التشوهات المعرفية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة

* أ.م.د/ وفاء رشاد راوي.*

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقات بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة، ولتحقيق الهدف من الدراسة قامت الباحثة بإعداد ثلاثة مقاييس للطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة هي مقياس (التشوهات المعرفية– الصمود الأكاديمي – الهناء النفسي)، تم تطبيقهم على عدد (٤٠٠) طالبةً من طالبات الفرقتين الأولى والرابعة للعينة الأساسية ومن دون العينة الاستطلاعية، وأسفرت 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.

* أستاذ مساعد علم نفس الطفل –كلية التربية للطفولة المبكرة – جامعة المنيا.

- وجود فروق في بعض أبعاد التشوهات المعرفية لدى طالبات الفرقة الرابعة، وفروق في الصمود الأكاديمي لصالح طالبات الفرقة الأولى، وفروق غير دالة في الهناء النفسي بين طالبات الفرقتين الأولى والرابعة.
- تدني مستوى التشوهات المعرفية وارتفاع مستوى الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة.

وبناءًا عليه خرجت الدراسة ببعض التوصيات والبحوث المقترحة التي تفيد المعنيين بالمجال.

Cognitive distortions and their relationship to College of Education for Early Childhood students' academic resilience and psychological Well-Being

Dr / Wafaa Rashad Rawi. *

Abstract:

The aim of the current study was to identify the relationship between cognitive distortions and College of Education for Early Childhood students' academic resilience and psychological Well-Being. To achieve the aim of the study, the researcher prepared three scales (cognitive distortions, academic resilience, and psychological Well-Being). The three scales were administered to a main sample of 400 first-and fourth-year female students at the College of Education for Early

*** Associate professor of Child Psychology at the College of Education for Early Childhood, Minia University.**

Childhood. This is apart from the sample of the pilot study.

Results of the study revealed that:

-There was a negative relationship between cognitive distortions and College of Education for Early Childhood students' academic resilience and psychological Well-Being.

-There was a positive relationship between College of Education for Early Childhood students' academic resilience and psychological Well-Being.

-There were differences in some of the dimensions of cognitive distortions for fourth-year students, and some differences in academic resilience favoring first-year students.

-There were non-significant differences in psychological Well-Being for first-and fourth year students. -The level of cognitive distortions was low and that of academic resilience and psychological Well-Being was high for the student teacher at the College of Education for Early Childhood. Based on the results of the study, some useful field-related recommendations and suggestions for further research were made.

الكلمات المفتاحية Keywords:

- التشوهات المعرفية. Cognitive distortions
- الصمود الأكاديمي. Academic resilience
- الهناء النفسي. Psychological Well-Being

مقدمة:

يُعد الطالب الجامعي من أهم الموارد البشرية التي يمتلكها أي مجتمع، فهو من أهم القوى المنتجة في المستقبل، ويُقاس نجاح أي مجتمع بمدى استثمار هذه الموارد البشرية. ويعتبر إعداد المعلم على وجه الخصوص هو أحد أهم أولويات المجتمعات، فهو من يُلقى على عاتقه مسؤولية بناء الأجيال صانعة المستقبل .

وهذا الإعداد يتطلب أن يكون الطالب الجامعي لديه قدراً من التكيف الاجتماعي والشخصي والدراسي مع البيئة الأكاديمية، وبحكم المستوى العمري لهؤلاء الطلبة وحساسية هذه الفترة الانتقالية فقد يتأثرون ببعض المعتقدات الخاطئة والأفكار المشوهة والمعارف المضطربة أو ما يُعرف " بالتشوهات المعرفية."

والتشوه المعرفي يعوق الإنسان في إدراكه، ومن ثم الحكم الصحيح والقرار الملائم، فالشخص في هذه الحالة يحمل أحكاماً سلبيةً مسبقةً عن الموقف، ودوافع سلبية دفينة ومعلومات لا يحكمها المنطق. وعندما تشوه المعرفة وتضطرب فإنها تؤدي إلى الشقاء والتعاسة وتذبذب الأفكار (أبو هلال ، ٢٠١٨).

