

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة غرداية



مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس  
تخصص: علم النفس العيادي

## التشوهات المعرفية وعلاقتها بهوس التيك توك لدى طلبة سنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية جامعة غرداية

اعداد الطالب:

تحت اشراف:

- امال قويرصان

- د/ بوبعاية يمينة

- كلثوم دحماني

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: ..... أمام اللجنة المكونة من السادة:

| الرقم | الاسم واللقب   | الرتبة | الجامعة | الصفة       |
|-------|----------------|--------|---------|-------------|
| 01    | يوسف قدوري     |        |         | مناقشا      |
| 02    | كحل عينو ياسين |        |         | رئيسا للجنة |
| 03    | يمينة بوبعاية  |        |         | مشرفا       |



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة غرداية



مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس  
تخصص: علم النفس العيادي

## التشوهات المعرفية وعلاقتها بهوس التيك توك لدى طلبة سنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية جامعة غرداية

اعداد الطالب:

- امال قويرصان
- كلثوم دحماني

تحت اشراف:

- د/ بوعايدة يمينة

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: ..... أمام اللجنة المكونة من السادة:

| الرقم | الاسم واللقب   | الرتبة | الجامعة | الصفة       |
|-------|----------------|--------|---------|-------------|
| 01    | يوسف قدوري     |        |         | مناقشا      |
| 02    | كحل عينو ياسين |        |         | رئيس اللجنة |
| 03    | يمينة بوعايدة  |        |         | مشرفا       |

السنة الجامعية: 2023/2024

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

(يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ)

# إهداء

الحمد لله الذي وفقنا لتثمين هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية بمذكرتنا هاته أهدي ثمرة جهدي إلى من قال فيهما الله عز وجل:

"وَإِخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذَّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا"

الى امي التي تعبت من اجل الوصول لما انا عليه.

الى ابي الغالي حفظه الله وادامه نورا لدربي الى جميع افراد اسرتي.

الى كل من علمني حرفا والى كل أساتذة علم النفس العيادي الذين لم ييخلوا علينا بالإرشادات والنصائح.

الى كل هؤلاء اهدي عملي المتواضع ونسأل الله ان يجعله نبراسا لكل طالب علم.



# شكر وتقدير

مرت خمس سنوات من التعليم الجامعي توجت بهذه المذكرة البسيطة، إذا كان المقام للشكر فلا بد ان يكون للأساتذة الكرام كل باسمه، كما ولا بد ان نشكر كل من تفهم بعض التقصيرات التي لا بد ان تكون في مسيرة كل انسان، نشكر كل من حفزنا حقيقة من الدكتورة بوعاية يمينة، الدكتورة تشعبت يسمينه، الدكتورة مزاور نسيم، الدكتور يوسف قدوري، الأخصائي النفسي حمزة الصديق بوزينة وكل أساتذة قسم علم النفس والشكر موصول للوالدين ولكل الأصدقاء والداعمين من قريب او من بعيد كما نشكر كل من مر بحياتنا .... مر وترك الأثر....

## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية و هوس التيك توك، و التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة، و فيما اذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس، و تطرقت الدراسة ايضا الى التعرف على مستوى هوس التيك توك لدى عينة الدراسة و البحث فيما اذا كانت توجد فروق دالة احصائيا تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة السنة الأولى ليسانس جدع مشترك علوم اجتماعية، بجامعة غرداية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، تكونت عينة الدراسة من (79) طالبا و طالبة تم اختيارها بالطريقة قصدية من طلبة جامعة غرداية، و تم الاستعانة بمقياسين و هما: مقياس التشوهات المعرفية ل عبد الله طراونة و مقياس هوس التيك توك ل نهى عادل محمد هريدي، تم التوصل الى مجموعة من النتائج و هي كالتالي:

1. مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية
  2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التشوهات المعرفية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.
  3. مستوى هوس التيك توك متوسط لدى طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية
  4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى هوس التيك توك تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.
  5. لا توجد علاقة ترقى الى الدلالة الإحصائية بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك لدى عينة الدراسة
- كلمات مفتاحية:** مواقع التواصل الاجتماعي، التشوهات المعرفية، الهوس، هوس التيك توك.

## **Abstract:**

Our study addressed the issue of cognitive distortions and their relationship to Tik Tok obsession, among first-year students of a joint major in social sciences. The study sample consisted of 80 male and female students who were selected in the available way from the students of the University of Ghardaia. The study aimed to identify the level of cognitive distortions among the study sample. In addition, whether there are statistically significant differences depending on the gender variable, also identifying the level of Tik Tok obsession among the study sample and investigating whether there are statistically significant differences depending on the gender variable, and two scales were developed: the cognitive distortions scale and the obsession scale. Tik Tok, through our topic, we decided to follow the descriptive analytical approach, and to obtain the results, the data was processed with the SPSS program, and the results obtained were as follows:

- There is no relationship that amounts to statistical significance between cognitive distortions and Tik Tok obsession.
- The level of cognitive distortions is moderate
- There are no statistically significant differences in the level of cognitive distortions according to the gender variable
- The level of Tik Tok obsession is moderate
- There are no statistically significant differences in the level of Tik Tok obsession according to the gender variable



قائمة المحتويات

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
|                                   | 1- اهداء .....                                     |
|                                   | 2- شكر وعرفان .....                                |
|                                   | 3- ملخص الدراسة باللغة العربية .....               |
|                                   | 4- ملخص الدراسة باللغة الأجنبية .....              |
|                                   | 5- فهرس المحتويات .....                            |
|                                   | 6- قائمة الجداول .....                             |
|                                   | 7- قائمة الاشكال .....                             |
|                                   | 8- قائمة الملاحق .....                             |
| 01                                | 9- مقدمة .....                                     |
| القسم الأول: الجانب النظري        |  |
| الفصل الأول: الإطار العام للدراسة |  |
| 05                                | 1- إشكالية الدراسة .....                           |
| 07                                | 2- أهمية الدراسة .....                             |
| 08                                | 3- اهداف الدراسة .....                             |
| 08                                | 4- التعاريف الإجرائية لمصطلحات الدراسة .....       |
| 09                                | 5- الدراسات السابقة والتعليق عليها .....           |
| 15                                | 6- فرضيات الدراسة .....                            |
| الفصل الثاني: التشوهات المعرفية   |  |
| 17                                | تمهيد .....  |
| 18                                | 1- التشوهات المعرفية .....                         |
| 19                                | 2- أنواع التشوهات المعرفية .....                   |
| 22                                | 3- ابعاد التشوهات المعرفية .....                   |
| 22                                | 4- خصائص التشوهات المعرفية .....                   |
| 23                                | 5- الأساليب المعرفية لعلاج التشوهات المعرفية ..... |
| 24                                | 6- النظريات المفسرة لتشوهات المعرفية .....         |

|   |  |
|---|--|
| 27  | ..... خلاصة  |
| <b>الفصل الثالث: هوس موقع التواصل الاجتماعي " التيك توك انموذجا "</b> |  |
| 29  | ..... تمهيد  |
| 30  | ..... 1- مفهوم الهوس   |
| 30  | ..... 2- هوس موقع التواصل الاجتماعي                                |
| 30  | ..... 3- النظريات المفسرة لموقع التواصل الاجتماعي                  |
| 33  | ..... 4- تطبيق التيك توك ونموذج استخدامه المفرط                    |
| 35  | ..... 5- الإيجابيات والسلبيات لموقع التيك توك                      |
| 36  | ..... 6- الاثار الاجتماعية والنفسية لتطبيق التيك توك               |
| 39  | ..... 7- هوس التيك توك   |
| 40  | ..... خلاصة  |
| <b>القسم الثاني: الجانب التطبيقي</b>                                  |  |
| <b>الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية لدراسة</b>                        |  |
| 44  | ..... تمهيد  |
| 45  | ..... 1- منهج الدراسة  |
| 45  | ..... 2- الدراسة الاستطلاعية                                       |
| 46  | ..... 3- حدود الدراسة الزمانية والمكانية                           |
| 46  | ..... 4- مجتمع الدراسة   |
| 47  | ..... 5- عينة الدراسة  |
| 47  | ..... 6- أدوات الدراسة   |
| 53  | ..... 7- الأساليب الإحصائية  |
| 54  | ..... خلاصة  |
| <b>الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة</b>                 |  |
| 56  | ..... تمهيد  |
| 59  | ..... 1- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية على ضوء الفرضيات |
| 63  | ..... 2- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة                   |

|    |                     |
|----|---------------------|
| 65 | ..... خلاصة         |
| 66 | الاستنتاج العام     |
|    | قائمة المراجع       |
| 68 | ..... قائمة المراجع |
| 74 | ..... الملاحق       |

## فهرس الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول  | رقم الجدول    |
|--------|---|---------------|
| 47     | توزيع العينة حسب متغير الجنس  | الجدول رقم 01 |
| 47     | المقياس الخماسي لتحديد درجات الموافقة على مقياس التشوهات المعرفية                       | الجدول رقم 02 |
| 48     | إعادة حساب صدق وثبات مقياس التشوهات المعرفية  | الجدول رقم 03 |
| 49     | دلالة الفروق بين افراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس التشوهات المعرفية | الجدول رقم 04 |
| 50     | معامل ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي   | الجدول رقم 05 |
| 50     | ثبات مقياس التشوهات المعرفية بطريقة التجزئة النصفية                                     | الجدول رقم 06 |
| 51     | المقياس الثلاثي لتحديد درجات الموافقة   | الجدول رقم 07 |
| 52     | علاقة كل فقرة من فقرات مقياس هوس التيك توك  | الجدول رقم 08 |
| 53     | دلالة الفروق بين افراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس هوس التيك توك     | الجدول رقم 09 |
| 53     | معامل ثبات مقياس هوس التيك توك بطريقة الاتساق الداخلي                                   | الجدول رقم 10 |
| 57     | التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرين   | الجدول رقم 11 |
| 59     | معاملات الارتباط بين درجات افراد العينة   | الجدول رقم 12 |
| 60     | نتائج الفرضية الجزئية تبعا لمستوى التشوهات المعرفية                                     | الجدول رقم 13 |
| 61     | نتائج الفرضية الجزئية تبعا لمتغير الجنس   | الجدول رقم 14 |
| 62     | نتائج الفرضية الجزئية تبعا لمستوى هوس التيك توك   | الجدول رقم 15 |
| 64     | نتائج الفرضية الجزئية تبعا لمتغير الجنس   | الجدول رقم 16 |

## قائمة الأشكال:

| الصفحة | عنوان الشكل  | رقم الشكل    |
|--------|--|--------------|
| 34     | نموذج الاستخدام المفرط الناتج عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي | الشكل رقم 01 |
| 58     | توزيع متغير التشوهات المعرفية                                    | الشكل رقم 02 |
| 58     | توزيع متغير هوس التيك توك  | الشكل رقم 03 |



## فهرس الملاحق:

| الصفحة | عنوان الملحق                         | رقم الملحق    |
|--------|--------------------------------------|---------------|
| 74     | مقياس التشوهات المعرفية              | الملحق رقم 01 |
| 79     | مقياس هوس التيك توك                  | الملحق رقم 02 |
| 80     | الصورة النهائية لمقياس هوس التيك توك | الملحق رقم 03 |
| 81     | صدق وثبات مقياس التشوهات المعرفية    | الملحق رقم 04 |
| 84     | صدق وثبات مقياس هوس التيك توك        | الملحق رقم 05 |
| 88     | الدراسة الأساسية                     | الملحق رقم 06 |





# مقدمة

## مقدمة:

أصبح التفاعل مع المحتوى الرقمي جزءاً لا يتجزأ من حياة الكثيرين، في عصر الوسائط الاجتماعية وتطبيقات التواصل الفوري، خاصة مع انتشار تطبيقات مثل التيك توك التي تقدم تجارب تفاعلية ممتعة ومسلية. ومع ذلك، يثير هذا الاعتماد المتزايد على الوسائط الرقمية تساؤلات حول تأثيرها على الصحة العقلية والتشوهات المعرفية. ان فهم هذه التشوهات وعلاقتها بوسائل التواصل الاجتماعي مثل التيك توك، يمثل تحدياً هاماً يتطلب البحث والتحليل.

تتنوع التشوهات المعرفية من التفكير السلبي الذي يؤثر على الصورة الذاتية الى التوجهات السلبية نحو الآخرين، وقد تكون وسائل التواصل الاجتماعي بما في ذلك التيك توك، عاملاً مساهماً في تعزيز هذه التشوهات. تأثير التيك توك يمتد الى مختلف جوانب الحياة اليومية، بما في ذلك الصورة الذاتية، والعلاقات الاجتماعية والتفكير والتصرفات.

سوف نقدم تحليلاً لهذه العلاقة بشكل أكثر تفصيلاً في هذه المذكرة، مع التركيز على كيفية تأثير التيك توك على التشوهات المعرفية وعلاقة التشوهات المعرفية بهوس التيك توك. وهذا كله تحت هيكلية منهجية تضمنت تقسيم الدراسة الى جزئين، جزء يضم الجانب النظري والجزء الثاني يضم الجانب التطبيقي او الميداني من الدراسة.

سوف نتطرق في الجانب النظري الى ثلاث فصول:

الفصل الأول يعتبر فصل تمهيدي والمتمثل في الإطار العام للدراسة، يعالج اشكالية الدراسة، فرضية الدراسة واهميتها، كما حددنا اهداف الدراسة وأهم المفاهيم الاجرائية الاساسية فيها، اضافة الى ذلك قمنا بعرض الدراسات السابقة التي تعتبر الزاد والتراث النظري لأي باحث أثناء دراسته.

في الفصل الثاني قمنا بتمهيد ثم تحدثنا عن التشوهات المعرفية وتناولنا من خلاله مختلف التعاريف والأنواع، والنظريات المفسرة له، وكذلك ابعاد التشوهات والخصائص والأساليب المعرفية لعلاج التشوهات المعرفية، ثم اختتمناه في النهاية بخلاصة الفصل.

في الفصل الثالث وبعد ان بدأناه بتمهيد، تناولنا فيه مفهوم الهوس وهوس مواقع التواصل الاجتماعي، ثم تطرقنا الى النظريات المفسرة لمواقع التواصل الاجتماعي أيضاً قمنا بتعريف تطبيق

التيك توك ونموذج استخدامه المفرد ثم تطرقنا لتعريف هوس التيك توك نظرا الى ايجابيات وسلبيات والاثار الاجتماعية والنفسية لتطبيق التيك توك وفي الأخير اختتمنا الفصل بخلاصة.

أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد تم تجزئته الى فصلين: فصل رابع تناولنا فيه التمهيد، منهج الدراسة وادواتها وعينتها، ثم وصف حدود الدراسة الزمانية والمكانية والبشرية وظروف ومراحل تطبيقها، وفي النهاية اختتمناه بخلاصة الفصل. وفصل خامس عالجنا فيه التذكير بالفرضيات وتفسير نتائج الفرضية العامة والجزئية التي توصلنا اليها، عن مقياسين وهما مقياس التشوهات المعرفية، ومقياس هوس التيك توك على عينة الدراسة، وحساب القياسيين القبلي والبعدي والفروق الاحصائية بينهما، وصولا الى استنتاج عام حول الدراسة في الأخير، وككل بحث علمي ثم الاعتماد على مجموعة مصادر ومراجع، كما تحتوي الدراسة أيضا على مقدمة وملخص.

القسم الأول:

الجانب النظري

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1 إشكالية الدراسة
- 2 أهمية الدراسة
- 3 اهداف الدراسة
- 4 التعاريف الإجرائية لمصطلحات الدراسة
- 5 الدراسات السابقة والتعقيب عليها
- 6 فرضيات الدراسة

## 1- إشكالية الدراسة:

ظهرت العديد من الأفكار السلبية التي سيطرت على الفرد في ظل التغيرات المستمرة في عصرنا الحالي وأهمها مشكلة التشوهات المعرفية التي أدت الى تحريف الواقع وتفسيره وتأويله بما يتفق مع تفكير الفرد واستجاباته الانفعالية.

يعتبر فهم التشوهات المعرفية يساعد في تحسين الوعي الذاتي وتعزيز التفكير النقدي، مما يمكن الفرد من التعامل بفعالية مع التحديات والمواقف الصعبة في الحياة مع التقدم السريع لتكنولوجيا الاتصالات، أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي أداة لا غنى عنها في حياة الناس اليومية. تشكل مواقع التواصل الاجتماعي منصة إلكترونية تمكن المستخدمين من التواصل وتبادل المعلومات والآراء بسهولة، سواء كانوا في نفس المدينة أو على الصعيد العالمي. تتضمن هذه المواقع مجموعة متنوعة من الخدمات مثل مشاركة الصور والفيديوهات، والمدونات الشخصية، والمنتديات، والدرشة الجماعية، مما يسهم في توسيع دائرة التواصل والتفاعل الاجتماعي. (محمد يحي صالح عاصلة، 2018، ص3)

انتشار مواقع التواصل الاجتماعي يُرجع إلى توفر الإنترنت والهواتف الذكية على نطاق واسع، مما سهّل التواصل الاجتماعي أكثر مما كان عليه في الماضي. فهذه المنصات لم تعد مجرد وسيلة للتواصل بل أصبحت أدوات للترفيه والتعلم والتسويق وبناء العلاقات الاجتماعية والمهنية. ومع ذلك، تخلّق مواقع التواصل الاجتماعي عدة تحديات، مثل الخصوصية والأمان الرقمي، وتأثيرها على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية، وانتشار الأخبار المضللة والمعلومات الزائفة. لذلك، يتطلب استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعيًا وحذرًا، بالإضافة إلى تطوير مهارات الوعي الرقمي للتعامل بشكل صحيح وآمن مع هذه الأدوات الرقمية المهمة في حياتنا اليومية.

وتشير الدراسات إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي قد تُسهم في انتشار عدة مشاكل نفسية واجتماعية، مثل الإدمان الرقمي، والقلق، والاكتئاب، وانعدام الثقة بالنفس، والعزل الاجتماعي، وتأثيرها السلبي على النوم، وظاهرة التمر الإلكتروني. (محمد علي صليبي، 2014، ص 83).

من الضروري أن يكون الأفراد على علم بالآثار السلبية المحتملة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وأن يتبنوا استخدامًا صحيًا ومتوازنًا لهذه المنصات للحفاظ على صحتهم النفسية والاجتماعية. تطبيق تيك توك هو واحد من هذه المنصات الشهيرة، حيث يُمكن المستخدمين من إنشاء ومشاركة مقاطع فيديو قصيرة بسهولة.

على الرغم من شعبية تيك توك إلا أنه أثار العديد من الانتقادات والمخاوف، بما في ذلك قضايا الخصوصية والأمان، وتأثيره على صحة الشباب والتحديات القانونية المتعلقة بحقوق الملكية الفكرية. بالرغم من فرص التعبير الإبداعي التي يوفرها، إلا أنه يمثل خطرًا للشباب الذين يمكن أن يصبحوا مدمنين عليه ومهوسين به.

لذا، ينبغي على المستخدمين الاعتناء باستخدام تطبيقات مثل تيك توك بحذر، والتحكم في وقت استخدامهم لتجنب الإدمان والتأثيرات السلبية الناجمة عنه. كما ينبغي على الأهل والمربين أن يكونوا على دراية بالمخاطر المحتملة ويقدموا الدعم والإرشاد للشباب في استخدامهم لهذه التطبيقات بشكل آمن ومسؤول. (حدادي وليد، 2015 ص 33).

هوس التيك توك" يشير إلى الانجذاب الشديد والاهتمام الكبير الذي يظهره الأفراد تجاه استخدام تطبيق تيك توك. يمكن أن يكون هذا الهوس مرتبطاً بالانخراط المفرط في تصفح مقاطع الفيديو على التطبيق، وقضاء ساعات طويلة في التفاعل مع المحتوى أو إنشاء محتوى جديد. يمكن أن يتسبب هذا الهوس في التأثير على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية، وقد يؤدي إلى إهمال المسؤوليات اليومية وانخفاض مستوى الإنتاجية.

تشير بعض الدراسات إلى أن "هوس التيك توك" يمكن أن يكون له تأثير سلبي على الصحة النفسية، حيث يزيد من مشاعر القلق والاكتئاب، ويؤثر على النوم والتركيز. كما قد يسبب الهوس بالتيك توك انعزلاً اجتماعياً وقلة التفاعل مع العالم الخارجي.

يمكن أن تؤدي التشوهات المعرفية إلى تعزيز الهوس بتطبيقات التواصل الاجتماعي مثل تيك توك، وذلك لعدة أسباب: تشوه الواقعية، التكبير والتصغير، التوقعات السلبية... الخ.

بشكل عام، يمكن أن تؤثر التشوهات المعرفية على العلاقة بين الفرد وتطبيقات التواصل الاجتماعي مثل تيك توك، وتجعله أكثر استعداداً للانغماس فيها والاعتماد عليها كوسيلة لتحسين مزاجه وتعزيز انطباعاته السلبية باختصار، يمكن أن تزيد التشوهات المعرفية من الانجذاب والهوس بتطبيق تيك توك، مما يؤدي إلى استخدام مفرط وغير صحي للمنصة ويزيد من الاعتماد عليها كوسيلة لتلبية الاحتياجات الاجتماعية والانفعالية (رباب طلعة، 2022).

ومن هذا المنطلق نطرح التساؤل الآتي:

■ التساؤل العام:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك لدى عينة من طلبة السنة الأولى ليسانس بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة غرداية؟  
وتندرج تحته مجموعة من الأسئلة الفرعية التالية:

■ التساؤلات الفرعية:

- 1- ما مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التشوهات المعرفية تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة؟
- 3- ما مستوى هوس التيك توك لدى عينة الدراسة؟
- 4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هوس التيك توك تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة؟

2- أهمية الدراسة:

تتحد أهمية هذه الدراسة على عدة مستويات نظرية وتطبيقية وضعها الباحثين في النقاط التالية:

■ الأهمية النظرية: تتجلى أهمية الدراسة الحالية من الناحية النظرية:

- 1- هي دراسة تفتح افاق جديدة لإجراء البحوث والدراسات العلمية ذات علاقة مباشرة وغير مباشرة بهذا الموضوع.
- 2- تعزيز الدراسات السابقة بدراسات جديدة في ابراز العلاقة بين التشوهات المعرفية وعلاقتها بهوس التيك توك لدى طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية.

■ الأهمية التطبيقية:

- 1- يمكن اقتراح بعض التوصيات التي قد تساعد بشكل فعال في تطوير برامج ارشادية لتخفيف هوس التيك توك لدى طلاب الجامعة خاصة في خفض التشوهات المعرفية.
- 2- دراسة العلاقة بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك لدى طلاب الجامعة قد يؤدي للوصول الى نتائج فعالة في التعامل مع الاضطرابات النفسية التي قد تنتج من هوس التيك توك والتشوهات المعرفية



3- توفير برامج تدريبية لمساعدة الطلبة على تحقيق نمو نفسي سليم ومستقر والتغلب على الاضطرابات النفسية التي قد تعيق مشوار درابتهم

### 3- اهداف الدراسة:

- 1- التعرف على مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة السنة الأولى ليسانس في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة غرداية.
- 2- بتقصي الفروق في مستوى التشوهات المعرفية تبعاً لمتغير (الجنس)
- 3- التعرف على مستوى هوس التيك توك لدى طلبة السنة الأولى ليسانس بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة غرداية
- 4- البحث فيما إذا كانت توجد فروق في مستوى هوس التيك توك تعزى لمتغيري (الجنس) لدى طلبة السنة الأولى ليسانس بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة غرداية
- 5- كشف العلاقة بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك

### 4- التعاريف الإجرائية لمصطلحات الدراسة:

#### 1-4 مفهوم التشوهات المعرفية:

تعرف اجرائياً بالدرجة التي يتحصل عليها طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية عند اجابتهم على مقياس التشوهات المعرفية المستخدم في هذه الدراسة.

