التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة)وعلاقته ببعض المتغيرات الدمغرافية بمحلية بحري ولاية الخرطوم

ادم ابراهيم حسن محمود

جامعة النيلين

مجلة كلية الدراسات العليا

الرقم الدولي الموحد: 1858-6228

المجلد: 17 ، 2022م
العدد: 05

كلية الدراسات العليا
جامعة النيلين

Graduate College Journal – NU
Vol.17 -2022, No. (05)
ISSN: 1858-6228, http://www.neelain .edu.sd

مجلة الدراسات العليا - جامعة النيلين
المجلد (17) –2022، العدد (05)
الرقم الدولي الموحد للدوريات: 1858-6228

التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة)وعلاقته ببعض المتغيرات الدمغرافية بمحلية بحري ولاية الخرطوم

آدم إبراهيم حسن محمود

كلية الاداب – جامعة النيلين – الخرطوم – السودان

البريد الالكتروني adm29033@gmail.com

المستخلص

يهدف هذا البحث إلى التعرف على التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري ولاية الخرطوم، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وبلغ حجم العينة من (476) من تلاميذ وتلميذات مرحلة التعليم الأساسي(الحلقة الثالثة) بمحلية بحري للعام الدراسي (2018 . 2019) تم اختيار العينة العشوائية البسيطة ، وقد تمثلت أدوات البحث في مقياس التشوهات المعرفية. تم تحليل البيانات عن طريق الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك باستخدام الاختبارات التالية: معامل ارتباط بيرسون . اختبار (ت) لمجموعة واحدة/ لمجموعتين مستقلتين. توصل الباحث إلى عدة نتائج أهمها تتسم التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري بالارتفاع، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية التي تعرض لها تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) تبعاً للعمر، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشهويات لدي تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري تبعاً لمتغير النوع "ذكر- أنثي". كانت خاتمة البحث مجموعة من التوصيات وكذلك مجموعة من المقترحات لدراسات مستقبلية في نفس المجال

الكلمات المفتاحية: التشوهات المعرفية- مرحلة الاساس - بحري

مقدمة

ميز الله الإنسان بأن جعل له عقلاً يفكر به ويدبر به شؤون حياته، وما توصل إليه في حياته وجوانبها المختلفة ما هو إلا نتاج لعمليات، وتفكير الإنسان وإدراكه للموافق المختلفة هو الذي يحدد طريقة الاستجابة بناء على خبراته ومعرفته السابقة عنها. فإما أن يكون إدراكه للمواقف منطقياً فيكون لديه استجابات منطقية، وإما أن يكون لديه تشويه معرفي يؤدي إلى استجابات غير منطقية.

أن أكثر نظريات العلاج المعرفي شيوعاً أن الطريقة التي يحدد بها الأفراد أبنية خبراتهم تحدد كيف يشعرون وكيف يسلكون وتستمر معارفهم والأحداث اللفظية والمصورة في مجري الشعور من الاعتقادات والاتجاهات والافتراضات، وتتمثل الاستراتيجية العامة في مزيج من الإجراءات اللفظية وأساليب تعديل السلوك يساعد الأفراد على التعرف على التصورات المعرفية والاعتقادات غير الوظيفية الكامنة وراء هذه المعارف واختبار مدي واقيتها وتصحيحه(مليكة،1990م).

يلقي سوء الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية وتفشي الفقر والبطالة بظلاله على هذه المشكلة، فالضغوط التي يتعرض لها الأفراد ومسؤوليتهم في ضرورة توفير حياة كريمة لعائلاتهم في ظل قلة فرص العمل والظروف المادية الصعبة قد تنعكس على الأفراد والتفاعلات بينهماً وقد تؤثر في سلوكياتهم مما يجعلهم بطريقة أو بآخر يسيئون للأطفال، سوء كانت مقصودة أو غير مقصودة فأنها قد تترك أثاراً مدمرة علي الطفل والأسرة والمجتمع ككل. (ميدان الباحث).

أن المتتبع لواقع المجتمع السوداني لاسيما قطاع بحري لا يخفي عليه أن فئة الأطفال لا تنال الرعاية الكافية والمطلوبة وأن كثير من الأطفال يعيشون تحت خط الفقر ويتعرضون للعيش في ظروف صعبة مما آثر على كثير من الأفراد وبالتحديد فئة الأطفال لاسيما إن صدرت عن المقربين من الطفل أو الأوصياء عليه حيث يرى فيهم مصدر الأمن والحماية والأمان.

مشكلة الدراسة:

ان التشوهات المعرفية وتحريف التفكير عن الذات والعالم و المستقبل وراء نشأة واستمرار

الاعراض العصابية والاضطرابات الانفعالية حيث يلجأ الفرد إلى تضخيم والتقليل من شأن الايجابيات و التعميم الفشل و توقع الكوارث ولوم الذات و المبالغة في المعايير كول هذا يرتبط بالتكوين المعرفي للفرد وكيفية إدراكه وتفسيره (أبو شعرة ، 2000 ،ص 2). ونلاحظ ان هذه نسب تضع المختصون

يبحثون في الاسباب و عن طرق التكفل والعلاج بحيث .ان الفئة المستهدفة هي المرحلة الأساس الحلقة الثالثة الا هي مرحلة بداية المراهقة وبناءا على ما سبق ذكره جاءت الدراسة الحالية تناول مشكلة التشوهات المعرفية لاسيما أن الدراسات المحلية التي تناولت هذا الموضوع قليل على حد علم الباحث.

ما هي السمة العامة للتشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري ولاية الخرطوم ؟

1) هل توجد فروق دالة إحصائية في تشوهات المعرفية الأطفال لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري ولاية الخرطوم تبعاً لمتغير العمر ؟.
2) هل توجد فروق دالة إحصائية في إساءة معاملة الأطفال لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري ولاية الخرطوم تبعاً لمتغير النوع؟.

أهمية الدراسة:

أولا: الأهمية النظرية:

1) أهمية دور التلميذ في هذه المرحلة وأهميته تتمثل في التمته بالصحة النفسية.
2) إلقاء الضوء على مشكلة بأنها قد تصنع الأسس لاضطرابات قد تظهر على شخصية الطفل عبر مراحل النمو المختلفة.
3) الإسهام في إجراء الدراسات والبحوث التي تسعى إلى معرفة العلاقة بين إساءة معاملة الأطفال وبعض المتغيرات النفسية والديموغرافية.