وتمثل التشوهات المعرفية إحدى المفاهيم الأساسية في نظرية " بيك " المعرفية ، فهي تشير إلى المعاني والأفكار الخاطئة التي يكوِنها الفرد عن الموقف، وهي لا تمثل مكونات الواقع الفعلي، حيث ذكر بيك ثلاثة مكونات تشكل أبنية الفرد المعرفية هي (الأفكار التلقائية – المعتقدات الوسيطة – المعتقدات الراسخة)، وتمثل الأفكار التلقائية حالة الفرد العقلية الظاهرة التي تشمل عمليات الترميز والاتجاهات وأشكال التصورات

الافتراضية للأفراد حول أنفسهم والآخرين والعالم المحيط، ويطور البعض هذه الأفكار لتصبح أفكاراً إيجابيةً وفعالةً، ومعتقدات راسخة وعميقة ، ومثل هذه التصورات والمعتقدات هي التي تؤسس المخططات المعرفية للمرء، وما بين تلك المخططات والأفكار التلقائية تقع التشوهات المعرفية (Beck, et al. 2015).

وتعرف التشوهات المعرفية بأنها "مجموعة من الأفكار الخاطئة التي يستخدمها بعض الناس لتعزيز الأفكار والانفعالات السلبية لديهم، مما يجعل الشخص يشعر بالسوء تجاه نفسه(Panourgia, 2018).

وينظر (Batmaa, et al., 2015) إلى التشوهات المعرفية على أنها عمليات إدراكية لا تتكون من محتوى سوي وتساهم في تحويل المواقف وأحداث الحياة إلى أفكارٍ سلبيةٍ تلقائيةٍ. وتعزى نواتج الإدراك إلى المكون المعرفي للفرد ، وتتعلق هذه النواتج بالأفكار والمعتقدات المنبثقة عن الفرد ومنها أفكار واقعية ومنها ما هو مشوه، وتعد هذه النواتج من المؤشرات الدالة على طبيعية الشخصية هل هي تكيفية أم غير تكيفية ؟ .

وقد أشار أرون بيك (Beck, 1995) أن التفكير الجيد للأحداث التي يواجهها الفرد يعتمد بدرجةٍ كبيرةٍ على ما لديه من أفكارٍ منطقيةٍ وواقعيةٍ يستطيع في ضوئها تفسير البيئة والأحداث الخارجية بصورةٍ موضوعيةٍ ومعقولةٍ مما ينعكس بصورةٍ إيجابيةٍ على تكيفه مع البيئة المحيطة، فكلما كانت معتقداته منسجمة مع المواقف الحياتية فإن سلوكياته ستكون على درجةٍ عاليةٍ من الوعي والحكمة والواقعية، وهو ما يجعله فردًا لديه القدرة على أن يكون فاعلاً في بيئتة قادراً على التكيف والتغلب على التحديات والمشكلات اليومية.

وتتطلب هذه التحديات التي تواجه طلاب المرحلة الجامعية وخصوصاً في بداية التحاقهم بالجامعة بعضاً من الصمود الأكاديمي الذي يساعدهم في التغلب على مثل هذه التحديات ، فالصمود الأكاديمي هو عملية دينامية تتمثل في التكيف المرن لمواجهة الضغوط والخبرات السلبية المستمرة والمتغيرة، بل وقدرة الفرد على التكيف مع هذه الضغوطات والصدمات النفسية الشديدة، وكذلك القدرة على الارتداد من الخبرات الانفعالية السلبية وحالة اختلال التوازن إلى حالة التوافق مرة أخرى.(Wald et al.,2006) .