#### 2-4 مواقع التواصل الاجتماعي:

مواقع التواصل الاجتماعي هي كل الحسابات والمساحات على شبكة الانترنت التي تتيح التواصل لمستخدميها مع مختلف الافراد في أي وقت وأي مكان في العالم وهي المواقع التي ساهمت في خلق فضاءات افتراضية بديلة عن الواقعية. (محمد علي الصليبي، 2014، ص 83)

#### 3-4 موقع التيك توك:

التيك توك هو تطبيق لمشاركة مقاطع فيديو القصيرة المتكررة من خلال الهواتف الذكية وهو تطبيق يهدف الى تشجيع المستخدمين على الابداع ومشاركة لحظاتهم المختلفة مباشرة من خلال هاتفه. (محمد زكريا خراب، 2019، ص 45)

#### 4-4 الهوس:

هو حالة من الانفعال وارتفاع المزاج بشكل غير طبيعي، وهو ارتفاع مرضي في المزاج مبالغ فيه مع مشاركة من البهجة والسعادة وفرط الثقة والتقدير للوظائف النفسية والحركية.

#### 4-5 هوس التيك توك:

هوس التيك توك هو الاستخدام الزائد لشباب الجامعي وعدم الاستغناء عنه، كما يشير ادمان الشباب للتطبيق أيضا على اعتيادهم لاستخدامه رغم مضاره العديدة عليهم، فالهوس يعد حالة نفسيسيولوجية فيه عدم الاستغناء عن الاستخدام رغم مضارها، حتى يصبح جهاز الشخص (حسني احمد، 2021)

وهي الدرجة التي يتحصل عليها طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية عند اجابتهم على مقياس هوس التيك توك المستخدم في هذه الدراسة.

#### 5- الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

##### - الدراسات السابقة المتعلقة بالتشوهات المعرفية وهوس التيك توك:

تعددت الدراسات التي تناولت التشوهات المعرفية وقد تنوعت هذه الدراسات بين العربية والأجنبية، وسوف نستعرض هذه الدراسة جملة من الدراسات التي تم الاستفادة منها مع الإشارة إلى أبرز ملامحها، مع تقديم تعليق عليها اما في موضوع هوس التيك توك نلاحظ قلة الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت هوس مواقع التواصل الاجتماعي او هوس التيك توك، فنجد تناول عدد كبير من الدراسات لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، اما مفهوم الهوس فلم نجد سوى دراستين تناولت هذا المفهوم.

#### 5-1 الدراسات السابقة المتعلقة بالتشوهات المعرفية:

##### • دراسة كريستوفر وأميشا (2021):

عنوان الدراسة هو العلاقة بين التشوهات المعرفية والاكنتاب لدى عينة من طلبة جامعة غانا. هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية والاكنتاب لدى عينة من طلبة جامعة غانا. بلغت عينة الدراسة 600 طالب وطالبة من طلبة الجامعات في غانا. أدوات الدراسة تكونت من مقياس التشوهات المعرفية ومقياس بيك للاكنتاب. النتائج التي توصلت اليها الدراسة هي عدم

وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التشوهات المعرفية تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق في مستوى التشوهات المعرفية. (اللحائي، ح، العتيبي.س، م، 2022، ص 14.15).

#### • دراسة شيانغ ولين وليو 2021:

التشوهات المعرفية والسلوكيات العدوانية وعلاقتها بالانفعالات السلبية وزيادة مستوى العدوانية. هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية والسلوكيات العدوانية وعلاقتها بالانفعالات السلبية وزيادة مستوى العدوانية.بلغت عينة الدراسة من (359) طالب وطالبة من طلبة جامعة تاييه في تايوان. أظهرت النتائج: مستوى متوسط من التشوهات المعرفية لدى الطلبة، وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين التشوهات المعرفية والسلوكيات العدوانية والانفعالات السلبية لدى الطلبة، كذلك وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التشوهات المعرفية والسلوكيات العدوانية والانفعالات السلبية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث. (اللحائي، ح، العتيبي.س، م، 2022، ص16)

#### • دراسة راوي 2021:

التشوهات المعرفية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة. تكونت عينة الدراسة من 400 طالبة من طالبات الفرقتين الأولى والرابعة، الأدوات المستخدمة هي مقياس التشوهات المعرفية / مقياس الصمود الأكاديمي / مقياس الهناء النفسي من إعداد الباحثة. أسفرت نتائج الدراسة عن الآتي:

وجود علاقة سلبية بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة، وجود علاقة إيجابية بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة، تدني مستوى التشوهات المعرفية ارتفاع مستوى الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة. (راوي، 2021، ص32)

#### • دراسة عبارة ورحال وحاج موسى 2018:

التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور أعراض اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية لدى المراهقين. هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى التشوهات المعرفية ومستوى أعراض اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية لدى المراهقين، والتعرف ما إذا كان هناك فروق في التشوهات المعرفية وأعراض

اضطراب الشخصية الوسواسية تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص، ومعرفة العلاقة بين التشوّهات المعرفية وظهور أعراض اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية، شملت عينة الدراسة 389 طالب وطالبة (189 ذكورا، 200 إناث) في بعض المدارس الثانوية والعامّة في مدينة حمص. تكونت أدوات الدراسة من مقياسين.

مقياس التشوّهات المعرفية ومقياس أعراض اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التشوّهات المعرفية مرتفع بشكل عام كما أن مستوى أعراض اضطراب الشخصية الوسواسية مرتفع بشكل عام، ال توجد فروق دالة بين درجات الذكور والإناث على مقياس التشوّهات المعرفية ككل وأبعاده الفرعية ماعدا بعد المنطق الانفعالي حيث تبين أنه توجد فروق لصالح الإناث، توجد علاقة إيجابية دالة بين درجات الطلبة على مقياس التشوّهات المعرفية ككل وأبعاده الفرعية ودرجاتهم على مقياس أعراض اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية وأبعاده الفرعية. (هاني عبارة ماريو رحال، احمد حجاج موسى 2018، ص 311 – 328)

#### • دراسة احمد (2014):

التشوّهات المعرفية وعلاقتها بقلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية لدى عينة من الشباب الجامعي من الجنسين. هدفت الدراسة على الكشف عن طبيعة العلاقة بين التشوّهات المعرفية وكلا من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية لدى عينة من الشباب الجامعي. وكذلك التعرف على الفروق بين التشوّهات المعرفية وقلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية تبعاً لمتغيرات الدراسة) النوع، التخصص الدراسي ومدى إمكانية التنبؤ من خلال تلك التشوّهات المعرفية بظهور قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية لدى عينة من الشباب الجامعي من الجنسين. تكونت عينة الدراسة من (321) طالب وطالبة، (160) من التخصصات العلمية و (121) من التخصصات الأدبية، من أدوات الدراسة: (مقياس التشوّهات المعرفية) من إعداد الباحثة (، مقياس قلق المستقبل إعداد أ.د/سميرة، محمد شند 2002، قائمة تشخيص الاكتئاب إعداد أ.د/مجدى محمد الدسوقي 2002)، توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية دالة بين التشوّهات المعرفية وكلا من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية كما يوجد تأثير لمتغير النوع على متغير التشوّهات المعرفية في اتجاه الذكور بينما كان التأثير في اتجاه الإناث بالنسبة لمتغيري قلق المستقبل والاكتئاب، كما لم يوجد تأثير لمتغير التخصص لا على قلق المستقبل وذلك في إتجاه التخصص الأدبي ويمكن التنبؤ بكلا من قلق المستقبل والاكتئاب في ضوء متغير التشوّهات المعرفية. (صلاح الدين، 2014، ص56)

## 5-2 الدراسات السابقة المتعلقة بهوس التيك توك:

نظرا لندرة ونقص الدراسات المتشابهة مع موضوع بحثنا، استندنا الى دراسات تتشارك مع دراستنا في المتغيرات من ناحية متغير هوس التيك توك، وفي حدود الاطلاع لم نجد دراسات تجمع بين المتغيرين.

### • دراسة (Husin,2022)

هدفت الدراسة الى التعرف على العوامل المسببة لإدمان الطلاب على تطبيق "تيك توك" واختبار مدى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائية بين هذه العوامل، تكونت العينة من طلاب جامعيين اعتمدت على أداة الاستبيان من خلال تطبيقها على الطلاب الجامعيين، توصلت النتائج الى ان هناك تباين في درجة إدمان الطلاب لتطبيق التيك توك وذلك بسبب اختلاف العوامل الاجتماعية العائلية وأسلوب الحياة المعيشية لهم ووجود علاقة ارتباط دالة إحصائية بين العوامل الاجتماعية والأسرية وأسلوب الحياة. (Husin, 2022)

### • دراسة (iqbal,M.2021) :

هدفت الدراسة الى التعرف على مفاهيم الشباب نحو تطبيق " التيك توك " للفيديوهات القصيرة وتأثيره على القيم الاجتماعية لشباب تكونت عينة الدراسة من 2000 مفردة من الشباب مدينة بيكين الصينية، تم اختيارهم عبر استطلاع الكتروني لراي، وتم اختيار العينة عشوائيا من الفيديوهات لتحليل مضمون القيم الاجتماعية، تم استخدام أداة الاستبيان الالكتروني، توصلت النتائج الى ان ظهور مفاهيم إيجابية للشباب نحو استخدام تطبيق " التيك توك " ووجود حجم تأثير مرتفع لتطبيق " التيك توك " على القيم الاجتماعية لشباب. أيضا أظهرت الدراسات الى وجود ثلاث عوامل توسطت تأثير " التيك توك " على القيم الاجتماعية وهي: تنوع المحتوى، الابداع، الشهرة. (iqbal,M.2021)

### • دراسة (Unal,2021)

هدفت الدراسة الى تأثير ادمان الشباب الباكستاني الجامعي لتطبيق التيك توك على أسلوب حياتهم اليومية تكونت العينة من 190 طالبا جامعيًا، اعتمدت الدراسة على أداة استبيان كأداة لجمع المعلومات توصلت النتائج الى أن تطبيق التيك توك له تأثير سلبي كبير على الترويج للابتدال والعري بين الشباب الجامعي، أن الطلاب الجامعيين يضيعون معظم وقتهم أمام تطبيق التيك توك، أن الطلاب الجامعيين يستخدمون تطبيق التيك توك لكسب المزيد من الإعجابات(Unal,A,T.(2020))

• دراسة (jan,Mehsud and adnan,2020) :

هدفت الدراسة الى التعرف على دور تعرض الشباب لتطبيق " التيك توك " على تشكيل هوياتهم وقيمهم الاجتماعية في ضوء عوامل الغرض من استخدام التطبيق والمقدار الزمني الذي يستغرق الشباب في استخدام " التيك توك " تكونت العينة من 200 طالب وطالبة جامعا من أدوات الدراسة تم استخدام أداة الاستبيان أي استبانة تأثير " التيك توك " على القيم الاجتماعية والهوية أظهرت الدراسة ان الأغلبية من افراد العينة يستخدمون " التيك توك " على مدى 2-3 ساعات يوميا 2% من افراد العينة يتعرضون لتطبيق " التيك توك " لمدة لا تقل عن ساعة يوميا.

تم التوصل الى تنوع الغرض من استخدام " التيك توك " بين الشباب منهم لغرض الترفيه ومنهم لجمع المشاهدات دراسة (jan ,A, mehsud,M,I,adnan (2019)

• دراسة (sabir 2020):

هدفت الدراسة الى اختبار تأثير ادمان "التيك توك " لدى الطلاب الذين يتأثرون بالأشخاص الذين يقلدون أصواتهم في مقاطع فيديو " التيك توك " تكونت عينة الدراسة من 190 طالبا جامعا بباكستان ،اعتمدت الدراسة على أداة استبيان لجمع اراء الشباب حول درجة ادمانهم لتطبيق " التيك توك " توصلت النتائج الى " التيك توك " يروج للابتدال والعري بين الشباب ، " التيك توك " له تأثير سلبي كبير على الشباب الباكستاني والإصابة بأنواع مختلفة من الاضطرابات مثل الابتدال وسمات الشخصية . ، يضع الطلاب الباكستانيون (عينة الدراسة) معظم وقتهم في انشاء مقاطع فيديو موسيقية قصيرة، مما يؤثر على مستواهم الأكاديمي (sabir,I,Nasim2020p 140-146)

- التعليق على الدراسات السابقة:

هناك العديد من الدراسات التي تطرقت لموضوع التشوهات المعرفية من جوانب مختلفة وقد تنوعت هذه الدراسات بين الدراسات العربية والأجنبية حيث اشتركت معظم الدراسات في أهدافها وتوجهت لدراسة التشوهات المعرفية من حيث علاقتها ببعض العوامل النفسية ففي دراسة صلاح الدين أحمد (2014) ودراسة عبارة ورحال وحاج (2018) ودراسة راوي (2021) اتفقت في أهدافها من حيث الكشف عن مستوى التشوهات المعرفية وعلاقتها بمتغيرات عدة منها قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية ومعنى الحياة واعراض اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية و الصمود الأكاديمي والهناء النفسي.

كما نجد الاتفاق في عينة البحث والتي تمثلت في فئة الطلاب الجامعيين كأكثر فئة مستهدفة بينما قل تناولها لفئة المراهقين واعتمدت أغلب الدراسات السابقة على المنهج الوصفي أما من حيث الأدوات نلاحظ أن معظم الباحثين اعتمدوا على أدوات معدة سابقا كاعتماد دراسة صلاح الدين أحمد (2014) على قائمة تشخيص الاكتئاب من إعداد د/ مجدي محمد الدسوقي (2002) ودراسة راوي (2021) التي طبقت مقياس التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي. بينما هناك من الباحثين من قام بإعداد الأدوات بأنفسهم كدراسة عبارة ورحال وحاج موسى (2018) التي اعتمدت استبانة التشوهات المعرفية و استبانة معنى الحياة ومن خلال دراسات سابقة نجد أهم نتائجها:

أظهرت نتائج دراسة صلاح الدين أحمد (2014) أن هناك علاقة ارتباطية دالة بين التشوهات المعرفية وكل من قلق المستقبل وبعض الأعراض الاكتئابية كما هناك نتائج دراسة عبارة ورحال وحاج موسى (2018) إلى ارتفاع مستوى التشوهات المعرفية ومستوى أعراض اضطراب الشخصية الوسوسة كما كشفت دراسة راوي (2012) على وجود علاقة سلبية بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة ووجود علاقة إيجابية بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة.

واتفقت الدراسات الأجنبية التي تم عرضها في دراستنا الحالية على التشوهات المعرفية وعلاقتها بمتغيرات أخرى، حيث نجد دراسة شيانغ ولين وليو (2021) إلى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية والسلوكية العدوانية وعلاقتها بالانفعالات السلبية وزيادة مستوى العدوانية.

كما نلاحظ الاتفاق في عينة البحث والتي تمثلت في طلاب الجامعة، اما من حيث الأدوات فنجد أن دراسة كريستوفر وأميشا (2021) اعتمدت مقياس التشوهات المعرفية ومقياس بيك للاكتئاب لتحقيق أهداف الدراسة، وتوصلت كل من الدراستين إلى النتائج التالية:

كشفت نتائج دراسة شانغ ولين ليو (2021) على وجود علاقة ارتباط موجبة دالة إحصائية بين التشوهات المعرفية والسلوكيات العدوانية والانفعالات السلبية لدى الطلاب، في المقابل نجد دراسة كريستوفر وأميشا (2021) توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التشوهات المعرفية تعزى لمتغير الجنس ووجود فروق في مستوى التشوهات المعرفية. ومن خلال عرض الدراسات

سابقا نلاحظ أن عدد كبير من الدراسات تركز على إدمان الطلاب الجامعيين لمواقع التواصل الاجتماعي خاصة تطبيق " التيك توك "، مثل دراسة jan,Mehsud and adnan2021 التي هدفت للتعرف على دور تعرض الشباب لتطبيق " التيك توك " على تشكيل هوياتهم وقيمهم الاجتماعية. كما تطرقنا أيضا إلى دراسة (Iqbal (2020 التي توصلت إلى أن تطبيق " التيك توك " له تأثير سلبي كبير على الترويج والابتدال بين الشباب الجامعي وتوصلت أيضا أن معظم الطلاب الجامعي يقضون معظم وقتهم في تطبيق " التيك توك ".

أما بالنسبة لدراسة sabir (2021) هدفت إلى اختبار تأثير إدمان " التيك توك " لدى الطلاب الذين يتأثرون بالأشخاص الذين يقلدون أصواتهم في مقاطع فيديو "التيك توك". أيضا دراسة unal (2021) تطرقت إلى التعرف على مفاهيم الشباب نحو تطبيق " التيك توك " وتوصلت إلى ظهور مفاهيم إيجابية للشباب نحو استخدام تطبيق "التيك توك".

## 6- فرضيات الدراسة:

للإجابة على التساؤلات تم طرح مجموعة من الفرضيات لتحقق منها وهي كالتالي:

### ■ الفرضية العامة:

لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك لدى عينة من طلبة السنة الأولى ليسانس بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة غرداية.

### ■ الفرضيات الفرعية:

- 1- مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة مرتفع.
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التشوهات المعرفية تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.
- 3- مستوى هوس التيك توك لدى عينة الدراسة متوسط.
- 4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى هوس التيك توك تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.



## الفصل الثاني: التشوهات المعرفية

تمهيد

- 1 مفهوم التشوهات المعرفية
  - 2 أنواع التشوهات المعرفية
  - 3 ابعاد التشوهات المعرفية
  - 4 خصائص الافراد المشوهين معرفيا
  - 5 الأساليب المعرفية لعلاج التشوهات المعرفية
  - 6 النظريات المفسرة لتشوهات المعرفية
- خلاصة

**تمهيد:**

تتضمن المعرفة العقلية كل ما يدور في ذهن الإنسان من أفكار هذه الأفكار تجعل الإنسان يكتسب مشاعر معينة حول نفسه أو غيره أو المواقف التي يمر بها في حياته، فكيفية إدراكنا للمواقف هي التي تسبب في اكتسابنا لمشاعر معينة. فعندما يحمل الفرد أحكاما سلبية مسبقة عن المواقف ومعلومات التي يحكمها المنطق نقول إن لديه تشوه معرفي يعوق إدراكه، وسنحاول ضمن هذا الفصل تعريف التشوهات المعرفية وأنواعها كذلك التطرق إلى أهم النظريات المفسرة لها وخصائص الأفراد المشوهين معرفيا إضافة إلى الأساليب المعرفية إلى صالح هذه التشوهات المعرفية.

## 1- مفهوم التشوهات المعرفية:

وعرفها آرون بيك (1995): " هي تلك النماذج العقلية أو الإطارات الإدراكية الثابتة التي يتبناها الفرد في تفسير الذات والعالم من حوله، حيث يتم التركيز بشكل مبالغ فيه على الجوانب السلبية وتقليل الإيجابيات، وتعميم الأفكار بشكل مفرط، وتوقع الكوارث، وتجريب الأحداث، وميل إلى لوم الذات، والتبالغ في تقييم الأداء، مما يؤثر سلباً على تكوين الفرد المعرفي وتفسيره للأحداث". (مجول الشكري، س، س عبد السادة، ا.ح، (2019) ص24)

حيث أرجع بيك (1995) التشوه المعرفي إلى ثلاثة عوامل هي: " نظرة الفرد السلبية لذاته حيث يقوم الفرد بعزو الأحداث السلبية من وإلى نفسه وقدراته ونظرة الفرد السلبية للعالم حيث ينظر إلى الآخرين بنظرة تشاؤمية ونظرة الفرد السلبية للمستقبل حيث ينظر الفرد للمستقبل على أنه غامض وسيء وأن الافتراضات النظرية للنماذج المعرفية في التفكير تقترح بأن الأفكار المشوهة والغير السوية تؤثر على مزاج الأفراد وسلوكياتهم وعلاقاتهم مع الآخرين ". (بحيري 2019، ص194)

كما عرفها بيك (1999) انها " أفكار مشوهة ومبالغ فيها تجعل الفرد يفسر الأحداث بصورة غير منطقية وسلبية لا تنسجم مع الواقع تتسم بالانتقائية والتعميم والتضخيم والتهوين ". (جواد م.س، 2018، ص 43)

في حين يعرف كروهل (2009) التشوهات المعرفية أنها: " مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير الدقيقة التي يستخدمها بعض الناس لتعزيز الأفكار والانفعالات السلبية لديهم مما يجعل الشخص يشعر بالسوء تجاه نفسه. " (صلاح الدين، ل، ع. 2014، ص56).

ويعرفها آنجلر (2014) بأنها: " معتقدات منحازة أو مبالغ فيها قد تكون حقيقة غير عقلانية أو محرفة وقد تشجع في بعض الأحيان على التفكير السلبي " (إبراهيم، إبراهيم 2021، ص 113).

أما بدوي (2019) فعرفها أنها: " أنماط خاطئة من التفكير غير المنطقي تتسم بعدم الموضوعية وتأخذ العديد من الأشكال وتؤثر في قدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة وفي قدرته على تحقيق التوافق وتساهم في ظهور المشكلات النفسية لديه " (كيري، ه.ظ.مذكور، 2011، ص 96).

تنوعت تعاريف الباحثين للتشوهات المعرفية، ومع ذلك، فإن الاتفاق العام يكمن في أن هذه المعتقدات المشوهة والأفكار الملتوية تؤدي إلى اضطرابات نفسية تعيق قدرة الفرد على التكيف مع مختلف مواقف الحياة. آرون بيك يصف التشوهات المعرفية كتشكيلات فكرية ثابتة يتبناها الفرد في تفسيره للذات والعالم والمستقبل، بينما يعتبر كروهل أنها مجموعة من الأفكار الخاطئة التي يستخدمها الأفراد لتعزيز انفعالاتهم السلبية. وبدوره، يصف بدوي التشوهات المعرفية بأنها أنماط من التفكير غير المنطقي التي تؤثر سلباً على قدرة الفرد على التكيف والتوافق.

## 2- أنواع التشوهات المعرفية:

### 1-2 التفكير القطبي:

ويعرف أيضاً بالتفكير الثنائي أو تفكير الأبيض والأسود ويعرفه Kennedy (2012) " أنه يتمثل التفكير في "الكل أو لا شيء" في إدراك الفرد للأمور والمواقف من حوله بناءً على فئات متطرفة، دون تقديم مجال للوسيط أو التسامح. يتجسد هذا الأسلوب في الاستنتاجات المطلقة التي لا تترك مجالاً للتدرج أو التعقيد. يميل هذا النمط من التفكير إلى أن يكون مطلقاً، دون وجود مساحة للمرونة أو التفكير الاستباقي. من خلال الإرشاد المعرفي، يُهدف إلى تحرير الفرد من هذه الاضطرابات عبر تقليل مستوى الطموحات المتطرفة والمطلقة. وبالتالي، قد تتلاشى المشاعر السلبية والمخاوف عندما يدرك الفرد أن الكمال المطلق لا وجود له، وأن هذه الأفكار يمكن أن تنطبق على الجميع وعلى العالم بأسره. (عوني، ن، م، 2019 ص17)

### 2-2 التعميم الزائد:

تتجلى هنا ظاهرة تفكير الفرد في أنه إذا مر بتجربة سيئة مرة واحدة، فإن هذه التجربة ستكرر دائماً، حيث يقوم بتعميم الخبرة السلبية على جميع المواقف المماثلة. يتمثل هذا في الانحياز إلى المبالغة في تقدير العيوب الذاتية وتقليل الإنجازات والنجاحات الشخصية. على سبيل المثال، عندما يواجه فشلاً في امتحان معين، قد يستنتج بأنه فاشل وغير مؤهل للتعلم بشكل عام.