ثانياً: الأهمية العلمية (التطبيقية):

1) تبدو أهميته فيما تسفر من نتائج قد تفيد في تصميم البرامج الإرشادية والتربوية الوقائية الموجهة للوالدين والمدرسين في المدارس والقائمين على رعاية الأطفال وإرشادهم إلى الكيفية الصحيحة للتعامل مع الأطفال.
2) يساعد في اتخاذ خطوات ملائمة للوقائية والعلاج للأطفال التي يشمل الطفل وأسرته والمجتمع، وتفعيل القوانين الخاصة بحماية الأطفال.

أهداف الدراسة:

1) التعرف على السمة العامة للتشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري.
2) التعرف على الفروق في التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري بولاية الخرطوم في ضوء متغيري العمر والنوع.

فرضيات الدراسة:

1) يتسم التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري بالارتفاع.
2) لاتوجد فروق في مستوي التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) تبعاً لمتغير العمر.
3) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية لدي تلاميذ مرحلة الأساس (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري تبعاً لمتغير النوع.

حدود الدراسة:

الحد المكاني: محلية بحري . ولاية الخرطوم.

الحد الزمنية: (2019، 2022م).

مصطلحات الدراسة:

التعريف الاصطلاحي: التشوهات المعرفية (cognitive Distortions) هو مصطلح يستخدم للوصف نمط التفكير، أو "حديث النفس" عن طريق تفكير الفرد التلقائية للحياة في إطار سلبي وتؤدي إلى مشاعر سلبية مثل "الحزن، والغضب، واليأس والقلق "clammier،2009م".

وينتج من جراء ذلك التشويه ظهور إعراض اكتئابيه سالبة وهي ليست أعراض وجدانية فقط وإنما أيضاء معرفية ودافعية وفيزيائية. (بوقري،2008م:133).

التعريف الإجرائي التشوهات المعرفية: بأنها الدرجة التي تحصل عليها تلاميذ (عينة البحث) في أداة التشوهات المعرفية المستخدمة في هذه الدراسة.

تعريف مرحلة الأساس: هي المرحلة الأولى من السلم التعليمي التي يصنع فيها الطفل اللبنات الأساسية لمواجهة الحياة العلمية ومن هنا يبدأ الطفل الدخول إلى المدرسة من عمر (6 . 14 سنة) (وزارة التربية والتعليم العام 2006م).

التشوهات المعرفية:Cognitive Distortion

التشوه المعرفي يعيق الإنسان في إدراكه، ومن ثم الحكم الصحيح والقرار الملائم، فالإنسان في الحالة يحمل أحكاما سلبية مسبقة عن الموقف ودوافع سلبية ذاتيه دفينة ومعلومات لا يحكمها المنطق. وتعتمد النظرية المعرفية بشكل عام على الافتراض القائل بأن: الناس لا يضطربون بسبب الأحداث ولكن بسبب المعاني التي يسبغونها على هذه الأحداث، وهذه المعاني والتفسيرات مختلفة للفرد الوحد في المواقف المختلفة. وهنالك العديد من الأساليب التي يمكن إدراجها ضمن العلاج المعرفي السلوكية ومن هذه الأساليب: العلاج العقلاني الانفعالي لأليس Ellis، والتعديل المعرفي السلوكي لميكنبوم Meiychinbaum، وعلاج حل المشكلات لغولد فريد Gold fired، والعلاج المعرفي السلوكي لبيكBeck ، والعلاج متعدد المحاور وغيرها. ويتفق المعالجون على اختلاف أساليبهم في أن الاضطرابات النفسية تعتمد إلى حد

بعيد على وجود معتقدات فكرية ولافتراضات خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به. (السقا،2009م:3).

وهذا ما لاحظه بيك علي مرضاه أنهم يخبرون أنماط خاصة في الأفكار التي يدركونها بطريقة غامضة ومبهمة بالرغم أنها ملتوة في التفكير ولأتخضع لإرادة وسيطرة شعورية إلا أنها تبدو معقوله تماماً للفرد، وتعد هذه الأفكار التلقائية السلبية جزء جوهرياً في نظام التواصل الداخلي والتي من أمثالها (تقييم الذات، ونسب الصفات، والتوقعات، الاستنتاجات ،الاستدعاء)،وتظهر بوضوح في انخفاض تقدير الذات ولوم الذات ونقد الذات والتنبؤات السلبية والتفسيرات السلبية للخبرات والذكريات المؤلمة، والعديد من هذه الأفكار تكون معقدة ومحكمة تماما ومحتوياتها غير مرتبطة إلي حد ما بالموقف المثير. (السنيدي،2013م:24).

يرى الباحث أن أنماط التفكير الخاصة أو التشوهات المعرفية لها تأثير كبير على استجابة الفرد على الموافق المختلفة في حياته سواء أنت استجابة فسيولوجية أو انفعالية أو سلوكية.

أولاً: الخلفية الفلسفية للنظرية المعرفية: ظهرة انطلاقة الثورة الجديدة في علم النفس والتي أطلق عليها "الثورة المعرفية "يتزعمها رواد المنظور المعرفي "جورج كيلي Kelly، أرون بيك Beck، البيرت اليس Ellis " وغيرهما، حيث لقي هذا التيار المعرفي قدراً كبيراً من القوة الدافعة بفضل هؤلاء الرواد. إن جوهرة هذه الثورة قائم على أساسا العلاقة الوثيقة بين المعرفة والانفعال والسلوك فعندما يفكر الإنسان فإنه ينفعل ويسلك وعندما ينفعل فهو يفكر ويسلك. (كحة،1998م).

ويرى كوري Corey (2000م:291 . 294) "أن اليس Ellis والذي ينسب إليه العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي يؤكد على أن طبيعة الإنسان تتكون من جانبين هما: جانب عقلاني يكون لدى الفرد من خلاله القدرة على التفكير المنطقي السليم، وجانب لاعقلاني يكون له دور في تشويه أفكار الإنسان. ولا يقتصر دور الإنسان على أن يكون مستجيباً لما يحدث حوله بل يفكر ويكون إدراكاته الخاصة إزاء المثيرات الخارجية التي تواجه، وأثناء عمليتي التفكير والإدراك، فإن الإنسان يشوه ويعمم ما يدركه تبعاً لما تقوده إليه إدراكاته وأفكاره الخاطئة، مما يسبب له الاضطرابات النفسية واضطرابات في التعامل مع الآخرين". يفيد بيك BECK (2000م:3) "إن النظرية المعرفية يقوم على دعائم فلسفية ليسق جديدة، بل موغلة في القدم، وتعود من بالتحديد إلى زمن الرواقيين". حيث يعتبر الفلاسفة الرواقين أن فكرة الإنسان عن الأحداث، وليس الأحداث ذاتها هي المسؤولة عن اعتلال مزاجه. إلى هذا المنطق الرواقي يستند هذا العلاج المعرفي، فالمشكلات النفسية ترجع بالدرجة الأساس إلى أن الفرد يقوم بتحريف الواقع ولي الحقائق بناء على مقدمات مغلوطة وافتراضات خاطئة، وتنشأ هذه الأوهام عن تعلم خاطئ في إحدى مراحل نموه المعرفي. كما أعتبر زينو Zenu الفيلسوف الإغريقي الذي أوجد المدرسة الرواقية في بدايات القرن الثالث قبل الميلاد أن مفهوم الإنسان أو مفاهيمه الخاطئة عن الأحداث هي مفتاح تقلباته الانفعالية وليس الحدث نفسه. (إبراهيم ،2008م:5).

