Journal of Educational and Psychological Sciences
Volume (4), Issue (8): 20 Feb 2020
P: 155 - 174

ISSN: 2522-3399

مجلة العلوم التربوية والنفسية
المجلد (4)، العدد (8): 28 فبراير 2020 م
ص: 155- 174

Patterns of emotional attachment and its relationship to cognitive distortions among students of An-Najah National University

Yasmin Hasan Abu Helal

Ministry of Education || Nablus || Palestine

Abstract: The objective of the research was to investigate the patterns of emotional attachment and its relation to the cognitive distortions of An-Najah National University students. It also aims to detect differences in emotional attachment patterns and cognitive distortions due to variables: Gender, Birth order. The researcher used the descriptive Correlative approach in the conduct of the study. Emotional attachment patterns scale, cognitive distortions scale were used to reach their outcomes, The study sample consisted of (280) students from An-Najah National University, The results indicated a positive correlation between the anxiety pattern and the cognitive distortions, the negative correlation between the safe pattern and the cognitive distortions, and the absence of a correlative relationship between the avoidance pattern and cognitive distortions, The results also showed There were differences in the pattern of anxiety due to gender, and there were no differences in emotional attachment patterns due to birth order, It also showed differences in cognitive distortions due to gender, and the absence of differences in cognitive distortions due to the birth order of students at An-Najah National University, The researcher recommended implementing awareness programs for mothers about emotional attachment patterns and their impact on their children in the future.

Keywords: emotional attachment patterns, cognitive distortions.

أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوّهات المعرفيّة لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية

ياسمين حسن أبو هلال

وزارة التربية والتعليم || محافظة نابلس || فلسطين

الملخص: هدف البحث إلى دراسة أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كما هدف إلى الكشف عن الفروق في أنماط التعلق والتشوهات المعرفية تعزى لمتغيرات: الجنس والترتيب الولادي، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي في إجراء الدراسة، واستخدمت مقياس أنماط التعلق، ومقياس التشوهات المعرفية في الوصول إلى نتائجها، تكونت عينة الدراسة من (280) طالبا وطالبة من جامعة النجاح الوطنية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين النمط القلق والتشوهات المعرفية، وعلاقة ارتباطية سلبية بين النمط الآمن والتشوهات المعرفية، وإلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط التجنبي والتشوهات المعرفية، كما أشارت إلى وجود فروق في النمط القلق تعزى إلى الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في النمط الآمن والنمط التجنبي تعزى إلى الجنس، وعدم وجود فروق في أنماط التعلق تعزى إلى الترتيب الولادي، وأشارت إلى وجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى الترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، أوصت الباحثة بتطبيق برامج توعية للأمهات حول أنماط التعلق وتأثيره على أبنائهن في المستقبل.

الكلمات المفتاحية: أنماط التعلق، التشوهات المعرفية.

المقدمة

تختلف ردود فعل الفرد الانفعالية والسلوكية حول حدث أو خبرة ما باختلاف الكيفية التي يدرك ويفسر بها الحدث، وليس نتيجة للحدث نفسه، فردود الفعل الانفعالية السلبية تبدأ وتستمر بسبب المعتقدات السلبية الناتجة عن أفكاره غير العقلانية فتظهر في سلوكه ومشاعره وغالبا ما تؤدي إلى استجابات فسيولوجية واضطرابات نفسية، حيث تجمع الاضطرابات النفسية بين المصادر المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تنتج عن الادراك والتفسير السلبي للأحداث المختلفة.

يمتلك الإنسان القدرة على تجنب أو إزالة المشكلات والاضطرابات الانفعالية والسلوكية وذلك من خلال الكشف عن الأفكار المشوهة والتخلص منها وتعلم التفكير المنطقي وهذا يؤدي إلى نمو مشاعر وسلوكيات أكثر إيجابية فيتمتع بمزيد من الصحة النفسي (أبو اسعد وعربيات، 2015؛ بيك، 1995)، التي تنعكس على حياته بمختلف مجالاتها المهنية والأكاديمية وغيرها.

ترى النظرية التحليلية أن التشوهات المعرفية عبارة عن ميكانيزمات دفاعية تنتج عند الفشل في إشباع الحاجات الغريزية، بينما ترى نظرية الإرشاد الفردي أن التشوهات المعرفية تنتج عن جانب النقص والعجز الذي يشعر به الفرد نتيجة فشله في الوصول إلى الكمال (أبو اسعد وعربيات، 2009)، تفترض النظرية العقلانية العاطفية أن عواطف الفرد تنبع أساسا من معتقداته وتفسيراته، وردود أفعاله اتجاه المواقف الحياتية، كما تفترض أن الناس يولدون وهم يمتلكون أفكار عقلانية وغير عقلانية وأن الأفكار اللاعقلانية هي أكثر تأثيراً على السلوك، تتشكل الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد في مرحلة الطفولة فتصبح جزء من تركيبته، وحين يتعلم الفرد مجموعة من المهارات التي تساعده في التخلص من الأفكار اللاعقلانية وبناء أفكار إيجابية اتجاه المواقف والخبرات فإن ردود أفعاله العاطفية ستتغير (corey, 2001).

ترى المدرسة المعرفية أن التفكير السلبي المشوه يؤثر على مشاعر الفرد وبالتالي يؤثر على سلوكه وهذا بدوره يقود إلى الاضرابات النفسية، وأنه من خلال تعديل التفكير السلبي سيؤدي ذلك إلى نمو مشاعر أكثر إيجابية والتي تنعكس على سلوكه فيحث المزيد من التحسن باتجاه الشفاء. (بيك، 1995)

تعرف العصار (2015) التشوهات المعرفية بأنها التحريفات والأخطاء المعرفية في معالجة المعلومات التي يستخدمها الأفراد بصورة تلقائية عن أحداث الحياة بطريقة سلبية وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم.

هناك مركبات عديدة للتشوهات المعرفية؛ نذكر منها: المقارنات المجحفة، التفكير الثنائي، الاستدلال الانفعالي (العشوائي)، التعميم الزائد، التضخيم والتقليل، لوم الذات والآخرين، المنطق العاطفي، التفكير المثالي (أبو اسعد وعربيات، 2015؛ corey، 2001؛ بيك، 1995)

يعرف كل من اينزوورث وبولبي (Bowlby and Ainsworth, 1991) التعلق على أنه: رابطة انفعالية قوية يشكلها الطفل مع مقدم الرعاية الأساسي، وتصبح فيما بعد أساساً لعلاقات الحب المستقبلية.

تمثل الساعات الأولى من ولادة الطفل المرحلة الحرجة في حياته حيث يتم تحديد تعلق الأم بطفلها، فالأم التي ترفض الاتصال المبكر مع وليدها تقيم غالبا علاقة تعلق ضعيفة لدى الطفل والذي قد ينتج عنه العديد من اضطرابات العلاقة مع الوالدين، حيث يعتبر بولبي التعلق أنه صله عاطفية هامة ورابطة وجدانية بين شخصين، والتي تؤدي إلى تكوين ثلاثة أنماط للاتصال العاطفي متمثلة بالنمط الآمن والنمط التجنبي والنمط القلق والتي تظهر من خلال سلوكيات التعلق التي تعبر عن قوة ونوعية التعلق (عبد الرحيم، 2001).

غالباً ما تكون الأمهات في النمط الآمن حساسات عاطفياً يمنحن الدفء والحب ويشجعن أطفالهن على البحث الذاتي، يشعر الأطفال بالثقة عند ملامستهم لمقدم الرعاية الأساسي، يختبرون بيئتهم في حضورها ويظهرون

علامات الضيق والانزعاج في غيابها، وهم فوراً يريدون التقرب منها، يشعرون بثقة لدى اللقاء المتجدد معها، بحسب هذا النمط يستخدم الطفل شخصية التعلق كقاعدة آمنة ويقوم باكتشاف ما حوله بحرية (مرعي، 2016)، كما أنه أقل اضطراباً من غيره عند مواجهة الغريب وهو طفل ودود ومتجاوب ومتعاون مع الآخرين، مرن وذو مهارات وموارد متسعة، يبدي تنوع في سلوكه الاجتماعي وفي اتصاله مع الآخرين (يمينة، 2015)، يمكن أن نجد التعلق الآمن لدى الكبار اللذين لديهم اتجاه إيجابي نحو الذات والآخرين، حيث أنهم يمتلكون إحساساً بالجدارة ويتحملون المسؤولية ويرتاحون للعلاقات الاجتماعية والحميمة والعميقة ويتوقعون تقبل الآخرين لهم، وفي نفس الوقت يرتاحون للاستقلالية (Bartholomew & Horowitz, 1991).