يتناول الإرشاد المعرفي هذه القضية من خلال مساعدة الفرد على التحليل الهادئ والمنصف للتجارب، وتقديم تقدير متوازن للأوجه الإيجابية والسلبية في سياقات مختلفة. يهدف ذلك إلى تحرير الفرد من القيود التي يفرضها على نفسه ومن التفكير المتطرف، وبالتالي تعزيز قدرته على التعامل بشكل أكثر فاعلية مع التحديات والمواقف في الحياة. (شندوخ، ع.ر. مزعل، ف 2019، ص529).

### 2-3 التفسيرات الشخصية:

يعرفها (Freeman.pretzer.fleming.simon2004) بأنها " اعتقاد الفرد أنه السبب في حدوث حدث خارجي دون أن يرى أن هناك عوامل أخرى هي المسؤولة عنه". ويشير Barriga(2000) إلى أنها: " تعني تحمل المسؤولية الشخصية عن الأحداث السلبية وتفسير مثل هذه الأحداث كأنها تحمل معاني شخصية". (عوني، ن، م، 2019، ص17)

### 2-4 التضخيم او المبالغة:

هو تشوه معرفي يتمثل في تضخيم الأحداث والأشياء في تصوّر الفرد لذاته، حيث يتم تحميل الأحداث أهمية كبيرة لا تتناسب واقعياً مع مستواها الفعلي، أو تقليل أهميتها بشكل غير ملائم. هذا التفكير المبالغ فيه يؤدي إلى إحساس الفرد بالقلق والتوتر بشكل مفرط، وتشكيل تصورات ومعتقدات سلبية حيال علاقاته مع الآخرين، مثل أفراد العائلة، والأصدقاء، والزملاء. على سبيل المثال، يمكن للفرد أن يتفاعل بشكل مبالغ فيه مع تجاربه الفاشلة والسلبية، ويعتبرها دليلاً على عدم كفايته أو فشله. يُعتبر هذا النوع من التفكير السلبي تشوهاً معرفياً يساهم في تعزيز دورة الفشل المتكرر وتعقيد التفاعلات الاجتماعية بشكل غير صحيح. من خلال الإرشاد المعرفي، يُسعى لتوجيه الفرد نحو رؤية أكثر توازناً وواقعية لتجاربه وتحفيزه على استكشاف سبل التحسين والتطوير الشخصي بدلاً من الانغماس في السلبية والتشاؤم. (خلفاوي، ف بوروية، 2021، ص562)

### 2-5 إطلاق التسميات وخطا التسميات:

يطور بعض الأشخاص وجهات نظر سلبية عن ذواتهم من خلال إطلاق تسميات مغلوطة على الذات مستندين في ذلك على بعض الأخطاء. (خلفاوي، ف بوروية، 2021، ص562-563)

### 2-6 التفكير الانتقائي:

هو نمط من التشوه المعرفي حيث ينغمس الفرد في تفاصيل سلبية معينة، متجاهلاً أي جوانب إيجابية أخرى قد تكون موجودة. يركز الشخص بشكل مفرط على الجوانب السلبية من الأمور، ويغفل أو يتجاهل الجوانب الإيجابية والمميزات البارزة في الموقف. (شبير، ا، و، 2018، ص35)

## 7-2 التهوين:

هو نوع من التشوه المعرفي يتمثل في إغفال الفرد للأحداث أو الظروف الإيجابية المحيطة به، وتقليل قيمتها بشكل غير عادل، مما ينعكس على تصوير الخبرات الإيجابية بأنها غير مهمة أو قيمة. عندما يقوم الشخص بأداء جيد في مهمة ما، قد يقنع نفسه بأن أي شخص آخر يمكن أن ينجحها بسهولة، مما يقلل من شأن إنجازاته الشخصية. هذا النمط من التفكير يمكن أن يحد من الثقة بالنفس ويعيق الاعتراف بالقيمة الشخصية والإنجازات. من خلال الإرشاد المعرفي، يُشجع الفرد على النظر بشكل أكثر توازناً وواقعية لإنجازاته، وتقدير الجهود التي بذلها لتحقيقها. يساعده هذا في بناء الثقة بالنفس والاعتراف بالقيمة الفريدة لتجاربه وإنجازاته الشخصية. (العزیز، ع، 2021، ص 202)

## 8-2 الاستدلال الانفعالي:

ما وصفته هو نمط من التشوه المعرفي يتمثل في الافتراض بأن المشاكل الانفعالية السلبية تعكس الحقيقة في تحقيق الأشياء، حيث تؤدي أفكار ومعتقدات الشخص المشوهة إلى مشاعر غير صادقة مثل الذنب والقلق، مما يؤثر على طريقة تفكيره بشكل غير منطقي. هذه المشاعر السلبية تقود الشخص إلى تصور نفسه بأنه غير كفء وعاجز. الاستدلال الانفعالي يلعب دوراً كبيراً في تشعب مشاعر الفرد بالتوتر والقلق والإحباط، حيث يعتقد الشخص بصدق أن هذه المشاعر السلبية تعكس الحقيقة. ونتيجة لذلك، ينخفض مستوى تكيف الفرد مع الواقع، حيث يجد صعوبة في مواجهة التحديات والمواقف بشكل فعال. من خلال الإرشاد المعرفي، يُشجع الفرد على تحليل مشاعره وأفكاره بشكل نقدي ومنطقي، وفحص الأدلة الحقيقية التي تدعمها. يساعده هذا في تقدير الأوضاع بشكل أكثر واقعية وفهم أن المشاعر السلبية ليست بالضرورة تعكس الحقيقة، بل هي نتاج لتفاعلات معقدة بين الأفكار والمشاعر والتجارب السابقة. (العصار، 2015، ص 38)

## 9-2 التفكير الكارثي:

هو مثال متطرف من التعميم الزائد يتم فيه تضخيم حدث أو موقف سلبي بشكل مبالغ فيه ويبنى هذا التفكير على توقعات سلبية للمستقبل بدون أي احتمال إيجابي حيث لا يتوقع الفرد من نتائج أفعاله إلى أسوأ الاحتمالات ولا شك أن تلك التوقعات لها دور كبير في زيادة الضغوط النفسية على الفرد فالعامل الذي لا يتوقع لنتائج أعماله إلا العقاب أو التوبيخ أو حتى الفصل وبصورة غير عقلانية يضع نفسه تحت مستوى مرتفع من الضغط المستمر الذي ينهك مصادره الوجدانية والانفعالية. (شندوخ، ع. ر. مزعل ف، ع، 2019، ص 529-531)

## 10-2 القفز الى النتائج:

وهو التوصل إلى استنتاجات سلبية دون وجود دليل عليها ويتضمن اعتقاد الفرد بأنه قادر على قراءة العقل ومعرفة ما يفكر به الآخرون والتنبؤ بالمستقبل أو من خلال التنبؤ بالغيب وفيه يتوقع الفرد أن الأشياء السلبية الا تحدث ويتخذ هذا التنبؤ كحقيقة واقعة ويتصرف وفقا لهذه التنبؤات على الرغم من كونها لا تستند إلى منطق وهذا الاستنتاج بدون دليل أو استنتاج مبني على أدلة ضعيفة. (الشقران، ح.ا. القاعد، ت. ج ، 2021 ، ص 63).

## 3- ابعاد التشوهات المعرفية:

تشير (توراس، 2002) الى ان التشوهات المعرفية تشتمل على العديد من المجالات والتي يمكن دمجها في بعدين أساسيين هما:

### 1-3 بعد التشوهات المعرفية:

يشتمل هذا البعد على توقعات الفرد الذاتية فيما يقوم به من أفعال وتصرفات والتسرع في الاستنتاجات وعدم الاستناد إلى الأدلة والبراهين والمبالغة والتضخيم من أفعال وتبرير الفرد لكل ما يقوم به من أفعال وتصرفات والحكم على الآخرين بناء على ما يحمله الفرد من أفكار فإذا اتفقوا معه فيما يحمله من أفكار يكونوا أفراد جيدين ويتمتعون بدرجات عالية من الذكاء وإذا اختلفوا معه فهم أغبياء.

### 2-3 بعد التشوهات المعادية للمجتمع:

يشتمل هذا البعد على تعميم الفرد لأفكاره على ما يحدث معه من مواقف وأحداث بالاعتماد على أن هذه الأفكار هي الأفكار الصحيحة وأن أفكار الآخرين هي الأفكار الخاطئة وأن ما يقوم به من أفعال لا يمكن أن تؤدي إلى عواقب سلبية والتبرير الانفعالي لكل ما يحدث معه مستندا على أن ما يشعر به هو نفس ما يشعر به الآخرين وأن الأفراد الآخرين غير قادرين على مواجهة التحديات والمواقف كما يواجهها هو وأن كل ما يحدث من مشكلات وصعوبات مصدرها الأفراد الآخرين. (بحيري، 2019 ص 195)

خصائص الافراد المشوهين معرفيا:

لخصت الدراسات كل من (ريان أريك، 2005) مجموعة من الخصائص التي يمكن ان يتصف بها الأشخاص الذين يعانون من التشوهات المعرفية والتي تتمثل في التالي:

- توجد لديهم انطباعات مبالغ فيها هم الذات بالإيجاب أو بالسلب كان يصف نفس بالعقري والذي لا يمكن أن يفشل أبدا أو الثرثار الفاشل الذي لا يمكنه النجاح في أي مهام.
- يتمتعون بأسلوب تفكير منغلق وتقليدي وغير قادر على التوافق مع مجريات الحياة المتنوعة والجديدة.
- عادة ما يقعون في مواقف من الإرباك والإحراج فهم يضعون أنفسهم في مواقف يدعون أنهم على دراية وخبرة كبيرة بها وهم في الحقيقة على غير ذلك.
- يتصفون بضعف الإحساس الوجداني نحو الآخرين فلا يتعاطفون معهم وأحيانا ما تصدر منهم أقوال أو أفعال جارحة نحو الآخرين.
- يتوقعون الأفراد المشوهون معرفيا الأسوء دوما، ويركزون على نواحي النقص والفشل لديهم وليس العكس.
- يتصفون بالجمود الفكري والميل الى المغالاة والحدة في التعامل وعدم قبول رأي الاخر. (راوي و. ر. 2021، ص56)

#### 4- الأساليب المعرفية لعلاج التشوهات المعرفية:

##### 5-1 التعرف على الأفكار المشوهة والعمل على تعديلها:

يري بيك أن الأفكار المشوهة أفكار سلبية تؤثر سلبا في قدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة مما يؤدي إلى ردود أفعال انفعالية غير ملائمة للتكيف مع المواقف والأحداث.

##### 5-2 الابتعاد والتركيز:

عندما يعرف الفرد أن هناك أفكارا مشوهة لا تتفق مع الواقع ولا يوثق بها فإنه يحاول مساعدة المتعالج أن يبعدها ويتخلص منها أو يركز على عملية تصحيحها حيث يكون من نتائجها التكيف مع المواقف والأحداث وتعديل السلوك.

##### 5-3 الوصول الى دقة الاستنتاجات:

يتم هذا الأسلوب كما يرى بيك من خلال تعليم الفرد وتدريبه على كيفية الحصول على المعلومات الدقيقة وأن يتسم استنتاجه في مختلف المواقف بالواقعية.



#### 4-5 التحويل:

يعني تحويل انتباه الفرد من التركيز على مجموعة الواجبات المطلقة التي تسبب له الاضطراب والتفكير المشوه إلى النشاطات الاجتماعية. (خلفاوي، ف. بوروية، 2021، ص 333).

#### 5-5 ملئ الفراغات:

عندما يتحدث المرضى عن الأحداث وعن ردود الفعل الصادرة منهم إتجاه هذه الأحداث فإنها توجد عادة فجوة بين المثير والاستجابة وهذه الفجوة هي الأفكار والمعتقدات وتقع على المعالج مهمة ملئ الفراغ بينهما من خلال تعليم الفرد أن يركز على الأفكار التي تحدث أثناء معايشة المثير والاستجابة.

#### 6-5 ضبط الذات:

والتقليل من الأحداث السارة والغير سارة وزيادة الأحداث السارة.

#### 7-5 إعادة العزو:

وذلك عندما يلقي الفرد اللوم على نفسه ويكون العلاج بتصحيح العزو الخاطيء.

#### 8-5 تحدي التفكير ثنائي القطب:

وذلك عندما ينظر الفرد إلى الأشياء ككل إما أسود أو أبيض.

#### 9-5 العلاج الشخصي الداخلي:

وهنا يتم تدريب الفرد على المهارات التي تساعده في تغيير أنماط التفاعل الذي يسبب له المشكلات في البيئة مثل المهارات الاجتماعية والتدريب على التواصل واتخاذ القرار. (المعاينة، ا. ع 2016، ص 63)

#### 5- النظريات المفسرة للتشوهات المعرفية:

صاغ بيك نظرية متكاملة فسر على أساسها حدوث الاضطرابات الانفعالية بصفة عامة والاكنتاب بصفة خاصة، حيث يرى بيك أن طريقة تفكير الفرد ومعالجته لما يدركه من معلومات وما يعتقدده وكيفية تفسيره لأحداث والموضوعات تمثل عوامل مهمة ومؤثرة في حدوث الاضطرابات الانفعالية والسلوكية، واهتم بيك بالاكنتاب لهذه الاضطرابات إذ يعطي اهتماما بالتفكير والمعارف في حدوث الاكنتاب وإن ما يرافقه من أعراض سلوكية إنما هي ناتجة عن التفكير السلبي والتشويه المعرفي وتنشأ التشويهات والتحريفات للحقائق والأحداث عن تعلم خاطيء في مراحل النمو المعرفي.

واقترح بيك (2000) للتشوهات المعرفية نموذجاً مؤلفاً من أربعة مستويات هي:

- **المعتقدات المركزية:** التي تمثل معتقدات كلية مغلقة وجامدة حول الذات والآخرين والمستقبل وتنمو في الطفولة.
- **المعتقدات الوسيطة:** التي تؤثر في نمو المعتقدات الوسيطة والتي بدورها تتكون من المواقف والقواعد والاتجاهات والافتراضات لدى الفرد وتؤثر في رؤيته للمواقف وكيف يشعر ويتصرف.
- **المخططات المعرفية:** والتي تشير إلى مجموعة المعتقدات الخاصة بالفرد حول الأشياء والظواهر البيئية التي يفسرها ويعالج في ضوءها المعلومات المتعلقة به وبالعالم من حوله. (العادلي، ر.ع. والقريشي، خ، ش 2016، ص 593-594).
- **الأفكار التلقائية:** والتي تشير إلى جميع الأفكار والصور التي تحدث بصورة فجائية تدفق الوعي الشخصي كحديث النفس وهي عبارة عن سياق الأفكار والتأويلات التي ترد إلى الذهن لا إرادياً دون وعي وتفكير مسبق. ويرى بيك أن الأفكار الأوتوماتيكية تؤدي إلى التشويه المعرفي أي أن تفسير الأحداث من وجهة نظر الفرد والتفكير الخاطيء الذي يركز على أحد الطرفين المتناقضين إما أبيض أو أسود والاستنتاج اللامنطقي التعسفي والمبالغة في التعميم على كل المواقف على أساس حدث منفرد والتضخيم والتحجيم والعجز المعرفي. (الشقران، ح، ا، القاعد، ت.ج 2021، ص 197-198)

يقوم هذه النموذج على فكرة أن ما يقوم به الفرد من تفكير وما يقوله حول نفسه وكذلك اتجاهاته وآرائه تعد جميعها ذات صلة بسلوكه، وإن ما يكتسبه الفرد من معلومات ومفاهيم في حياته يستخدمها في حل مشكلاته وما يشعر به الفرد من ضيق وكرب من خلال تحديدها والعمل على تصحيح وتعديل أنماط تفكيره الخاطيء ويتوقف ذلك على وجود علاقة دافئة بين الفرد والمعالج تتصف بالود والتعاون والمشاركة الوجدانية وتعليم الفرد حل مشكلاته وتدريبه على معرفة المشكلة ومكوناتها وأسبابها وعلاقتها بالاضطراب. كما أن علماء النفس المعرفيين أمثال بيك وميكنوم واليس وكيللي نوهوا إلى أن الأفكار المغلوطة تتركز حول ثلاثة آليات رئيسية طبقاً للنموذج المعرفي التي تساعد في الإبقاء على الاضطراب وهي كالاتي:

- **الثالث المعرفي:** يتكون هذا الثالث من عناصر معرفية تحث المعالج على النظر إليها (النظرة السلبية إلى النفس والعالم والمستقبل). (المشهوراي، م.م 2019، ص63) منظم لحل المشكلات وأن كل فرد سوف يتشكل لديه مدى واسع من المخططات التي ستساعده من تكوين
- **المخططات المعرفية:** هذه المخططات ما هي إلا خطط مجردة تعمل كموجهات للعقل وكإطار إدراك علم للعالم المحيط به (شندوخ، ع.ر. مزعل ف، ع. 2019، ص 534)
- **التشوهات المعرفية:** يرى المعرفيون أن معتقدات الفرد تبدأ خلال مرحلة الطفولة المبكرة وتتطور تدريجيا خلال الحياة ومثل هذه المعتقدات قد تصبح قاعدية للفرد وتبنى على أثرها أبنية معرفية خاطئة لذلك فإن العمليات المعرفية التي تدعم البنية المعرفية تعكس الأخطاء المبكرة في التفكير هذه الأفكار المحرفة أطلق عليها بيك اسم التشوهات المعرفية إذ تظهر عندما تكون عمليات الإنتاج والمعالجة المعرفية ذات دقة قليلة. (الهيبي، م.م 2018، ص63).
- **نظرية جورج كيلبي:** يرى كيلبي أن الإنسان كائن عقلائي صانع لمصيره من خلال خلق تكوينات شخصية خاصة ينظر من خلالها الى العالم بناء على ما يحمله من توقعات تحدد اختياره لما يمارسه من سلوكيات أو ما يقوم به من أفعال، هذا بالإضافة إلى ما يحمله من قدرات تمكنه من تعديل اختياراته وتعديل تكوينه الشخصي، وطبقا لكيلبي فإن الفرد لا يتقيد باختياراته خلال مراحل النمو المختلفة) طفولة، مراهقة، رشد، شيخوخة) لان الفرد يعتمد فيما يمارسه من سلوكيات على ما يحمله عن الأشياء والعالم، كما أن ما يعانيه الفرد من اضطرابات انفعالية وما يحمله من تنبؤات مشوهة تكون ناتجة عن أخطاء في محتوى الأفكار والمعتقدات الشخصية لدى الفرد. (بن معمر، ن، 2019، ص67).
- **المنظور الاجتماعي:** أكد بندورا على أهمية التفاعل المتواصل بين المؤثرات البيئية والعمليات المعرفية والسلوك وهو ما أطلق عليه اسم الحتمية التبادلية بمعنى أن هناك علاقة تبادلية بين الأفكار والسلوك والبيئة فتغيير الأفكار ينتج عنه تغيير في السلوك وفي نفس الوقت فإن تغيير السلوك ينتج عنه تغيير في الأفكار ولهذا فإن الاستجابات الانفعالية والسلوكية التي تصدر عن الفرد تجاه الأحداث والوقائع هي نتيجة طريقة إدراكه وأفكاره وتفسيراته التي يعطيها الفرد لهذه الأحداث وقد تلعب المتغيرات المعرفية (كتشويه الخبرات والتوقعات اللامعقول) دورا في نشأة الاضطراب الانفعالي.

- المنظور السلوكي: أشار(وولب) إلى العلاقة بين التفكير والسلوك حيث أكد على أن تعديل السلوك يؤدي الى تعديل التفكير فالمريض بعد العلاج عن طريق (تعديل السلوك) يبدأ في إدراك مبالغاته الانفعالية في تقدير الأشياء ويدرك أن مخاوفه كانت تشويها للواقع وبالتالي يبدأ في اعتناق تصورات تتفق في واقعيتها مع واقع الموقف كما يرى أن بعض التغيرات تحدث في سلوك مرضاه بعد نجاحهم في تأكيد الذات وتشمل طريقة تفكير المريض واتجاهاته العقلية. (العلوي، ز. ع 2013، ص328).

#### خلاصة:

من خلال ما تم التطرق إليه نتوصل إلى أن التشوهات المعرفية تعبر عن الأفكار السلبية الغير منطقية التي تجعل الفرد يدرك المواقف والأحداث بصورة خاطئة وتأخذ أشكال مختلفة كالتفكير الثنائي والتعميم الزائد والتهوين وغيرها من الأشكال حيث نجد العديد من النظريات التي سعت لتفسير ما يسمى بالتشوهات المعرفية من أبرزها النظرية المعرفية لبيك الذي يرى أن التشويهات والتحريفات لأحداث تنشأ عن تعلم خاطئ في مراحل النمو المعرفي وتمثل عوامل مؤثرة في حدوث الاضطرابات الانفعالية والسلوكية بينما باقي علماء النفس المعرفيين أمثال إليس وميكنوم وكيلي فأكدوا على أن الأفكار المغلوطة والمشوهة تتركز حول ثالث آليات رئيسية الثالث المعرفي أي النظرة السلبية للنفس والعالم والمستقبل والمخططات المعرفية والتشوهات المعرفية وهذه الأخيرة تتجلى في بعدين أساسيين هما بعد التشوهات الذاتية وبعد التشوهات المعادية للمجتمع ومنه تم التطرق إلى خصائص الأفراد المشوهين معرفيا والتي تضمنت وجود انطباعات مبالغ فيها عن الذات كما يتصفون بالجمود الفكري والحدة في التعامل وصولا الى اهم الأساليب المعرفية التي تساهم في علاج وإصلاح التشوهات المعرفية حسب العلاج المعرفي من

## الفصل الثاني: التشوهات المعرفية

---

---

خلال التعرف على الأفكار المشوهة والعمل على تعديلها وأبعادها وتحدي التفكير الثنائي وذلك بهدف تصحيح الأفكار الخاطئة المشوهة لدى الفرد ومساعدته على ضبط الذات وبذلك تحقيق الصحة النفسية لديه.

## الفصل الثالث:

### هوس موقع التواصل الاجتماعي "التيك توك" انموذجا"

تمهيد

- 1- مفهوم الهوس
- 2- هوس مواقع التواصل الاجتماعي
- 3- النظريات المفسرة لمواقع التواصل الاجتماعي
- 4- تطبيق التيك توك ونموذج استخدامه المفرط
- 5- الإيجابيات والسلبيات لتطبيق التيك توك
- 6- الاثار الاجتماعية والنفسية لتطبيق التيك توك
- 7- هوس التيك توك

خلاصة

### تمهيد:

اصبحت مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة فعالة للتواصل بين الأفراد، حيث أنها تتيح الربط بين الزملاء والأصدقاء وليس هذا فقط بل أنها تساعد في التعرف والتواصل بين الأشخاص والمجتمعات المختلفين ببعضهم البعض، ولعل أبرزها على الإطلاق هو تطبيق التيك توك، حيث أن نسبة انتشاره تزداد يوما بعد يوم خاصة بين المراهقين، حيث يتنوع استخدامهم له بين ما هو إيجابي وما هو سلبي فضلا عن قوة تأثيرها على سلوكياتهم.