ويرى الباحث أن التراث الإسلامي أيضاً لم يخل من الإشارات الوضحة لأثر التفكير ليس فقط في توجيه السلوك ولكن أيضاً في الحالة الصحية للإنسان، ويبدو ذلك جلياً في قول ابن قيم الذي أوضح أن قدرة الأفكار، إذا لم يتم تغييرها، على التحول إلى دوافع ثم سلوك حتى تصبح عادة يحتاج التخلص منها إلى جهد أكبر.

ثانياً: المخططات المعرفية :Schemas Cognitive ويرى السقا (2009م:7 . 8) "أنها بني معرفية، يعتقد أنها تسبب شتى التشوهات التي نراها لدى المتعالجين، والتفسير المعرفي للاكتئاب يقوم على النظرة السلبية إلى الذات والعالم والمستقبل، حيث يتجلى هذا الثالوث المعرفي السلبي من خلال استجابات الفرد التلقائية نحو حدث ما، ويعتقد أن الثالوث السلبي يقوم بصياغة تلقائية ومستمرة لإدراكات الفرد وتغيراته للأحداث، إذ تزيد التشوهات التلقائية في تأثير الاعتقادات الضمنية المختلفة وظيفياً".

ويرى (كوروين و آخرون،2008م:31 . 32) "أن المخططات schemes عبارة عن خطط عقلية مجردة تعمل كموجهات للفعل، وكبناءات لتذكر المعلومات و تغيرها، وكإطار عمل منظم لحل المشكلات وكل فرد يتبنى مدى واسعاً من المخططات التي تمكنه من تكوين حس عام للعالم، ووضع أي معلومات وخبرات جديدة داخل السباق، وهي مثل النظام الشامل التي يستخدمه كل فرد لكي يتعامل مع العالم، وتلك الأنظمة يبدا تشكيلها منذ الطفولة المبكرة، وبمجرد تشكيلها فهي ترشد معالجة المعلومات وتوجهها كما توجه السلوك و تشل كيفية تفكير الفرد، و كيف يتغير، و كيف يسلك ويتصرف ويدرك نفسه، والآخرين، و العالم وهي مرتبة تصاعدياً تبعاً للأهمية".

من خلال العرض السابق يشير الباحث إلي أن الأفكار، والوجدان، والسلوك، والجوانب الفسيولوجية هي كلها مكونات لنظام موحد داخل المخطوطة المعرفية. فالتغير الحادث في أي مكون لنظام منها يكون مصحوباً بتغير في المكونات الأخرى مع الأخذ بعين الاعتبار أن النظرية المعرفية تعتبر أن كل فرد يستحضر في الموقف نفسه مدى مختلفاً في المشاعر، والاستجابات الفسيولوجية، والسلوك وتعتبر الأفكار هي الموجه هذه المكونات الثلاثة حيث أنها ليس ناشئة عن الموقف بشكل أساسي، إنما تتوقف على الطريقة التي تنظر بها كل فرد للموقف نفسه.

1-المعتقدات المركزية: (القوالب الفكرية): إن المعتقدات المركزية هي الأفكار الأكثر مركزية عن الذات والناس الآخرون والعالم المحيط بنا، إنها المفاهيم العميقة التي لا يصل إليها الأشخاص غالباً حتى بأنفسهم، وإن الشخص ينظر لهذه الأفكار على إنها حقائق مطلقة أي "الأشياء على ما تكون "يفترض بيك أن المعتقدات السلبية تقع في قسمين كبيرين:

أ) المتقدات المتعلقة بالعجز والضعف.

ب) المعتقدات المتعلقة بالكراهية.

إن هذه المعتقدات تنمو في الطفولة عندما يتغلغل الطفل مع الآخرين ويوجه عدة موافق، إن أغلب الناس يتسمون بمعتقدات مركزية إيجابية أغلب فترات حياتهم. إن المعتقدات المركزية السلبية قد تظهر في لحظات الضغوط النفسية فقط وعلى العكس من الأفكار التلقائية، وإن المعتقدات المركزية هي المستوي الجوهري للاعتقاد، جامدة، تتميز بالعمومية إن الأفكار التلقائية والصور الحقيقية التي تجول في خلد شخص ما تعتمد على الموقف ويمكن اعتبارها المستوى الأكثر سطحية في المعرفة. (كحة،1998م:24).

2 . المعتقدات الوسطى: إن المعتقدات المركزية تؤثر على المعتقدات الوسطى التي تتكون من "القواعد والافتراضات" الأخرى وأن هذه المعتقدات تؤثر على رؤيته للموقف والتي تؤثر على طريقة تفكيره وكيف يشعر ويتصرف لذا فإن المعتقدات المركزية تؤثر على المعتقدات الوسطى والتي تؤثر على الأفكار التلقائية. (جي،2012م:10).

3 . الأفكار التلقائية: هي مصطلح أطلقه "بيك" على الأفكار والصور الذهنية التي تظهر بشكل لاإرادي خلال تدفق الوعي التشخيصي وتوجد عدة مصطلحات شبيهة وتعد مرادفات لها من قبيل "العبارة الداخلية" و"الأشياء التي تخبر بها نفسك" و"والحديث الذاتي". (عنيف،2005م:54).

وأورد (الفرحاتي،2005م:79) إن الأفكار التلقائية تتشابه لدى العديد من الأفراد في بعض الخصائص المشتركة منها:

- أنها واضحة ومميزة بصفة عامة وبعيدة عن الغموض.
- أنها مصاغة بأسلوب اختزالي يقتصر على الكلمات الضرورية.
- بعيدة عن التسلسل المنطقي الذي يصف التفكير بتوجيه الهدف او لحل المشكلات.
- تحدث تلقائياً كما لو كانت انعكاسية، وتتمتع بالنوع من الاستغلال، فهي تنشأ دون تمهيد من جانب الفرد ولا يملك إيقافها خاصة في الحالات الشديدة.