ويعد الصمود الأكاديمي من القضايا الهامة في أبحاث علم النفس الإيجابي ، والذي يرتبط بالقدرة على مواجهة التحديات والضغوط الأكاديمية لدى الطلاب، فقد اهتمت الدراسات الحديثة مثل دراسات (عطية، ٢٠١١)، (Son, Lee & Kim, 2015)، (عبد الله، ٢٠١٦)، (المنشاوي، ٢٠١٦)، (بلال، ٢٠٢٠)، (طه، ٢٠٢٠)، (شلبي ، ٢٠٢٠). بدراسة الصمود الأكاديمي في مواقف التعلم لما تزخر به من مصادرٍ للضغوط والأعباء الدراسية .

ويعتبر الصمود الأكاديمي أحد المصادر التي تساعد على حماية الطالب من الأحداث الضاغطة والاستمرار في الدراسة بدرجةٍ عاليةٍ من الدافعية والانجاز ، حيث يتميز الطلاب ذوي الصمود الأكاديمي بالقدرة على التوافق في المواقف الصعبة والظروف الطارئة التي تشعر الفرد بالتعاسة، حيث يعمل الصمود على تماسك البنية الداخلية للفرد على المستوى الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي والأكاديمي (عطية ، ٢٠١١، ٥٧٧). ولذلك فهو من أهم المتغيرات ذات التأثير الإيجابي في المستقبل الأكاديمي للطلاب، حيث يُعزى إليه نجاح طلاب دون غيرهم في تحقيق

نتائج إيجابية على المستوى الأكاديمي في مواجهة الضغوط والمشكلات التي تواجههم في الحياة الأكاديمية (قرني، عبد الملك، ٢٠١٧، ١٨٨).

ويعرف الصمود الأكاديمي بأنه " قدرة لدى المتعلم تساعده في التغلب على المشكلات التي تواجهه في بيئة التعلم من أجل تحقيق النجاح الدراسي، رغم التحديات والصعاب التي تعترضه في مواقف التعلم المختلفة. (المنشاوي، ٢٠١٦)

ويعتبر الصمود عاملاً مهماً للحفاظ على الأداء الأمثل والصحة الجسمية، والصحة النفسية على الرغم من ظروف وأحداث الحياة الضاغطة، فهو من أحد المتغيرات النفسية المهمة والمؤثرة في سلوك الفرد، فهو يؤدي دوراً هاماً في تشكيل تصرفات الفرد في المواقف الأكاديمية التي يواجهها والتي تنعكس على حالته النفسية، حيث أنه يتضمن عدة مكونات تشمل التوجه نحو الهدف والفاعلية الذاتية والمثابرة الأكاديمية والثقة بالنفس...وغيرها من المكونات التي تدعم الصحة النفسية لدى الأفراد . (Keye & Pidgeon, 2013, 1)

ومن هنا يظهر ارتباط الصمود الأكاديمي ببعض متغيرات الصحة النفسية كالتوافق النفسي، وتقدير الذات، والتفاؤل، والهناء العام وغيرها.

ويعتبر الهناء النفسي أحد المتغيرات الهامة التي تؤثر على حياة الفرد وصحته النفسية، لذلك فقد أصبح في الفترة الأخيرة موضع اهتمام العديد من البحوث والدراسات، مثل (خليفة، ٢٠١٩)، (سالم، ٢٠١٩)، (الضبع، ٢٠١٩)، (سعد، ٢٠١٩)، (الشهري، ٢٠٢٠) فهو مفهوم ديناميكي يتضمن أبعاداً ذاتيةً واجتماعيةً ونفسيةً، ويشير مصطلح الهناء النفسي إلى مدى شعور الفرد بأن لديه سيطرة ذات معنى على حياته وأنشطته Malaviya) . & Punia,2015,60)

ويعرف الهناء النفسي بأنه " حالة إيجابية تعكس تمتع الفرد بالرضا عن حياته وعلاقاته بالآخرين مع الشعور بالتفاؤل والثقة بالنفس، والاستقلال والتطور الشخصي والحياة الهادفة والكفاءة في حل المشكلات التي تواجهه. (حسن ، ٢٠١٨)

وقد عرفت منظمة الصحة العالمية (WHO. 2001) الصحة النفسية الايجابية بأنها حالة من الهناء النفسي التي تجعل الفرد يدرك قدراته ويتأقلم مع ضغوط الحياة الطبيعية، ويمكن أن يعمل بشكلٍ مثمرٍ وقادرٍ على المساهمة في المجتمع (Huppert, 2009, 138) .