## 1- مفهوم الهوس:

الهوس هو حالة نفسية تجعل الشخص يعاني من نشوة غير معقولة، وحالات مزاجية حادة للغاية، وفرط النشاط، والأوهام وهو أحد الأعراض الشائعة للاضطراب ثنائي القطب ويمكن أن يكون حالة خطيرة لعدة أسباب وهو حالة عقلية تتميز بدرجات عالية بشكل غير طبيعي من المزاج أو التهيج أو الطاقة، فهو ينتمي إلى اضطرابات المزاج. إنها إحدى مراحل الاضطراب ثنائي القطب، وهي إلى حد ما عكس الاكتئاب. ويشير مفهوم الهوس إلى الإفراط في الإعجاب ب (شيء ما، شخص ما، وسيلة ما) ويعرف الهوس في موسوعة علم النفس والتحليل النفسي بأنه حالة مرضية تبدو أوضح ما تكون في الجانب الانفعالي للشخص، والشخص في حالة الهوس يكون مناقضا تماما لحالة الاكتئاب، حيث نجده مملوءا بالنشاط والسرور والبهجة والرضا عن النفس، ويكون نشاطه الحركي والفكري سريعا. (singh (2020) p 11))

## 2- هوس موقع التواصل الاجتماعي:

نتيجة تعدد وتنوع مواقع التواصل الاجتماعي تزايد عدد مستخدميها بشكل كبير، مما تسبب في ظهور مصطلح ادمان مواقع التواصل الاجتماعي، ويعرف مصطلح ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بأنه حالة القلق المفرط المتعلق باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بدافع الدخول على مواقع التواصل الاجتماعي واستخدامها، وتخصيص الكثير من الوقت والجهد لهذه المواقع، مما يؤثر على الأنشطة الاجتماعية الأخرى للشخص، ودراسته / عمله، العلاقات الشخصية، أو الصحة النفسية والرفاهية. (singh 2020 p13)

## 3- النظريات المفسرة لمواقع التواصل الاجتماعي:

تعد النظريات الخاصة بالتواصل عبر الإنترنت عامة ومواقع التواصل الاجتماعي بصفة فغالبيتها عالجت تأثيرات هذه المواقع ضمن الفهم الذي قدمته نظريات وسائل الاتصال الجماهيري قد تعاملت مع هذه المواقع على أساس أنها وسيلة من رسائل الاتصال الجماهيري ينطبق على وسائل الاتصال الجماهيرية الأخرى وعليه فمن بين هذه النظريات ما يلي :

### 1-3 النظريات التفاعلية الرمزية :



تعتقد النظرية التفاعلية بان الحياة الاجتماعية و ما يكتنفها من عمليات و ظواهر و حوادث ما هي إلا شبكة معقدة من نسيج من التفاعلات و العلاقات بين الأفراد والجماعات التي تكون منها المجتمع فالحياة الاجتماعية يمكن فهمها و استيعابها إلا عن طريق النظر إلى التفاعلات التي تحدث بين افراد هذا المجتمع يجب ان تكون لهذه التفاعلات دوافع موضوعية و ذاتية و آثارها على الفرد و الجماعات هذه النظرية يمكن ان تفهم نموذج الإنسان عبر الدور الذي يحتله و السلوك الذي يقوم به نحو الآخر الذي كون علاقة معه خلال العلاقة التفاعلية التي تنشأ بينهما و بعد فترة زمنية معينة. (حسن احسان 2005 ، ص 65-75).

تدور فكرة التفاعلية حول مفهومين أساسيين هما: الرموز والمعاني في ضوء صورة معينة للمجتمع المتفاعل تشير التفاعلية الرمزية إلى معنى الرمز على اعتبارها قدرة يملكها الانسان للتعبير عن افكارنا باستخدام رموز في تعاملهم مع بعضهم البعض، اذ يتم تحديد الرموز بالاتفاق بين أعضاء الجماعة. تعد اللغة من اهم مجموعة الرموز اللازمة للتفاعل الاجتماعي من حيث ان استخدم ثورة في قدرة الانسان على التواصل مع غيره من أفراد المجتمع ووسيلة لزيادة المقدرة على نقل المشاعر و الميول و الاتجاهات في المجتمع، ينظر انصار التفاعلية الرمزية إلى الفرد على اعتباره مخلوق يحاول بناء الحقيقة و معرفة معاني الأشياء، أو الموضوعات، أو الأحداث ليواجه بذلك الناس في حياتهم اليومية بالتالي يعتبر قادر على تحسين ذاته و بناء شخصيته بالإضافة إلى القدرة على تشكيل و صياغة تغير الواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه من خلال التفاعل بين الأشخاص أو الجماعات ( لظفي كامل 1999، ص122.120)

من اهم علماء التفاعلية الذي يحمل نظرية متكاملة من العلاقات الاجتماعية هو العالم كينز بيرغ (Ginsberg) الذي عرف العلاقات الاجتماعية على أنها: "التفاعلات التي تقع بين شخصين أو أكثر من اجل تحقيق أغراض الأشخاص الذين يدخلون في مجالها كالعلاقة بين الطالب و الأستاذ ، و المريض و الطبيب و هكذا"، من اهم شروط تكوين العلاقة التفاعلية كما يحددها (كينز بيرغ)، هي وجود شخصين فأكثر يكونوا علاقة إنسانية تنطوي هذه العلاقة على مجموعة رموز سلوكية و كلامية و لغوية يفهمها أقطابها كذلك تنطوي هذه العلاقة على فعل و رد فعل بين الأشخاص الذين يكونوا موضوعاتها . اما أسباب العلاقات الاجتماعية كما يراها كينز بيرغ، فهي الدوافع التي تدفع الفرد إلى الدخول في علاقات الغير، وهذه الأسباب قد تكون اقتصادية أو تربوية او عائلية، أو غيرها من العلاقات الاجتماعية التي تكون دوافعها سياسية أو دينية هناك آثار و نتائج للعلاقات الاجتماعية التي

تحدث عنها كينز بيرغ قد تكون ايجابياً أو سلبية اعتماداً على طبيعة العلاقة الإنسانية القائمة بين الفرد والمنظمة الاجتماعية. (حسن احسان 2005، ص 71-74).

من بين الركائز التي تستند عليها التفاعلية الرمزية لتحليل عملية التفاعل الاجتماعي هي من اعتاد المعدل العام للناس على ممارسته من سلوك، وقواعد تعتبر أحد منظمات السلوك الإنساني وهي احدى الظواهر الاجتماعية التي تبين سلوك الفرد وتوجيهه في ارتباطه مع الآخرين. كذلك العامل الزمني. حيث تقع عمليات التفاعل الاجتماعي ضمن التوقيت الزمني من خلاله يقاس مدى الفائدة والريح، أو التوفير والتبذير للأشياء المادية والمعنوية للأفراد المتفاعلين، والحيز المكان من اهم الركائز الأساسية في التفاعلية الرمزية ويعبر عن المنطقة الجغرافية معلومة الأبعاد بينما الحيز المجالي يتمثل في طريقة جلوس الافراد وتفاعلهم في الموقف (معين خليل 1997، ص 171-175)

انطلاقاً مما سبق يمكن إسقاط هذه النظرية على مواقع التواصل الاجتماعي كونها تفسر لنا طبيعة التفاعل الاجتماعي للفرد مع غيره، وموقعه، والدور الذي يؤديه من خلال اندماجه في المجتمع الافتراضي باستخدام الفرد لهذه الشبكات فإنها تملي عليه معاني وقيم ورموز جديدة.

#### ■ اهم نماذج نظرية الإشباعات والحاجات:

##### - نموذج كاتز وزملائه:

يرى كاتز ان المواقف الاجتماعية للجمهور هي التي تحدد العلاقة بين المتلقين والوسيلة الاتصالية القادرة على تلبية حاجياتهم، والصراع الاجتماعي يشكل ضغطاً على المتلقي يدفعه الى البحث عن وسيلة إعلامية التي تلبى حاجياتهم. (حسن احسان 2005، ص 75-78)

##### - نموذج ويندال:

يتناول ويندال في نمودجه العلاقة بين كل من الاستخدامات الإشباعات، ويرى ان المتلقي يرسم مسبقاً توقعات لما يمكن ان يحققه مضمون الوسيلة الإعلامية المستهدفة بعد اجراء مفاضلة بين هذه الوسيلة المختارة والوسائل الأخرى.

##### - نموذج روز نجرين:

يتناول هذا النموذج مجموعة من العوامل التي تتشكل منها نظرية الاستخدامات الاشباعات وهي الحاجات البيولوجية والاجتماعية والنفسية الموجودة لدى الانسان حيث تتفاعل هذه الحاجات

مع إطار مجتمعي وخصائص الفرد، وهنا يلجأ الفرد الى الوسيلة الإعلامية التي يرى في مضمونها حلا لمشكلاته واشباع حاجته (حسن احسان 2005، ص 79-80).

#### 4- تطبيق التيك توك ونموذج استخدامه المفرد:

يعد تطبيق التيك توك أحد أكثر التطبيقات المجانية تنزيلا في الربع الأول من العام الجاري بعد ما تم تحميله 315 مليون مرة على مستوى العالم، وبشكل عام يمكن تفسير سماته فيما يلي:

يقدم التطبيق فيديوهات جذابة لا تتجاوز مدتها 15 ثانية مع إضافة الموسيقى وبعض المؤثرات الصوتية بجانب الملصقات التي تضاف إلى الوجه وذلك باستخدام تقنيات التصوير المتاحة على التطبيق والهواتف الذكية، وهي الفيديوهات التي يسهل تسجيلها في مختلف الأماكن ومشاركتها على الفور دون أي متطلبات فنية ودون أن تستغرق مشاهدتها وقتا أو جهدا، فعند فتح التطبيق تعرض مقاطع الفيديو الواح تلو الآخر ما يمكن من مشاهدة مئات الفيديوهات لساعات ممتدة، كما يمكن مشاركتها عبر مواقع التواصل الاجتماعي، كما تحول التطبيق إلى منصة التحديات المميزة. ولا يمكن الوصول لمحتويات الفيديو بواسطة محركات البحث ومواقع الويب العادية، ونتيجة لكثرة المستخدمين العددية، تحظى مقاطع الفيديو التي تنشر على التطبيق بانتشار واسع وهو ما يعني إمكانية تحقيق الشهرة عبر قواعد جماهيرية من المعجبين والمتابعين. كما يمكن للمستخدمين أيضا إضافة مقاطع فيديو وعلامة هاشتاغ وفلاتر وأصوات إلى قسم "المفضلة" يكون هذا القسم مرثيا فقط للمستخدم على ملفه الشخصي مما يسمح له بالرجوع إلى فيديو أو علامة تصنيف أو فلتر أو صوت قام بحفظه مسبقا. (جعود سماح، 2020، ص 63)

#### ● احصائيات موقع التيك توك 2021:

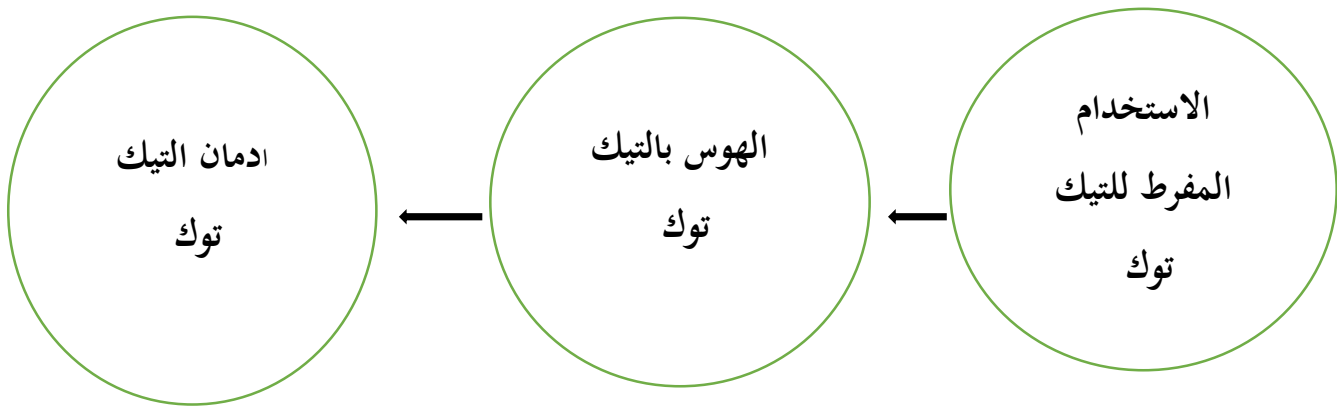
- يملك التيك توك أكثر من 732 مليون مستخدم نشط شهريا، صعودا من اقل 30 مليونا قبل اقل من عامين
- يتم رفع نحو 13 مليون فيديو جديد الى التيك توك يوميا
- 28.56% من مستخدمي التيك توك يفتحون التطبيق مرة واحدة يوميا على الأقل
- يمضي مستخدمو التيك توك 52 دقيقة على المنصة يوميا شركة التيك توك أعلنت في 27 سبتمبر الماضي ان عدد مستخدمي التطبيق النشطين بلغ مليار شخص شهريا، ويعني ذلك

ان واحد من كل 7 اشخاص من سكان الكرة الأرضية يشاهد على نحو منتظم مقاطع فيديو قصيرة على هذا التطبيق (حدادي وليد 2015، ص56)

• نموذج الاستخدام المفرط:

تعتمد هذه الدراسة نظريا على ثلاثة مفاهيم (الاستخدام المفرط، الهوس، والإدمان) وتقتصر الدراسة نموذجا نظريا يشرح العلاقة بين هذه المفاهيم الثلاثة والفرق بينهم. يوضح الشكل التالي مسار العلاقة بين تلك المفاهيم وكيف تتحول التأثيرات من مرحلة الى أخرى طبقا لحجم وسلبيات تلك التأثيرات على مستخدمي تطبيق التيك توك، كما يسهم هذا النموذج في القياس الاجرائي لكل مفهوم وتحديد خصائصه.

اتجاه الاثار السلبية (الاستخدام المفرط)



اتجاه الاثار الإيجابية (الاستخدام المعتدل)

شكل رقم 1: نموذج الاستخدام المفرط والهوس والإدمان الناتج عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

تتلخص فكرة النموذج في انه كلما زادت كثافة الاستخدام لتطبيق التيك توك كلما زادت التأثيرات السلبية التي يصعب السيطرة عليها، والعكس صحيح. بمعنى اخر، كلما انتقل المستخدم من مرحلة الاستخدام العادي (المعتدل) لتطبيق التيك توك الى المراحل الثلاثة الموضحة بالشكل

(الافراط، الهوس، والإدمان) زادت الاثار السلبية لتطبيق. في حين انه كلما انتقل المستخدم من مرحلة الإدمان الى المراحل السابقة عليها قلت الاثار السلبية للتطبيق. (جعود سماح، 2020، ص32)

## 5- الإيجابيات والسلبيات لموقع التيك توك:

مع كل فيديو يشاهده المستخدم يتعلم التيك توك شيء عنه وفي غضون ساعات يمكنه اكتشاف اذواقه الموسيقية وتوجهه الجنسي وصحته العقلية وروح الدعابة لذا اذا شاهد مقطع فيديو لكلب لطيف مثلاً فسيعرض له التيك توك مقطع آخر عن حيوان أليف وهكذا... في ديسمبر 2021 قامت صحيفه نيويورك بمراجعته إحدى الوثائق الداخلية المسربة للتيك توك والتي تم تطويرها لتعليم الموظفين غير التقنيين حول خوارزميه المنصة تدعم هذه الوثيقة فكرة أن النظام الأساسي يريد المستخدم على التطبيق كل يوم طالما كان بإمكانه الحصول عليه. ومن خلال عرضه عمداً مقاطع فيديو قريبة مما يريد المستخدم رؤيته. وبهذه الطريقة يستمر المستخدم في مشاهدته مقاطع الفيديو الاخرى التي تهمة على طول الطريق. اطلق جون كوتسير صحفي ومحلل في مجله فوربس الأمريكية على التيك توك اسم الكوكابين الرقمي لعقل المستخدم حيث انه عند استخدام البرنامج كأننا نقوم بتخدير انفسنا بشكل اساسي فعند تمرير مقاطع الفيديو أحياناً ترى صورة أو شيء يعجبك يلفت انتباهك وتحصل على حركة صغيرة من الدوبامين في الدماغ في مركز المتعة لذلك تريد الاستمرار في ذلك. هناك عدة تقارير متداولة حول تطبيق تيك توك وان له آثار سلبية طويلة المدى على الدماغ خاصة بين المستخدمين الأصغر سناً الذين لا تصل عقولهم إلى النمو الكامل. كما يقلل من مدى انتباه المستخدمين فمعظمهم لديهم فترات انتباه أقصر بعد الاستخدام المطول للتطبيق فالوقت الكبير الذي يقضيه المستخدم أمام هاتفه سيؤثر على وظائف دماغه قد يساهم تطبيق التيك توك في تشكل مشكلة لصورة الجسم واحترام الذات لدى المستخدمين وخاصة المراهقين وهذا من خلال إعطاء نظرة مشوهة للأجساد الطبيعيه. يمكن يؤدي التيك توك ايضاً الى قيام المستخدمين بالتشخيص الخاطيء لمشاكل الصحة العقلية لديهم وهذا لانهم يقومون بالتشخيص الذاتي لاضطراب ما كفرط الحركة او الوسواس القهري او التوحد في حين أن الوعي بهذه المشكلات يمكن ان يكون مفيداً الا انه ضاراً عندما يقوم المستخدمون بتشخيص الاضطرابات ذاتياً مثل اضطراب الهوية الانفصامية يمكن أن يوحي ذلك إلى التشخيص الخاطيء والعلاج الغير الصحيح لسبب كامن وراء قلق أو اكتئاب أو

مشاكل الصحة العقلية الأخرى كما ان التيك توك يشجع مستخدميه على تغيير مسار حياتهم بطريقة دراماتيكية حيث يفقد المستخدم الشعور بالوقت اثناء استخدامه للتطبيق. مما يؤدي الى فقدان بعض المواقف الهامة في حياته وربما تأجيل البعض منها نتيجة لإدمان تيك توك. كما له تأثير سلبي على الشباب في ظهور عقد نفسه مثل العقد الشخصية وعقد الجمال الذاتي فهو يعزز الابتذال والعري بين الشباب ويتسبب في ظهور عقد التفوق والدونية بين الشباب، كما ان اغلب مضامين مقاطع الفيديو التي تعرض في تطبيق تيك توك تخالف قيم وعادات وتقاليد المجتمع الشرقي وثقافته وتعاليم دينه. مثلما يحتوي تطبيق التيك توك على محتويات سلبية يحتوي ايضا على العديد من محتويات الإيجابية التي قد يستفيد منها المستخدم وهذا من خلال فيديوهات تعليمية هادفة ومعلومات قيمة تعطى في شتى الميادين والعلوم من اصحاب التخصص. أو نصائح وإرشادات تساعد المستخدم في حياته اليومية وكذا قد يساعد في تخفيف التوتر وتقديم التسلية والفرح. ومن الاثار الإيجابية أيضا الاطلاع على الثقافات الأخرى وتبني ثقافة الاختلاف وقبول الآخر، كما ان اعتبار المنصات الرقمية مستحدثا جديدا على المجتمع يعمل على تقدمه ويدعم تطوير وسائل الإعلام كما يساعد على اكتساب سلوكيات إيجابية من مضمون هذه المنصات (Cell Dilon(2021))

## 6- الأثار الاجتماعية والنفسية لتطبيق التيك توك:

### 6-1 الأثار الاجتماعية لتطبيق التيك توك:

تتراوح الأثار النفسية للتطبيق بين الإدمان او الهوس والنبد الاجتماعي، وغير ذلك، وهو ما يمكن الوقوف عليه تفصيلا على النحو التالي:

#### ■ تحديات خطيرة:

في التيك توك يمكن للمستخدمين الاشتراك في خمس تحديات مختلفة. وهي التحديات التي حظي بعضها بشهرة واسعة مثل تحدي "in mayfeelingaschallenge" الذي اجتاحت مختلف مواقع التواصل الاجتماعي وعرف باسم "كيكي"، بجانب تحدي "ohanana" الذي تطلب أداء حركات راقصة على أنغام الأغنية نفسها. ، ويعد تحدي "breakerskull" أحد أخطر التحديات الذي لقي شعبية كبيرة على التطبيق على الرغم من خطورته التي تصل إلى حد الوفاة من ناحية وبدايته على سبيل الدعاية بين طالين في إسبانيا من ناحية أخرى، فبموجب ذلك التحدي يحاول شخصان عرقلة الثالث أثناء قفزه وهو ما

حذر منه الأطباء، لما قد تنجم عنه إصابات قد تصل إلى ارتجاج المخ وغيرها، وعلى الرغم من ذلك يجدر القول إن تلك التحديات بشكل عام تمنح التطبيق خصوصية تصنيف إلى جاذبيته وتدفع المستخدمين لإنشاء محتويات ومشاهد جديدة للآخر.

#### ■ النهايات المأساوية والسجن:

وقد يصل جذب الانتباه المتابعين على المشاهدة الفاضحة التي تؤدي إلى قضايا مخلة بالشرف أو الدعوى إلى الفسق والأمثلة أمام أعين كل الأسر التي تخشى على أبنائها من تركهم بمفردهم دون رقابة على هذا التطبيق. (مها محمد فتحي، 2021، ص58)

#### ■ النبذ الاجتماعي:

اقترن القبول المجتمعي إلى حد بعيد بعدد المتابعين، فإذا كان معدوما، شعر المستخدمون بأنهم منبوذون لا يرغب أحد في مصادقتهم وهو ما قد سيفر عن الوحدة والاكتئاب ويدفعهم إلى مقارنة أنفسهم بأصدقائهم، بل وجذب الانتباه بأي طريقة ممكنة ليتحول إلى محاولات بائسة وخرقاء للفت الانتباه، ويعد ارتداء الملابس الضيقة والخفية أحد أسهل الوسائل لزيادة أعداد المعجبين، لتتجاوز مشاهداتها الآلاف.

#### ■ الحسابات الوهمية:

يتستر كثيرون خلف حسابات وهمية للتنمر والتحرش بالمستخدمين عبر الرسائل والتعليقات، ومع الأخذ في عين الاعتبار أن تحويل الحسابات إلى حسابات مغلقة للأصدقاء فحسبه لا يحول دون ظهور صورة البروفايل أو المعلومات أسفلها وهو ما يمكن وهمه بالنظر لطبيعة المستخدمين فيمكن ألي شخص إنشاء حساب على التيك توك بشرط عمره 13 عاما، ومع ذلك تتراجع فعالية الضوابط التي تحول دون تسجيل من قل أعمارهم عن ذلك.

#### ■ مضيعة للوقت:

يقضي مستخدموه ساعات طويلة على التطبيق ويستنزفون الكثير من الوقت بالملل بلا نتيجة ورغم أن البعض قد يجني من وراء هذا التطبيق المال، ولكن ليس الكل، فهناك مخاطرة

بأن المتابعين قد يحبون أولا يحبون، وعندما لا تقدم ما يريدون فإنك لا تحصل على أي شيء في المقابل.

#### ■ العرى والدعارة:

رغم أن التطبيق لم يكن قصدا استخدامه بهذه الطريقة الا أننا نشاهد بعض الفتيات الصغيرات يظهرن أجسامهن أثناء الرقص لإرضاء الجمهور في بعض الأحيان، ويقدمن هذا تحت ضغط متابعة المعجبين ولا يردن ان يخسرن لزيادة نسبة المشاهدة.