لقد اعتبر المعرفون أشكل بيك وألس، وميكنيادم، أن الاضطرابات النفسية وفق النموذج المعرفي تتركز حول ثلاثة آليات أساسية يفترض أنها تساعد في الإيفاء على الاضطراب، وهذه الآليات هي الثالوث المعرفي، التشوهات المعرفي، المخططات:

1/ الثالوث المعرفي:The Cognitive triad

يتألف الثالوث المعرفي من ثلاثة عناصر معرفية تحت المتعالج على أن ينظر إلي نفسه ومستقبله وتجاربه بطريقة خاصة. (السقا،2009م:8).

2/ المخططات:Schemata

3/ التشوهات المعرفية:Cognitive Distortion : وسيتناول الباحث الموضوع لاحقاً.

من خلال العرض السابق يرى الباحث أن النظرية المعرفية تعاملت مع الحياة النفسية للفرد بثلاثية تكاملية تتضمن الأفكار والمشاعر والسلوكيات، وهذه العناصر الثلاث تتعامل مع بعضها البعض بطريقة تواليه ودون أن يكون لأي منها الأسبقية على الآخر. وتشير إلى أن الإنسان يتعلم كيفية تفكيره من خلال الآخرين المهمين في حياتهم خاصة في مرحلة الطفولة، فالخبرات التي يعيشها تشكل القاعدة لا نماط تفكيره وإدراكه لذاته وللأحداث التي يمر بها في حياته، وتتناول هذه الدراسة التشوهات المعرفية لما لها من أهيمه في التأثير على الانتقادات الضمنية المختلفة وظيفياً.

رابعاً: التشوهات المعرفية: -Cognitive Distortion

إن أصحاب النظرية المعرفية يركزون على أن تشوه الفرد وسلوكه يتجددان من خلال نمط إدراكاته، وطبيعة الخبرة الذاتية له، كما أن الافتراضات النظرية للعلاج المعرفي ... أن التواصل الذاتي بين الناس يتأثر إلى حد بعيد بما يحدث في داخل كل منهم، وأن معتقدات الفرد لها معنى خاص لديه، حيث اكتشافها والتعرف عليها بنفسه، بدلا من أن المعالج المعرفي يتعلماها وتفسرها له. وقد أهتم بيك بالأفكار التلقائية التي تؤثر على عملية تفكيره، وتؤدي إلي تكوين افتراضات خاطئة أطلق عليها اصطلاح التشوهات المعرفية. (كوري،2000م:301 . 303).

يرى الباحث إن التشوهات المعرفية تعني التحريفات والأخطاء المعرفية في معالجة المعلومات التي يستخدمها الأفراد بصورة تلقائية عن أحداث الحياة بطريقة سلبية وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم.

أنواع التشوهات المعرفية:

1) تفكير الكل أو اللاشي "التفكير الثنائي" حيث يدرك الشخص نفسه والآخرين والموافق والعالم وفقاً لفئات حادة متطرفة، ويميل هذا النمط من التفكير إلى أن يكون مطلقاً ولا مجال فيه لبصيص أمل.
2) الشخصنة: في هذا النوع من أخطاء التفكير، يلوم الفرد نفسه على كل ما يحدث من أخطاء، ويربطها بعجزه وعدك كفاءته الشخصية، وقد يحدث أيضاً العكس وهو أن يلقي الفرد باللوم على الآخرين نتيجة ما يعانيه من مشكلات وظروف.
3) التفكير الكوارثي (قراءة المستقبل): وهنا يتوقع الفرد سوء الحظ وسلبية المستقبل ويعتقد في لأشياء سوف تعود عليه بأمور سيئة.
4) الإنتاج الانفعالي: هنا يرسم الأفراد نهاية حدث ما بناءاه على إحساسهم الداخلي متجاهلين أي دلائل إمكانية حدوث العكس.
5) التنقية العقلية (التجرد الانتقائي): يوجه هنا الفرد اهتماما وانتباهاً خاصاً للأحد التفاصيل السليبة وينتقل بها بشكل كلي لكنه فقط يركز على الجانب السيئ فيها.
6) التعميم الزائد: يفكر الشخص على هذا النحو لأنه مر بخبرة سيئة مُرة، فهي سوف تحدث له دائماً فهو يقوم بتعميم شامل على كل المواقف من خلال موقف واحد.

7) التضخيم والتهوين: الفرد الذي يتبع هذا النوع من التفكير عندما يدرك نفسه والآخرين أو المواقف سيميل إلى التضخيم أو المبالغة للمكونات السلبية وأيضاً يقلل من الإيجابيات ويسقطها من حساباته.

8) العنونة: حيث لا يرى الفرد نفسه أو الآخرين تبعاً لمصطلحات الكل أو اللاشيء فقط بل يذهب إلى أبعد من ذلك، فيطلق عليها عناوين غالباً ما تكون إزدائي.

9) القفز إلى النتائج (الاستدلال الجزافي): الشخص هنا يستنتج أن النتائج ستكون سلبية بدون وجود دليل على ذلك. (كورويف وآخرون2008م)، (ملكية،1990م)، (كحلة،1998م)، (جي،2012م).

خامساً: التفكير والصحة النفسية:

تتكون شخصية الفرد من تفاعل المكونات البيولوجية "لوراثه، الفسيولوجية "، والنفسية" كالمعرفية، والانفعالية "من ناحية، والمادية الاجتماعية من ناحية أخرى، وتعد نواتج اقتران هذه المكونات بمثابة محددات للشخصية، تتحكم في طبيعة ومسار تفاعلها مع الوسط والمحيط بها. ويعد المكون المعرفي، وبخاصة نواتج الإدراك من حيث طبيعة الأفكار والمعتقدات المنبثقة عنه والسائدة لدى الفرد كالمعتقدات المنطقية، وغير المنطقية من جهة، وقوى الصحة النفسية من جهة من جهة أخرى من المؤشرات الدالة على طبيعة الشخصية سوية أو غير سوية. (العويضة،2007م:4).

وقد أرجع إليس المعتقدات الغير منطقية إلى مرحلة الطفولة، حيث يتميز الطفل في هذه المرحلة بالحساسية للمؤثرات الخارجية، كما أنه يكون أكثر قابلية للإيحاء وأكثر اعتماداً على الآخرين خاصة والديه في التفكير واتخاذ القرار، فإذا كان والديه غير منطقيين في التفكير فسوفة يصبح الفرد غير عقلاني. (زهران،2002م:72).