تتميز الأمهات في نمط التعلق التجنبي بعدم الحساسية تجاه إشارات الضائقة لدى الطفل، وبعدم الاهتمام به وبالغضب تجاهه. يستمرون الأمهات برفض الطفل عاطفياً وجسدياً، ويكن مكتئبات وقاسيات من الناحية العاطفية ويرفضن محاولات الطفل للاقتراب، يشعر الأطفال بخوف أقل أثناء الفراق ويمتنعون عن الاقتراب من أمهاتهم في ارتباط جديد، قد يفضل الغريب عن الأم (مرعي، 2016)، يحاول الطفل بهذا النمط أن يكون مكتفي بنفسه عاطفياً بعيداً عن والديه منشغل بأنشطة وألعاب فردية متجاهلاً أي مبادرات قد تنشأ من الوالدين، حيث يكبر الطفل في عزلة عاطفية ونفسية وقد يصبح عدوانياً أو نرجسيّ أو مضاد للمجتمع (يمينة، 2015)، يظهر التعلق التجنبي لدى الكبار اللذين يملكون صورة إيجابية عن ذواتهم وسلبية عن الآخرين، فهم يحاولون حماية أنفسهم باستمرار من خيبة الأمل من خلال رفض العلاقات الشخصية، والمحافظة على صورتهم الشخصية كأشخاص مستقلين، لذلك فهم يعملون بشكل منفصل عن الآخرين ويرون أن الاعتماد المتبادل بين الأفراد نقطة ضعف في شخصية الفرد (Bartholomew & Horowitz, 1991).

الأمهات في نمط التعلق القلق لسنَ حساسات بشكل كاف لاحتياجات الأطفال، ولا يعتنينَ بهم بشكل دائم ولا يستجبن دائماً لاحتياجاتهم ولم ينجحن دائماً في محاولة تهدئتهم، الأطفال القلقون يميلون إلى تفعيل منظومة تعلق بشكل كبير، بحيث يظهرون مستوى ضعيف من اللعب والاكتشاف، ويظهرون التوتر بعد فراق الأم وصعوبة في الهدوء، بعد الارتباط المتجدد يظهر الأطفال اهتماماً بالأم مع إظهار الغضب، ويظهرون علامات القلق وعدم الراحة تجاه الغريب (مرعي، 2016)، وفيه يكون الطفل غير متأكد من أن الأم سوف تكون متواجدة ومتجاوبة ومتعاونة عندما يحتاج إليها، بحيث يتعرض لحرمان جزئي من الأم أو أن يكون اتجاه الأم غير ودود (يمينة، 2015) نجد هذا النمط لدى الكبار اللذين لديهم إدراكاً سلبياً نحو الذات وإيجابياً نحو الآخرين، فهم يكافحون من أجل تقبل أنفسهم من خلال السعي في الحصول على تقبل الآخرين ذو الأهمية لهم (Bartholomew & Horowitz, 1991).

تم تطبيق هذه الدراسة على عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية حيث تتميز المرحلة العمرية للعينة أنها مرحلة انتقالية من المراهقة إلى سن الرشد، وأهم ما يميز هذه المرحلة الاستقرار النسبي لأنماط التعلق كما يسهل تحديد طبيعة الأفكار المشوهة والكشف عنها.

مشكلة الدراسة

يلاحظ في الآونة الأخيرة اهتمام الباحثين في مجال التربية وعلم النفس بالاضطرابات النفسية والاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين، فهم الفئة الأكثر تعرضا لضغوط الحياة النفسية والاجتماعية والاقتصادية، ومتطلبات الحياة المتزايدة (خالد، 2015)، تعد الأفكار اللاعقلانية سبباً هاماً في نشوء هذه الاضطرابات النفسية (corey، 2001) وهذا يتطلب الكشف عنها وتحديدها ومواجهتها ليبقى الفرد سويا في تفكيره بعيدا عن الأفكار الخاطئة.

بالإضافة إلى عدم وجود دراسات عربية بحثت في العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق والتشوهات المعرفية حسب إطلاع الباحثة، وإلى قلة الدراسات التي تناولت موضوع التشوهات المعرفية في فلسطين.

قلة الأدب النظري الذي تناول موضوع أنماط التعلق، وندرة الدراسات السابقة التي بحثت به وتناولت دراسته مع متغيرات مختلفة حسب إطلاع الباحثة على الرغم من أهميته وتأثيره على حياة الفرد في المستقبل، حيث تؤثر أنماط التعلق بدرجة كبيرة في الجانب النفسيّ للفرد وهذا بدوره يؤثر على جميع مجالات الحياة منها الاجتماعية والاقتصادية والتربوية...الخ.

أسئلة الدراسة:

من خلال ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في أسئلة الدراسة التالية:

1- هل هناك علاقة ارتباطية بين التشوهات المعرفية وأنماط التعلق لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟
2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق تعزى إلى الجنس والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟
3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟

أهداف الدراسة

1- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التشوهات المعرفية وأنماط التعلق لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.
2- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في أنماط التعلق تعزى إلى الجنس والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.
3- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية

تؤثر كل من التشوهات المعرفية وأنماط التعلق في جميع مراحل حياة الفرد وفي نوعية وكمية انتاجيته وقدرته على حل المشكلات وفي الصحة النفسية والجسدية له بشكل عام، وهذا يجعل الاهتمام بها ودراستها أمر ضروري للنمو بصورة أفضل وتحقيق نتائج إيجابية في حياته، وبناء على ذلك يمكن الاستفادة من الأدب النظري الذي تقدمه هذه الدراسة، ويمكن من خلال الربط بين التشوهات المعرفية وأنماط التعلق الكشف عن أكثر أنماط التعلق عرضه للتشوهات المعرفية ودورها في بنائها، بالإضافة إلى القيمة العلمية التي تقدمها نتائج هذه الدراسة.

الأهمية التطبيقية

يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في توعية الأهل بتأثير أنماط التعلق على الأبناء في المدى البعيد، وتزويد المختصّين في المجال التربوي والمؤسسات النفسية والاجتماعية والمرشدين بالمعلومات العلمية اللازمة لبناء الخطط والبرامج الإرشادية للحد من التشوهات المعرفية لدى الأفراد، بالإضافة إلى استفادة الباحثين وأصحاب

الشأن من نتائج هذه الدراسة لبناء دراسات أخرى على أثرها، وقد تضاف نتائج هذه الدراسة إلى القيمة العلمية في بحث العلاقة بين متغيراتها، والتي يمكن أن يتم بناء معارف جديدة على أثرها.

مصطلحات الدراسة

المتغيرات الديمغرافية: وهي المتغيرات (الوسيطة) في البحث الحالي وتتمثل في الجنس: (ذكر، أنثى)، والترتيب الولادي: (الأول، الثاني، الأوسط، الأخير، الوحيد).

تعريف التشوهات المعرفية: تعرفها رسلان (2011) بأنها أساليب تفكير غير منطقية ومعارف محرفة تؤثر على إدراك الفرد وتفسيراته للأشياء إما بالدحض (التغاضي عنها) أو المبالغة. وأشارت إلى عدد من التشوهات التي تصيب التفكير وهي: تفكير الكل أو اللاشيء (التفكير القطبي)، المبالغة في لوم الذات والآخرين، أسلوب التفكير السوداوي، الحتميات، التجريد الاختياري، التعميم الزائد، التضخيم والتقليل، القفز إلى النتائج والاستنتاجات، التفكير الخرافي.

