كلية التربية
قسم الصحة النفسية

التشوهات المعرفية وعلاقتها بقلق المستقبل الزواجي

لدى طلبة الجامعة

رسالة مقدمة للحصول على درجة الماجستير في التربية تخصص "صحة نفسية"

إعداد

أميرة قرني سيد عثمان

معيدة بقسم "الصحة النفسية"

كلية التربية – جامعة الفيوم

الدكتور

محمد عبد التواب أبو النور

أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية

لتربية سابقًا – جامعة الفيوم

الدكتور

سيد جارحي السيد

أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية

التربية– جامعة الفيوم

الدكتور

محمد محمود هليل

مدرس الصحة النفسية المتفرغ كلية

التربية – جامعة الفيوم

١٤٤٥هـ –٢٠٢٤م

أولاً : مقدمة:

تُعدُّ المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي يمر بها الأفراد؛ نظراً لمساهمتها في بناء شخصيتهِم وتأهيلهم لمواجهة التغيرات التي تطرأ علىمستقبليهِم، ومن ثمّ يُعد الاهتمام بطلبة الجامعة ومشكلاتهِم ضرورة للفرد والمجتمع؛ ومن أبرز المشكلات لديهم الانشغال والتّفكير الدائم بالمستقبل المهني والزواجي، وخاصةً في ظل عصر مليء بالتغيرات السريعة والمفاجئة في شتى مناحي الحياة؛ تُولد معها مستقبل يتسم بالقلق.

يُستثار قلق المستقبل لدى الفرد، عندما يصبح المستقبل الشخصي لديهِ عُرضة للخطر، أو مجالاً للتفكير والتدبر؛ كلحظات الاختيار الزواجي (موسى ذكي، ٢٠٢١)؛ ويشكّل الزواج مصدراً للقلق لدى الشباب في عمر الزواج، وما يرتبط بهِ من مشكلات تتعلق بالجانب النّفسي والاقتصادي والاجتماعي؛ فنجد أن الأفراد ذوي قلق المستقبل الزواجي لديهم شعور بانخفاض تقدير الذات، بالإضافة إلى مستوى منخفض من الثقة بالنفس، وفقدان الاهتمام بشكل عام، تدني احترام الذات، ومشاعر اليأس وانعدام القيمة (نبيل الجندي، دعاء دسوقي، ٢٠١٧؛ ٢٠٢٣؛ Ossai &Chujor, 2023; Obeid, et al., 2020).

وقد يرجع عزوف الفرد عن الزواج إلى العديد من العوامل والأسباب المتعلقة بالفرد أو بالعالم المحيط بهِ ؛ ومن العوامل التي قد تؤثر سلباً على توجه الفرد نحو الزواج؛ هي طريقة تفكيره وتفسيره للأمور من حوله بطريقة غير دقيقة، فنجد أن السلوكيات والانفعالات غير التكيفية، تكون ناتجة عن أفكار مشوهة (أرون بيك، ٢٠٠٠)، ومن ثمّ فالتشوهات المعرفية Cognitive Distortions تجعل الفرد يُحرِف الحقائق؛ كي توافق التصورات التي تُهيمن على تفكيره؛ حيث أن الفرد الذي يشعر بالقلق أو الخوف من شيء محدد يتوقع حدوث خطر يهدد نطاقه الشخص (أرون بيك، ٢٠٠٠).

ثانياً: مشكلة الدراسة:

استشعرت الدارسة مشكلة الدراسة من خلال ملاحظتها لبعض الطلبة الذين يعانون من قلق المستقبل الزواجي؛ حيث يظهر عليهم العديد من الأعراض؛ المتمثلة في عدم قدرتهُم على اتخاذ قرار الزواج بسهولة، والشعور بفقدان الأمن تجاه الارتباط أو الزواج، وتوقُّع الفشل في

الحياة الزوجية، وذلك إضافة إلى مشاعر الخوف والقلق من الزواج مستقبلاً وما يرتبط به من مسؤوليات والتزامات، فقد ترجع مشاعر الخوف من الزواج إلى أنماط التفكير المشوهة؛ التي قد يتسم بها بعض الطلبة الذين يرفضون فكرة الزواج من خلال تبني العديد من الأفكار والمعتقدات المشوهة؛ التي تؤدي بدورها إلى الاستغراق في القلق تجاه مستقبلهم الزواجي؛ كالاعتقاد بأن الزواج انتهاك للخصوصية وتقييد للحرية؛ ومن ثمّ كان التوجه لدراسة التشوهات المعرفية وعلاقتها بقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة.