الدراسات السابقة

1/ دراسات عربية:

أ) **دراسة احمد(2014)، بعنوان: العلاقة بين التشوهات المعرفية وكلاً من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئاب لدي عينه من الشباب الجامعي.** هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية وكلاً من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئاب لدي عينه من الشباب الجامعي والتعرف على الفروق بين التشوهات المعرفية وقلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئاب تبعاً لمتغيرات الدراسة "النوع. التحصيل الدراسي". تكونت العينة من "321" طالب وطالباً 97 ذكور و224 إناث. أستخدم الباحث أساليب إحصائية مثل: اختبار"ت" ومعامل ارتباط بيرسون. وتوصلت النتائج علي وجود علاقة ارتباطية دالة بين التشوهات المعرفية وكلاً من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئاب، كما يوجد تأثير في اتجاه الإناث بالنسبة لتغيري قلق المستقبل والاكتئاب

ب) **دراسة إبراهيم(2013م)، بعنوان: التشوه المعرفي وقلق الكلام لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية في التعليم العام المصري.** هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التشوه المعرفي وقلق الكلام لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية في التعليم العام المصري. أستخدم الباحثة مقياس التشوهات المعرفية من إعداد الباحثة ومقياس قلق الكلام. واستخدمت أساليب إحصائية وهي: المتوسطات، الانحراف المعياري، معامل الفاكروبناخ، اختبار ت وتحليل التباين.وأسفرت النتائج: وجود علاقة ارتباطية موجبه بين التشوه المعرفي وقلق الكلام لدي التلاميذ المرحلة الابتدائية، وأيضا وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات تلاميذ ومتوسطات درجات تلاميذ تعود لصالح التلميذات على مقياس التشوه المعرفي.

ج) **دراسة الغني وآخرون(2011م)، بعنوان: التشوه المعرفي وعلاقتها تقدير الذات بين المراهقين ضحاياً الاغتصاب.** هدفت الدراسة لمعرفة العلاقة بين التشوه المعرفي وتقدير الذاتين المرهقين ضحاياً الاغتصاب. تم أستخدم ثلاثة أدوات قياس هي التشوه المعرفي الذاتي وقائمة بيك للاكتئاب ومقياس تقدير الذات تم تطبيق المقياس على عينه"119"ضحية من ضحاياً الاغتصاب في ماليزيا. وشارات ارتباط بيرسون إلي وجود علاقة إيجابية بين التشوه المعرفي والاكتئاب وارتباط سلبي سبباً في زيادة الاكتئاب من خلال مظاهر "تقدير الذات، لوم الذات، واليأس، والشعور بالعجز" مما أدي إلى تدني تقدير الذات.

2/ دراسات أجنبية

أ) **دراسة شوك(2010م)، التشوهات المعرفية والعوامل النفسية والسلوكية وبعض المتغيرات.** هدفت الدراسة لمعرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية والعوامل النفسية والسلوكية وبعض المتغيرات التي تشمل العادات الصحية السلبية والمؤشرات النفسية لدى عينة من الأفراد الذين يعانون من زيادة الوزن والسمنة المفرطة.وتكونت عينة الدراسة من (385) من الرجال والنساء من مركز الصحة واللياقة البدنية. أستخدم الباحثة أداتين هما مقياس التشوهات المعرفية ومقياس ميلو السلوكي الطبي التشخيصي. وأشارت النتائج إلى أن السلوكيات السلبية والعادات الصحية أرتبط بزيادة معدل الوزن والسمنة، وأشارت النتائج إلى أن هنالك علاقة قوية بين التشوهات المعرفية والعوامل النفسية السلوكية.

تعقيب على الدراسات التي تناولت التشوهات المعرفية:

من حيث الهدف: فإن معظم الدراسات هدفت إلى دراسة التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض المتغيرات الطفولة وأثرها على الاضطرابات النفسية مثل دراسة (الغني وآخرون، 2011م) و (رسلان، 2011) ودراسة

(الحارثي، 2013م) و (شوك، 2010م) وبعض الدراسات كانت باللغة الإنجليزية مثل دراسة (رسلان، 2011م).

من حيث العينة: أجريت بعض الدراسات على حجم عينة كبير مثل دراسة (شوك، 2010م) لقد بلغ حجم العينة (385) من الرجال والنساء ، وبعضها كانت حجم العينة متوسطة كما في دراسة (إبراهيم، 2013م) وكانت (96) تلميذاً وتلميذه.

من حيث البيئة الدراسية: أجريت هذه الدراسة في مختلف البيئات العربية والغربية من حيث البيئة العربية مصر مثل دراسة الفني وآخرون (2011م) وغيرها من البيئات العربية والغربية.

من حيث النتائج: أوضحت نتائج الدراسات بأن التشوهات المعرفية لدى الأفراد تؤثر على إدارة المشاكل النفسية والمشاكل السلوكية والتي بدورها تؤثر على مسار الظروف الطبيعية وأيضا أظهرت بعض الدراسات بأن التشوهات المعرفية كان سبب في زيادة المشكلات ،أيضا إشارة دراسة الغني وآخرون (2011م) التشوهات تزيد مشاعر الحزن من خلال مظاهر نقد الذات ولوم الذات واليأس والشعور بالعجز مما يودي إلي تدني تقدير الذات.

إجراءات الدراسة الميدانية

أولاً: منهج الدراسة: من أجل تحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي وهي احد أنواع مناهج البحث العلمي التي تهتم ببيان العلاقة بين متغيرين أو اكثر كما يهتم بمعرفة نوع هذه العلاقة سواء كانت سالبة أو موجبة. كما يعرف المنهج الوصفي أيضاً بأنه" المنهج الذي يدرس ظاهرة أو حدثا، أو قضية موجودة حالياً يمكن الحصول منها على معلومات تجيب عن أسئلة البحث من دون تدخل الباحث فيه. (الأغا والأستاذ، 2004: 83).

ثانياً: مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ وتلميذات مرحلة التعليم الأساسي بمحلية بحري للعام الدراسي (2018 ـ 2019م) والبالغ عددهم (79878) تلميذاً وتلميذه وذلك حسب الكشف الصادر من وزارة التربية والتعليم، (الحلقة الثالثة) البالغ عددهم (28770.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأصلية من (476) بنسبة (1,6%) تلاميذ وتلميذات مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري للعام الدراسي (2018 . 2019) التي تم اختيارهم عن طريق العينة العشوائية البسيطة بحدود 5% من تلاميذ الحلقة الثالثة البالغ عددهم (28770) تلميذً وتلميذة.