### 6-2 الاثار النفسية لتطبيق التيك توك:

#### ■ مصدر التحرش:

بما ان التطبيق يسمح لك بمشاركة جميع أنحاء العالم، فإن فرص التحرش اللفظي، والجسدي موجودة ويعد النقد على الشاشة أمرا طبيعيا، ولكن قد يصادف نفس الأشخاص في الحياة وقد يمثلون تحديا لهم.

#### ■ النرجسية:

معظم مستخدمي التطبيقات مهووسون بأنفسهم، وقد تعرف صديقا من مستخدمي التيك توك وكل ما يطلبونه هو تصوير مقطع فيديو لهم، أثناء قيامهم بكل تلك الأعمال المجنونة يعتقدون أنها تجعلهم جذابين.

#### ■ العزلة الاجتماعية:

رغم أن التطبيق يدور حول التواصل الاجتماعي مع الجمهور، إلا أنه في الواقع يميل مستخدميه إلى العزلة الاجتماعية لدرجة أنهم لا يستطيعون الاهتمام بالعلاقات التي يحيطون بها ويفضلون الشاشة عن تلك.

#### ■ الألم الذاتي وتعذيب النفس:

مستخدمو التيك توك تجاوزوا الآن حد إيذاء النفس وأصبحت مقاطع الفيديو الخطرة، والرقص أمام القطارات والسيارات والتعذيب لإظهار النفس.

#### ■ الاكتئاب:



مستخدمو التيك توك إذا فشلوا في تحقيق لغتهم في القبول ينتج عن ذلك التوتر

والضغط والاكئاب. (مها محمد فتحي، 2021، ص59)

## 7- هوس التيك توك:

يمكن تصنيف هوس التيك توك كظاهرة اجتماعية وسلوكية تعكس الانغماس الشديد في استخدام تطبيق تيك توك بشكل متكرر ومكثف. يتميز هذا الهوس بالتفاعل المستمر مع المحتوى المقدم على المنصة، والذي قد يشمل الانشغال بمشاهدة مقاطع الفيديو والتفاعل معها بالتعليقات والإعجابات ومشاركتها مع الآخرين. ينطوي هوس التيك توك على عواقب نفسية وسلوكية متعددة، بما في ذلك التأثير على الصحة النفسية، والتأثير على العلاقات الاجتماعية، وتأثيره على الإنتاجية والأداء العام. بالإضافة إلى ذلك، يمكن ربط هوس التيك توك بظواهر أخرى في علم النفس مثل الانترنت الإدماني وتأثير وسائل الإعلام الاجتماعية على الصحة النفسية. (جعود سماح، 2020، ص 10)

### خلاصة:

في الأخير يمكننا القول إن مواقع التواصل الاجتماعي عامة وتطبيق التيك توك بوجه الخصوص هو عملة بوجهين، استولت على المراهقين والشباب اليوم، فمنهم من يستخدمهم لإبراز مواهبه أو الترفيه عن النفس، لكن الأمر تعدى هذا فقد أصبح للتيك توك خاصة وجه آخر استغله فارغي العقول لنشر ما يعتبرونه موهبة، وهو ما يعتبره النقاد تشويه لمبادئ وقيم الفرد وتحريف لسلوكيات المراهقين باعتبارها الفئة الأكثر تأثرا.



القسم الثاني:

الجانب التطبيقي

## الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

- 1 منهج الدراسة
- 2 الدراسة الاستطلاعية
- 3 حدود الدراسة الزمانية والمكانية
- 4 مجتمع الدراسة
- 5 عينة الدراسة
- 6 أدوات الدراسة
- 7 الأساليب الإحصائية

خلاصة

### تمهيد:

تعتبر الإجراءات المنهجية للدراسة حجر الأساس في جميع الدراسات والبحوث، وعليه سوف نتطرق في هذا الفصل الى مختلف الإجراءات التي اعتمدنا عليها في بحثنا من خلال تقديم المنهج المتبع، بالإضافة الى التعرف على مجموعة البحث وكذلك اهم الوسائل والأدوات التي اعتمدنا عليها.

## 1- منهج الدراسة:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي كونه يتناسب مع الدراسة، والذي يجمع بيانات دقيقة حول مستوى التشوهات المعرفية وهوس التيك توك، والفروق الدالة احصائيا تبعا لمتغير الجنس للمتغيرين، وطبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك التي نسعى لدراستها في ظروفها الراهنة ويحدد العلاقات بين هذه الظاهرة التي يبدو انها في طريق التطور او النمو ووضع تنبؤات عنها ويقوم المنهج على الخطوات التالية:

فحص المشكل، تحديد المشكلة وتقرير الفروض، تسجيل المسلمات والافتراضات التي تستند إليها الفروض، اختيار عينة البحث من أفراد مناسبين، تحديد الطرق العلمية لجمع البيانات، التحقق من صدق أدوات القياس، القيام بالملاحظات تتسم بالموضوعية مختارة بشكل دقيق ومنظم، وصف النتائج وتحليلها وتفسيرها بطريقة علمية واضحة. (عويضة، 1996 ص 46)

## 2- الدراسة الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية هي المدخل الذي ينطلق منه الباحث، ليضبط ما تحتاجه دراسته نظريا وميدانيا، كما تعتبر دراسة الاستكشافية للباحث بغرض الحصول على معلومات أولية حول الموضوع، كما تسمح لنا بالتعرف على الظروف، والإمكانيات المتوفرة في الميدان، ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستخدمة.

### 2-1 اهداف الدراسة الاستطلاعية:

لقد تمثلت اهداف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها في النقاط التالية:

أ- جمع الدراسات السابقة والتراث النظري

ب- ضبط إشكالية الدراسة

ج- التعرف على خصائص المجتمع عامة والعينة خاصة

د- فحص الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق الثبات)

هـ- الوقوف على بعض الصعوبات التي يمكن ان يواجهها الباحث عند التطبيق.

### 2-2 إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

بعد القيام بالإجراءات الإدارية اللازمة تم اختيار جامعة غرداية كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية لإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة بين 2024/02/13 الى 2024/02/15، تطبيق

المقياسين: مقياس التشوهات المعرفية لأحمد عبد الله الطراونة ومقياس هوس التيك توك لنهى عادل محمد هريدي على 30 طالبا وطالبة، سنة أولى ليسانس علوم اجتماعية قصد التأكد من صدق وثبات المقياسين، بغرض قياس خصائصه السيكومترية لتأكد من صلاحية التطبيق.

### 2-3 نتائج الدراسة الاستطلاعية:

هي نتائج حساب صدق وثبات مقياسي التشوهات المعرفية عبد الله الطراونة ومقياس هوس التيك توك ل نهى عادل محمد هريدي التي سوف نتطرق اليها لاحقا في عنصر أدوات الدراسة.

### 3-3 حدود الدراسة الزمانية والمكانية:

تمثلت حدود الدراسة الحالية في:

#### 1-3 الحدود البشرية:

شملت الدراسة الحالية طلبة السنة الأولى جدد مشترك علوم اجتماعية بجامعة غرداية.

#### 2-3 الحدود المكانية:

تحددت الدراسة مكانيا بجامعة غرداية كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية التي تضم تخصصات مختلفة منها تخصص تاريخ وعلم النفس بجميع تخصصاته وعلم الاجتماع وعلوم الإسلامية.

#### 3-3 الحدود الزمانية:

تم اجراء الدراسة الحالية في شقها التطبيقي خلال الفترة الممتدة بين: 2024/04/21 الى 2024/04/25.

### 4-4 مجتمع الدراسة:

هم كل طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية بجامعة غرداية، الذين تم توزيع عليهم استبيان الدراسة من اجل الكشف عن التشوهات المعرفية وهوس التيك توك الذي بلغ عددهم 158 طالبا.



5- عينة الدراسة:

- تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (30) طالبا. يستخدمون تطبيق التيك توك.
  - عينة الدراسة الأساسية تكونت من (79) طالبا وطالبة تم اختيارها بطريقة لا احتمالية (قصدية) متاحة. وزعت حسب ما يلي:
- خصائص العينة الأساسية حسب متغير الجنس:

جدول رقم (1): توزيع العينة حسب متغير الجنس

| الجنس   | العدد | النسبة % |
|---------|-------|----------|
| ذكر     | 26    | 32.9     |
| انثى    | 53    | 67.1     |
| المجموع | 79    | 100.0    |

من خلال الجدول رقم (1) يتضح ان عينة الدراسة تكونت من (26) ذكور بنسبة 32.9% و (53) اناث بنسبة 67.1%

جدول رقم (2): يوضح المقياس الخماسي لتحديد درجات الموافقة على كل عبارات

مقياس التشوهات المعرفية

| تقدير الاستجابة للعبارة | المتوسط الحسابي يتراوح بين |
|-------------------------|----------------------------|
| منخفض جدا               | ]1-1.80]                   |
| منخفض                   | ]2.60-1.80[                |
| متوسط                   | ]3.40-2.60[                |
| مرتفع                   | ]4.20-3.40[                |
| مرتفع جدا               | [4.20-5[                   |

6- أدوات الدراسة:

لقد استعانت الدراسة بأداتين وهما مقياس التشوهات المعرفية ل عبد الله طراونة ومقياس هوس التيك توك لنهى عادل محمد هريدي

### 1-6 مقياس التشوهات المعرفية:

يتكون المقياس من (50) فقرة تقيس مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة غارداية، ومكون من الابعاد التالية وهي:

- أولاً: الكل او لا شيء ويتكون من (7 فقرات)، وهي ذوات الأرقام من (1-7)
- ثانياً: التعميم المفرط، ويتكون من (9 فقرات)، وهي ذوات الأرقام من (8-16).
- ثالثاً: التجريد الانتقائي، ويتكون من (7 فقرات)، وهي ذوات الأرقام من (17-23).
- رابعاً: التضخيم، والتقليل: ويتكون من (9 فقرات)، وهي ذوات الأرقام من (24-32).
- خامساً: الاستدلال الاعباطي ويتكون من (7 فقرات)، وهي ذوات الأرقام من (33-39).
- سادساً: عبارات الوجوب، ويتكون من (5 فقرات)، وهي ذوات الأرقام من (40-44).
- سابعاً: لوم الذات، ويتكون من (6 فقرات)، وهي ذوات الأرقام من (45-50)

حيث تم الاعتماد في تطوير المقياس من خلال الرجوع إلى الأطر النظرية، والدارسات السابقة ذات العلاقة، وبالتحديد دراسة (العصار، 2015)، ودراسة (صلاح الدين، 2015).

وتم تدريج المقياس حسب ليكرت الخماسي، بحيث تأخذ موافق بشدة (5)، وموافق (4)، ومحاييد (3)، وغير موافق (2)، وغير موافق بشدة (1)، كما تم التحقق من الخصائص السيكمترية للمقياس كما يلي:

#### - تقدير استجابات مقياس التشوهات المعرفية على عينة الدراسة:

تم تصحيح المقياس بإعطاء اعلى درجة في المقياس (05) و ادنى درجة (01) و الفرق بينهم يمثل مدى الفئة مقسوم على عدد الفئات المطلوبة و هي كالتالي:  $0.80 = 5 / (1 - 5)$  و بناءا عليه تم تحديد الدرجات التالية للاستعانة بها في تفسير النتائج

- إعادة حساب صدق وثبات مقياس التشوهات المعرفية:

لقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي البنائي للمقياس التشوهات المعرفية ل عبد الله طراونة في الدراسة الحالية باستخدام معامل الارتباك بيرسون، باستخراج معامل الارتباط كل بعد من ابعاد المقياس بالدرجة الكلية كما ظهر في الجداول التالية:

جدول رقم(3): إعادة حساب صدق وثبات مقياس التشوهات المعرفية.

| الابعاد                 | مستوى الدلالة | معامل الارتباط | الدلالة |
|-------------------------|---------------|----------------|---------|
| الكل او لا شيء          | 0.01          | 0.712          | دال     |
| التعميم المفرط          | 0.01          | 0.831          | دال     |
| التجريد الانتقائي       | 0.01          | 0.877          | دال     |
| التضخيم او التقليل      | 0.01          | 0.831          | دال     |
| الاستدلال الاعتباضي     | 0.01          | 0.735          | دال     |
| عبارات الوجوب           | 0.05          | 0.420          | دال     |
| لوم الذات               | 0.01          | 0.697          | دال     |
| الدرجة الكلية للاستبيان | -             | 1              | -       |

من خلال الجدول يتضح ان كل ابعاد المقياس لها علاقة بالدرجة الكلية حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.420) و (0.877) وهي دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) و (0.01)، وذلك ما أكد صدق اتساق المحتوى البنائي مقياس التشوهات المعرفية ويمكن تطبيقهما في الدراسة الحالية.

- حساب الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

نأخذ (27%) من أدني درجات من المقياس ونفس النسبة من اعلى درجات المقياس للعينة التي تكونت من (30) طالب، بالاعتماد على المتوسطات الحسائية والانحرافات المعيارية للدرجتين الدنيا والعليا حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في الدرجات على النتائج التالية:

جدول رقم (4): دلالة الفروق بين افراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس

التشوهات المعرفية

| الدلالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت)    | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | N | المستوى                       |
|---------|---------------|-------------|-------------------|-----------------|---|-------------------------------|
| دال     | 0.01          | -<br>15.134 | 7.90569           | 119.7500        | 8 | المجموع<br>ة الدنيا<br>الكلية |
|         |               |             | 9.22342           | 184.7500        | 8 | المجموع<br>ة العليا           |

من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ ان قيمة (ت) التي بلغت قيمتها (-15.134) دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، إذا نستنتج ان مقياس التشوهات المعرفية له القدرة على التمييز في قياس ما اعد لأجله.

- حساب ثبات مقياس التشوهات المعرفية:

✓ الثبات بمعامل الثبات الفا كرومباخ:

تم حساب الثبات بمعامل الفا كرومباخ

جدول رقم (5): معامل ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي

|              |                               |
|--------------|-------------------------------|
| عدد العبارات | معامل ثبات الفا كرومباخ       |
| 50           | 0.900 مقياس التشوهات المعرفية |

من خلال الجدول نلاحظ ان معامل الثبات المقياس الذي قيمته (0.900) عالي جدا، ما يعني ان المقياس يتمتع بدرجة عالية جدا من الثبات.

✓ الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

جدول رقم (6): ثبات مقياس التشوهات المعرفية بطريقة التجزئة النصفية:

|                                  |       |
|----------------------------------|-------|
| معامل الارتباط بين النصفين       | 0.778 |
| معامل الثبات الكلي سبارمان براون | 0.875 |

تم حساب معامل الارتباط بين نصفي والذي بلغت قيمته (0.778) وبالتعويض في المعادلة التصحيحية لسبارمان براون بلغت قيمة الثبات الكلي (0.875)، وهذا ما يدل على ان المقياس يتمتع بثبات عالي جدا

## 2-6 مقياس هوس التيك توك:

اعتمدت الدراسة على مقياس " ليكرت الثلاثي لقياس حجم هوس المبحوثين بتطبيق التيك توك، ويتكون المقياس من 12 عبارة تتعلق بحجم هوس التيك توك (الاعجاب المفرط) الشاب بتطبيق، وتضمنت هذه العبارات 6 عبارات إيجابية، و6 أخرى سلبية، ويختار المبحوثون (موافق، محايد، معارض) من كل عبارة منها. تمثلت العبارات الإيجابية في: (تقضي وقت طويلا في تفكير في التيك توك او التخطيط لاستخدامه،

بمجرد استيقاظك من النوم تفتح تطبيق " التيك توك «، تشعر بالسعادة عندما تشارك فيديوهاتك اليومية على تطبيق "التيك توك"، تشعر بالحزن عندما لا تستخدم "التيك توك"، التيك توك يضيف معنى للحياة، "التيك توك" يوفر فرصة جيدة لتخلص من المشكلات اليومية، تشعر بالملل عندما تستخدم "التيك توك" كثيرا، لا تهتم باستخدام "التيك توك" قبل النوم مباشرة كنشاط أخير.

تمتنع عن استخدام "التيك توك" اثناء أداء مهامك اليومية، تتجنب نشر انشطتك اليومية على تطبيق "التيك توك"، لا تستطيع ان تعبر عن نفسك بشكل جيد على تطبيق "التيك توك"، تكون غير متحمس (شغوف) لاستخدام "التيك توك".

في هذا المقياس يختار المبحوث (موافق، محايد، معارض) مع كل عبارة. الموافق على العبارة الإيجابية يأخذ 3 درجات والمحايد يأخذ درجتين والمعارض يأخذ درجة واحدة، على العكس تماما مع العبارات السلبية، حيث يأخذ الموافق درجة واحدة والمحايد درجتين والمعارض 3 درجات.

- تقدير استجابات عينة الدراسة على مقياس هوي التيك توك.

تم تصحيح المقياس بإعطاء اعلى درجة في المقياس (03) وأدنى درجة (01) والفرق بينهما يمثل مدى الفئة مقسوم على عدد الفئات المطلوبة وهي كالتالي:  $(3-1) / 3 = 0.66$  وبناءا عليه تم تحديد الدرجات التالية للاستعانة بها في تفسير النتائج.

جدول رقم (07): يوضح المقياس الثلاثي لتحديد درجات الموافقة على كل عبارات المقياس

| تقدير الاستجابة للعبارات | المتوسط الحسابي يتراوح بين |
|--------------------------|----------------------------|
| منخفض                    | ]1-1.66]                   |
| متوسط                    | ]1.66-2.32[                |
| مرتفع                    | [2.32-3[                   |

- إعادة حساب صدق وثبات مقياس هوس التيك توك نهى عادل محمد هريدي:

✓ حساب صدق الاتساق الداخلي:

لقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي البنائي لمقياس هوس التيك توك في الدراسة الحالية باستخدام معامل الارتباط كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية كما ظهر في الجداول التالية:

جدول رقم (8): علاقة كل فقرة من فقرات مقياس هوس التيك توك

| رقم الفقرة | مستوى الدلالة | معامل الارتباط | الفقرات | الدلالة |
|------------|---------------|----------------|---------|---------|
| 01         | 0.01          | 0.525          |         | دال     |
| 02         | 0.01          | 0.535          |         | دال     |
| 03         | 0.01          | 0.552          |         | دال     |
| 04         | 0.01          | 0.538          |         | دال     |
| 05         | 0.01          | 0.565          |         | دال     |
| 06         | 0.05          | 0.411          |         | دال     |
| 07         | 0.01          | 0.529          |         | دال     |
| 08         | 0.01          | 0.648          |         | دال     |

|         |               |       |       |           |
|---------|---------------|-------|-------|-----------|
| دال     |               | 0.449 | 0.05  | <b>09</b> |
| غير دال |               | 0.266 | 0.155 | <b>10</b> |
| دال     |               | 0.265 | 0.157 | <b>11</b> |
| غير دال |               | 0.492 | 0.01  | <b>12</b> |
|         | الدرجة الكلية |       |       |           |

من خلال الجدول يتضح ان اغلب الفقرات لها علاقة بالدرجة الكلية للمقياس ما عدا العبارتين (10-11)، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.265، 0.565) و هي دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) ، (0.01) و ذلك ما أكد صدق اتساق المحتوى لمقياس هوس التيك توك و يمكن تطبيقه في الدراسة الحالية.

#### - حساب الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

نأخذ (27%) من أدني درجات المقياس، ونفس النسبة من اعلى درجات المقياس للعينة التي تكونت من (30) طالب بالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجتين الدني والعليا حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في الدرجات على النتائج التالية:

**جدول رقم(9): دلالة الفروق بين افراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس هوس**

#### التيك توك.

| الدلالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت) | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | N | المستوى             |
|---------|---------------|----------|-------------------|-----------------|---|---------------------|
| دال     | 0.01          | -15.706  | 9,1613            | 13.3750         | 8 | المجموع<br>ة الدنيا |
|         |               |          | 1.83225           | 24.7500         | 8 | المجموع<br>ة العليا |

من خلال الجدول رقم (8) نلاحظ ان قيمة (ت) التي بلغت قيمتها (-15.706) دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

اذا نستنتج ان مقياس هوس التيك توك له القدرة على التمييز في قياس ما اعد لأجله.

- حساب ثبات مقياس هوس التيك توك:

✓ الثبات بمعامل الثبات الفا كرومباخ: تم حساب الثبات بمعامل الفا كرومباخ

جدول رقم (10): معامل ثبات مقياس هوس التيك توك بطريقة الاتساق الداخلي

| عدد العبارات | معامل ثبات الفا كرومباخ   |
|--------------|---------------------------|
| 12           | 0.690 مقياس هوس التيك توك |

من خلال الجدول نلاحظ ان معامل الثبات المقياس الذي قيمته (0.690) مقبول، ما يعني ان المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة بالاستعانة بالحزمة الإحصائية spss22:

- معامل الارتباط بيرسون لحساب الفرضية العامة.
- الاحصاء الوصفي (التكرارات -النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات، المعيارية
- اختبارات لعينة واحدة لحساب الفرضية الجزئية الأولى والثانية.
- اختبار كولموغوروف سميرونوف واختبار شاييرو ويلك لاختبار شرط التوزيع.
- اختبارات لعينتين مستقلتين لحساب الصدق التمييزي واختبار الفرضية الثالثة والرابعة.



### خلاصة:

الإجراءات المنهجية مفيدة جدا في دراسة المجال، لأنها تحدد الأدوات الضرورية التي يجب أن نستخدمها في دراستنا، وذلك بفضل الطريقة المستخدمة وأدوات البحث التي اعتمدنا عليها في هذا الفصل و المتمثلة في عناصر الدراسة الأساسية كالمنهج المتبع وهو المنهج الوصفي، ثم يليه عرض مجموعة الدراسة التي تم اختبارها وهي طلبة سنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية ، كما تطرقنا الى ادوات الدراسة التي تمثلت في استبان خاص بالتشوهات المعرفية و استبيان خاص هوس التيك توك مع تحديد مكان وزمان الدراسة المتمثل في جامعة غرداية لمدة اسبوع، وباستخدام اساليب الدراسة الإحصائية، ولقد تمكنا من الإجابة على الأسئلة المطروحة، وجمع البيانات والنتائج التي يمكننا تحليلها وتفسيرها، من أجل التحقق من فرضياتنا.

## الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد

- 1- عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضيات الجزئية على ضوء الدراسات السابقة
- 2- عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية العامة

الاستنتاج العام

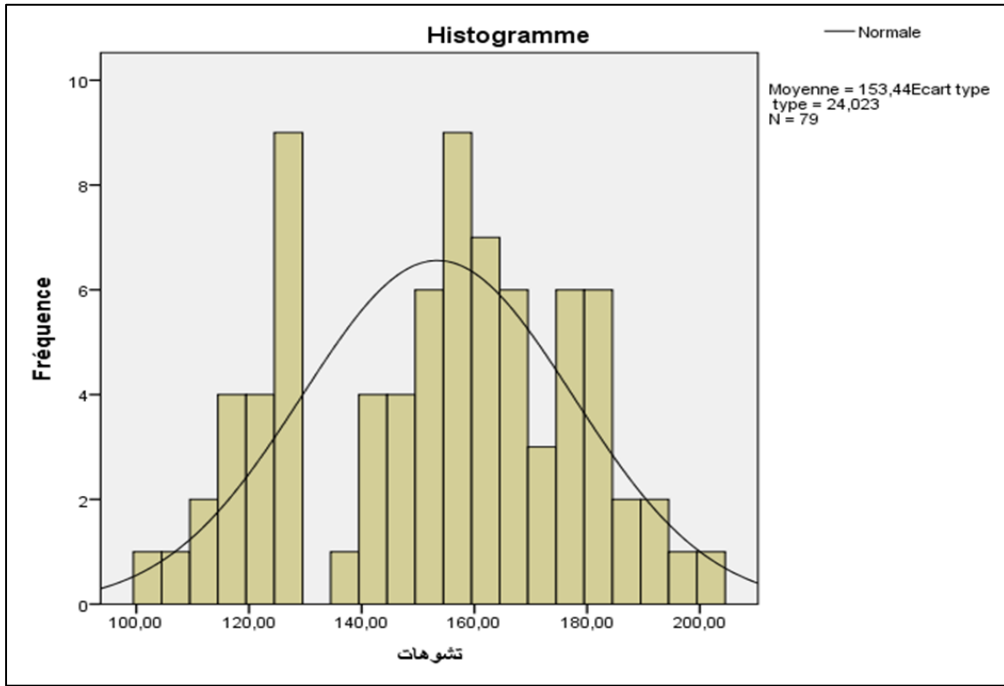
تمهيد:

الجانب التطبيقي هو خطوة حاسمة في البحث العلمي، الذي يسمح لنا بتقديم جميع المعلومات اللازمة لأبحاثنا من أجل الإجابة على أسئلتنا الأولية ولمناقشة الفرضيات التي تمت صياغتها، حيث يتناول هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة ومناقشتها.