والهناء النفسي هو من المتغيرات الهامة للفرد ليحيا حياةً صحيةً، كما أنه مؤثراً في حياة الطالب في سنوات الجامعة حيث يساعده على التعامل مع الأحداث الضاغطة، ويؤدي به إلى تحقيق أهدافه رغم تعقيداتها وصعوباتها بعيداً عن التوتر والقلق والضغوط. كما أشارت بعض الدراسات مثل دراسات (Molina et al. 2011) ، (عاشور، ٢٠١٧)،(خليفة، ٢٠١٩)، (سالم، ٢٠١٩)، (الضبع، ٢٠١٩)، (سعد، ٢٠١٩)، (الشهري، ٢٠٢٠) .

مشكلة الدراسة:

تمثل معرفة الفرد وأسلوب تفكيره أحد دعائم شخصيته، وكذلك الطرق التي يتلقى بها المعلومات ومن ثم معالجتها لاستخدامها في المواقف المختلفة، ويعتمد رد فعل الفرد واستجابته للمواقف على جهاز معالجة المعلومات وما يحتويه من عمليات معرفية ذات طبيعة انتقائية، بالإضافة إلى قدرته على الاستنتاج وتكوين المفاهيم الصحيحة والمعلومات الواردة، وهذا يعني أن الأسلوب المعرفي للفرد هو الطريقة التي يتميز بها في أدائه

ومن خلالها يعالج الموضوعات والمواقف (عبد الفتاح، عبد الحميد، ٢٠٠٥، ٤٠).

وطلاب الجامعة هم الشريحة الهامة في تقدم المجتمعات، وبحكم مرحلتهم العمرية فهم يتعرضون لسلسلةٍ من الضغوطات وبخاصة على المستوى الأكاديمي تختلف في النوع والشدة، الأمر الذي يؤدي إلى تباين استجاباتهم وتعاملهم معها وتباين مستوى تأثيرها على أفكارهم وأنماطهم المعرفية ومدى معالجتهم للمعلومات لتي يحصلون عليها.

وبالرغم من خطورة مهنة معلمة الروضة وأهمية دورها الذي يرتبط بأهمية المرحلة العمرية التي تتعامل معها وأثرها في حياة الأفراد؛ ذلك لأن ما يُكتسب في الطفولة يصعب تغييره ويصبح هو الأسلوب المميز لسلوك الشخص والأساس الصلب الذي سُيقام عليه صرح شخصيته في المستقبل. إلا أن نظرة المجتمع لها ومتطلبات مهنتها وصعوبة التعامل مع الأطفال في هذه المرحلة الحساسة والمجهود المبذول معهم لا تتناسب وأهمية دورها، هو ما يخلق لدى الطالبة المعلمة منذ بداية التحاقها بهذا المجال بعض المعتقدات الخاطئة والمعلومات المغلوطة والتي قد تتحول إلى بناءًا من التشوهات المعرفية تؤثر على تفكيرها.

وقد أوضح " بيك " أن مشكلة التشوهات المعرفية تكمن بالأساس في أن الفرد يقوم بتحريف واقع الحقائق بناءًا على افتراضات خاطئة ومعلومات مغلوطة فيضّرب المحتوى المعرفي أو يتم تشويهه، فيؤثر في طريقة تفسيره للأحداث ومعالجته للمعلومات وتؤدي هذه التشوهات المعرفية إلى التشاؤم والسلبية في التفكير، مما يجعل الفرد يتوقع الأسواء ويركز على مواطن الضعف والفشل لديه ويكون بذلك ضحيةً لأفكاره المشوهة، مع عدم وجود أدلة واضحة تدعم هذه الأفكار المشوهة التي يتبناها، (Beck, et al.