ثالثاً: تساؤلات الدراسة:

١. ما مدى انتشارالتشوهات المعر فية وقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة؟

٢. ما العلاقة بين التشوهات المعرفية وقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة؟

٣. ما الفروق في التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة التي تُعزي إلى (النوع، محل الإقامة، المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة، الفرقة الدراسية، التقدير الدراسي، التخصص)؟

٤. ما الفروق في قلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة التي تُعزي إلى (النوع، محل الإقامة، المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة، الفرقة الدراسية، التقدير الدراسي، التخصص)؟

٥. ما إسهام التشوهات المعرفية في التّنبؤ بقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة؟

رابعاً: أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى تعرف العلاقة بين التشوهات المعرفية وقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة، وتفسير على الفروق في التشوهات المعرفية وقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة التي تُعزي (النوع، محل الإقامة، المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة، الفرقة الدراسية، التقدير الدراسي، التخصص)، بالإضافة إلى تحديد امكانية إسهام التشوهات المعرفية في التّنبؤ بقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة.

خامساً: أهمية الدراسة:

تتمثل الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة فيما يلي:

أ- الأهمية النظرية:

١. لمتغيرات الدراسة. تتناول الدراسة الحالية أحد الموضوعات البحثية المهمة؛ وهو قلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة، ومحاولة التعرف على العلاقة بينه وبين التشوهات المعرفية، بالإضافة إلى إلقاء الضوء على الفروق في بعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلبة الجامعة.

٢. الإسهام في إلقاء الضوء على موضوع "التشوهات المعرفية وعلاقتها بقلق المستقبل الزواجي"؛ للكشف عن جوانبه وأبعاده المختلفة المرتبطة به، مما يسهم في تحقيق مزيز من الفهم

ب-الأهمية التطبيقية:

١تتحدد أيضـًا فيما تسفر عنه الدراسة من نتائج يمكن الاستفادة منها في تقديم مجموعة من التوصيات والتطبيقات التربوية المرتبطة بكلٍ من التشوهات المعرفية وقلق المستقبل الزواجي؛ والتي تُسهم في تصميم البرامج الإرشادية الوقائية للحد من هذه المشكلة وآثارها السلبية على الأفراد وعلى صحتهم النفسية.

٢كما يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في مجال الإرشاد الأسري وخاصـًة لدى الأفراد المقبلين على الزواج والذين لديهم اتجاهات سلبية نحوه، وذلك بتوعيتهم بطرق تفكيرهم السلبية تجاه موضوع الزواج.

سادساً: تحديد مصطلحات الدراسة إجرائيـًا:

أ- التشوهات المعرفية:Cognitive Distortions

تُعرف إجرائيـًا بأنها "طرق تفكير غير دقيقة ومُحرفة عن الذات والعالم والمستقبل؛ ناتجة عن مجموعة من الأفكار الآليَّة والسلبية، التي تشكلت منذ الطفولة، وتنعكس في استجابات الفرد الانفعالية والسلوكية غير الملائمة للمواقف المختلفة"، وتقاس إجرائيـًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب؛ حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى مرتفع في التشوهات المعرفية، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى مستوى منخفض في التشوهات المعرفية.

ب-قلق المستقبل الزواجي :Marital Future Anxiety

يُعرف إجرائياً بأنه "حالة وجدانية سلبية تتعلق بالمستقبل الزواجي للفرد؛ ناتجة عن مزيج من التصورات الخاطئة، ومشاعر عدم الارتياح؛ المرتبطة بسيطرة الخوف والتوتر حول موضوع الزواج؛ مما يؤدي إلى سلوكيات غير مرغوبة نحو الإقدام على الزواج"، وتقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب؛ حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى مرتفع في قلق المستقبل الزواجي، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى مستوى منخفض في قلق المستقبل الزواجي.

سابعاً: حدود الدراسة:

أ- الحدود الموضوعية:

١.الحدود المنهجية:

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي؛ وذلك لمعرفة طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية وقلق المستقبل الزواجي لدى عينة الدراسة.

٢. الحدود البشرية:

مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع الدراسة في طلبة جامعة الفيوم غير المتزوجين، بينما تمثلت عينة الدراسة في طلبة الجامعة غير المتزوجين الملتحقين بالفرق الدراسية الأربع ببعض كليات جامعة الفيوم.

٣. أدوات الدراسة:

استخدمت الدارسة الأدوات التي تتفق مع أهداف الدراسة؛ وتمثلت في الأدوات الآتية:

(أ) مقياس التشوهات المعرفية. **(إعداد: أ/ أميرة قرني، د/ محمد عبد التواب، د/ سيد جارحي، د/ محمد هليل)**

(ب) مقياس قلق المستقبل الزواجي. **(إعداد: أ/ أميرة قرني، د/ محمد عبد التواب، د/ سيد جارحي، د/ محمد هليل)**

(ج) مقياس تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة المصرية (أيمن سالم عبد الله، ٢٠١٨).

٤. الأساليب الإحصائية:

- النسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية.
- معامل ألفا.
- التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي.
- اختبار Levene لتجانس التباين.
- معامل الارتباط الخطي لبيرسون.
- اختبار T–Test؛ لمعرفة دلالة الفروق.
- تحليل التباين الأحادي . One Way ANOVA
- تحليل الانحدار لمعرفة امكانية التنبؤ بمتغيرات الدراسة.