رابعاً: أدوات الدراسة: استخدم الباحث ثلاثة أدوات بهدف التحقق من أسئلة الدراسة وكانت كالتالي:

أداة التشوهات المعرفية: أعدتها الباحثة (إسلامه أسامة، 2015م) المقتبس من الاستبيان العربي للأفكار اللاعقلانية (إبراهيم، 112:2008)، او مقياس التشوهات المعرفية الذات: كيف أفكر (كورلين، 181:200) واستبيان الأحكام التلقائية عن الذات من إعداد ممدوحة سلامة (سلامة، 1990م)، ومقياس قائمة التشوهات المعرفية (شوك، 2010م). اشتملت في صورتها الأولية على (47) فقرة، حيث أعط الباحث وزنا مدرجاً ثلاثياً لكل فقرات الاستبانة.

وصف المقياس: تكونت المقياس من 8 أبعاد وهي التفكير الثنائي، الاستنتاج الاعتباطي، المبالغة والتقليل، المنطق العاطفي، لوم الذات والآخرين، الإفراط في التعميم، التفكير المثالي، المقارنات المجحفة.

صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم حساب الصدق بعدة طريق وهي:

1.صدق المحكمين "الصدق الظاهري": وللتحقيق من صدق المقياس قام الباحث بعرض الأداة على مجموعة من أساتذة جامعين متخصصين في علم النفس وهم يعملون في الجامعات السودانية. وفي ضوء ذلك جاءت آراؤهم تتفق على أن الأداة تقيس ما وضعت من أجله، وكان هناك أتفاق في آرائهم التي قاموا بإبدائها علي أغلب فقرات الأداة، وكذلك انتماء الفقرات إلى كل بعد من الأبعاد الأربعة للأداة، كما كان لهم بعض التعديلات والحذف والملاحظات، وقد تم إجراء التعديلات والحذف التي أوصى بها المحكمين لكي يزيد ذلك عن قوة الأداة.

صدق الاتساق الداخلي: يقصد بصدق الاتساق الداخلي مدى أتساق كل فقرات الأداء مع البعد الذي ينتمي إليه هذه الفقرة، وقد جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للأداة بتطبيقها على عينة استطلاعية مكونة من (80) من التلاميذ وتم حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه الفقرة ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

الخصائص السايكومترية لمقياس التشوهات المعرفية

جدول رقم (1) يوضح ارتباط كل بند والمجموعة الكلي لبنود المقياس

الرقم	الارتباط	الرقم	الارتباط
1	.77	17	.03 .
2	.64	18	.34
3	.50	19	.28
4	.43	20	.36
5	.55	21	.37
6	.69	22	.40
7	.49	23	.45
8	.31	24	.37
9	.12 .	25	.42
10	.37	26	.05 .
11	.10 .	27	.39
12	.05	28	.01

13	.32	29	.36
14	.48	30	.30
15	.38	31	.27
16	.09		

نلاحظ من الجدول أعلاه إن البنود (9، 11، 16، 17، 26) سالب الارتباط والبنود (12، 28) ضعيفة وصفرية الارتباط لذلك يجب حذفها حتى لا تؤثر في ثبات المقياس لتصبح عدد بنود المقياس هي (24) بدلا من (31) بندا.

الثبات عن طريق معامل الفاكرونباخ = .77

الصدق الذاتي = .88

المعالجات الإحصائية:

قام الباحث بتفريغ وتحليل من خلال برنامج التحليل الإحصائي (SPSS) وقد تم استخدام أدوات إحصائية مثل:

2.ألفاكرونباخ

4.اختبار T في حالة العينة الواحدة والعينتين.

عرض النتائج ومناقشتها

عرض ومناقشة الفرض الأول:

تتسم التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري بالارتفاع.

جدول رقم (2) يوضح اختبار (ت) لمجتمع واحد لمعرفة السمة المميزة للتشوهات المعرفية:

حجم العينة	المتوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
476	48	53,7	9,1	13,6	475	0,001	تتميز التشوهات المعرفية بالارتفاع

نلاحظ من الجدول أعلاه أن الوسط الفرضي بلغ (48) والوسط الحسابي بلغ (53,7) وقيمة (ت) بلغت (13,6) وكانت القيمة الاحتمالية لها (0,001) وقيمة أقل من مستوى المعنوية (0,05) وهي قيمة دالة إحصائياً.

لقد جاءت النتيجة متفقة مع الفرض الذي ينص على أن السمة العامة للتشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري تتسم بالارتفاع.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأنها منطقية إذ ان التشوهات تأتي نتيجة منطقية للظروف البيئية الضاغطة وأن الأحداث البيئية السلبية والمؤلمة وطبيعة التنشئة الاجتماعية التي يتلقاها التلاميذ من خلال المؤسسات الأسرية والتعليمية وتوجهات المجتمع تجاه هؤلاء التلاميذ كانت أكثر عرضة لتلقي وتأسيس قواعد من المعتقدات والأفكار المشوهة التي تؤدي إلي ظهور العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والانفعالية بما أن الجوانب المعرفية تحكم الانفعالات والمشاعر وهذا يبين العلاقة الدائرية بين الجوانب المعرفية والانفعالات فضلا عن أن المشاعر والانفعالات غير الملائمة التي أنتجتها الضغوط والأحداث وأساليب التنشئة تكون افضل مؤشر لوجود تشوهات معرفية لدى التلاميذ نتيجة للعديد من المشكلات التي يعيشها التلاميذ وما يتعرضون له من خبرات بيئة سيئة تتكون لديهم معارف مشوهة، واكد بيك ان اعتناق الوالدين لبعض الأفكار المشوهة يعمل علي تفاقم المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الأبناء. نتيجة لأساليب المعاملة الوالدية ولاسيما الأطفال فلوم الذات وانتقاده والمشاعر السلبية اتجاه الذات وتوقع كوارث وفقدان الأمل تدفع التلاميذ علي تبني نظره سلبية تجاه الذات والعالم والمستقبل وهذا يؤدي إلي لوم انفسهم باستمرار والشعور المزمن بالقلق والذنب وعدم احترام الذات والعجز والإحباط وفي بعض الأحيان تؤدي إلى التعصب والعدوان وتأسيس صيغة معرفية ثابتة ومشوهة كل هذه العوامل أدت إلي ارتفاع في التشوهات المعرفية لدي تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي.

وبمقارنة النتيجة الحالية مع نتائج الدراسات السابقة، فقد تبين أن الدراسة اختلفت مع دراسة (الهويش، 2010م) ودراسة (شوك، 2010م)، ودراسة (الغني وآخرون، 2011م)، ودراسة (رسلان، 2011م)، ودراسة (احمد، 2014م) التي يبدين انخفاض في مستوى التشوهات المعرفية.