2015)، وقد تناولت العديد من الدراسات مثل دراسة (صلاح الدين، ٢٠١٥)، (بدر، ٢٠١٥)، (مهدي، ٢٠١٧)، (عبد الوهاب، أحمد، ٢٠١٧)، (Migvel, et al. 2017)، (Fazakas, et al., 2017)، (Avcicagir & Kalkan. 2018)، (Ponourgia, C. 2018)، (محمد، ٢٠١٩)، (علي، ٢٠١٩) التشوهات المعرفية لدى الشباب الجامعي وعلاقتها ببعض المتغيرات ومدى تأثيرها عليهم.

وفي ظل الأعباء والضغوط الأكاديمية التي تتطلبها الدراسة بالكلية، والتي يمكن أن تؤثر على الطالبة ويقلل من قدرتها على التكيف مع الضغوط والمشكلات الأكاديمية أثناء دراستها، وهو ما وجدته الباحثة يندرج تحت مفهوم " الصمود الأكاديمي " .

حيث يعتبر الصمود الأكاديمي حالةً من الصمود النفسي ترتبط بالقدرة على تخطي العقبات والتغلب على المشكلات التي تمثل تهديداً للنمو التعليمي للطالب، والتعامل الفعال مع الاخفاقات والتحديات والضغوط في المواقف الأكاديمية بالإضافة إلى الاحتمال المتزايد للنجاح والانجاز. (Martin, 2013) . فالصمود الأكاديمي هو أحد المصادر التي تساعد على حماية الطالب من الأحداث الضاغطة والاستمرار في الدراسة بدرجةٍ عاليةٍ من الدافعية والإنجاز (المنشاوي، ٢٠١٦، ١٥٥) ، حيث أكدت العديد من الدراسات على أهمية الصمود الأكاديمي لطلاب الجامعة مثل دراسات كلٍ من (عطية، ٢٠١١)، (Son, Lee & Kim, 2015)، (عبد الله، ٢٠١٦)، (بلال، ٢٠٢٠)، (طه، ٢٠٢٠)، (شلبي ، ٢٠٢٠).

ويعد المجال الأكاديمي من المجالات الفرعية التي يتم فيها دراسة الهناء النفسي للطلاب ؛ وذلك بسبب خطورة هذه المرحلة الانتقالية وكثرة الضغوط الأكاديمية التي يعيشها الطالب الجامعي والتي تجعله يشعر

بالإحباط وفقدان الشعور بالهناء النفسي مما قد يعرض صحته النفسية للخطر. فقد أشار (Lumby, 2011) إلى أنه تزايد في السنوات الأخيرة الاعتراف والتأكيد على أن دور الجامعة ليس فقط تزويد الطلاب بالتربية التقليدية والتركيز على الكفاءة الأكاديمية فقط ، بل يجب أن نقدم لهم الفرص والأدوات التي يحتاجونها لكي يصبحوا واثقين في أنفسهم وسعداء وصامدين في مواجهة ضغوط الحياة المختلفة .

ومن هنا فقد اهتم علم النفس الإيجابي بمفهوم الهناء النفسي لدى طلاب الجامعة وتناولته العديد من الدراسات في علاقته بمتغيراتٍ مختلفةٍ لدى طلاب الجامعة ومنها دراسات كلٍ من (عاشور، ٢٠١٧)،(خليفة، ٢٠١٩)، (سالم، ٢٠١٩)، (الضبع، ٢٠١٩)، (سعد، ٢٠١٩)، (الشهري، ٢٠٢٠) حيث تناولت جميعها الهناء النفسي لدى طلاب الجامعة .