التعريف الإجرائي للتشوهات المعرفية: هي الدرجة الكلية لاستجابات أفراد العينة على مقياس يقيس التشوهات المعرفية.

تعريف أنماط التعلق: يعرفه كل من أبو غزالة وجرادات (2009) بأنه تعلق عاطفي قوي متبادل بين الطفل ومقدم الرعاية، تعكس رغبة كل منهما في المحافظة على القرب بينهما، وتُعد الأساس الذي تبنى عليه العلاقات الحميمة اللاحقة والتفاعلات الاجتماعية بشكل عام، وتتكون من ثلاثة أنماط تعلق وهي: التعلق الآمن، والتعلق القلق، والتعلق التجنبي.

أنماط التعلق: هي الدرجة الكلية لاستجابات أفراد العينة على مقياس يقيس أنماط التعلق.

2- الدراسات السابقة

دراسة أبو شعر (2007) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الوعي الديني والأفكار اللاعقلانية، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في الأفكار اللاعقلانية تعزى إلى الجنس لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، تكونت عينة الدراسة من (412) طالب وطالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية في غزة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في إجراء الدراسة، واعتمدت الدراسة على المقاييس كأداة قياس، ولتحليل النتائج تم استخدام معامل الارتباط بيرسون واختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية بين الوعي الديني والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة، كما أشارت إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الذكور أكثر من الإناث.

ودراسة يوسف وابراهيم (2013) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق والأسلوب المعرفي (الاعتماد – الاستقلالي) والأسلوب المعرفي (التأمل – الاندفاع) لدى طلبة جامعة صلاح الدين في مدينة أربيل، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في أنماط الارتباط تعزى إلى الجنس، وإلى التعرف على أكثر أنماط التعلق شيوعاً لدى طلبة الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (546) طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في إجراء الدراسة، واعتمدت الدراسة على المقاييس كأداة قياس، ولتحليل النتائج تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين ومعامل الارتباط بيرسون والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين أنماط التعلق (الآمن، والتجنبي، والقلق) والأساليب المعرفية (التأمل – الاندفاع) لدى طلبة الجامعة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين النمطيّ الآمن والتجنبي والأسلوب المعرفي (الاعتماد – الاستقلالية)،

وعدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط القلق والأسلوب المعرفي (الاعتماد – الاستقلالية)، كما أظهرت النتائج ووجود فروق في النمط الآمن تعزى إلى الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في النمطيّ التجنبي والقلق تعزى إلى الجنس، وأظهرت أيضاً أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً كان النمط الآمن يليه النمط التجنبي يليه النمط القلق لدى طلبة الجامعة.

أما دراسة أبو غزال وفلوه (2014) فقد هدفت إلى التعرف على أكثر أنماط التعلق شيوعاً، وإلى الكشف عن الفروق بين أنماط التعلق والجنس لدى الطلبة المراهقين، تكونت عينة الدراسة من (627) طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمدت الدراسة على المقاييس كأداة قياس، وللوصول إلى نتائج الدراسة تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار تحليل التباين الثنائي، وأظهرت النتائج أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً كان النمط الآمن تلاه النمط التجنبي تلاه النمط القلق، كما أظهرت الدراسة وجود فروق تعزى إلى الجنس في النمط القلق لصالح الذكور والنمط التجنبي لصالح الإناث.

في حين هدفت دراسة بني خالد (2015) إلى الكشف عن الفروق بين الأفكار اللاعقلانية تعزى إلى الجنس لدى طلبة الثانوية في لواء قصبة المفرق، تكونت عينة الدراسة من (207) طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي في إجراء الدراسة، واعتمدت الدراسة على المقاييس كأداة قياس، ولتحليل النتائج تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في الأفكار اللاعقلانية تعزى إلى الجنس لصالح الذكور.

بينما هدفت دراسة النمر (2016) إلى الكشف العلاقة الارتباطية بين تقبل الذات وتقبل الآخر وأنماط التعلق، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في أنماط التعلق تعزى إلى الجنس، تكونت عينة الدراسة من (394) طالب وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في إجراء الدراسة، كما اعتمدت الدراسة على المقياس كأداة قياس، ولتحليل النتائج تم استخدام معامل الارتباط بيرسون واختبار تحليل التباين الثنائي، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التعلق الآمن وتقبل الذات وتقبل الآخر لدى طلبة الجامعة الذكور والإناث، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين النمط الرافض (التجنبي) وتقبل الذات لدى الذكور، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين النمطي المنشغل (القلق) والخائف وكل من تقبل الذات وتقبل الآخر لدى الذكور، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط الرافض (التجنبي) وتقبل الذات بينما أظهرت وجود علاقة سالبة بين النمط الرافض وتقبل الآخر لدى الإناث، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط المنشغل (القلق) وكل من تقبل الذات وتقبل الآخر لدى الإناث، أظهرت النتائج أيضاً وجود فروق في النمط الآمن يعزى إلى الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في النمطيّ الرافض (التجنبي) والمنشغل (القلق) يعزى إلى الجنس.

وهدفت دراسة شيرين (Şirin, 2017) إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لنمطيّ التعلق (التعلق التجنبي، والتعلق القلق) في ثلاث تشوهات معرفية تتمثل في (تشوه رفض العلاقات الشخصية، وتشوه توقعات غير واقية في العلاقة، وتشوه سوء الفهم بين الأفراد) لدى طلبة الجامعة في تركيا، تكونت عينة الدراسة من (413) طالب وطالبة، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت المقاييس كأداة قياس، وللخروج بنتائج الدراسة تم استخدام معامل الارتباط بيرسون وتحليل الانحدار، أشارت النتائج إلى أن نمطيّ الارتباط (التجنبي والقلق) استطاعا تفسير التشوهات المعرفية بأبعادها الثلاث، كما أشارت النتائج إلى أن نمط الارتباط التجنبي يعد مؤشر مهم للتنبؤ بتشوه سوء الفهم بين الأفراد في حين لم يكن لنمط الارتباط القلق مساهمة كبيرة في التنبؤ به، وأن نمطيّ الارتباط (التجنبي والقلق) استطاعا التنبؤ بتشوه توقعات غير واقعية في العلاقة وتشوه سوء الفهم بين الأفراد.

أما دراسة أبو هلال (2018) فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التشوهات المعرفية وتقدير الذات والتسامح والسعادة لدى الراشدين والمسنين في محافظة نابلس، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في

التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس، تكونت عينة الدراسة من (254) ذكر وأنثى، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في إجراء الدراسة، واعتمدت الدراسة على المقاييس كأداة قياس، ولتحليل النتائج تم استخدام معامل بيرسون واختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التشوهات المعرفية وكل من تقدير الذات والتسامح والسعادة لدى الراشدين والمسنين، كما أظهرت عدم وجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس.

من خلال عرض الدراسات السابقة نلاحظ أن متغيريّ أنماط التعلق والتشوهات المعرفية لم يرتبطا إلا في دراسة شيرين (Şirin, 2017) التي هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لنمطيّ التعلق (التعلق التجنبي، والتعلق القلق) في ثلاث تشوهات معرفية تتمثل في (تشوه رفض العلاقات الشخصية، وتشوه توقعات غير واقية في العلاقة، وتشوه سوء الفهم بين الأفراد) وأشارت النتائج إلى أن نمطيّ الارتباط (التجنبي والقلي) استطاعا تفسير التشوهات المعرفية، كما نلاحظ من خلال عرض الدراسات السابقة ارتباط التشوهات المعرفية أو ما يعرف بالتفكير اللاعقلاني بمتغيّر الوعي الديني كما في دراسة أبو شعر (2007)، كذلك ارتباطها بمتغيرات تقدير الذات والسعادة والتسامح كما هو الحال في دراسة أبو هلال (2018)، ونلاحظ أيضاً ارتباط متغيّر أنماط التعلق مع متغيّر الأساليب المعرفية منها أسلوب (التأمل – الاندفاع) وأسلوب (الاعتمادية – الاستقلالية) كما في دراسة يوسف وابراهيم (2013)، ومتغيّر تقبل الذات وتقبل الآخر كما في دراسة النمر (2016).

