارة ومن خلال ذلك قام بإدراج (9) محاور ووضع أمام كل فقرة خمسة بدائل للاستجابة (أوافق بشدة ،أوافق إلى حد ما، محايد،ارفض إلى حد ما، ارفض بشدة) وقد أعطى عند التصحيح العبارات الايجابية (1 ،2،3،4،5) تم حساب **الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي :**

**الصدق التميزي** : تم من خلاله حساب الفروق بين المتوسطات ، باستخدام اختبار(ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات لدى العينة الاستطلاعية الجدول التالي يبين هذا

**الجدول رقم(02)** يبين الصدق التميزي لمقياس التشوهات المعرفية

| المتغير / الابعاد | منخفضو الدرجات ن=15 | | مرتفعو الدرجات ن=15 | | قيمة (ت) | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | م | إ | م | إ | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| التفكير الثنائي | 37.33 | 7.058 | 41.27 | 5.444 | 1.709 | | 0.908 |
| الاستنتاج الاعتباطي | 17.13 | 3.482 | 20.53 | 4.051 | | | 0.020 |
| المبالغة و التقليل | 26.07 | 5.599 | 31.53 | 5.370 | 2.729 | | 0.309 |
| المنطق العاطفي | 23.80 | 4.989 | 25.87 | 5.89 | 1.037 | | 0.011 |
| لوم الذات و الاخرين | 23.93 | 5.522 | 29.07 | 5.824 | 2.477 | | 0.020 |
| التفكير الميثالي | 12.40 | 1.454 | 13..16 | 3.583 | 3.739 | 28 | 0.001 |
| المقاربة المجحفة | 17.33 | 3.773 | 20.47 | 3.543 | 2.345 | | 0.026 |
| الافراط في التعميم و الإيجابية | 20.33 | 4.776 | 24.27 | 4.636 | 2.289 | | 0.030 |
| ماذا لو الاسئلة العقيقم | 19.80 | 5.441 | 23.60 | 5.193 | 1.957 | | 0.060 |
| الادمان على الانترنت | 195.93 | 31.221 | 228.07 | 33.223 | 2.730 | | 0.011 |

**مستوى الدلالة عند0.01

يتضح من الجدول رقم(02) أن قيمة دالة إحصائيا وهذا يشير إلى إن المقياس له القدرة على التميز بين المجموعتين المتطرفتين مما يدل على صدقه

**الصدق المحتوى** : تم حساب معامل الارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس و الجدول رقم (3) يعرض النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

الجدول رقم (03)يبين صدق المحتوى لمقياس التشوهات المعرفية

| البند | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | البند | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | البند | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 0.090 | 0.637 | 21 | 0.525** | 0.001 | 41 | 0.401* | 0.028 |
| 2 | 0.376* | 0.041 | 22 | 0.482** | 0.007 | 42 | 0.513** | 0.004 |
| 3 | 0.438* | 0.016 | 23 | 0.707** | 0.000 | 43 | 0.587** | 0.001 |
| 4 | 0.668** | 0.000 | 24 | 0.211 | 0.263 | 44 | 0.686** | 0.000 |
| 5 | 0.603** | 0.000 | 25 | 0.498** | 0.005 | 45 | 0.538** | 0.002 |
| 6 | 0.579** | 0.001 | 26 | 0.448* | 0.013 | 46 | 0.508** | 0.005 |
| 7 | 0.640** | 0.000 | 27 | 0.452* | 0.012 | 47 | 0.550* | 0.002 |
| 8 | 0.389* | 0.033 | 28 | 0.664** | 0.000 | 48 | 0.531* | 0.003 |
| 9 | 0.413* | 0.023 | 29 | 0.315 | 0.090 | 49 | 0.566* | 0.001 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 10 | 0.351 | 0.057 | 30 | 0.601** | 0.090 | 50 | 0.573** | 0.001 |
| 11 | 0.510** | 0.004 | 31 | 0.532** | 0.002 | 51 | 0.636** | 0.000 |
| 12 | 0.511** | 0.004 | 32 | 0.584** | 0.001 | 52 | 0.540** | 0.002 |
| 13 | 0.637** | 0.000 | 33 | 0.599** | 0.000 | 53 | 0.490** | 0.002 |
| 14 | 0.415* | 0.023 | 34 | 0.575* | 0.001 | 54 | 0.286 | 0.126 |
| 15 | 0.403* | 0.027 | 35 | 0.711** | 0.000 | 55 | 0.575 | 0.001 |
| 16 | 0.425** | 0.019 | 36 | 0.665* | 0.000 | 56 | 0.557** | 0.001 |
| 17 | 0.411* | 0.024 | 37 | 0.545** | 0002. | 57 | 0.602** | 0.000 |
| 18 | 0.228 | 0.110 | 38 | 0.591** | 0.001 | 58 | 0.648** | 0.000 |
| 19 | 0.479** | 0.007 | 39 | 0.353 | 0.056 | | | |
| 20 | 0.525** | 0.003 | 40 | 0.484** | 0.007 | | | |