ومن هذا المنطلق وبعد ملاحظة الباحثة لطالباتها في الكلية وكثرة شكواهن من الضغوط الأكاديمية، وتأثرهن بنظرة المجتمع وما يستمعن له من انتقادات لطبيعة دراستهن ومهنتهن المستقبلية وتعاملهن مع الأطفال بصورةٍ فعليةٍ أثناء التدريب الميداني بالروضات، والإحباطات المتكررة التي تتعرضن لها، مما يخلق لديهن بعض المعتقدات والمعارف المشوهة، مما قد يجعلهن عرضةً للاضطرابات النفسية التي تضر بشخصيتهن، ويصبحن فريسةً للتشوهات المعرفية التي تسيطر على معتقداتهن وتؤثر على صمودهن الأكاديمي وإحساسهن بالهناء النفسي.

ومن خلال الاطلاع والبحث وجدت الباحثة ندرةً شديدةً في الدراسات العربية والأجنبية التي اهتمت بدراسة علاقة متغيرات الدراسة الحالية ببعضها البعض لدى طالبات الكلية وبصفةٍ خاصةٍ في ظل طبيعة دراستهن

وتعاملهن مع الأطفال في هذه المرحلة العمرية، وعليه فقد جاءت فكرة الدراسة الحالية والتي تحددت في التساؤل الرئيس التالي:

ما العلاقة بين التشوهات المعرفية وكلٍ من الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ؟

ويتفرع من التساؤل الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

١- ما العلاقة بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة؟

٢- ما العلاقة بين التشوهات المعرفية والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ؟

٣- ما العلاقة بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ؟

٤- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في (التشوهات المعرفية – الصمود الأكاديمي – الهناء النفسي) ؟

٥- هل تختلف مستويات كلٍ من (التشوهات المعرفية،الصمود الأكاديمي، الهناء النفسي) لدى كلٍ من طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة ؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على:

١-العلاقة بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.

٢-العلاقة بين التشوهات المعرفية والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.
٣-العلاقة بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.
٤-الفروق بين طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في (التشوهات المعرفية – الصمود الأكاديمي – الهناء النفسي).
٥-مستويات كل من (التشوهات المعرفية، الصمود الأكاديمي، الهناء النفسي) لدى كل من طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة .

أهمية الدراسة:

بناءًا على ما تقدم فإن الدراسة الحالية تمثل أهمية يمكن تلخيصها في الآتي:

الأهمية النظرية:

- تستمد الدراسة أهميتها من أهمية الشريحة والفئة التي تطبق عليها الدراسة وهم طلاب الجامعة والذين هم عماد أي مجتمع وطريقه للنجاح والتقدم، ويزيدها أهمية تناولها لفئة (طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة)؛ وذلك لحساسية وخطورة دورها في صناعة أجيال المستقبل.
- توفير إطار نظري عن متغيرات البحث (التشوهات المعرفية – الصمود الأكاديمي – الهناء النفسي) وتوضيح جوانبهم المختلفة باعتبارهم مصطلحات حديثة الاستخدام، مما قد يفتح آفاقاً لمزيدٍ من الدراسات في هذا المجال.
- حداثة مفاهيم الدراسة في مجال الدراسات المعرفية والنفسية والتي يعتبر بعضها من المفاهيم التي تنتمي إلى منظومة علم النفس الإيجابي،

بالإضافة إلى كونهم لم ينالوا من الباحثين القدر الكافي من الاهتمام بالرغم من نتائجهم الإيجابية في الحياة الأكاديمية مما يساعد الطلاب على تحقيق توافقهم الأكاديمي والنفسي ، والارتقاء بمستوى أدائهم في القاعة التدريسية .