نلاحظ أيضاً أن الدراسات السابقة اختلفت في ما بينها بوجود أو عدم وجود فروق في متغيريّ أنماط التعلق والتشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس، كما اعتمدت الدراسات السابقة على المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمدت على المقاييس كأداة قياس، كما تناولت عينات مختلفة من طلبة الجامعات وطلبة المدارس والراشدين والمسنين.

يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة من خلال الأدب الذي قدمته، كما يمكن الاستفادة من نتائجها، تتميز هذه الدراسة عن بقية الدراسات السابقة بربط أنما التعلق الثلاث (الآمن والتجنبي والقلق) مع الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعادها الثامن، كما تتميز بالبحث عن الفروق في متغيريّ أنماط التعلق والتشوهات المعرفية تعزى إلى الترتيب الولادي.

3- منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى فحص العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق والتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي حيث يساعد هذا التصميم في فهم العلاقات المتبادلة بين المتغيرات، وقد اعتمدت هذه الدراسة على المقاييس كأداة في الوصول إلى نتائجها وهي: مقياس أنماط التعلق، ومقياس التشوهات المعرفية.

مجتمع الدراسة وعينتها:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة النجاح الوطنية، تكونت عينة الدراسة من (280) طالب وطالبة منهم (100) طالب أي ما نسبته (35.7%)، و(180) طالبة أي ما نسبته (64.3%) من حجم العينة، وكانت النسب الموزعة وفق الترتيب الولادي كالتالي: الأول (23.6%)، الثاني (17.1%)، الأوسط (40.3%)، الأخير (16.8%)، الوحيد (2.2%)، قامت الباحثة بإتباع الطريقة العشوائية في اختيار العينة.

أدوات الدراسة:

تم استخدام مقياسين كأداة لإجراء هذا البحث؛ الأول: مقياس التشوهات المعرفية، والثاني: مقياس أنماط التعلق.

مقياس أنماط التعلق

يهدف هذا المقياس إلى قياس أنماط التعلق لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية من خلال مجموعة من العبارات التي تفحص التعلق من خلال مواقف ومشاعر الأشخاص نحو الآخرين، للكشف عن أنماط التعلق المتمثلة بالنمط الآمن والنمط التجنبي والنمط القلق.

المقياس الحالي من إعداد (أبو غزالة وجرادات، 2009)، حيث يتكون من (20) فقرة، يتم الإجابة عليها من خلال أسلوب ليكرت ذي التدرج السداسي من 0 - 5، بحيث يمثل الرقم (0) لا تنطبق على الإطلاق، ويمثل الرقم (5) تنطبق تماما، يتكون هذا المقياس من ثلاثة أبعاد: بعد التعلق الآمن ويضم الفقرات (4، 7، 10، 11، 14، 19) من الأمثلة على فقرات هذا النمط "أعراف أني ساجد من يساعدني عندما احتاج للمساعدة"، وبعد التعلق القلق ويضم الفقرات (1، 3، 6، 9، 13، 16،17) من الأمثلة على فقرات هذا النمط "لا يقدرني أو يحترمني الآخرين تماماً كما أقدرهم واحترمهم"، بعد التعلق التجنبي ويضم الفقرات (2، 5، 8، 12، 15، 18، 20) من الأمثلة على فقرات هذا النمط "لا أقلق عندما أكون وحيداً"، جميع فقرات المقياس إيجابية باتجاه البعد الذي تنتمي إليه (ملحق رقم 1: مقياس أنماط التعلق).

تم احتساب الصدق الداخلي للمقياس (صدق البناء) من خلال معامل الارتباط بيرسون بعد تطبيقه على عينة الدراسة، حيث تم فحص ارتباط كل فقرة بالبعد الذي تنتمي إليه وارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول التالي النتائج:-

الجدول رقم (1)

معامل الارتباط بيرسون بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه، وبين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

النمط الآمن		النمط القلق		النمط التجنبي	
فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط
4	0.559**	1	*3470.	2	0.619**
7	0.629**	3	**5630.	5	0.746**
10	0.758**	6	**6000.	8	0.591**
11	0.470**	9	**6440.	12	0.442**
14	0.781**	13	0.543**	15	0.771**
19	0.721**	16	0.665**	18	0.816**
		17	0.658**	20	0.687**

أنماط التعلق	النمط الآمن	0.820**	النمط القلق	0.424**	النمط التجنبي	0.843**

**دال عند (α= 0.01)

يظهر من خلال الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية قوية ذات دلالة إحصائية بين جميع فقرات مقياس أنماط التعلق وكل بعد تنتمي إليه كل فقرة عند مستوى عند مستوى الدلالة (0.01)، كما يظهر من خلال الجدول

وجود علاقة ارتباطية قوية ذات دلالة إحصائية بين جميع أبعاد مقياس أنماط التعلق والدرجة الكلية للمقياس عند مستوى عند مستوى الدلالة (0.01).

تم احتساب ثبات المقياس من خلال معامل الاتساق الداخلي "كرونباخ ألفا" الكلي لمقياس التعلق حيث بلغت قيمته (α=0.672). كما تم احتساب معامل "كرونباخ ألفا" على كل بعد كالتالي: البعد الأول "النمط الآمن" حيث بلغت قيمته (α=0.639) البعد الثاني "النمط التجنبي" حيث بلغت قيمته (α=0.744) البعد الثالث "النمط القلق" حيث بلغت قيمته (α=0.824).

يشير سلم القياس في مقياس أنماط التعلق في المعدل الأعلى (كلما كان أقرب إلى 5) إلى ظهور نمط التعلق بدرجة كبيرة، والعكس كلما كان أقل (أقرب إلى 0) فإنه يشير إلى انعدام ظهور هذا النمط.

مقياس التشوهات المعرفية

يهدف هذا المقياس إلى قياس مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، من خلال مجموعة من المواقف والمشاعر التي تفحص (8) أبعاد من التشوهات المعرفية، وهو من إعداد (العصار، 2015) يتكون المقياس بصورته الأولية من (52) فقرة، وبعد التحقق من الصدق الداخلي للمقياس تم حذف فقرتين ليتكون المقياس بصورته النهائية من (50) فقرة يتم الإجابة عليه من خلال التدرج الثلاثي (1-3) حيث يعبر (1) عن أبداً ويعبر (3) عن دائماً.

يتكون المقياس من (8) أبعاد، الأول: بعد التفكير الثنائي ويضم الفقرات التالية (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10) مثال على هذا البعد "أفضل عدم المحاولة أن لم أكن الأفضل" والثاني: بعد الاستنتاج العشوائي ويضم الفقرات التالية (11، 12، 13، 14، 15) مثال على هذا البعد "استخلص النتائج دون النظر بعناية إلى التفاصيل" والثالث: بعد المبالغة والتقليل ويضم الفقرات التالية (16، 17، 18، 19، 20، 21) مثال على هذا البعد "الأشياء القليلة التي أفعلها تعني الكثير للآخرين" والرابع: بعد المنطق العاطفي ويضم الفقرات التالية (22، 23، 24، 25، 26، 27، 28) مثال على هذا البعد "أشعر أنني على حق فيما أفعل" والخامس: بعد لوم الذات والآخرين ويضم الفقرات التالية (29، 30، 31، 32، 33، 34، 35) مثال على هذا البعد "أخطائي ترجع للآخرين" والسادس: بعد التفكير المثالي ويضم الفقرات التالية (36، 37، 38، 39) مثال على هذا البعد "لا قيمة للأعمال التي تحتوي على أخطاء" والسابع: بعد المقارنات المجحفة ويضم الفقرات التالية (40، 41، 42، 43، 44) مثال على هذا البعد "الآخرين هم أفضل مني في جميع الأمور" والثامن: بعد الإفراط في التعميم ويضم الفقرات التالية (46، 45، 47، 48، 49، 50) مثال على هذا البعد "لا أحد يفهمني"، جميع فقرات هذا المقياس موجبه بالنسبة للبعد العام الذي تنتمي إليه (ملحق رقم 2: مقياس التشوهات المعرفية).