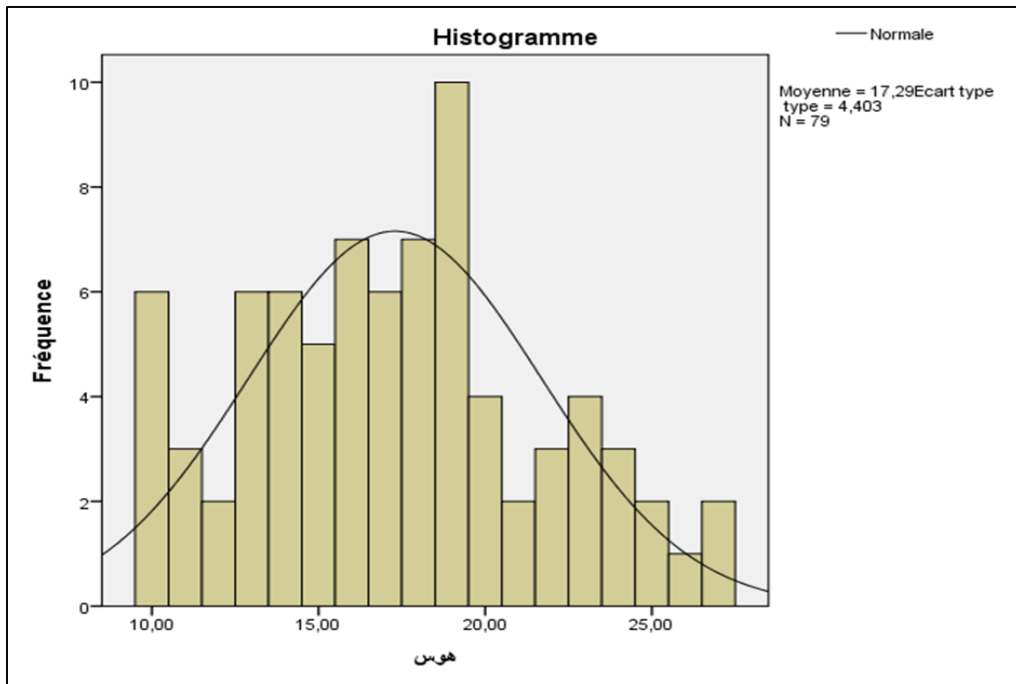
- قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة وجب أولاً التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغير محل الدراسة الحالية والمتمثل في (التشوهات المعرفية، هوس التيك توك) والجدول التالي يوضح ذلك:
- جدول رقم (11): التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرين.

| القرار  | Shapiro-Wilk  |             |           | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |             |           | المتغير           |
|---------|---------------|-------------|-----------|---------------------------------|-------------|-----------|-------------------|
|         | مستوى الدلالة | درجة الحرية | الإحصاءات | مستوى الدلالة                   | درجة الحرية | الإحصاءات |                   |
| غير دال | ,082          | 79          | ,972      | ,200*                           | 79          | ,083      | التشوهات المعرفية |
| غير دال | ,054          | 79          | ,969      | ,017                            | 79          | ,111      | هوس التيك توك     |

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم اختبار كولموغوروف سميرونوف واختبار شابيرو ويلك، أن كل القيم بالنسبة للمتغيرين محل الدراسة (التشوهات المعرفية، هوس التيك توك)، جاءت غير دالة عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.05$ )، مما يجرنا إلى القول بأن بيانات المتغيرين تتوزع توزيعاً طبيعياً وبالتالي فإن كل الأساليب الإحصائية التي ستستخدم في معالجة مختلف فرضيات وتساؤلات الدراسة الحالية هي أساليب بارامترية. كما هو موضح في الشكل التالي:



الشكل رقم (02): توزيع متغير التشوهات المعرفية.



الشكل رقم (03): توزيع متغير هوس التيك توك

1- عرض وتفسير نتائج الفرضية الجزئية:

1-2 نصت الفرضية الجزئية الأولى على أن: " مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى عينة

من طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية "

ولاختبار الفرضية الجزئية الأولى تم استخدام اختبار ( $T_{test}$ ) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة في كل بعد من أبعاد مقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية، مع المتوسط النظري للمقياس، فكانت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (12): نتائج الفرضية الجزئية تبعا لمستوى التشوهات المعرفية

| المستوى               | القرار  | مستوى الدلالة | T      | الفرق بين المتوسطين | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسبي | المتوسط النظري | حجم العينة | أبعاد التشوهات المعرفية |
|-----------------------|---------|---------------|--------|---------------------|-------------|-------------------|----------------|----------------|------------|-------------------------|
| متوسط<br>]3.4, 2.60[  | دال     | 0.01          | -2,662 | -,20072             | 78          | ,67026            | 2,7993         | 3              | 79         | الكل أولا الشيء         |
| متوسط<br>]3.4, 2.60[  | غير دال | ,492          | ,691   | ,05485              |             | ,70540            | 3,0549         |                |            | التعميم المفرط          |
| متوسط<br>]3.4, 2.60[  | غير دال | ,326          | ,988   | ,08137              |             | ,73226            | 3,0814         |                |            | التجريد الإنتقائي       |
| متوسط<br>]3.4, 2.60[  | غير دال | ,745          | ,326   | ,02250              |             | ,61386            | 3,0225         |                |            | التضخيم أو التقليل      |
| متوسط<br>]3.4, 2.60[  | غير دال | ,647          | ,459   | ,03797              |             | ,73476            | 3,0380         |                |            | عبارات الوجوب           |
| مرتفع<br>]4.20, 3.40[ | دال     | 0.01          | 6,356  | ,52785              | ,73816      | 3,5278            |                |                | لزوم الذات |                         |
| متوسط<br>]3.4, 2.60[  | غير دال | ,601          | ,525   | ,05063              | ,85783      | 3,0506            |                |                |            |                         |

|                      |            |      |       |        |  |        |        |  |  |                  |
|----------------------|------------|------|-------|--------|--|--------|--------|--|--|------------------|
| متوسط<br>]3.4، 2.60[ | غير<br>دال | ,197 | 1,302 | ,07065 |  | ,48242 | 3,0707 |  |  | الدرجة<br>الكلية |
|----------------------|------------|------|-------|--------|--|--------|--------|--|--|------------------|

### التعليق على الجدول:

حيث وبعد استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد المقياس والدرجة الكلية ومقارنتها بالمتوسط النظري تبين أن متوسطات أفراد مجتمع الدراسة في أبعاد مقياس التشوهات المعرفية و الدرجة الكلية كما هي موضح في الجدول ، حيث بلغت قيم المتوسط الحسابي للأبعاد على التوالي (2.799، 3.054، 3.081، 3.022، 3.527، 3.038، 3.050) وبانحرافات معيارية بلغت قيمها على التوالي (0.670، 0.705، 0.732، 0.613، 0.734، 0.738، 0.857)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (3.070) وبانحرافات معياري قدره (0.482) ، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتوقع (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (3) ، كما أن أغلب المتوسطات الحسابي للأبعاد و الدرجة الكلية تنتمي الى المجال ]2.60-3.40[ أي المجال المتوسط ، باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة كوسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن أغلب الأبعاد و الدرجة الكلية غير دال إحصائيا بين كلا الوسيطين المحسوب والنظري ، وما يؤكد ذلك هو قيم (t) التي بلغت على التوالي (-2.66، 0.691، 0.988، 0.326، 0.459، 6.356، 0.525، 1.302) أغلبها غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) ماعد قيمة (ت) لبعدي (الكل أو لا شيء)، وعليه نستنتج: ان مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى عينة الدراسة. يمكن تفسير النتيجة التي تم التوصل اليها انه مستوى التشوهات المعرفية متوسط، اتضح لنا من خلال النتائج أن مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى عينة من طلبة السنة الأولى ليسانس علوم اجتماعية حيث تبين النتائج أن الطلبة كأفراد ليس لديهم تشوهات معرفية حيث ان لديهم القدرة على التفاعل المتواصل مع المؤثرات البيئية والعمليات المعرفية وهذا ما تحدث عنه بندورا من المنظور الاجتماعي كما أنه من خلال دراستنا في الجانب النظري لخصائص الأفراد المشوهين انهم يتمتعون بأسلوب تفكير مغلق وتقليدي غير قادر على التوافق مع مجريات الحياة المتنوعة والجديدة وهذا لا ينطبق على عينة الدراسة الطلبة الجامعيين لانهم يسعون إلى اكتساب معارف جديدة والحرص على بناء مستقبلهم بالحصول على شهادات علمية عُليا.

## 2-2 تبعاً لمتغير الجنس:

نصت الفرضية الثانية على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس، للتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بين الجنسين حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية بين (الذكور-الاناث) على النتائج التالية:

**جدول رقم (13): نتائج الفرضية الجزئية تبعاً لمتغير الجنس**

| الدلالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت) | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | N  | الجنس |                       |
|---------|---------------|----------|-------------------|-----------------|----|-------|-----------------------|
| غير دال | ,051          | -1,985   | 24,95744          | 145,9231        | 26 | ذكر   | الدرجة الكلية للمقياس |
|         |               |          | 22,89276          | 157,1321        | 53 | أنثى  |                       |

### التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم (11) نلاحظ أن قيمة (ت) التي بلغت قيمتها (-1,985) غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05، إذا نستنتج أنها: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس، أي لا يوجد فروق في التشوهات من منطلق الجنس بين الذكور والاناث إذ أنه لم يُحدد الاختلاف، و الدليل على ذلك النظرية المعرفية لأرون بيك حيث صاغ نظريه متكاملة فسر على أساسها حدوث الاضطرابات الانفعالية حيث يرى ان طريقة تفكير الفرد ومعالجته لما يدركه من معلومات ومايعتقده يمثل عوامل مهمه ومؤثرة في حدوث الاضطرابات الانفعالية سواء بالنسبة لذكور والإناث سواسية، كما أنه يؤمن أن التفكير السلبي والتشويه المعرفي ينشأ من التعلم الخاطيء أو الخبرات الخاطئة السابقة في مراحل النمو المعرفي دون أن يميز بين الذكور والإناث. كما أن المعتقدات الخاصة بالفرد يكتسبها الذكور والإناث ولا يوجد فرق بينهما. أما من المنظور الاجتماعي



أكد بندورا على أهمية التفاعل المتواصل بين المؤثرات البيئية والعمليات المعرفية والسلوك وهناك علاقة تبادلية بين الأفكار والسلوك ولهذا فإن الاستجابات الانفعالية والسلوكية التي تصدر عن الفرد تجاه الأحداث والوقائع هي نتيجة طريقه إدراكه وأفكاره وتفسيراته التي يعطيها الفرد لهذه الأحداث سواء كان هذا الفرد ذكر أو أنثى لا يوجد فرق بينهما

### 2-3 تبعا لمستوى هوس التيك توك:

نصت الفرضية الجزئية الثالثة على أن: مستوى هوس التيك توك متوسط لدى عينة الدراسة ولاختبار الفرضية الجزئية الأولى تم استخدام اختبار (T. Test) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة في الدرجة الكلية لمقياس هوس التيك توك مع المتوسط النظري للقائمة، فكانت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

#### جدول رقم (14): نتائج الفرضية الجزئية تبعا لمستوى هوس التيك توك

| المتغير       | المتوسط الحس ابي | الانحرا ف المعياري | المتوس ط النظري | الفرق بين المتوسط ين | درجة الحر ية | قيمة اختبار "T" | مستوى الدلالة | القرار          | المستوى              |
|---------------|------------------|--------------------|-----------------|----------------------|--------------|-----------------|---------------|-----------------|----------------------|
| هوس التيك توك | 1,8430           | 1,0251             | 2               | -0,1569              | 78           | -1,361          | 0.177         | غير دال احصائيا | متوسط<br>[2.32-1.66] |

#### التعليق على الجدول:

حيث وبعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس هوس التيك توك ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد مجتمع الدراسة في المقياس بلغ (1.843) وبانحراف معياري قدره (1.0251) ، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (2)، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (-0.156) ، كما أن المتوسط الحسابي ينتمي الى المجال : [ 2.32-1.66] أي المجال المتوسط وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة كوسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق غير دال إحصائيا بين كلا الوسيطين المحسوب والنظري، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (-29.430) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ). وعليه نستنتج: ان

مستوى هوس التيك توك لدى عينة الدراسة متوسط أي ان عينة الدراسة لا تعاني من هوس لموقع التيك توك، لان اهم الأسباب لاستخدام هذا الموقع هي اشباع الحاجات المعرفية والنفسية والحاجة الى التواصل مع الاخرين، او ربما في بعض الأحيان الحاجة الى الهروب من الواقع (التسلية والترفيه) والتقليل من الإحساس بالوحدة وهذا الهوس ما هو الا فضول مفرط لم يصل الى حد الهوس.

### 3.2- نتائج الفرضية الجزئية تبعا لمتغير الجنس:

نصت الفرضية الجزئية الرابعة على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى هوس التيك توك لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس، للتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بين الجنسين حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في الدرجة الكلية لمقياس هوس التيك توك بين (الذكور-الاناث) على النتائج التالية:

| الدلالة | مستوى الدلالة | قيمة (ت) | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | N  | الجنس |                       |
|---------|---------------|----------|-------------------|-----------------|----|-------|-----------------------|
| غير دال | 0.186         | 1.335    | 3,78743           | 18,2308         | 26 | ذكر   | الدرجة الكلية للمقياس |
|         |               |          | 4,63986           | 16,8302         | 53 | أنثى  |                       |

جدول رقم (15): دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس هوس التيك توك تبعا لمتغير

الجنس

#### التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم (13) نلاحظ أن قيمة (ت) التي بلغت قيمتها (1.335) غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05، إذا نستنتج أنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى هوس التيك توك تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة، يمكن تفسير هذه النتيجة، بعدم وجود فروق بين الجنسين في الحاجات التي يريد الشباب اشباعها من استخدامهم مواقع التواصل الاجتماعي بصفة عامة، و التيك توك بصفة خاصة، و اتفقت هذه الدراسة مع ما اسفرت عليه دراسة (هبة بهي الدين الربيع 2003) مفاده عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لهوس التيك توك تعزى لمتغير الجنس، اذ اسقطنا ذلك على موقع التيك توك الأكثر زيارة في الوقت الحالي حسب الاحصائيات المتحصل

عليها فما هو الا حالة خاصة من الشبكة العالمية ككل . ويرجع عدم الاختلاف بين الجنسين في مستوى الهوس الى عدم الاختلاف في درجة الاستخدام لهذا الموقع سواء للإناث او للذكور لا يوجد فرق بينهم.

## 2- عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على أن: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك لدى عينة الدراسة. وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالي:

الجدول رقم (16): معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس هوس التيك وأبعاد مقياس التشوهات المعرفية ودرجة الكلية للمقياس

| القرار   | مستوى الدلالة | معاملات الارتباط | العينة | هوس التيك توك /<br>أبعاد مقياس التشوهات<br>المعرفية |
|----------|---------------|------------------|--------|---|
| غير دالة | 0.852         | 0.021            | 79     | الكل أو لا شيء                                      |
| غير دالة | 0.634         | 0.054            |        | التعميم المفرط                                      |
| غير دالة | 0.293         | 0.120            |        | التجريد الانتقائي                                   |
| دالة     | 0.05          | 0.282            |        | التضخم أو التقليل                                   |
| غير دالة | 0.497         | 0.077            |        | الاستدلال الاعباضي                                  |
| دالة     | 0.05          | 0.248            |        | عبارات الوجوب                                       |
| غير دالة | 0.077         | 0.200            |        | لوم الذات   |
| غير دالة | 0.308         | 0.116            |        | الدرجة الكلية لمقياس<br>التشوهات المعرفية           |

التعليق على الجدول: يتضح من الجدول رقم (09) أن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس التشوهات المعرفية و الدرجة الكلية لمقياس هوس التيك توك والتي بلغت قيمها على التوالي (0.021، 0.054، 0.120، 0.282، 0.077، 0.248، 0.200) أغلبها غير دالة إحصائياً عند مستويي الدلالة (0.01)،(0.05) ماعدا قيم معامل الارتباط لأبعاد (التضخم أو التقليل ، عبارات الوجوب )

، أما معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية ومقياس هوس التيك توك الذي بلغت قيمته (0.116) فهي غير دالة احصائيا عند مستوى (0.05) نستنتج أنها لا توجد علاقة ترقى للدلالة الإحصائية بين مستوى التشوهات المعرفية الدرجة الكلية لهوس التيك توك ماعدا في أبعاد (التضخم أو التقليل ، عبارات الوجوب ) فهي علاقة طردية ضعيفة

يمكن تفسير هاته النتيجة التي تم التوصل اليها ان مستوى التشوهات المعرفية متوسط بمعنى آخر، يعني ذلك أنه لا يوجد ارتباط قوي أو معنوي بين التفكير المشوه والسلبي وبين استخدام التطبيق التيك توك بشكل مفرط أو مهووس يمكن أن تكون هذه الفرضية موضوع بحث لدراسة العلاقة بين عوامل مختلفة مثل التشوهات المعرفية (مثل التفكير السلبي، وتضخيم الأحداث السلبية، وغيرها) وبين استخدام التطبيقات الرقمية بشكل مفرط والهوس بها. يمكن أن تكون الدراسات في هذا المجال تهدف إلى فهم العلاقة بين العوامل النفسية وسلوكيات استخدام التكنولوجيا الحديثة، مثل التأثيرات المحتملة للتشوهات المعرفية على النشاط العصبي أو السلوكيات التي تتعلق بالتطبيقات الرقمية.

### خلاصة:

من خلال ما تم استعراضه في هذا الفصل من نتائج ومناقشتها على ضوء الفرضيات، نكون قد وصلنا الى النتائج النهائية للدراسة، وتم تفسيرها بالاعتماد على ما تم استعراضه سابقا من الدراسات السابقة، والتراث النظري.

## الاستنتاج العام:

حاولت الدراسة الحالية الكشف على مستوى التشوهات المعرفية وهوس التيك توك لدى طلبة جامعة غرداية، وراهننت على كشف الفروق في ذلك تبعا للمستوى والجنس. و من ثم التعرف على طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية و هوس التيك توك كل واحدة على حدى ، كما تعرضت الدراسة الى ادبيات نظرية من دراسات سابقة و نظريات مفسرة، تم الاستفادة من مقياس التشوهات المعرفية ل عبد الله طراونة و مقياس هوس التيك توك ل نهى عادل محمد هريدي لتحقيق اهداف الدراسة، بالإضافة لتفسير النتائج المتحصل عليها، و قد توصلت هذه الدراسة في جانبها النظري الى معرفة و ضبط بعض المفاهيم المتعلقة بالتشوهات المعرفية و أنواعها و بعض النظريات المفسرة لها وأيضا تطرقنا الى الابعاد وخصائص الافراد المشوهين معرفيا و في الأخير تطرقنا الى الأساليب المعرفية لعلاج التشوهات المعرفية، كما تطرقت الدراسة الى متغير هوس التيك توك قمنا بضبط كل ما يتعلق بالهوس و هوس مواقع التواصل الاجتماعي والنظريات المفسرة لمواقع التواصل الاجتماعي كمدخل ثم ذهبنا مباشرة الى ماهية تطبيق التيك توك واستخدامه المفرط والهوس به، أيضا قمنا باستعراض الإيجابيات و السلبيات و الاثار الاجتماعية و النفسية لتطبيق التيك توك.

اما في الجانب الميداني والتطبيقي لدراسة فقد كان المنظار الحقيقي والزاوية العاكسة لحقيقة مستوى التشوهات المعرفية وعلاقتها بهوس التيك توك عموما باعتبار هذه الظاهرة جديدة غيرت مجرى العالم على كل المستويات خاصة على مستوى الفئات الفعالة في المجتمع، ويعتبر الطالب الجامعي أبرزها، ومدى اقبال الطلبة على هذه المواقع ودرجة الاعتياد عليها وعلى وجه الخصوص استخدامات تطبيق التيك توك. من خلال الدراسة الاستطلاعية ومقابلة الطلبة، ومن خلال الإجابات على أدوات الدراسة تم التوصل الى مجموعة من نتائج والمتمثلة في:

- مستوى التشوهات المعرفية متوسط لدى عينة الدراسة
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة
- مستوى هوس التيك توك متوسط لدى عينة الدراسة
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة
- لا توجد علاقة ترقى الى الدلالة الإحصائية بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك لدى عينة الدراسة

مقترحات وافاق بحثية:

- ✓ تعزيز الوعي بالتشوهات المعرفية بين مستخدمي التيك توك.
- ✓ تقديم ورش عمل وبرامج تدريبية حول التعامل مع الضغوط النفسية الناتجة عن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
- ✓ تطوير تطبيقات وتقنيات تساعد المستخدمين على إدارة وقتهم على تطبيق التيك توك بشكل صحي. بهذا الهيكل، يمكن ان تغطي المذكرة جوانب متعددة من العلاقة بين التشوهات المعرفية وهوس التيك توك، مما يسهم في فهم أعمق للمشكلة وتقديم حلول عملية لمواجهتها.
- ✓ تنظيم حملات تحسيسية ارشادية حول مخاطر مواقع التواصل الاجتماعي.
- ✓ بناء برنامج وقائي لتقليل من الاستخدام السلبي لموقع التيك توك لدى عينة الشباب والمراهقين.

## قائمة المصادر والمراجع:

### المراجع باللغة العربية:

- 1- الشقران، ح.ا. القاعدود، ت. ج (2021). التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور اعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلبة الجامعات الأردنية مجلة الجامعة الإسلامية لدراسات التربية والنفسية.
- 2- العادلي، ر.ع والقريشي، خ، ش (2016) التشوهات المعرفية لدى طلبة المرحلة المتوسطة. مجلة كلية التربية الأساسية.
- 3- العصار 1.1 (2015) التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة. دراسة مقارنة (مذكرة ماجستير الجامعة الإسلامية غزة
- 4- العلوي، ز.ع.(2013) التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى المرحلة الإعدادية مذكرة ماجستير، جامعة كربلاء.
- 5- المشهراوي، م.م (2019). فعالية برنامج ارشادي في خفض التشوهات المعرفية لمواجهة ازمة الهوية لدى المراهقات الفلسطينيات، رسالة ماجستير، جامعة الأقصى فلسطين، شندوخ
- 6- المعاينة، ا. ع. (2016) مستوى التشوهات المعرفية لدى الطلبة وعلاقتها بالإساءة اللفظية الموجهة لهم من المعلمين في مدارس مديرية لواء القصر، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة.
- 7- الهيتي، م.م (2018). اضطرابات ما بعد الضغوط الصدمية وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة. جامعة الانبار. كلية التربية الأساسية.
- 8- (اللحياني، ح، العتيبي.س، م (2022) التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة بالسعودية ومصر مجلة العلوم التربوية والنفسية. ص 14.15
- 9- (العزیز، ع.(2021). الاسهام النسبي لتشوهات المعرفية والدعم الاجتماعي الأكاديمي المدرك والتعاطف الذاتي في التنبؤ بالمناعة النفسية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية ص 202
- 10- (العلوي، ز.ع.(213) التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى المرحلة الإعدادية (مذكرة ماجستير. (جامعة كربلاء).