– قد تمثل هذه الدراسة بما تحتويه من أدبياتٍ ودراساتٍ سابقةٍ ومقاييس جديدة إسهامًا نظرياً يعزز ميدان الدراسات النفسية والتربوية بدراسةٍ جديدةٍ في هذا المجال الذي لم يحظ – في حدود علم الباحثة– على بحثٍ من هذا النوع يمكن أن يستفيد منه الباحثون في إجراء العديد من البحوث التجريبية في مجال التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي.

الأهمية التطبيقية:

– توفر الدراسة ثلاث أدوات جديدة لتحديد مستوى التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي، يمكن أن تساعد المهتمين والمتخصصين والباحثين الجدد.

– توجه الدراسة أنظار المعنيين بأهمية اتخاذ الخطوات الضرورية لتغيير نظرة المجتمع لمعلمة الروضة وضرورة التوعية بدورها الهام وخطورة المرحلة العمرية للفئة التي تتعامل معها، مما ينعكس على الأطفال في الروضة بصورةٍ إيجابيةٍ.

– تفتح هذه الدراسة المجال للباحثين الجدد لإجراء دراسات تجريبية لتعديل التشوهات المعرفية وتحسين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ، وطلاب الجامعة بصفةٍ عامةٍ.

حدود الدراسة:

- **الحدود البشرية :**

أجريت الدراسة على عينة عددها (٥٤٠ طالبةً) من طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة في الفرقتين الأولى والرابعة ، تم توزيعها على:

أ- العينة الاستطلاعية: تكونت العينة الاستطلاعية من (١٤٠) طالبةً.
ب- العينة الأساسية: وتكونت العينة الأساسية من (٤٠٠) طالبةً (٢٠٠ طالبةً) من الفرقة الأولى، (٢٠٠ طالبةً) من الفرقة الرابعة.

- **الحدود الزمنية:**

تم تطبيق الدراسة الحالية في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠٢٠/ ٢٠٢١ م.

- **الحدود المكانية:**

تم تطبيق ادوات الدراسة على طالبات الفرقتين (الأولى والرابعة) بكلية التربية للطفولة المبكرة بمحافظة المنيا.

أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة على الأدوات التالية:

١-مقياس التشوهات المعرفية لطالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. (إعداد الباحثة)
٢-مقياس الصمود الأكاديمي لطلاب الجامعة. (إعداد الباحثة)
٣-مقياس الهناء النفسي لطلاب الجامعة. (إعداد الباحثة)

مصطلحات الدراسة :

أولاً: التشوهات المعرفيةCognitive distortions :

- تعريف (Clammer, 2009) للتشوهات المعرفية بأنها " مصطلح يستخدم لوصف نمطٍ من التفكير أو حديث النفس ، عن طريقة تفكير الفرد التلقائية عن أحداث الحياة في إطارٍ سلبيٍ وتؤدي إلى مشاعر مثل الحزن، الغضب، الخجل، القلق ، واليأس، وأضاف أن هناك أنواع مختلفة من

التشوهات مثل (كل شيء أو لا شيء، التصغير أو التضخيم، الانتقاء العقلي، التنبؤ، قراءة الأفكار. "

- يعرفها (صالح، ٢٠١٣، ٤٣) بأنها: مجموعة الأفكار الخاطئة وغير المنطقية والتي تتصف بعدم الموضوعية، وغالباً ما تكون مبنيةً على توقعات وتنبؤات وتعميمات خاطئة، والتي تتمثل أهم خصائصها في الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل بدرجةٍ لا تتفق مع الإمكانات العقلية .