تم التحقق من الصدق الداخلي للمقياس (صدق البناء) من خلال معامل الارتباط بيرسون بعد تطبيقه على عينة الدراسة، حيث تم فحص ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وفحص ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول التالي النتائج:-

الجدول رقم (2) معامل الارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية، وبين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط
1	0.492**	14	0.458**	27	0.181**	40	0.440**	التفكير الثنائي	0.759**
2	0.492**	15	0.484**	28	0.230**	41	0.175**	الاستنتاج العشوائي	0.679**

فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط	فقرة	معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط
3	0.346**	16	0.222**	29	0.305**	42	0.330**	المبالغة والتقليل	0.557**
4	0.293**	17	0.102	30	0.423**	43	0.332**	المنطق العاطفي	0.516**
5	0.530**	18	0.108	31	0.416**	44	0.466**	لوم الذات والآخرين	0.737**
6	0.327**	19	0.196**	32	0.490**	45	0.408**		
7	0.440**	20	0.266**	33	0.527**	46	0.420**	التفكير المثالي	0.574**
8	0.464**	21	0.480**	34	0.473**	47	0.394**	المقارنات المجحفة	0.551**
9	0.469**	22	0.503**	35	0.518**	48	0.269**	الإفراط في التعميم	0.668**
10	0.466**	23	0.246**	36	0.327**	49	0.436**		
11	0.390**	24	0.337**	37	0.346**	50	0.471**		
12	0.388**	25	0.224**	38	0.482**	51	0.379**		
13	0.494**	26	0.233**	39	0.444**	52	0.441**		

**دال عند (α= 0.01)

يظهر من خلال الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية قوية ذات دلالة إحصائية بين جميع فقرات مقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية للمقياس عند مستوى عند مستوى الدلالة (0.01)، بينما لا يوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.5) بين الفقرتين (17، 18) والدرجة الكلية للمقياس وبناءً على ذلك تم حذفهما، كما يظهر من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية قوية عند مستوى الدلالة (0.01) بين جميع أبعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية للمقياس.

تم احتساب ثبات المقياس بعد تطبيقه على أفراد العينة، من خلال معامل الاتساق الداخلي "كرونباخ ألفا" حيث بلغ معامل "كرونباخ ألفا" الكلي على المقياس (α=0.888) بينما بلغ معامل "كرونباخ ألفا" في كل بعد على النحو التالي: التفكير الثنائي (α=0.767)، الاستنتاج العشوائي (α=0.664)، المبالغة والتقليل (α=0.524)، المنطق العاطفي (α=0.611)، لوم الذات والآخرين (α=0.697)، التفكير المثالي (α=0.612)، المقارنات المجحفة (α=0.759)، الإفراط في التعميم (α=0.647).

يشير سلم القياس في مقياس التشوهات المعرفية في المعدل الأعلى (كلما كان أقرب إلى 3) إلى ظهور مستوى عالٍ من التشوهات المعرفية، والعكس كلما كان أقل (أقرب إلى 1) فانه يشير إلى إنعدام وجود التشوهات المعرفية.

التحليلات الإحصائية

تم استخدام برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS لتحليل نتائج الدراسة، حيث تم استخدام اختبار (t) لعينتين مستقلتين، واختبار (F) تحليل التباين الأحادي، ومعامل الارتباط بيرسون لإجراء المعالجات الإحصائية، التي يمكن من خلالها الإجابة على أسئلة الدراسة والخروج بنتائجها.

4- عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

- السؤال الأول: "هل هناك علاقة ارتباطية بين التشوهات المعرفية وأنماط التعلق لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟"

للإجابة عن السؤال السابق قامت الباحثة باحتساب معامل الارتباط بيرسون بين أنماط التعلق وهي: (الآمن، والقلق، والتجنبي)، والدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعادها التالية: (التفكير الثنائي، الاستنتاج

العشوائي، المبالغة والتقليل، المنطق العاطفي، لوم الذات والآخرين، التفكير المثالي، المقارنات المجحفة، والتعميم الزائد) وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي:

جدول رقم (3) معامل الارتباط بيرسون بين أنماط التعلق والتشوهات المعرفية.

مقياس التشوهات المعرفية	أنماط التعلق		
	النمط الآمن	النمط القلق	النمط التجنبي
التفكير الثنائي	-0.08	**0.25	-0.02
الاستنتاج العشوائي	-0.13	**0.19	-0.06
المبالغة والتقليل	0.05	0.08	0.08
المنطق العاطفي	0.08	0.09	0.04
لوم الذات والآخرين	*-0.12	**0.18	*-0.12
التفكير المثالي	0.09	**0.17	*0.11
المقارنات المجحفة	**-0.28	**0.28	*-0.11
الإفراط في التعميم	**-0.27	**0.40	-0.07
الدرجة الكلية للمقياس	*-0.13	**0.32	-0.03
	**p<0.01	*p<0.05	

يظهر من الجدول أعلاه وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية والنمط القلق (r=0.32، p=<0.01)، كما يظهر وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية والنمط الآمن (r=0.13-، p=<0.05)، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية والنمط التجنبي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.

كما يظهر من الجدول وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين النمط الآمن وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (لوم الذات والآخرين، والمقارنات المجحفة، والإفراط في التعميم)، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط الآمن وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (التفكير الثنائي، والاستنتاج العشوائي، والمبالغة والتقليل، والمنطق العاطفي، والتفكير المثالي).

ويظهر من الجدول أيضاً وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين النمط القلق وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (التفكير الثنائي، والاستنتاج العشوائي، ولوم الذات والآخرين، والتفكير المثالي، والمقارنات المجحفة، والإفراط في التعميم)، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط القلق وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (المبالغة والتقليل، والمنطق العاطفي).

كذلك يظهر من الجدول وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين النمط التجنبي وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (لوم الذات والآخرين، والمقارنات المجحفة)، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين النمط التجنبي وبعد التفكير المثالي من التشوهات المعرفية، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط التجنبي وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (التفكير الثنائي، والاستنتاج العشوائي، والمبالغة والتقليل، والمنطق العاطفي، والإفراط في التعميم).

- **السؤال الثاني:** "هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق إلى الجنس والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟"

للإجابة على السؤال السابق تم تقسيمه وفق ما يلي:

الفرع الأول: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق تعزى إلى الجنس لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام تم إجراء اختبار (Independent Samples T Test) اختبار (ت) لعينتين مستقلتين وتم استخراج المعدلات والانحرافات المعيارية، وقيم t، ومستوى الدلالة الإحصائية لأنماط التعلق وفق لمتغير الجنس وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي:

جدول رقم (4) المعدلات والانحرافات المعيارية، قيم t، الدلالة الإحصائية لأنماط التعلق وفق لمتغير الجنس

أنماط الارتباط	ذكر N=100		أنثى N=180		قيم T	مستوى الدلالة
	المعدل	الانحراف المعياري	المعدل	الانحراف المعياري		
النمط الآمن	3.02	0.85	3.09	0.89	-0.63	0.52
النمط القلق	1.52	0.92	1.20	0.96	2.69	0.00
النمط التجنبي	3.17	1.00	3.33	0.85	-0.80	0.07

يظهر من الجدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النمط الآمن والنمط التجنبي تعزى إلى الجنس، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية في النمط الآمن (P= 0.52)، وفي النمط التجنبي (P= 0.07)، بينما يظهر الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النمط القلق تعزى إلى الجنس (P= 0.00)، يظهر الجدول أن مستوى النمط القلق لدى الذكور (معدل 1.52 وانحراف معياري 0.92) وهو أعلى من مستوى النمط القلق لدى الإناث حيث بلغ (معدل 1.20 وانحراف معياري 0.96).