ب–الحدود المكانية:وتتمثل في مكان إجراء الدراسة؛ وهي الكليات المختلفة بجامعة الفيوم.

ج–الحدود الزمنيةوتتمثل في الفترة الزمنية التي تمّ فيها إجراء الدراسة؛ وهي العامين الجامعيين ٢٠٢٢–٢٠٢٣م، ٢٠٢٣–٢٠٢٤م.

ثامناً: فروض الدراسة:

تتحدد فروض الدراسة الحالية فيما يلي:

١. تنتشر التشوهات المعرفيةوقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة بدرجة متوسطة.
٢. توجد علاقة ارتباطيةذات دلالة إحصائيةً بين درجات أنماط التشوهات المعرفية ودرجات قلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة تُعزي إلى المتغيرات الديمغرافية (النوع، محل الإقامة، المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة، الفرقة الدراسية، التقدير الدراسي، التخصص).
٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة تُعزي إلى المتغيرات الديمغرافية (النوع، محل الإقامة، المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة، الفرقة الدراسية، التقدير الدراسي، التخصص).

تسهم أنماط التشوهات المعرفية إسهاماً دالاً إحصائياً في التّنبؤ بقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة.

تاسعاً: نتائج الدراسة:

أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جمع أنماط التشوهات المعرفية وقلق المستقبل الزواجي، باستثناء أربعة أنماط؛ تمثلت في قراءة الأفكار، والتهوين، والاستدلال الانفعالي، والتفكير الوجوبي، في حين أسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين نمط "التهوين" وجميع أبعاد قلق المستقبل الزواجي والدرجة الكلّية لدى طلبة الجامعة، وكذلك عدم وجود علاقة دالة احصائياً بين ثلاثة أنماط للتشوهات المعرفية (الاستدلال الانفعالي، قراءة الأفكار، التفكير الوجوبي) والبُعد "المعرفي" لقلق المستقبل الزواجي، وأيضاً عدم وجود علاقة دالة احصائياً بين نمطين للتشوهات المعرفية (اتخاذ مصدر خارجي، المقارنات المجحِفة) والبُعد "الانفعالي" لقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة، بالإضافة إلى عدم وجود علاقة بين أربعة أنماط للتشوهات المعرفية (التفكير الكارثي، قراءة الأفكار، اتخاذ مصدر خارجي، المقارنات المجحِفة) والبُعد "السلوكي" لقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة، وعدم وجود علاقة بين خمسة أنماط للتشوهات المعرفية (الاستدلال الانفعالي، قراءة الأفكار، التفكير الوجوبي، اتخاذ مصدر خارجي، المقارنات المجحِفة) والبُعد "العام" لقلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة.

عاشراً: توصيات الدراسة:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج تم تقديم العديد من التوصيات التي تمثلت فيما يلي:

١. تفعيل دور مراكز الإرشاد النفسي في الجامعات، وذلك لقيامها بدور فعال في توعية الطلبة بطرق تفكرهم المشوهة وأيضاً مخاوفهم اتجاه الزواج؛ وذلك استناداً إلى الحاجة الإرشادية لدى الفرد في المرحلة الجامعية.
٢. زيادة الوعي المجتمعي وخاصةً الشباب الجامعي بالآثار السلبية، لكلاً من التشوهات المعرفية وقلق المستقبل الزواجي، وما يترتب عليهما من مشكلات نفسية وسلوكية واجتماعية.
٣. عقد ندوات في المدارس والجامعات؛ لتوعية الطلبة بالمشكلات النفسية التي قد يتعرضون لها في هذه المرحلة العمرية، وتزويدهم بالكيفية التي تمكنهم من مواجهتها؛ مما يساهم في تحسين نظرتهم للذات والعالم والمستقبل.

٤.توفير البرامج العلاجية للطلبة الذين يُعانون من أنماط مختلفة من التشوهات المعرفية، وأيضًا مشاعر القلق من المستقبل الزواجي.

حادي عشر: البحوث المقترحة:

في ضوء إجراءات الدراسة، وما واجه الباحثة من صعوبات خلال القيام بالدراسة، واستنادًا إلى الخصائص والسمات التي تميز طلبة الجامعة، يمكن صياغة العديد من البحوث المقترحة؛ كما يلي:

١. التشوهات المعرفية وعلاقتها بالخوف من التواد لدى طلبة الجامعة.
٢. أثر برنامج علاجي تكاملي في تعديل التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة.
٣. الوصمة الذاتية المدركة وعلاقته بقلق المستقبل الزواجي لدى الطلبة المكفوفين.
٤. فعالية العلاج الجدلي السلوكي في خفض قلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الدراسات العليا.
٥. فعالية برنامج إرشادي قائم على التقبل والالتزام في خفض قلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الدراسات العليا.