عرض ومناقشة الفرض الثاني:

لا توجد فروق في مستوي التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) تبعاً لمتغير العمر.

جدول رقم (3) يوضح اختبار (انوفا) تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق في التشوهات المعرفية تبعاً لمتغير العمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
بين مجموعات	33,0	2	16,5	0,327	0,754	لا توجد فروق في التشوهات المعرفية تبعاً للعمر
داخل مجموعات	23839,2	473	50,4			
المجموع	23872,2					

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة (ف) بلغت (0,327) والقيمة الاحتمالية لها بلغت (0,754) وهي قيمة أكبر من المستوى (0,05) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

جاءت النتيجة متفق مع الفرض الذي ينص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (بالحلقة الثالثة) تبعاً لمتغير للعمر.

ميز الله الإنسان بانه جعل له عقل يفكر به ويدير به شؤون حياته فتفكير الإنسان وإدراكه للموافق المختلفة هو الذي يحدد طريقة الاستجابة بناء على خبراته ومعرفته السابقة عنها.

يرى الباحث أن الخبرات التي يمر بها الأهل تشكل فروق بين التلاميذ، فالعمر لم يشكل اختلافه بناء على استجاباتهم التي كانت مبني على خبراتهم بمختلف مراحلهم العمرية، وبعد الاستجابات كانت بطريقة غير شعورية لا إرادية في كل الأعمار، كما أن أنماط التفكير الخاصة أو التشوهات المعرفية لها تأثير كبير على استجابات الأطفال على الموافق المختلفة في حياته سواء كان في عمر صغير او أكبر سنه سواء كان استجابة فسيولوجية أو انفعالية أو سلوكية.

يرى الباحث أن تشوه الأطفال وسلوكه يتجددان من خلال نمط إدراكاتهم وطبيعة الخبر الذاتية له، استجابة الأطفال في هذه العمر تظهر بشكل عضوي استجابة لحاله ما لهذا السبب بالأفكار التلقائية. لذلك إدراك الأطفال وتحريفاتهم والأخطار المعرفية في معالجة المعلومات التي يستخدمها الأفراد بصور تلقائية عن أحدث الحياة بطريقة سلبية مما قد يسبب لهم الشعور بالضيق والألم قد يمر بها كل الأطفال بمختلف الأعمار والسن ليس هنالك سن محدد قد يختصر فيه هذه التشوهات لذلك كان ليس هنالك فروق في تشوهاتهم المعرفية، وقد تعود سبب عدم الاختلاف إلى المجتمع التي يعتبر مصادر الحصول على الأفكار والمعلومات.

اتفق هذه النتيجة مع دراسة (احمد، 2014م) توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق في التشوهات المعرفية واضطرابات قلق المستقبل تعزي لمتغير العمر، وعدم وجود فروق في التشوهات المعرفية وقلق المستقبل وبعض أعراض الاكتئاب تعزي للنوع.

كما اختلف مع دراسة إبراهيم (2013م) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية وقلق الكلام لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من عينة قوامها (96) تلميذ وتلميذه توصلت على وجود فروق داله إحصائية بين متوسط دراجات التلاميذ تعود لصاح التلميذات، أيضا دراسة صابر (2009م) الذي كشف على وجود فروق في التشوهات المعرفية بين الذكور والإناث حيث أوضحت ان الذكور أكثر استجابة من الإناث.

عرض ومناقشة الفرض الثالث:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية لدي تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة) بمحلية بحري تبعاً لمتغير النوع "ذكر. أنثي".

جدول رقم (4) يوضح اختبار (ت) لعينين مستقلين لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية.

مجموعتي المقارنة	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
ذكور	231	58,2	8,4	1,68	474	0,092	لا توجد فروق بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية
إناث	245	56,7	8,8				

نلاحظ من الجدول أعلاه أن الوسط الحسابي للذكور بلغ (58,2) بينما بلغ الوسط الحسابي للإناث بلغ (56,7) وقيمة (ت) بلغت (1,68) وكانت القيمة الاحتمالية لها (0,092) وهي قيمة أكبر من مستوى المعنوية (0,05) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

لقد جاءت النتيجة متفق مع الفرض الذي ينص على عدم وجود علاقة فروق بين الذكور والإناث في التشوهات المعرفية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثالثة).

تشير الدرجة الكلية لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية بين التلاميذ. هذا يفسر من خلال أن التشوهات المعرفية تنشأ بشكل أساسي من عدة عوامل أهمها: التفاعل مع البيئة المحيطة فالشخص سوء كان ذكر أو أنثي يتعلم ويكسب القيم والمعتقدات الاتجاهات من الناس الذين حوله خاصة الوالدين والأقران والمعلمين. وأساليب المعاملة الوالدية والمستوى التعليمي للاب او الأم له يتأثر في وجود قاعدة خصبة منذ الطفولة للتشوهات المعرفية، فاستخدم العقاب كوسيلة للتأديب وتجاهل حاجات الطفل او المراهقين، وتأكيد الأسرة المبالغ فيه على تعليم القواعد الأحول الاجتماعية السائدة والتي تفوق أحياناً إدراكه الطفل، وتربية على إظهار العداء والرفض للأخرين، كما هذا يقود إلى عدم الاستقرار لديه والذي يقدو معالمه واضحة في مرحله المراهقة من خلال الخبرات والموافق التي يمر بها وعدم قدرته على الموازنة الداخلية والخارجية. فيقود ذلك إلى معارف متشوهة ولوم الذات فينتهي الأمر إلى أفكار سلبية متشابهة مشوهة.

اتفق مع دراسة (احمد، 2014م) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية وكلاً من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئاب تبعاً للمتغيرات الدراسة (النوع . التخصص . الدراسي) على عينة قوامها (321) طالب وطالبة (97 ذكور . 224 إناث) التي دلا على عدم وجود فروق بين الذكور والإناث ومعامل الارتباط بيرسون ومعامل ألفاكرونبخ وتحليل التباين. واختلف مع نتائج دراسة (صابر، 2009م) التي هدفت إلى الكشف عن أفكار اللاعقلانية كعوامل مؤشر بالذهنية المأخوذة من مقياس الشخصية لا يزنك وبالشعور بالوحدة وباضطراب الشخصية على عينة قوامها (214) طالباً وطالبة (107 ذكور . 107 إناث) أوضحت النتيجة ان الذكور أكثر ميلاً للاستنتاجات السلبية والرضا المطلق من الجميع عن الإناث. ودراسة إبراهيم (2003م) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية وقلق الكلام لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من عينة قوامها (96) تلميذ وتلاميذه من الصفين الأول والثالث اهم النتائج التي توصلت لها هي وجود فروق دالة إحصائياً تعود أيضا لمتغير السن على مقياس قلق الكلام، كما توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات التلاميذ ومتوسط درجات التلميذات نعود لصالح التلميذات على مقياس التشوه المعرفي.