الفرع الثاني: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق تعزى إلى الترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟

للإجابة على السؤال السابق تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One- Way ANOVA) وتم استخراج المعدلات والانحرافات المعيارية، وقيمF، ومستوى الدلالة الإحصائية لأنماط التعلق وفق الترتيب الولادي وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي:

جدول رقم (5) المعدلات والانحرافات المعيارية، وقيمF، الدلالة الإحصائية لأنماط التعلق وفق الترتيب الولادي

أنماط التعلق		الأول N=66	الثاني N=48	الأوسط N=113	الأخير N=47	الوحيد N=6	قيمة F	مستوى الدلالة
النمط الآمن	المعدل	3.10	2.92	3.14	0.39	3.61	1.40	0.23
	الانحراف المعياري	0.82	1.03	0.80	0.92	0.88		
النمط القلق	المعدل	1.33	0.10	1.32	1.51	1.23	0.10	0.35
	الانحراف المعياري	0.90	0.75	1.04	1.01	0.84		
النمط التجنبي	المعدل	3.41	3.22	3.38	3.14	2.71	1.53	0.19
	الانحراف المعياري	0.90	1.03	0.86	0.91	0.91		

يظهر الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق تعزى للترتيب الولادي حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة في النمط الآمن (P= 0.23)، وفي النمط القلق (P= 0.35)، وفي النمط التجنبي (P= 0.19).

السؤال الثالث:" هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟"

للإجابة على السؤال السابق تم تقسيمه وفق ما يلي:

الفرع الأول: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام تم إجراء اختبار (Independent Samples T Test) اختبار (ت) لعينتين مستقلتين وتم استخراج المعدلات والانحرافات المعيارية، وقيم t، ومستوى الدلالة الإحصائية للتشوهات المعرفية وفق لمتغير الجنس وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي:

جدول رقم (6) المعدلات والانحرافات المعيارية، قيم t، الدلالة الإحصائية للتشوهات المعرفية وفق لمتغير الجنس

التشوهات المعرفية	ذكر N= 100		أنثى N = 180		قيمة	الدلالة
	المعدل	الانحراف المعياري	المعدل	الانحراف المعياري	T	الإحصائية
التفكير الثنائي	1.73	0.42	1.60	0.36	2.59	0.01
الاستنتاج العشوائي	1.91	0.44	1.74	0.38	3.33	0.00
المبالغة والتقليل	2.07	0.31	2.02	0.28	1.34	0.18
المنطق العاطفي	2.12	0.31	2.15	0.31	-0.67	0.49
لوم الذات والآخرين	1.76	0.41	1.63	0.38	2.72	0.00
التفكير المثالي	2.07	0.47	1.95	0.47	1.94	0.053
المقارنات المجحفة	1.75	0.49	1.59	0.43	2.61	0.01
الإفراط في التعميم	1.68	0.38	1.55	0.36	2.75	0.00
البعد العام	1.88	0.25	1.78	0.23	3.31	0.00

يظهر من الجدول أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى للجنس، بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (P= 0.00)، حيث بلغت مستوى التشوهات المعرفية لدى الذكور (معدل 1.88 وانحراف معياري 0.25)، وهي أعلى من مستوى التشوهات المعرفية لدى الإناث (معدل 1.78 وانحراف معياري 0.23)

الفرع الثاني: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟

للإجابة على السؤال السابق تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One- Way ANOVA) وتم استخراج المعدلات والانحرافات المعيارية، وقيم F، ومستوى الدلالة الإحصائية للتشوهات المعرفية وفق الترتيب الولادي وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي:

جدول رقم (7) المعدلات والانحرافات المعيارية، وقيمF، الدلالة الإحصائية للتشوهات المعرفية وفق الترتيب الولادي

التشوهات المعرفية		الأول N=66	الثاني N=48	الأوسط N=113	الأخير N=47	الوحيد N=6	قيمةF	مستوى الدلالة
التفكير الثنائي	المعدل	1.71	1.65	1.59	1.70	1.50	1.44	0.21
	الانحراف المعياري	0.40	0.36	0.37	0.40	0.40		
الاستنتاج العشوائي	المعدل	1.76	1.86	1.77	1.86	1.86	0.78	0.53
	الانحراف المعياري	0.42	0.36	0.41	0.44	0.32		

التشوهات المعرفية		الأول N=66	الثاني N=48	الأوسط N=113	الأخير N=47	الوحيد N=6	قيمةF	مستوى الدلالة
المبالغة والتقليل	المعدل	2.03	2.03	2.04	2.05	1.95	0.13	0.97
	الانحراف المعياري	0.29	0.28	0.31	0.27	0.35		
المنطق العاطفي	المعدل	2.17	2.17	2.14	2.08	2.07	0.69	0.59
	الانحراف المعياري	0.33	0.29	0.30	0.32	0.43		
لوم الذات والآخرين	المعدل	1.66	1.69	1.66	1.72	1.71	0.23	0.92
	الانحراف المعياري	0.40	0.36	0.40	0.43	0.40		
التفكير المثالي	المعدل	2.03	2.04	1.97	1.97	1.75	0.68	0.60
	الانحراف المعياري	0.48	0.45	0.48	0.45	0.50		
المقارنات المجحفة	المعدل	1.59	1.65	1.65	1.71	1.76	0.59	0.66
	الانحراف المعياري	0.38	0.45	0.48	0.52	0.54		
الإفراط في التعميم	المعدل	1.57	1.61	1.59	1.62	1.75	0.39	0.81
	الانحراف المعياري	0.39	0.38	0.35	0.39	0.29		
البعد العام	المعدل	1.82	1.83	1.79	1.84	1.78	0.32	0.86
	الانحراف المعياري	0.26	0.21	0.24	0.27	0.26		

يظهر من الجدول أعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى للترتيب الولادي حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة في البعد العام (P= 0.86).

مناقشة النتائج

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

"هل هناك علاقة ارتباطية بين التشوهات المعرفية وأنماط التعلق لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟"

أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية والنمط القلق، كما أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية والنمط الآمن، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية والنمط التجنبي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.

كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين النمط الآمن وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (لوم الذات والآخرين، والمقارنات المجحفة، والإفراط في التعميم)، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط الآمن وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (التفكير الثنائي، والاستنتاج العشوائي، والمبالغة والتقليل، والمنطق العاطفي، والتفكير المثالي).

كذلك أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين النمط القلق وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (التفكير الثنائي، والاستنتاج العشوائي، ولوم الذات والآخرين، والتفكير المثالي، والمقارنات المجحفة، والإفراط في التعميم)، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط القلق وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (المبالغة والتقليل، والمنطق العاطفي).

أشارت النتائج أيضاً إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين النمط التجنبي وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (لوم الذات والآخرين، والمقارنات المجحفة)، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة

إحصائية بين النمط التجنبي وبعد التفكير المثالي من التشوهات المعرفية، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط التجنبي وأبعاد التشوهات المعرفية التالية (التفكير الثنائي، والاستنتاج العشوائي، والمبالغة والتقليل، والمنطق العاطفي، والإفراط في التعميم).

اختلفت أبعاد التشوهات المعرفية في الدراسة الحالية مع أبعاد التشوهات المعرفية في دراسة مع دراسة شيرين (Şirin, 2017) والتي هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لنمطيّ التعلق (التعلق التجنبي، والتعلق القلق) في ثلاث تشوهات معرفية تتمثل في (تشوه رفض العلاقات الشخصية، وتشوه توقعات غير واقية في العلاقة، وتشوه سوء الفهم بين الأفراد) لدى طلبة الجامعة في تركيا، وأشارت النتائج إلى أن نمطيّ الارتباط (التجنبي والقلق) استطاعا تفسير التشوهات المعرفية بأبعادها الثلاث، كما أشارت النتائج إلى أن نمط الارتباط التجنبي يعد مؤشر مهم للتنبؤ بتشوه سوء الفهم بين الأفراد في حين لم يكن لنمط الارتباط القلق مساهمة كبيرة في التنبؤ به، وأن نمطيّ الارتباط (التجنبي والقلق) استطاعا التنبؤ بتشوه توقعات غير واقعية في العلاقة وتشوه سوء الفهم بين الأفراد، ولكن يمكن القول أن نتيجة إمكانية تنبؤ النمط القلق بالتشوهات المعرفية عموماً في دراسة شرين (Şirin, 2017) تتفق مع الدراسة الحالة في وجود علاقة بين النمط القلق والتشوهات المعرفية عموماً، كما تبين نتيجة دراسة شرين (Şirin, 2017) بأن إسهام نمط التعلق التجنبي بإمكانية التنبؤ بالتشوهات المعرفية كان فقد في تشوه معرفي واحد وهو سوء الفهم بين الأفراد، أما في الدراسة الحالية كانت العلاقة الارتباطية بين النمط التجنبي والتشوهات المعرفي في بعدين فقد وهما (لوم الذات والآخرين، والتفكير المثالي)، وهذا يعني أن النمط التجنبي يسهم في التشوهات المعرفية بصورة محدودة.