**دالة عند0,01 *دالة عند0,05

يظهر من الجدول ان معاملات الارتباط تتراوح بين ( 0.016 - 0.702) دالة مستوى الدلالة( 0.05 – 0.01 )و هذا تعطي دلالة على ارتفاع معاملات اتساق داخلي كما يشير إلى مؤشرات كافية يمكن الوثوق بها.

**حساب معامل الارتباط لحساب علاقة كل بند (عبارة ) بالدرجة الكلية لكل بعد:**

الجدول التالي يبين النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

**الجدول رقم (04)** يبين صدق المحتوى لمقياس التشوهات المعرفية

| البند | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | البند | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | البند | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| البعد الاول | | | 21 | 0.686 | 0.000 | 41 | 0.638** | 0.000 |
| 1 | 0.053 | 0.780 | 22 | 0.562** | 0.001 | البعد السابع | | |
| 2 | 0.4667** | 0.009 | 23 | 0.799** | 0.000 | 42 | 0.687** | 0.000 |
| 3 | 0.542** | 0.002 | البعد الرابع | | | 43 | 0.650** | 0.000 |
| 4 | 0.669** | 0.000 | 24 | 0.594** | 0.001 | 44 | 0.737* | 0.000 |
| 5 | 0613.* | 0.000 | 25 | 0.791** | 0.000 | 45 | 0.674** | 0.000 |
| 6 | 0.648** | 0.000 | 26 | 0.779** | 0.000 | 46 | 0.686** | 0.000 |
| 7 | 0.717 | 0.000 | 27 | 0.549** | 0.002 | البعد الثامن | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 0.758** | 0.001 | 28 | 0.683** | 0.000 | 47 | 0.663** | 0.000 |
| 9 | 0.713** | 0.000 | 29 | 0.6602** | 0.000 | 48 | 0.660** | 0.000 |
| 10 | 0.602** | 0.000 | 30 | 0.4777** | 0.008 | 49 | 0.602** | 0.000 |
| البعد الثاني | | | البعد الخامس | | | 50 | 0.707** | 0.000 |
| 11 | 0.637** | 0.000 | 31 | 0.677** | 0.000 | 51 | 0.763** | 0.000 |
| 12 | 0.628** | 0.000 | 32 | 0.773** | 0.000 | 52 | 0.719** | 0.000 |
| 13 | 0.843** | 0.000 | 33 | 0.745** | 0.000 | البعد التاسع | | |
| 14 | 0.587** | 0.001 | 34 | 0.655** | 0.000 | 43 | 0.764** | 0.000 |
| 15 | 0.425* | 0.019 | 35 | 0.729** | 0.000 | 54 | 0.555** | 0.001 |
| البعد الثالث | | | 36 | 0.774** | 0.000 | 55 | 0.739** | 0.000 |
| 16 | 0.489** | 0.006 | 37 | 0.542** | 0.002 | 56 | 0.801** | 0.000 |
| 17 | 0.479** | 0.007 | البعد السادس | | | 57 | 0.711** | 0.000 |
| 18 | 0.473** | 0.008 | 38 | 0.629** | 0.000 | 58 | 0.772** | 0.000 |
| 19 | 00.6669 | 0.000 | 39 | 0.698** | 0.000 | | | |
| 20 | 0.600** | 0.000 | 40 | 0.685** | 0.000 | | | |

**دالة عند0,01 *دالة عند0,05

**حساب علاقة كل بعد بالدرجة الكلية:** تم من خلاله حساب الفروق بين المتوسطات ، باستخدام اختبار(ت)لدلالة الفروق بين المتوسطات لدى العينة الاستطلاعية، الجدول التالي يبين هذا

**الجدول رقم (05)** يوضح العلاقة بين الدرجة الكلية للبعد مع الدرجة الكلية للمقياس

| الأبعاد | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|
| التفكير الثنائي | 0.814** | 0.000 |
| الاستنتاج الاعتباطي | 0.793** | 0.000 |
| المبالغة و التقليل | 0.821** | 0.000 |
| المنطق العاطفي | 0.713** | 0.000 |
| لوم الذات و الآخرين | 0.855** | 0.000 |

| | | |
|---|---|---|
| التفكير الميثالى | 0.718** | 0.000 |
| المقاربة المجحفة | 0.525** | 0.000 |
| الإفراط في التعميم و الإيجابية | 0.825** | 0.000 |
| ماذا لو الأسئلة العقيمة | 0.733** | 0.000 |

**دالة عند0,01 *دالة عند0,05

يتضح من الجدول أن كل الأبعاد لها ارتباط وثيق بالدرجة الكلية للمقياس عند مستويات الدلالة.