- 11- (إبراهيم، إبراهيم). (2021) فعالية برنامج تدريبي قائم على القبول والالتزام للحد من التشوهات المعرفية لدى الأحداث الجانحين. المجلة المصرية لدراسات النفسية ص (113).
- 12- بحيري، ص. (2019). متغيرات التشوهات المعرفية كمنبئات بسلوك التنمر لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية.
- 13- بن معمر، ن. (2019). التشوهات المعرفية لاضطراب الرهاب الاجتماعي عند المراهق. أطروحة دكتوراه، جامعة عبد الحميد مهري.
- 14- جعود سماح، استخدام الاشغال في موقع التيك توك بالجزائر، مجلة الدراسات الإعلامية، العدد 11، المركز الديمقراطي العربي، برلين، ألمانيا 2020.
- 15- " (جواد م.س. (2019). الاستقواء وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى المراهقين في المدارس الثانوية. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية ص (43)
- 16- حدادي وليد: الشبكات الاجتماعية من التواصل الى خطر العزلة الاجتماعية، مجلة دراسات جامعة الاغواط، عدد36، سبتمبر 2015.
- 17- حسن احسان 2005، النظريات الاجتماعية المتقدمة، دار وائل للنشر، ط1، عمان.
- 18- (حسني احمد 2019 "Tik Tok" منصة الباحثين عن الشهرة. التطبيق يستهدف المراهقين ويسمح لهم بنشر فيديوهات اباحية مثيرة. جنون جمع اللايك يصيب الأطفال، وخبير تكنولوجي أصبح ساحة للمهرجانات الشعبية المصورة. موقع اليوم السابع، استرجع في 2021/08/20 من: [shorturl.at/qvIT6](http://shorturl.at/qvIT6))
- 19- خلفاوي، ف. بوروية، ا (2021). التشوهات المعرفية لدى مدمني المخدرات في ظل جائحو كوفيد19. مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف.
- 20- راوي و. ر. (2021) . التشوهات المعرفية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال.
- 21- (رباب طلعة موقع الكتروني ما هو التيك توك؟ <http://futureuae.com> 2022/05/16 22:20
- 22- شندوخ، ع. ر. مزعل ف، ع. (2019) التشوهات المعرفية لدى طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية. مجلة كلية التربية.

- 23- (صلاح الدين، (2014) التشوهات المعرفية وعلاقتها بقلق المستقبل وبعض الاعراض الاكتئابية لدى عينة من الشباب الجامعي من الجنسين (رسالة ماجستير. (جامعة عين الشمس).
- 24- عوني، ن، م.(2019). اليقظة العقلية والتشوهات المعرفية كمنبئين بالحكمة الاختبارية لدى طلاب كلية التربية. المجلة العلمية لكلية التربية ص 17
- <http://www.ann.eg/faculty-education/arabic>
- 25- ع ر. مزعل ف، ع. (2019) التشوهات المعرفية لدى طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية. مجلة كلية التربية.
- 26- (كريري، ه.ظ.مذكور(2011) التشوهات المعرفية وعلاقتها بإدمان الانترنت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. مجلة الارشاد النفسي ص 96)
- 27- لطفي كامل 1999، النظريات المعاصرة في علم الاجتماع، دار غربي، القاهرة.
- 28- معين خليل 1997، نظريات معاصرة في علم الاجتماع، دار الشروق، عمان.
- 29- مها محمد فتحي: تأثير تعرض الشباب لفيديوهاات التيك توك عبر هواتفهم الذكية على ادراكهم للقيم الاجتماعية في المجتمع، مجلة مصرية لبحوث الراي العام، مجلد 20، العدد 3، جامعة القاهرة، كلية الاعلام، مركز بحوث الراي العام 2021.
- 30- (معين خليل 1997، نظريات معاصرة في علم الاجتماع، دار الشروق، عمان ص 171-175).
- 31- (هاني عبارة ماريو رحال، احمد حجاج موسى 2018 التشوهات المعرفية وعلاقتها بظهور اعراض الشخصية الوسواسية القهرية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد(14) العدد (4) ص 311 – 328).

المراجع باللغة الأجنبية:

1. (Husin, N.A, khairi, M, S,H,Mohamed nazari, N,S,(2021) . determinants of « tiktok »addiction among university students(.
2. (Iqbal. (2022).tiktok revenue and usage statistic (2022). Retrieved online at. From: http at. 13/03/2021(.
3. (Unal,A,T.(2020) A comparative study of social media addiction among Turkish and korean university atudents.journal of Economy culture and society, (62),307-322
4. (jan ,A, mehsud,M,I,adnan (2019) facebook mania of youth and statisfaction of their needs in pakistan : A, uses and gratification analysis global sociological review, 41-47)
5. (sabir,I,Nasim ,Majid,M,B,bin Mahmud (2020) tiktok addiction and its disorder among youth of pakistan. Scholedge international journal of multidisciplinary and allied studies. (7).6.pg 140-146)
6. (Cell Dilon.)2021(. Tiktok Influences on Teenagers and Young Adults Students: The Common Usages of the Application Tiktok, American Scientific Research Journal for Engineering, Technology, and Sciences, tamford International University, http://asrjetsjournal.)



الملاحق

## الملحق (01):

## مقياس التشوهات المعرفية:

في إطار البحث العلمي الذي نحن بصدد القيام به لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي والمعنون بـ: التشوهات المعرفية وعلاقتها بهوس التيك توك لدى طلبة السنة الأولى بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة غرداية، نرجو منكم الإجابة عن الأسئلة الموجودة في الاستمارة وذلك بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

كما نعلمكم ان كل معلومات الاستمارة والإجابة عليها ستبقى سرية ولن تستخدم الا لأغراض علمية فقط. شكرا لمجهودكم وحسن تعاونكم

البيانات الشخصية:

الجنس:  ذكر  انثى

## مقياس التشوهات المعرفية:

| الرقم | العبارة   | موافق بشدة | موافق | محايد | غير موافق | غير موافق بشدة |
|-------|---|------------|-------|-------|-----------|----------------|
| 01    | لا يمكنني القيام بأي عمل مستقبلي الا إذا كان في تخصصي             |            |       |       |           |                |
| 02    | سأقطع علاقاتي مع أصدقائي إذا لم يتفقوا معي في كل شيء              |            |       |       |           |                |
| 03    | اشعر بالضيق والتوتر إذا لم يهتم بي جميع من اتعامل معهم في الجامعة |            |       |       |           |                |
| 04    | لا اقبل بإنصاف الحلول للمشكلات التي تواجهني                       |            |       |       |           |                |

|  |  |  |  |  |  |    |
|--|--|--|--|--|--|----|
|  |  |  |  |  | اعتبر جهودي غير ناجحة إذا لم اتقن العمل بالكامل                    | 05 |
|  |  |  |  |  | عندما أفكر في الاحداث التي اخوضها، اشعر انني<br>شخص لا تشوبه شائبة | 06 |
|  |  |  |  |  | الناس الذين يختلفون معي هم ضدي في كل شيء                           | 07 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان الطلاب الأكثر تحصيلاً هم الأكثر حظاً<br>في المستقبل       | 08 |
|  |  |  |  |  | طلاب الجامعة هم الأكثر تعباً في الحياة                             | 09 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان طلاب الجامعات لديهم مستوى عال من<br>المسؤولية             | 10 |
|  |  |  |  |  | معظم طلاب الجامعات لا يمكن تصديقهم والوثوق<br>بيهم                 | 11 |
|  |  |  |  |  | جميع طلاب الجامعات يخفون الحقائق، ويميلون<br>الى خداع بعضهم البعض  | 12 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان الاحداث المستقبلية لا تختلف عما نعيشه<br>الان             | 13 |
|  |  |  |  |  | اشعر بأنني دائماً المقصود وخاصة عندما يتم ذكر<br>الطلبة السيئين    | 14 |
|  |  |  |  |  | انا اعتبر نفسي فاشلاً إذا لم احقق ما اريد                          | 15 |
|  |  |  |  |  | كل الناس يسعون الى تحقيق أهدافهم بأي شكل من<br>الاشكال             | 16 |

|  |  |  |  |  |   |    |
|--|--|--|--|--|---|----|
|  |  |  |  |  | ابحث عن السمات السلبية في الاخرين أكثر من السمات الإيجابية التي لديهم   | 17 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان النظام التعليمي في الجامعة يتصف بالسلبات أكثر من الإيجابيات    | 18 |
|  |  |  |  |  | الواقع الذي نعيش فيه ليس إيجابيا  | 19 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان العدالة بدت تختفي في حياتنا                                    | 20 |
|  |  |  |  |  | انا متأكد من ان الحظ السيئ يلعب دورا مهما في حياتي                      | 21 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان المجتمع يزداد سوءا   | 22 |
|  |  |  |  |  | في عملي أركز على السلبيات التي اواجهها أكثر من الإيجابيات               | 23 |
|  |  |  |  |  | اعتبر نفسي متفوقا على الاخرين في قدراتي                                 | 24 |
|  |  |  |  |  | انا متأكد من ان مشاركتي مع الاخرين هي أساس تحقيق الأهداف المراد تحقيقها | 25 |
|  |  |  |  |  | يهاجمني الاخرين دائما بسبب قدراتي العالية                               | 26 |
|  |  |  |  |  | افكاري دقيقة وذكية مقارنة مع الاخرين خاصة تلك التي اتعامل معها يوميا    | 27 |
|  |  |  |  |  | انا ابالغ في الأشياء أكثر مما تستحث                                     | 28 |



|  |  |  |  |  |  |    |
|--|--|--|--|--|--|----|
|  |  |  |  |  | اعتقد ان اساتذتي لا يريدون مساعدتي بما احتاجه                                      | 29 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان الحظ والفرصة يلعبان دورا هاما في تحقيق نجاحات الاخرين                     | 30 |
|  |  |  |  |  | الاخرين يتعدون عني أحيانا لأنني شديد الحساسية                                      | 31 |
|  |  |  |  |  | الدرجات التي احصل عليها في الجامعة تعود لقدراتي وتفوق الاخرون يعود للواسطة والتحيز | 32 |
|  |  |  |  |  | اعتقد ان قلقي سيرافقني طوال حياتي  | 33 |
|  |  |  |  |  | اعتقد انني لن اشعر بالسعادة في كل الاحداث التي تصادفني في حياتي                    | 34 |
|  |  |  |  |  | التجارب السلبية التي مررت بها ستجعلني أفضل في الحياة                               | 35 |
|  |  |  |  |  | اهتم بالدرجات التي احصل عليها من الاختبارات أكثر من اتقان المعرفة                  | 36 |
|  |  |  |  |  | دائما أفسر الواقع من خلال اعتمادي على انفعالاتي السلبية                            | 37 |
|  |  |  |  |  | الدرجات المنخفضة لا تشجعني على مواصلة الدراسة                                      | 38 |
|  |  |  |  |  | تساورني الشكوك بجميع الطلبة وخاصة من هم في تخصصي                                   | 39 |
|  |  |  |  |  | يجب ان اتقن كل المعارف في تخصصي حتى انجح مستقبلا                                   | 40 |

|  |  |  |  |  |   |    |
|--|--|--|--|--|---|----|
|  |  |  |  |  | كل قراراتي يجب ان تكون دقيقة  | 41 |
|  |  |  |  |  | يجب ان انجز الأهداف كما اخطط لها  | 42 |
|  |  |  |  |  | يجب ان تكون علاقتي الاجتماعية مع الاخرين ناجحة لان مستقبلي يتحدد بناء عليها | 43 |
|  |  |  |  |  | يجب ان احصل على ما اريد بأية طريقة  | 44 |
|  |  |  |  |  | اشعر بالذنب على احداث وقعت بها ولم أكن سببا بها                             | 45 |
|  |  |  |  |  | اشعر بالندم لبعض الكلمات التي تحدثت بها لا اراديا مع الاخرين                | 46 |
|  |  |  |  |  | إذا جاءت الأهداف بطريقة تخالف توقعاتي اليوم نفسي على ذلك                    | 47 |
|  |  |  |  |  | انا اميل الى الكذب لأنني اشعر ان الاخرين غير صادقين                         | 48 |
|  |  |  |  |  | إذا شعر بعض أصدقائي بالضيق والتوتر امامي اعتقد بأنهم لا يريدون التعامل معي  | 49 |
|  |  |  |  |  | اشعر بأنني متسرعو اسبىء التقدير للأخرين                                     | 50 |

## الملحق (02):

## مقياس هوس التيك توك:

| الرقم | العبارة   | موافق | محايد | معارض |
|-------|---|-------|-------|-------|
| 01    | تقضي وقتا طويلا في التفكير في "التيك توك" او التخطيط لاستخدامه    |       |       |       |
| 02    | بمجرد استيقاظك من النوم تفتح تطبيق "التيك توك"                    |       |       |       |
| 03    | تشعر بالسعادة عندما تشارك فيديوهاتك اليومية على تطبيق "التيك توك" |       |       |       |
| 04    | تشعر بالحزن عندما لا تستخدم "التيك توك"                           |       |       |       |
| 05    | التيك توك يضيف معنى للحياة  |       |       |       |
| 06    | "التيك توك" يوفر فرصة جيدة لتخلص من المشكلات اليومية              |       |       |       |
| 07    | تشعر بالملل عندما تستخدم "التيك توك" كثيرا                        |       |       |       |
| 08    | لا تهتم باستخدام "التيك توك" قبل النوم مباشرة كنشاط أخير          |       |       |       |
| 09    | تمتنع عن استخدام "التيك توك" اثناء أداء مهامك اليومية             |       |       |       |
| 10    | تتجنب نشر انشطتك اليومية على تطبيق "التيك توك"                    |       |       |       |
| 11    | لا تستطيع ان تعبر عن نفسك بشكل جيد على تطبيق "التيك توك"          |       |       |       |
| 12    | تكون غير متحمس (شغوف) لاستخدام "التيك توك"                        |       |       |       |

## الملحق (03):

مقياس هوس التيك توك في شكله النهائي:

| الرقم | العبارة   | موافق | محايد | معارض |
|-------|---|-------|-------|-------|
| 01    | تقضي وقتنا طويلا في التفكير في "التيك توك" او التخطيط لاستخدامه   |       |       |       |
| 02    | بمجرد استيقاظك من النوم تفتح تطبيق "التيك توك"                    |       |       |       |
| 03    | تشعر بالسعادة عندما تشارك فيديوهاتك اليومية على تطبيق "التيك توك" |       |       |       |
| 04    | تشعر بالحزن عندما لا تستخدم "التيك توك"                           |       |       |       |
| 05    | التيك توك يضيف معنى للحياة  |       |       |       |
| 06    | "التيك توك" يوفر فرصة جيدة لتخلص من المشكلات اليومية              |       |       |       |
| 07    | تشعر بالملل عندما تستخدم "التيك توك" كثيرا                        |       |       |       |
| 08    | لا تهتم باستخدام "التيك توك" قبل النوم مباشرة كنشاط أخير          |       |       |       |
| 09    | تمتنع عن استخدام "التيك توك" اثناء أداء مهامك اليومية             |       |       |       |
| 10    | تكون غير متحمس (شغوف) لاستخدام "التيك توك"                        |       |       |       |

الملحق (04): صدق وثبات مقياس التشوهات المعرفية

| Statistiques de fiabilité     |                                     |                   |                 |
|-------------------------------|-------------------------------------|-------------------|-----------------|
| Alpha de Cronbach             | Partie 1                            | Valeur            | ,848            |
|                               |                                     | Nombre d'éléments | 25 <sup>a</sup> |
|                               | Partie 2                            | Valeur            | 0,793           |
|                               |                                     | Nombre d'éléments | 25 <sup>b</sup> |
|                               | Nombre total d'éléments             |                   | 50              |
|                               | Corrélation entre les sous-échelles |                   |                 |
| Coefficient de Spearman-Brown | Longueur égale                      |                   | 0,875           |
|                               | Longueur inégale                    |                   | 0,875           |
| Coefficient de Guttman        |                                     |                   | 0,873           |

| Statistiques de fiabilité |                   |
|---------------------------|-------------------|
| Alpha de Cronbach         | Nombre d'éléments |
| 0,900                     | 50                |

|        |                        | تشوهات  |
|--------|------------------------|---------|
| بعد 1  | Corrélation de Pearson | 0,712** |
|        | Sig. (bilatérale)      | 0,000   |
|        | N                      | 30      |
| بعد 2  | Corrélation de Pearson | 0,831** |
|        | Sig. (bilatérale)      | 0,000   |
|        | N                      | 30      |
| بعد 3  | Corrélation de Pearson | 0,877** |
|        | Sig. (bilatérale)      | 0,000   |
|        | N                      | 30      |
| بعد 4  | Corrélation de Pearson | 0,676** |
|        | Sig. (bilatérale)      | 0,000   |
|        | N                      | 30      |
| بعد 5  | Corrélation de Pearson | 0,735** |
|        | Sig. (bilatérale)      | 0,000   |
|        | N                      | 30      |
| بعد 6  | Corrélation de Pearson | 0,420*  |
|        | Sig. (bilatérale)      | 0,021   |
|        | N                      | 30      |
| بعد 7  | Corrélation de Pearson | 0,697** |
|        | Sig. (bilatérale)      | 0,000   |
|        | N                      | 30      |
| تشوهات | Corrélation de Pearson | 1       |
|        | Sig. (bilatérale)      |         |
|        | N                      | 30      |

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

\* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

| Statistiques de groupe |       |   |          |            |                         |
|------------------------|-------|---|----------|------------|-------------------------|
|                        | الفئة | N | Moyenne  | Ecart type | Moyenne erreur standard |
| الدرجة                 | دنيا  | 8 | 119,7500 | 7,90569    | 2,79508                 |
|                        | عليا  | 8 | 184,7500 | 9,22342    | 3,26097                 |

| Test des échantillons indépendants |                                 |  |      |                                  |        |
|------------------------------------|---------------------------------|--|------|----------------------------------|--------|
|                                    |                                 | Test de Levene sur l'égalité des variances |      | Test t pour égalité des moyennes |        |
|                                    |                                 | F  | Sig. | T                                | Ddl    |
| الدرجة                             | Hypothèse de variances égales   | 0,750                                      | ,401 | -15,134                          | 14     |
|                                    | Hypothèse de variances inégales |  |      | -15,134                          | 13,680 |

| Test des échantillons indépendants |                                 |                  |                    |                            |   |
|------------------------------------|---------------------------------|------------------|--------------------|----------------------------|---|
| Test t pour égalité des moyennes   |                                 |                  |                    |                            |   |
|                                    |                                 | Sig. (bilatéral) | Différence moyenne | Différence erreur standard | Intervalle de confiance de la différence à 95 % |
|                                    |                                 |                  |                    |                            | Inférieur                                       |
| الدرجة                             | Hypothèse de variances égales   | ,000             | -65,00000          | 4,29493                    | -74,21171                                       |
|                                    | Hypothèse de variances inégales | ,000             | -65,00000          | 4,29493                    | -74,23197                                       |

الملحق (05): صدق وثبات مقياس هوس التيك توك:

| Statistiques de fiabilité |                   |
|---------------------------|-------------------|
| Alpha de Cronbach         | Nombre d'éléments |
| ,690                      | 12                |



| Corrélations |                        |         |         |         |
|--------------|------------------------|---------|---------|---------|
|              |                        | VAR0001 | VAR0001 | هوس     |
|              |                        | 1       | 2       |         |
| VAR00001     | Corrélation de Pearson | -0,034  | 0,171   | ,525**  |
|              | Sig. (bilatérale)      | 0,860   | 0,367   | ,003    |
|              | N                      | 30      | 30      | 30      |
| VAR00002     | Corrélation de Pearson | -0,045  | 0,061   | ,535**  |
|              | Sig. (bilatérale)      | 0,815   | 0,749   | ,002    |
|              | N                      | 30      | 30      | 30      |
| VAR00003     | Corrélation de Pearson | -,032   | ,115    | ,552**  |
|              | Sig. (bilatérale)      | ,868    | ,545    | ,002    |
|              | N                      | 30      | 30      | 30      |
| VAR00004     | Corrélation de Pearson | ,078    | -,097   | ,538**  |
|              | Sig. (bilatérale)      | 0,683   | 0,610   | 0,002   |
|              | N                      | 30      | 30      | 30      |
| VAR00005     | Corrélation de Pearson | 0,048   | 0,141   | 0,565** |
|              | Sig. (bilatérale)      | 0,802   | 0,457   | 0,001   |
|              | N                      | 30      | 30      | 30      |
| VAR00006     | Corrélation de Pearson | -0,191  | 0,451*  | 0,411*  |
|              | Sig. (bilatérale)      | 0,311   | 0,012   | 0,024   |
|              | N                      | 30      | 30      | 30      |
| VAR00007     | Corrélation de Pearson | -0,055  | 0,240   | 0,529** |
|              | Sig. (bilatérale)      | 0,773   | 0,202   | 0,003   |
|              | N                      | 30      | 30      | 30      |

|          |  |                       |                      |                        |
|----------|--|-----------------------|----------------------|------------------------|
| VAR00008 | Corrélation de Pearson<br>Sig. (bilatérale)<br>N | 0,309<br>0,097<br>30  | 0,356<br>0,054<br>30 | 0,648**<br>0,000<br>30 |
| VAR00009 | Corrélation de Pearson<br>Sig. (bilatérale)<br>N | 0,241<br>0,199<br>30  | 0,181<br>0,340<br>30 | 0,449*<br>0,013<br>30  |
| VAR00010 | Corrélation de Pearson<br>Sig. (bilatérale)<br>N | 0,099<br>0,602<br>30  | ,000<br>1,000<br>30  | 0,266<br>0,155<br>30   |
| VAR00011 | Corrélation de Pearson<br>Sig. (bilatérale)<br>N | 1<br><br>30           | -0,025<br>,896<br>30 | 0,265<br>0,157<br>30   |
| VAR00012 | Corrélation de Pearson<br>Sig. (bilatérale)<br>N | -0,025<br>0,896<br>30 | 1<br><br>30          | 0,492**<br>0,006<br>30 |
| هوس      | Corrélation de Pearson<br>Sig. (bilatérale)<br>N | 0,265<br>,157<br>30   | ,492**<br>,006<br>30 | 1<br><br>30            |

| Statistiques de groupe |      |   |         |            |                            |  |
|------------------------|------|---|---------|------------|----------------------------|--|
| الفئة                  |      | N | Moyenne | Ecart type | Moyenne<br>erreur standard |  |
| الدرجة                 | دنيا | 8 | 13,3750 | ,91613     | ,32390                     |  |
|                        | عليا | 8 | 24,7500 | 1,83225    | ,64780                     |  |

| Test des échantillons indépendants |                                    |   |      |  |        |
|------------------------------------|------------------------------------|---|------|--|--------|
|                                    |                                    | Test de Levene sur<br>l'égalité des variances |      | Test t pour<br>égalité des<br>moyennes |        |
|                                    |                                    | F   | Sig. | t                                      | Ddl    |
| الدرجة                             | Hypothèse de<br>variances égales   | ,881  | ,364 | -<br>15,706                            | 14     |
|                                    | Hypothèse de<br>variances inégales |   |      | -<br>15,706                            | 10,294 |