تفسر الباحثة ارتباط التشوهات المعرفية مع النمط القلق بأن أصحاب النمط القلق يمتلكون نظرة سلبية وتقييم سلبي لذواتهم وإيجابي نحو الآخرين، ويرون أن قيمتهم لأنفسهم وتقبّلهم الذاتي يكون من خلال تقبّل الآخرين المهمين في حياتهم، وهذه جزء من المعتقدات السلبية التي تقود إلى التشوهات المعرفية، وتفسر الباحثة وجود ارتباط سلبي بين التشوهات المعرفية والنمط الآمن بأن أصحاب النمط الآمن يمتلكون نظرة إيجابية لأنفسهم وللآخرين وهم أقل عرضة للاضطرابات النفسية كما ورد في الإطار النظري في البحث الحالي وبالتالي تكون التشوهات المعرفية لديهم في أدنى مستوى لها مقارنة بالنمطين الآمن والتجنبي.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

"هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق تعزى إلى الجنس، والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟"

أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النمط الآمن والنمط التجنبي تعزى إلى الجنس، كما أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النمط القلق تعزى إلى الجنس لصالح الذكور، أشارت النتائج أيضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق تعزى للترتيب الولادي

تفسر الباحثة وجود فروق في النمط القلق يعزى إلى الجنس لصالح الذكور بأن الذكور غالباً يسعون إلى إرضاء المحيطين نظراً لطبيعة المسؤولية الموكلة عليهم في مجال العمل والتعليم لكي يستعدوا لتحمل أعباء الزواج وبهذا يمكن أن ينظروا لأنفسهم من خلال تقييم الآخرين، أن عدم وجود فروق في الترتيب الولادي من الممكن أن يعود إلى اتجاهات أغلب الأمهات نحو الأبناء منذ ولادتهم والذي يحدد طبيعة التعلق.

اتفقت النتائج المتعلقة بالجنس مع دراسة أبو غزال وفلوه (2014) التي أظهرت وجود فروق تعزى إلى الجنس في النمط القلق لصالح الذكور بينما لم تتفق معها في النتائج المتعلقة بوجود فروق في النمط التجنبي لصالح الإناث وفي عدم وجود فروق في النمط الآمن.

كما لم تتفق نتيجة هذه النتيجة مع دراسة يوسف وابراهيم (2013) التي أظهرت إلى وجود فروق في النمط الآمن تعزى إلى الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في النمطيّ التجنبي والقلق تعزى إلى الجنس، ولم تتفق أيضاً مع دراسة النمر (2016) التي أظهرت إلى وجود فروق في النمط الآمن يعزى إلى الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في النمطيّ الرافض (التجنبي) والمنشغل (القلق) يعزى إلى الجنس.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

"هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس، والترتيب الولادي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟"

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس لصالح الذكور كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشوهات المعرفية تعزى إلى الترتيب الولادي.

تفسر الباحثة وجود تشوهات معرفية لدى الذكور أكثر من الإناث قد يعود إلى أن تربية الذكور تختلف عن تربية الإناث في فلسطين، وفي نظرة المجتمع للذكور ونظرة الذكور لأنفسهم وإلى أدوارهم التي يتم غرسها في الذكور منذ طفولتهم فينموا على أفكار معينة تؤدي إلى نشوء تشوهات معرفية، كما تفسر الباحثة عدم وجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى الترتيب الولادي قد يعود إلى أن كل فرد عرضة للتشوهات المعرفية نتيجة لطبيعة التفكير الخاص به، والظروف التي تعرض لها خلال حياته وخاصة في مرحلة الطفولة المبكرة حيث يتم بها تشكيل البناء المعرفي لدى الطفل.

اتفقت هذه النتائج مع دراسة بني خالد (2015) ودراسة أبو شعر (2007)، التي أشارتا إلى وجود فروق دالة إحصائياً في الأفكار اللاعقلانية تعزى للجنس لصالح الذكور، بينما لم تتفق هذه النتائج مع دراسة أبو هلال (2018) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس.

التوصيات والمقترحات

1- الاهتمام بالعوامل التي تساعد في نمو التشوهات المعرفية لتقديم برامج إرشادية وقائية فعالة.
2- تقديم برامج إرشادية لطلبة السنة الأولى وللذكور للحد من التشوهات المعرفية لديهم.
3- توفير دورات تدريبية للأفراد تمكنهم من التعرف على التشوهات المعرفية لديهم وتأثيرها على حياتهم وتدريبهم على التخلص منها.
4- تطبيق برامج توعية للأمهات حول أنماط التعلق وتأثيره على أبنائهن في المستقبل.
5- تطبيق مثل هذه الدراسة على عينات أخرى كالمراهقين وطلبة المدارس وغيرهم.
6- إجراء دراسات أخرى لربط كلا متغيريّ أنماط التعلق والتشوهات المعرفية مع متغيرات أخرى.

قائمة المراجع

أولاً- المراجع بالعربية:

- أبو اسعد، أحمد وعربيات، احمد. (2009). **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي ط1**. عمان: دار الميسرة.

- أبو اسعد، احمد وعربيات، احمد. (2015). **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي ط3**. عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع.
- أبو شعر، عبد الفتاح. (2007). **الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات**. رسالة ماجستير. غزة: الجامعة الإسلامية.
- أبو غزال، معاوية وفلوه، عايدة. (2014). أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والفئة العمرية. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، 10 (3): 351-368.
- أبو غزالة، معاوية وجرادات، عبد الكريم. (2009). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، 5 (1).
- أبو هلال، ياسمين. (2018). التشوهات المعرفية وتقدير الذات وعلاقتهما بالتسامح والسعادة لدى الراشدين والمسنين في محافظة نابلس. **رسالة ماجستير**، جامعة النجاح الوطنية، نابلس.
- البراق، فطوم. (2008). **التفكير اللاعقلاني وعلاقته بتقدير الذات ومركز التحكم لدى طلاب الجامعات بالمدينة المنورة**. رسالة ماجستير. المدينة المنورة: جامعة طيبة.
- بني خالد، محمد. (2015). الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة المراهقين في المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية. **مجلد اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس**. 13 (2).
- بيك، ارون. (2000). **العلاج المعرفي والاضطرابات المعرفية (ترجمة عادل مصطفى)**. لبنان: دار النهضة العربية.
- بيك، جوديث. (1995). **العلاج المعرفي الأسس والأبعاد (ترجمة طلعت مطر)**. القاهرة: الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.
- التويجري، محمد. (2001). **الأسرة والتنشئة الاجتماعية في المجتمع العربي السعودي**. الرياض: مكتبة العبيكان.
- خالدي، عبدالله. (2008). **فاعلية الذات لدى طلبة المدار الثانوية في مدينة الناصرة في ضوء بعض المتغيرات**. رسالة ماجستير غير منشورة. اربد: جامعة اليرموك.
- رسلان، سماح. (2011). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلاب كلية التربية. **مجلة القراءة والمعرفة**، 117، 97-58.
- زهران، عبد السلام. (1974). **علم النفس الاجتماعي**. مصر: عالم الكتب.
- عبد الرحيم، محمود. (2001). **علم نفس النمو قضايا ومشكلات**. القاهرة: مكتبة زهراء الشرقية.
- العصار، إسلام. (2015). **التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في محافظة غزة**. رسالة ماجستير. غزة: الجامعة الإسلامية.
- كحلة، ألفت. (1998)**العلاج المعرفي السلوكي والعلاج السلوكي عن طريق التحكم الذاتي لمرضى الاكتئاب**. القاهرة: إيريك للطباعة والنشر والتوزيع.
- مرعي، ابتسام. (2016). نظرية التعلق العاطفي من منظور متعدد الثقافات. **مجلة نبراس**، العدد 9
- النمر، آمال. (2016). تقبل الذات وعلاقته بكل من تقبل الآخر وأساليب التعلق لدى طلبة الجامعة. جامعة القاهرة، **مجلة العلوم التربوية**. 2 (2).
- الهويش، ريما. (2010). **الأحكام التلقائية عن الذات والعدوان والعدائية لدى عينة من النساء المعنفات وغير المعنفات بمحافظة جدة**. رسالة ماجستير. السعودية: جامعة أم القرى.
- يمينة، مدوري. (2015). إشكالية التعلق لدى الطفل. **مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية**، 13 (14).