**حساب الثبات لتشوهات المعرفية:**

اما معامل ثبات المقياس تم حسابه بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية و الجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول (06) يوضح معامل كرونباخ الفا و معامل جوتمان لسلوك التشوهات المعرفية

| الأبعاد | معامل الثبات كرونباخ | التجزئة النصفية جوتمان |
|---|---|---|
| الكلية لتشوهات | 0,950 | 0,887 |
| التفكير الثنائي | 0.745 | 0,665 |
| الاستنتاج الاعتباطي | 0.616 | 0,369 |
| المبالغة و التقليل | 0.743 | 0,454 |
| المنطق العاطفي | 0,754 | 0,726 |
| لوم الذات و الاخرين | 0,828 | 0,851 |
| التفكير الميثالى | 0,524 | 0,573 |
| المقاربة المجحفة | 0,719 | 0.641 |
| الافراط في التعميم و الإيجابية | 0,770 | 0.769 |
| ماذا لو الاسئلة العقيةم | 0,811 | 0,821 |

يظهر من خلال الجدول رقم (06 ) ان معامل الثبات الفا كرونباخ (0,95) قيمة مرتفعة في حين أن الثبات بعد التجزئة النصفية بعد التصحيح الطول بمعادلة جوتمان (0,88) وعليه يظهر أن المقياس ثابت .

**إجراءات الدراسة** : البحث في الأطر النظرية لدراسات السابقة و التي بحثت في والتشوهات المعرفية وهي في مجملها حديثة.

اختيار المقاييس المناسب لهذه الدراسة مقياس التشوهات المعرفية العصار(2015).

تم تطبيق المقياس على تلاميذ الثانوية سنة اولى، حيث تم توزيع (100 ) استبانه في حين تم استرجاع (90) استبانه حيث تم إلغاء (04) استبيانات بسبب عدم اكتمالها

تم تطبيق الدراسة بثانوية مالك بن نبي بمدينة افلو(الاغواط)ما بين 01مارس إلى غاية11 مارس

تم تصحيح المقياس وحساب الفرضيات الدراسة وتفسير النتائج والخروج توصيات

الأساليب الإحصائية: لتحقق من فروض الدراسة تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss 22 كما تم الاعتماد على العديد من الأساليب الإحصائية وهي: معامل الارتباط بيرسون ،اختبار ت لمعرفة الفروق، المتوسطات والانحراف المعياري، معامل الفا كرونباخ ، جوتمان ، حساب الاتساق الداخلي،تحليل التباين الأحادي.

## 7.2 عرض ومناقشة نتائج البحث :

**الفرضية الاولى**:تنص الفرضية على انه : وجود انتشار مرتفع التشوهات المعرفية لدى المدمنين بمدينة أفلو

و لتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحثان بحساب المتوسطات وعرضها في الجدول التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

الجدول رقم (08) يوضح مدى انتشار التشوهات المعرفية عند التلاميذ

| المتوسط الفرضي | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|
| 212---137 | 210,27 | 37,157 |

يتضح من الجدول (08 ) مستوى انتشار لتشوهات المعرفية متوسط بقيمة(210,27). وعليه نقول أن الفرضية الأولى لم تتحقق

نلاحظ ان هذه النتيجة اتفقت مع ما خرجت به الدراسات التالية:اتفقت هذه الدراسة و دراسة (صالح و جياد ،2019) كما اختلفت دراستي والدراسات التالية ( عباره و رحال و موسى 2018) ، وجود تشوه معرفي مرتفع ؛ ( الهتيمي،2019 )لا يوجد تشوه ،(العصار ،2015) وجود تشوه معرفي منخفض.