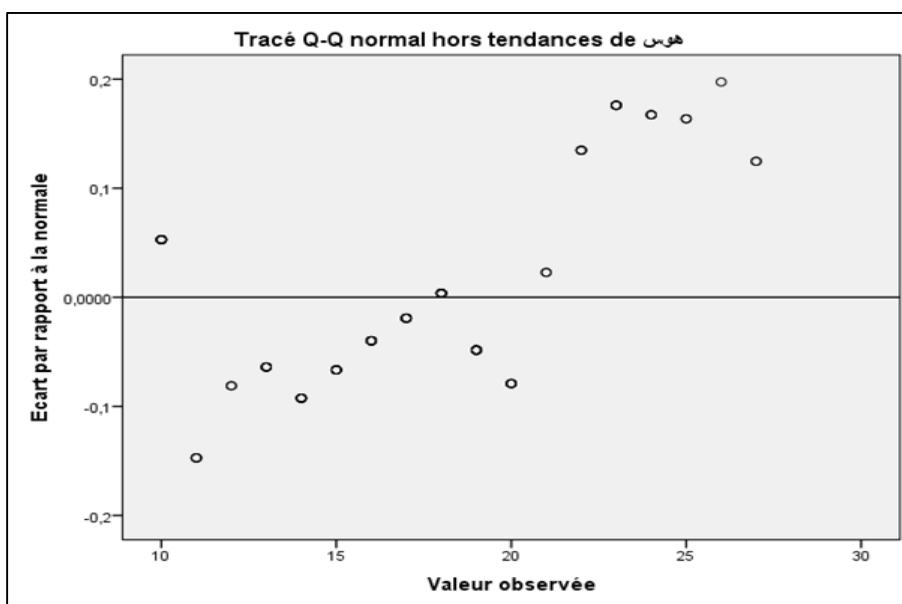
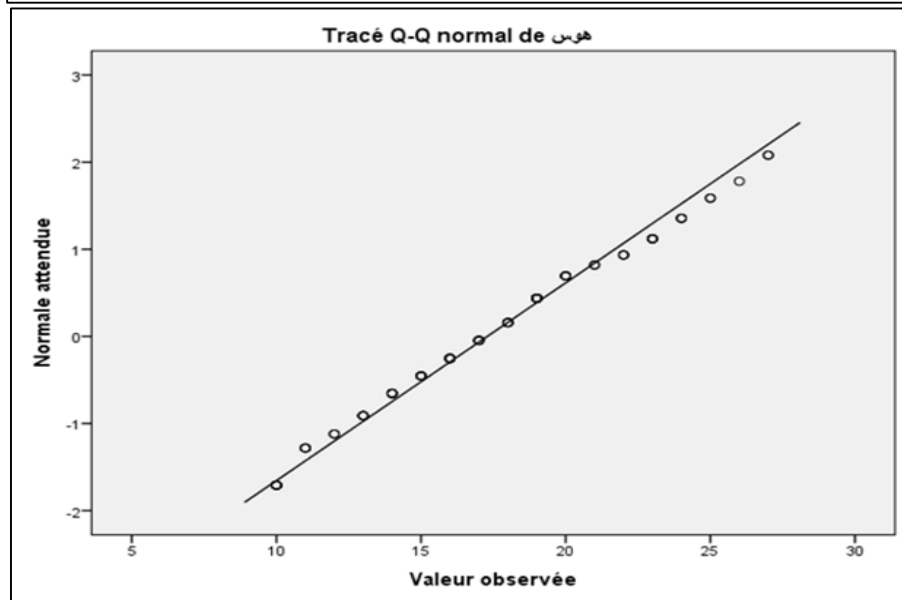
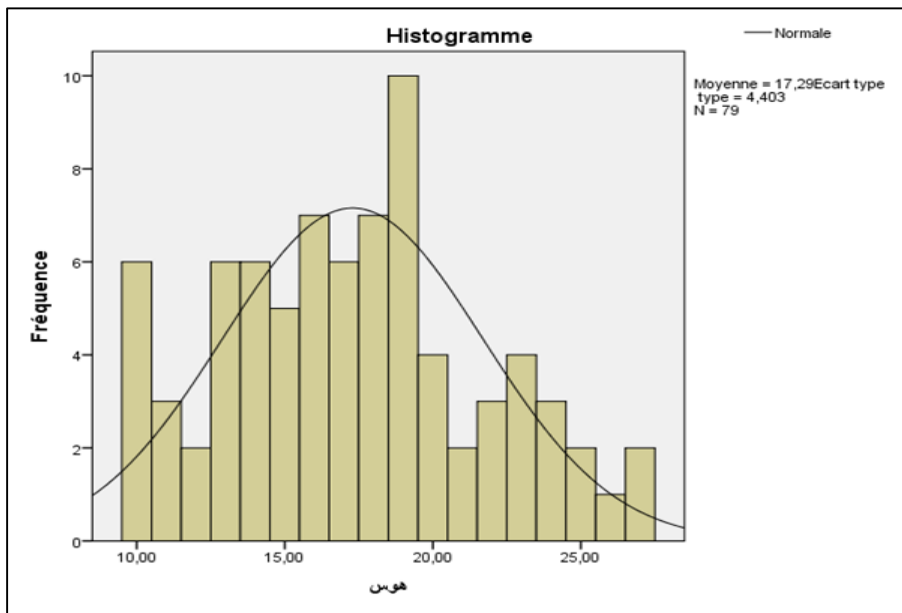
| Test des échantillons indépendants |                                    |                                  |                       |                                  |  |
|------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|----------------------------------|--|
|                                    |                                    | Test t pour égalité des moyennes |                       |                                  |  |
|                                    |                                    | Sig.<br>(bilatéral)              | Différence<br>moyenne | Différence<br>erreur<br>standard | Intervalle de confiance<br>de la différence à 95 % |
|                                    |                                    |                                  |                       |                                  | Inférieur  |
| الدرجة                             | Hypothèse de<br>variances égales   | ,000                             | -11,37500             | ,72426                           | -12,92838  |
|                                    | Hypothèse de<br>variances inégales | ,000                             | -11,37500             | ,72426                           | -12,98253  |

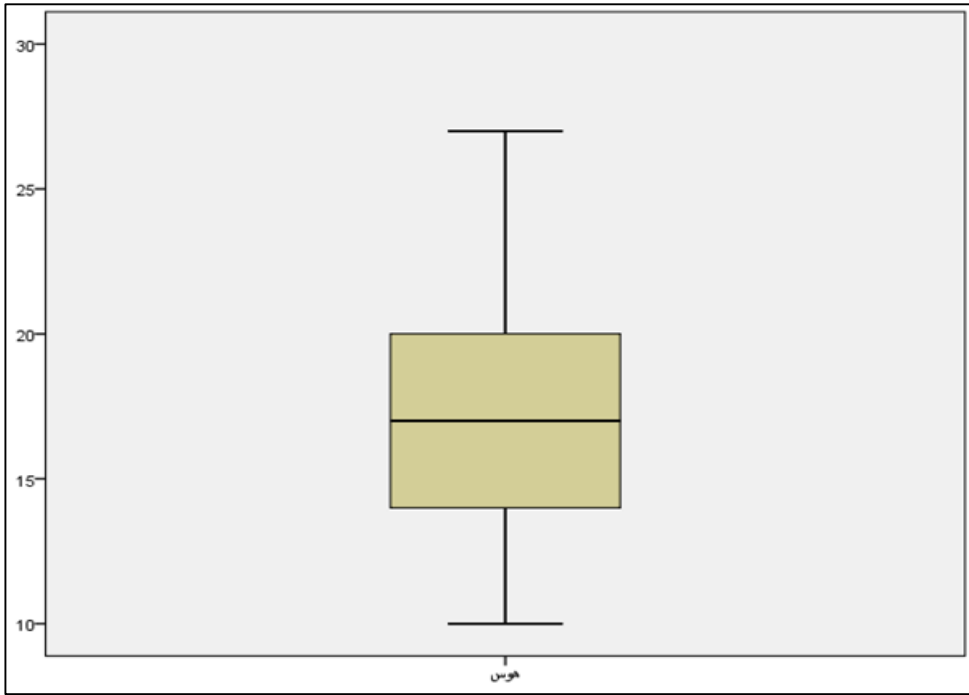
الملحق (06): ملاحق الدراسة الأساسية

| Tests de normalité اعتدالية التوزيع |                                 |     |       |              |     |      |
|-------------------------------------|---------------------------------|-----|-------|--------------|-----|------|
|                                     | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |     |       | Shapiro-Wilk |     |      |
|                                     | Statistiques                    | Ddl | Sig.  | Statistiques | Ddl | Sig. |
| هوس                                 | ,083                            | 79  | ,200* | ,972         | 79  | ,082 |
| تشوهات                              | ,111                            | 79  | ,017  | ,969         | 79  | ,054 |

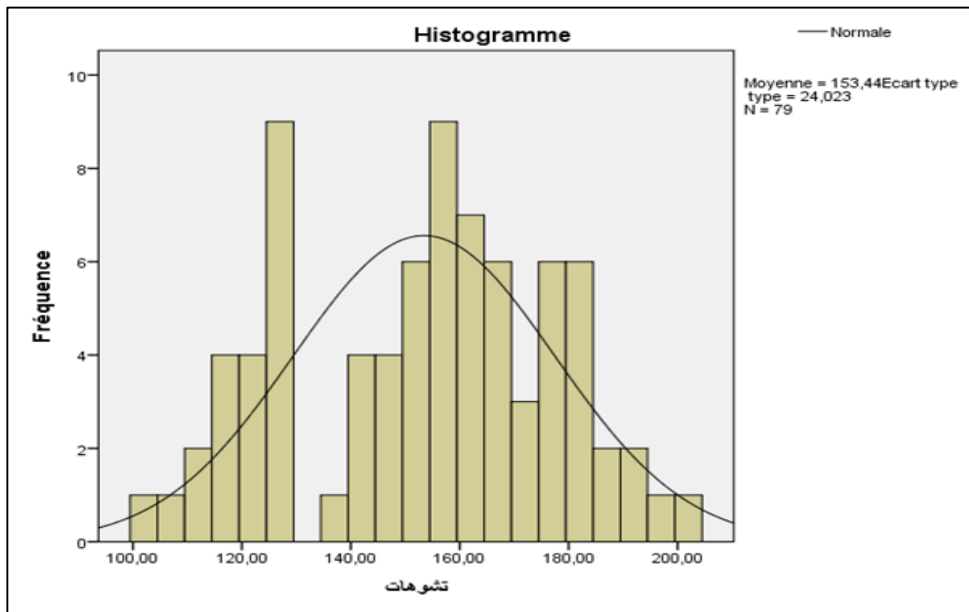
\*. Il s'agit de la borne inférieure de la vraie signification.

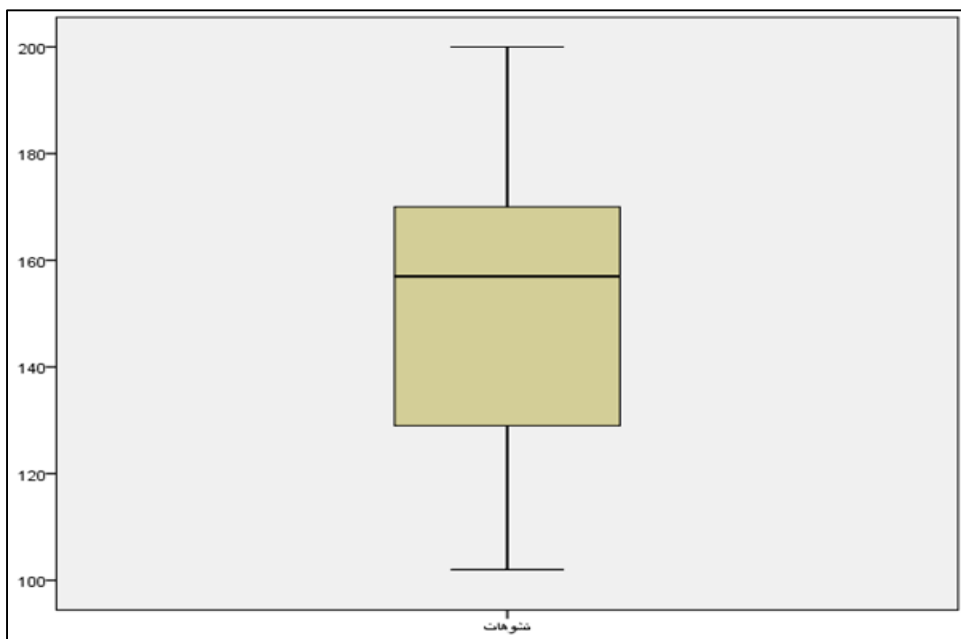
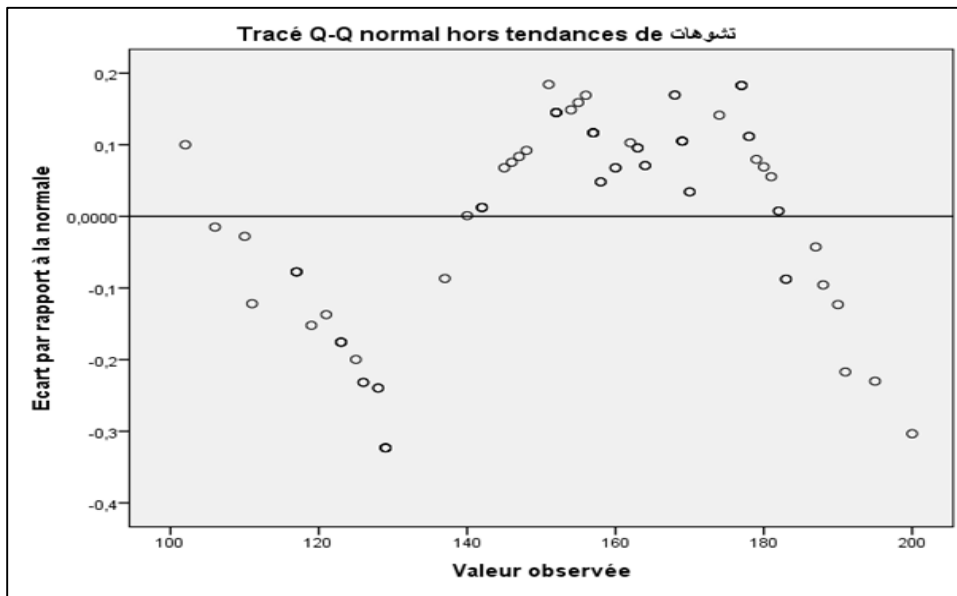
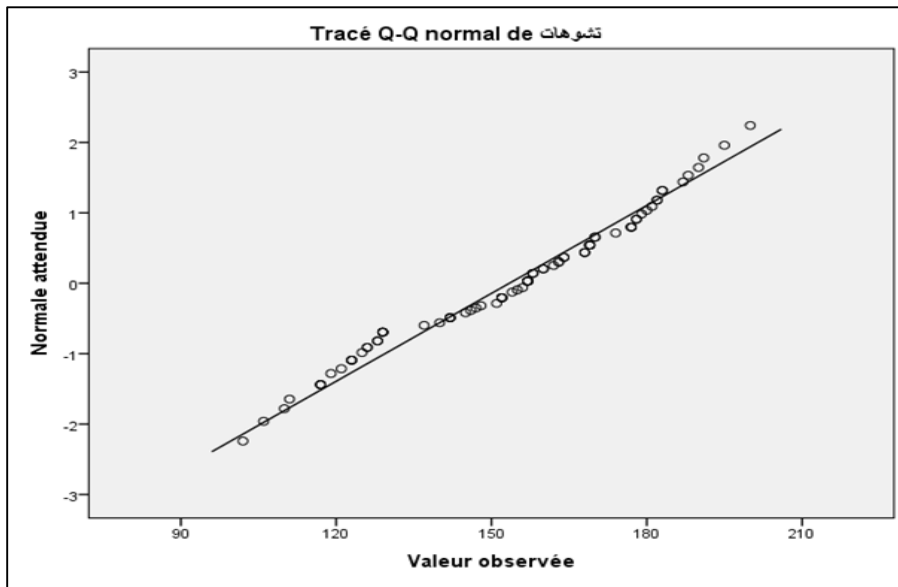
a. Correction de signification de Lilliefors





التشوهات:





| Statistiques sur échantillon uniques فرضية ج 02 |    |         |            |                         |
|---|----|---------|------------|-------------------------|
|   | N  | Moyenne | Ecart type | Moyenne erreur standard |
| مهوس  | 79 | 1,8430  | 1,02516    | ,11534                  |

| Valeur de test = 2 |        |     |                     |                       |  |           |
|--------------------|--------|-----|---------------------|-----------------------|--|-----------|
|                    | T      | Ddl | Sig.<br>(bilatéral) | Différence<br>moyenne | Intervalle de confiance<br>de la différence à 95 % |           |
|                    |        |     |                     |                       | Inférieur  | Supérieur |
| مهوس               | -1,361 | 78  | ,177                | -,15696               | -,3866   | ,0727     |

| Statistiques de groupe فرضية جزئية 04 |    |         |            |       |
|---------------------------------------|----|---------|------------|-------|
| Moyenne<br>erreur<br>standard         | N  | Moyenne | Ecart type | الجنس |
| 0,74278                               | 26 | 18,2308 | 3,78743    | ذكر   |
| 0,63733                               | 53 | 16,8302 | 4,63986    | انثى  |



| Test des échantillons indépendants |                                 |  |      |                                  |        |
|------------------------------------|---------------------------------|--|------|----------------------------------|--------|
|                                    |                                 | Test de Levene sur l'égalité des variances |      | Test t pour égalité des moyennes |        |
|                                    |                                 | F  | Sig. | T                                | Ddl    |
| هوس                                | Hypothèse de variances égales   | 1,260                                      | ,265 | 1,335                            | 77     |
|                                    | Hypothèse de variances inégales |  |      | 1,431                            | 59,784 |

| Test des échantillons indépendants |                                 |                                  |                    |                            |   |
|------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|--------------------|----------------------------|---|
|                                    |                                 | Test t pour égalité des moyennes |                    |                            |   |
|                                    |                                 | Sig. (bilatéral)                 | Différence moyenne | Différence erreur standard | Intervalle de confiance de la différence à 95 % |
| Inférieur                          |                                 |                                  |                    |                            |   |
| هوس                                | Hypothèse de variances égales   | ,186                             | 1,40058            | 1,04904                    | -,68833   |
|                                    | Hypothèse de variances inégales | ,158                             | 1,40058            | ,97873                     | -,55731   |

### 01 الفرضية الجزئية Statistiques sur échantillon uniques

|         | N  | Moyenne | Ecart type | Moyenne erreur standard |
|---------|----|---------|------------|-------------------------|
| مت 1    | 79 | 2,7993  | ,67026     | ,07541                  |
| مت 2    | 79 | 3,0549  | ,70540     | ,07936                  |
| مت 3    | 79 | 3,0814  | ,73226     | ,08239                  |
| مت 4    | 79 | 3,0225  | ,61386     | ,06906                  |
| مت 5    | 79 | 3,0380  | ,73476     | ,08267                  |
| مت 6    | 79 | 3,5278  | ,73816     | ,08305                  |
| مت 7    | 79 | 3,0506  | ,85783     | ,09651                  |
| متشوهات | 79 | 3,0707  | ,48242     | ,05428                  |

### Test sur échantillon unique

|         | Valeur de test = 3 |     |                     |                       |  |           |
|---------|--------------------|-----|---------------------|-----------------------|--|-----------|
|         | t                  | ddl | Sig.<br>(bilatéral) | Différence<br>moyenne | Intervalle de confiance<br>de la différence à 95 % |           |
|         |                    |     |                     |                       | Inférieur  | Supérieur |
| مت 1    | -2,662             | 78  | ,009                | -,20072               | -,3509   | -,0506    |
| مت 2    | ,691               | 78  | ,492                | ,05485                | -,1031   | ,2129     |
| مت 3    | ,988               | 78  | ,326                | ,08137                | -,0826   | ,2454     |
| مت 4    | ,326               | 78  | ,745                | ,02250                | -,1150   | ,1600     |
| مت 5    | ,459               | 78  | ,647                | ,03797                | -,1266   | ,2026     |
| مت 6    | 6,356              | 78  | ,000                | ,52785                | ,3625  | ,6932     |
| مت 7    | ,525               | 78  | ,601                | ,05063                | -,1415   | ,2428     |
| متشوهات | 1,302              | 78  | ,197                | ,07065                | -,0374   | ,1787     |

### 03 الفرضية الجزئية Statistiques de groupe

|        | الجنس | N  | Moyenne  | Ecart type | Moyenne<br>erreur<br>standard |
|--------|-------|----|----------|------------|-------------------------------|
| تشوهات | ذكر   | 26 | 145,9231 | 24,95744   | 4,89456                       |
|        | أنثى  | 53 | 157,1321 | 22,89276   | 3,14456                       |

### Test des échantillons indépendants

|        |                                    | Test de Levene sur<br>l'égalité des variances |      | Test t pour égalité des<br>moyennes |        |
|--------|------------------------------------|---|------|-------------------------------------|--------|
|        |                                    | F   | Sig. | T                                   | Ddl    |
| تشوهات | Hypothèse de<br>variances égales   | 1,091   | ,299 | -1,985                              | 77     |
|        | Hypothèse de<br>variances inégales |   |      | -1,927                              | 46,119 |

## Test des échantillons indépendants

|        |                                 | Test t pour égalité des moyennes |                    |                            |   |
|--------|---------------------------------|----------------------------------|--------------------|----------------------------|---|
|        |                                 | Sig. (bilatéral)                 | Différence moyenne | Différence erreur standard | Intervalle de confiance de la différence à 95 % |
|        |                                 |                                  |                    |                            | Inférieur                                       |
| تشوهات | Hypothèse de variances égales   | ,051                             | -11,209            | 5,64660                    | -22,452   |
|        | Hypothèse de variances inégales | ,060                             | -11,209            | 5,81764                    | -22,918   |

|     |                        | هوس   |
|-----|------------------------|-------|
| تش1 | Corrélation de Pearson | ,021  |
|     | Sig. (bilatérale)      | ,852  |
|     | N                      | 79    |
| تش2 | Corrélation de Pearson | ,054  |
|     | Sig. (bilatérale)      | ,634  |
|     | N                      | 79    |
| تش3 | Corrélation de Pearson | ,120  |
|     | Sig. (bilatérale)      | ,293  |
|     | N                      | 79    |
| تش4 | Corrélation de Pearson | ,282* |
|     | Sig. (bilatérale)      | ,012  |
|     | N                      | 79    |
|     | Corrélation de Pearson | ,077  |

|        |                        |        |
|--------|------------------------|--------|
| تش 5   | Sig. (bilatérale)      | ,497   |
|        | N                      | 79     |
| تش 6   | Corrélation de Pearson | -,248* |
|        | Sig. (bilatérale)      | ,028   |
|        | N                      | 79     |
| تش 7   | Corrélation de Pearson | ,200   |
|        | Sig. (bilatérale)      | ,077   |
|        | N                      | 79     |
| تشوهات | Corrélation de Pearson | ,116   |
|        | Sig. (bilatérale)      | ,308   |
|        | N                      | 79     |
| هوس    | Corrélation de Pearson | 1      |
|        | Sig. (bilatérale)      |        |
|        | N                      | 79     |

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

\* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)