- يوسف، حنيفة وابراهيم، ريزان. (2013). أنماط التعلق وعلاقتها بالأساليب المعرفية (التأمل – الاندفاع) و(الاعتمادية – الاستقلالية) لدى طلبة الجامعة، **مجلة زانكو للعلوم الإنسانية**، ع 58.

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Ainsworth, M. and Bowlby, J. (1991). *An ethological approach to personality development*. American Psychologist, 46, 333-341.
- Bartholomew, K. and Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four - category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2) 226-244.
- Corey, G. (2001). *Theories and practices of counseling and psychotherapy*. CA. Pacific Grove.
- Papalia, D., old S. and Feldman, R. (1999). *A child's world: infancy through adolescence*. New York: The McGraw-Hill company, Inc.
- Şirin, H. (2017). The predictive power of adult attachment patterns on interpersonal cognitive distortions of University Students. *Educational Research and Reviews Selçuk University*, 12(18).

الملاحق

ملحق رقم (1): مقياس أنماط التعلق

م	العبارات	0	1	2	3	4	5
1	ألاحظ أن الآخرين لا يرغبون في الاقتراب مني						
2	من الصعب علي أن أثق بالآخرين تماما						
3	لأنني اقترب من الناس كثيرا، أجد أنهم يفضلون البقاء بعيدين عني						
4	أكون مرتاحا عندما أكون قريبا من الآخرين						
5	من المهم بالنسبة لي أن أكون مستقلاً عن الآخرين						
6	لا يقدرني أو يحترمني الآخرين، تماما كما أقدرهم أو احترمهم						
7	لا أقلق عندما يقترب مني شخص ما كثيراً.						
8	أفضل أن يكون الآخرون مستقلين عني.						
9	رغبتي في الاقتراب من الآخرين تفوق غالباً رغبتهم في الاقتراب مني.						
10	أعرف أنني سأجد من يساعدني عندما احتاج إلى مساعدة						
11	لا يوجد مشكلة بالنسبة لي إذا اعتمد الآخرون عليّ.						
12	لا أقلق عندما أكون وحيداً، فأنا لست بحاجة ماسة للآخرين.						
13	لدي انطباع أنني أحب الآخرين أكثر مما يحبونني.						
14	من السهل عليّ أن أكوّن علاقات حميمة مع الآخرين.						
15	أفضل أن أقوم بواجباتي بنفسي، دون مساعدة من الآخرين.						
16	أرغب في الاقتراب من الآخرين كثيراً، مما يجعل الناس أحياناً يبتعدون عني.						
17	أشعر أن الناس الآخرين لا يحبونني.						
18	أحب أن أكون مكتفيا ذاتياً						
19	إنني واثقٌ أن الآخرين سوف يساعدونني، إذا احتجت لهم.						
20	أكون مرتاحاً عندما لا يتدخل الآخرون في شؤوني الخاصة.						

ملحق رقم (2): مقياس التشوهات المعرفية

م	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
1	إذا لم أكن مركز الأشياء، سأشعر بأنني لا شيء.			
2	اعتقد بأن أي إنسان أن لم يكن معي فإنه ضدي.			
3	إذا لم أفعل شيئا بالشكل الصحيح، فإن هذا الشيء لا يستحق الفعل مطلقا.			
4	أفضل عدم المحاولة أن لم أكن الأفضل.			
5	إما أن أكون قوي، أو ضعيف، ولا يوجد حل وسط بينهما.			
6	الآخرون يجب عليهم احترامي، أو أنهم مخطئون.			
7	إذا لم يشكرني شخص على اقتراحي، فإنه بالتأكيد أساء الحكم.			
8	يجب على الآخرين أن يفعلوا ما أطلبه، وإلا فإنهم لا يستحقون احترامي.			
9	مشاعري اتجاه الآخرين إما بالحب أو الكره ولا وسط بينهما.			
10	في رأيي، فإن الأمور يا سوداء يا بيضاء، ولا يوجد مناطق رمادية.			
11	استخلص النتائج دون النظر بعناية إلى التفاصيل.			
12	لدي عادة التنبؤ بأن الأمور تسوء في موقف معين.			
13	أنا اصدر الأحكام دون التحقق المسبق من كل الحقائق.			
14	أقفز إلى الاستنتاجات والنتائج دون النظر إلى الخيارات البديلة.			
15	لا أملك دليلا، ولكنني على حق في أي موقف أمر فيه.			
16	أشياء قليلة افعلها تجعلنا الأفضل.			
17	ألاحظ أنني مختلف عن الآخرين، بطريقة تجعلني أشعر بالتميز.			
18	يمكن للأحداث الصغيرة أن تجلب عواقب وخيمة.			
19	لا أحد يستطيع تحقيق الانجازات التي أفعلها مهما بذل من جهد.			
20	نجاحاتي تعزى لنفسي، ونجاحات الآخرين تعزى للحظ.			
21	أقلل من شأن خطورة المواقف.			
22	أشعر أنني على حق فيما أفعل.			
23	لدي قدرة على استشعار الأشياء قبل حدوثها.			
24	شعوري حول ما أقوم به، ينعكس على ما يحدث بالواقع.			
25	شعوري حول ما أقوم به، هو نفس شعور الأذكياء حول ذات الموضوع.			
26	استطيع الإحساس كيف ستسير الأمور في المواقف المختلفة.			
27	عندما أشعر بالسوء في مواقف، أعرف أن هناك شيء خاطئ.			
28	إذا شعرت بالانزعاج، أعرف أن شخصا واحدا يجب أن يلام.			
29	أخطائي ترجع للآخرين.			
30	الناس تجبرني على الكذب لأنهم يطرحون أسئلة كثيرة.			
31	إذا فقدت أعصابي، فذلك بسبب أن الناس تريد أن أكون كذلك.			
32	أصدقائي هم سبب كل مشكلي.			
33	ألوم الناس على كل ما أشعر به الآن.			
34	أندم كثيرا على الأشياء الماضية في حياتي التي كان يجب علي أن أفعلها.			
35	أحمل نفسي مسؤولية الأشياء التي هي خارجة عن إرادتي.			
36	أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار خلو أعماله من النقص.			
37	أشعر بأنه لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة لي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف.			

م	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
38	لا قيمة للأعمال التي تحتوي على أخطاء.			
39	أحاول أن أحقق الكمال في جميع جوانب حياتي.			
40	الجميع أكثر نجاحا مني في حياتهم.			
41	عند مقارنة نفسي مع أصدقائي أجد أنهم يؤدون أفضل مني في أعمالهم.			
42	أقارن بين نفسي والآخرين في جميع المجالات			
43	الآخرين هم أفضل مني في جميع الأمور.			
44	عندما أقارن نفسي مع الآخرين، أخرج بأنني مقصر/ة.			
45	أشعر بعدم محبة الآخرين لي.			
46	لا يوجد من يهتم بالصداقة هذه الأيام.			
47	لا احد يفهمني.			
48	إذا فشلت في أداء عمل واحد، فأنا فاشل في جميع الأعمال.			
49	ثقتي الزائد بالنفس توقعني في كثير من المشكلات.			
50	سأنجح في كل شيء بدون بذل أي جهد اضافي.			