يفسر الباحثان هذه النتيجة إلى وجود تشوهات بمستوى متوسط يعود إلي صغر العينة فئة المراهقين هم في مرحلة التعلم واكتساب المعارف لما يميز هذه الفئة من خصائص تكوينية في سمات الشخصية طريقة تفكيرهم عن ذاتهم ، تبدأ منذ الطفولة وخلال هذه المرحلة وعلية تكون مكتسباته المعرفية هي ما يملكه من أفكار مشوهة بشكل متوسط اختلفت الدراسة مع دراسة( العكلي ،2015) ومع دراسة (صالحة ،2018).

**الفرضية الثانية:** تنص الفرضية على انه : لا توجد فروق في التشوهات المعرفية بين أفراد العينة تبعا لمتغيرات الجنس،العمر،التخصص الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي.

**الجزء 1:مع الجنس:**و لتحقق من صحة هذه الفرضية قامت الباحثتان بحساب فروق بين التشوهات المعرفية و الجنس و عرضها في الجدول التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

**الجدول رقم (09)** يبين اختبار(ت) لدلالة الفروق بين الذكور و الإناث في درجة التشوهات المعرفية

| مقياس | الذكور ن/37 | | الإناث ن/49 | | قيمة(ت) | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | م | ع | م | ع | | | |
| التشوهات المعرفية+ | 203.37 | 44.173 | 215.57 | 30.245 | 0.048 | 84 | |

يتضح من الجدول رقم (09) أن الفروق بين الذكور والإناث غير دالة وبالتالي لا يوجد اختلاف في متوسط التشوهات المعرفية بين الجنسين وبالتالي تحققت الفرضية

الجدول رقم (10)**تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق بين افراد العينة في درجة التشوهات المعرفية تبعا لمتغير الجنس**

| مقياس | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| التشوهات المعرفية | بين المجموعات | 3204.038 | 1 | 3204.038 | 2.358 | 0.128 |
| | داخل المجموعات | 114152.811 | 84 | 1358.962 | | |
| | المجموع | 117356.849 | 85 | | | |

من الجدول (12) انه لا توجد فروق بين التشوهات المعرفية والجنس،وبالتالي تحققت الفرضية

**الجزء 2: العمر**:ولتحقق من صحة هذه الفرضية قامت الباحثتان بحساب فروق بعرضها في الجدول التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

**الجدول رقم (13)تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق بين أفراد العينة في درجة التشوهات المعرفية تبعا لمتغير العمر**

| مقياس | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة(ف) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| التشوهات المعرفية | بين المجموعات | 2358.438 | 4 | 589.609 | 0.415 | 0.797 |
| | داخل المجموعات | 114998.411 | 81 | 1419.733 | | |
| | المجموع | 117356.849 | 85 | | | |

اختلفت الدراسة مع دراسة( العكلي ،2015) ومع دراسة (صالحة ،2018)حيث انه لا توجد فروق في التشوهات المعرفية و العمر أي أن ليس للعمر دور في خلق التشوهات المعرفية أي أن صغار السن لهم أفكار خاطئة كما يحملها كبار السن مكتسبات قبلية ،لا توجد فروق في العمر ربما يعود لكون الاختلاط بينهم أثناء الدراسة مع بعضهم و التأثير فيما بينهم من تأثيرهم والتأثر فيما بينهم من ناحية الأفكار الخاطئة، والمعتقدات .

**الجزء 3:التخصص الدراسي**: و لتحقق من صحة هذه الفرضية قامت الباحثتان بحساب فروق بين التشوهات المعرفية و التخصص الدراسي و عرضها في الجدول التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

**الجدول رقم (14)** تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق بين أفراد العينة في درجة التشوهات المعرفية تبعا لمتغير التخصص الدراسي

| مقياس | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة(ف) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| التشوهات المعرفية | بين المجموعات | 66.985 | 4 | 66.985 | 0.048 | 0.827 |
| | داخل المجموعات | 117289.864 | 81 | 1396.308 | | |
| | المجموع | 117356.849 | 85 | | | |

يتضح من الجدول (14) انه لا توجد فروق بين التشوهات المعرفية التخصص الدراسي.تفسر النتيجة انه ليس هناك فرق في التشوهات المعرفية أي انه لا توجد فروق بين جميع التخصص الدراسي بين العلمي والأدبي . ربما يعود إلى أن الأفكار التي يتمتع بها الفرد لا تتأثر بالتخصص الدراسي.أو قد يكون للبيئة تأثير على الفرد