أولا: التوصيات:

1) البعد عن العقاب الذي قد يؤدي إلى الإساءة التي فيها خطورة للأطفال وعدم تحقيق الهدف المرجوع.
2) توعية وتثقيف الأسرة السودانية بالجوانب الوقائية والتنموية التي تدعم التفكير السليم.
3) ضرورة إدخال برامج توجيهية في مدارس الأساس تتفق مع تقاليدنا وإطارنا الثقافي الاجتماعي لحماية التلاميذ من الغزو الفكري الذي يهدد الأمن النفسي.
4) مد جسور التواصل بين المدرسة والأسرة لإكمال حلقات الرعاية للتلاميذ والتعاون المثمر في معالجة مشكلات الطلاب وتوفير المناخ الأكاديمي الجيد.
5) يجب الاهتمام بتوفير الخدمات النفسية والوقائية والإنمائية والعلاجية للطلاب وذلك باستيعاب مرشدين نفسيين بالمدارس.

المصادر والمراجع:

1. إبراهيم(2013م) التشوه المعرفي وقلق الكلام لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية في التعليم العام المصري.
2. إبراهيم، عبد الستار (2008م): عين العقل دليل المعالج المعرفي للتنمية التفكير العقلاني الإيجابي، مكتبة الأنجلو. القاهرة.
3. ابن القيم، محمد (1393): الفوائد ، دار الكتب العلمية ، بيروت.
4. احمد(2014) العلاقة بين التشوهات المعرفية وكلاُ من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئاب لدي عينه من الشباب الجامعي.
5. بوقري، مي بنت كامل (2008م): إساءة المعاملة البدنية والإهمال الوالدي والطمأنينة النفسية واكتئاب لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير "غير منشورة"، كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.
6. بيك، آرون (2000م): العلاج المعرفي السلوكي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة: عادل مصطفي ، دار الآفاق العربية ، القاهرة.
7. جي، هوفمان (2012م): العلاج المعرفي السلوكي المعاصر " الحلول النفسية للمشكلات النفسية" ، "ترجمة: مراد عيسي" ، دار الفجر للنشر والتوزيع، مصر.
8. حسن، عبد العظيم (2006م): استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، الفرناشرون وموزعون، عمان.
9. رسلان، سماح (2011م): التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض أنماط التفكير لدى تلاميذ الجامعة، رسالة ماجستير، مصر، جامعة المنصور.
10. زهران، سناء (2002م): فاعلية برنامج إرشاد وصحة نفسية عقلانية انفعالي لتصحيح معتقدات الاغتراب لتلاميذ الجامعة، رسالة دكتوراه، مصر، جامعة المنصورة.
11. الزهراني، فهد (2006م): حاجة الأمن لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة في المدارس الأهلية في منطقة تبوك في المملكة العربية

السعودية، رسالة ماجستير "غير منشورة" كلية التربية، جامعة مؤته، السعودية.

12. السقا، صباح (2009م): العلاج المعرفي السلوكي للاكتئاب، محاضرة علمية، مستشفي البشر للأمراض النفسية العصبية.
13. السنيدي، خالد (2013) التشهوات المعرفية وعلاقتها بسمة الانبساط والانطوائية لدى متعاطي المخدرات والتعافين منها، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف للعلوم الامنية.
14. الشناوي، محمد (1995م): نظريات الإرشاد العلاجي والنفسي، موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي ،دار الغريب، القاهرة.
15. شوك(2010م) التشوهات المعرفية والعوامل النفسية والسلوكية وبعض المتغيرات.
16. صالح، قاسم (1999م): علم النفس المعرفي، مكتبة الجيل الجديد، صنعاء.
17. العويضة، سلطان (2007) العلاقة بين الافكار اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية عند عينة من طلبة جامعة عمان الاهلية، الاردن: جامعة الملك مسعود.
18. الغني وآخرون(2011م) التشوه المعرفي وعلاقتها تقدير الذات بين المراهقين ضحاياً الاغتصاب.
19. الفرحاتي، محمود (2005) سيكولوجية تحصين الأطفال ضد الفجر المتعلم رؤي معرفية، القاهرة: دار السحان.
20. القحطاني، ظافر بن محمد (2010) الإساءة البدنية في الطفولة وعلاقتها بالعمليات المعرفية والقلق لدى طلاب المرحلة الابتدائية في مدينة الرياض، رسالة دكتوراة (غير منشورة) جامعة ام القري، مكة المكرمة.
21. كحة، ألفت (1998م): العلاج المعرفي السلوكي والعلاج السلوكي عن طريق التحكم الذاتي لمرضي الاكتئاب، إيريك للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
22. كوروين ، بيروني ورودل ، بيتر وبالمر، ستيفن (2008) العلاج المعرفي السلوكي المختصر، (ترجمة: محمود مصطفي)، القاهرة، دار إيتارك للطباعة والنشر والتوزيع.
23. لوروين، بيرني، رودل، بيتر، بالمر، ستيفن (2008م): العلاج المعرفي السلوكي المختصر، ترجمة: محمود مصطفي، دار إيترك للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة.
24. المحارب، ناصر (2000م): العلاج الاستعرافي السلوكي، مطابع الحميمضي، الرياض.
25. مليكة، لويس (1990م): العلاج السلوكي وتعديل السلوك ، دار التعليم للنشر والتوزيع ، الكويت.
26. الهويش (2010م) الأفكار التلقائية عن الذات وعلاقته بالعدوان:
27. الهويش، ريما (2010م): الأحكام التلقائية عن الذات والعدوان والعدائية لدى عينة من النساء المعنفات "نزيلات دار الحماية" وغير المعنفات، بمحافظة جد، رسالة ماجستير، جامعة ام القرى، السعودية.
28. وزارة التربية والتعليم العام 2006م

المراجع الأجنبية:

- Clemmer.kate. congnitive Distortions: Define, Discover & disprove (14-7 2009) The center for Eating Disorder Blog: htt://eating disorder.org.
- Calhounj & Acocela (1990) chology of Adjustement and human relation ships – mcgrowinc.

- .