**الخاتمة :**

يعتبر موضوع التشوهات المعرفية من بين الظواهر الأكثر الاضطرابات التي يمكن أن تصيب أي فرد في هذه المجتمعات الحديثة التي امتازت بالعصرنة والتكنولوجيا ، فأختلط على هذا الفرد بعض الأفكار والمواقف وفي بعض السلوكيات التي أصبح لا يقوم بها على أحسن وجه ، ومن خلال دراستنا هذه حاولنا التسليط على هذا الموضوع معرفي ومدى ارتباطه بمتغير ، واخترنا من كل الأفراد فئة التلاميذ في الثانوية الجزائرية ، وقد استخلصنا إلى نتائج مستوى انتشار متوسط للتشوهات المعرفية لدى هؤلاء التلاميذ أن عند التلاميذ مستوى أولى ثانوي بالإضافة .لكن أثبتت نتائج الدراسة أن هناك.تشوه معرفي متوسط ،كما انه لا توجد فروق في الجنس ، والعمر ،والتخصص.وتبقى دراستنا دراسة متواضعة ومحدودة في مجال معين وتحت ظروف غير موضوعية وموضوعية خاصة لذا لا يمكن الحكم أو تعميم النتائج .

**التوصيات :**

*ضرورة تفعيل دور الأخصائي النفساني ومستشاري التوجيه لتصحيح التشوهات المعرفية لديهم

*الاهتمام أكثر بفئة التلاميذ الثانوية بكثير

*تفعيل دور الأولياء لمراقبة أولادهم

## قائمة المراجع :


- أبو شعرة، عبد القادر عبد الفتاح. (2007). الأفكار اللاعقلانية ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير . الجامعة الإسلامية، كلية الدراسات العليا ،غزة، فلسطين.
- الجبوري و حافظ ، علي محمود و ارتقاء يحي ، شخصنه السلطة وعلاقتها بالتشوهات لدى طلبة الجامعة ،مجلة القادسية في الأدب والعلوم التربوية .العدد(2)
- الحارثي فيصل ربيع حامد ،(2012). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالعدوان لدى عينة من مدمني المخدرات بمستشفى جدة .رسالة ماجستير غير منشوره .جدة
- شندوخ و مزعل ، علي رسن و فاضل عبد الزهرة (2019) التشوهات المعرفية لدى طلبة المدرسة الإعدادية ، مجلة كلية التربية ، العدد(36) الجزء (2) ،ص ص: 550-523.
- صالح و جياد ،زينة على و مها سلم (2019) ، الاستقواء وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى المراهقين في المدرسة الثانوية ، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية العدد(43) جامعة بابل العراق.
- طموني، عبد الرحمان احمد محمود (2019) ،فاعلية برنامج إرشادي معرفي في خفض التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة ، رسالة ماجستير فلسطين
- عبد المعطي حسن مصطفى (2006) ، الأسرة ومشكلة الأبناء ،دار رحاب لنشر و التوزيع القاهرة ،ط 1.
- العصار ،إسلام أسامة محمود (2015) .التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة ،رسالة ماجستير ،الجامعة الإسلامية ،غزة
- عواد محمد سلطان احمد (2020)، التشوهات المعرفية وعلاقتها بنمط الشخصية لدي طلبة الجامعة كركوك ،رسالة ماجستير.
- غنامة و نصراوين ، حسين كمال حسين و معين ، (2020 )، التشوهات المعرفية وعلاقتها بقلق الامتحان و الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة السخين ، مجلة العلوم التربوية و النفسية ، المجلد (4)،العدد (7) ، ص: 84-112. الاردن ،
- القرالة،عبد الناصر موسى إسماعيل(2028)،مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتشوه المعرفي ،دراسات العلوم التربوية ،المجلد(45) ،العدد (4) ملحق (3)
- كوروين ،بيرنيرودل ،ستيفن ،بيتر بالمر(2008) ،العلاج المعرفي السلوكي المختصر ، ترجمة محمود مصطفي ،دار ايتراك للطباعة و النشر والتوزيع ، القاهرة.
- متولي محمد عبد القادر علي(2019) ،اثر برنامج علاجي معرفي سلوكي قائم على تعديل التشوهات المعرفية في تحسين الفعالية الذات الأكاديمية لدى عينة من طلاب جامعة سطام ذوي تحصيل المنخفض، المجلد (20) العدد (3).

- محمد، عادل عبد الله ،(2000)العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات . طبعة 1. القاهرة: دار الرشاد
- مليكة ،لويس كامل (1990) ،العلاج السلوكي وتعديل لسلوك ،دار القلم لنشر والتوزيع ،الكويت .

Beeck,A, Freeman, A & Davis, D (2004) . Cognitive therapy of personality disorders . New