- **وتعرفها الباحثة إجرائياً:** بأنها معتقدات خاطئة اكتسبتها الطالبة من خلال تأثرها بآراء الآخرين من حولها، وبُنيت عليها توقعات وتنبؤات سلبية عن مستقبلها الأكاديمي والمهني، وتتضمن عدداً من الأبعاد تمثلت في (الاستدلال التعسفي، الاستنتاج الانفعالي، لوم الذات والآخرين، والتجريد الانتقائي)، وتحسب من "الدرجة التي تحصل عليها الطالبة عند استجابتها على مقياس التشوهات المعرفية لطالبات كلية التربية للطفولة المبكرة المستخدم في الدراسة الحالية . "

ثانياً: الصمود الأكاديميAcademic resilience :

- يعرفه (Gross, 2016, 16) بأنه " القدرة على التعامل بفاعلية مع الضغوط والعوائق والمحن في المواقف الأكاديمية المختلفة . "

- يعرف (عطية، ٢٠١٧) الصمود الأكاديمي بأنه " مكون شخصي تتكامل فيه بعض الجوانب المعرفية والدافعية والوجدانية والسلوكية، يعكس تكييف أساليب إيجابية في مواجهة وتذليل العقبات الأكاديمية التي تمثل تهديداً لنمو الطالب تعليمياً. "

- **وتعرفه الباحثة إجرائياً:** بأنها قدرة الطالبة على التعامل مع الضغوط الأكاديمية والأعباء الدراسية وتتمثل في عدد من الأبعاد هي (الفاعلية

الذاتية، المثابرة الأكاديمية، التوجه نحو الهدف، مركز الضبط)، وتُحسب من خلال "الدرجة التي تحصل عليها الطالبة عند استجابتها على مقياس الصمود الأكاديمي لطلاب الجامعة المستخدم في الدراسة الحالية. "

ثالثاً: الهناء النفسيPsychological Well-Being :

- يعرف (Carr, 2004, 45) الهناء النفسي بأنه " حالة نفسية إيجابية يشعر فيها الفرد بالرضا عن حياته الماضية والحاضرة والمستقبلية وتقبله لها، وتمتعه بمستوى مرتفع من الوجدان الإيجابي والانفعالات السارة، وانخفاض الوجدان والانفعالات السلبية. "

- ويعرفه (Santhosh &Appu, 2015) بأنه " الكيفية التي يخبر بها الأفراد نوعية حياتهم من خلال تقييماتهم لحياتهم وتشمل: الأحكام المعرفية مثل الرضا عن الحياة، والتقييمات وردود الفعل العاطفية (المزاجية والانفعالية) مثل المشاعر العاطفية الإيجابية والسلبية. "

– **وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها:** " حاله وجدانية إيجابية تشعر من خلالها الطالبة بالرضا عن حياتها الأكاديمية والنضج الشخصي والاستقلالية والتقبل الذاتي، وتتمتع بعلاقاتٍ إيجابيةٍ مع اصدقائها، ولديها القدرة على وضع أهدافاً لحياتها، وتُقاس من خلال "الدرجة التي تحصل عليها الطالبة عند استجابتها على مقياس الهناء النفسي لطلاب الجامعة المستخدم في الدراسة الحالية " .

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: التشوهات المعرفيةCognitive distortion :

- **مفهوم التشوهات المعرفية:**

ظهر مصطلح " التشوهات المعرفية " عام ١٩٧٢ في كتابات العالم " آرون بيك "Aaron T. Beck والذي عرفها بأنها "مجموعة من الأفكار غير المنطقية تجعل الفرد يفسر الواقع بصورة غير دقيقة، وتجعله يفكر ويشعر بصورةٍ سلبيةٍ وبطريقةٍ لا تنسجم مع الأحداث الخارجية" . لذا يرى بيك أن التشوهات المعرفية تميل إلى التدخل في تفكير الشخص وإدراكه للأحداث المحيطة، ويمكن أن تعطيه رؤية سلبية شاملة عن ذاته والعالم الخارجي(Martin & Marsh, 2009, 360) .

- ويعرفها (Covino, 2013, 19) بأنها: المغالطات المنطقية التي تشتمل على كل شيءٍ أو لا شيءٍ والتفكير الكارثي والقفز إلى الاستنتاجات وتهوين أو تضخيم الأمور والأحداث وإضفاء الطابع الشخصي.

- بينما يعرفها (Gini &Pozzoli, 2013, 512) أنها: وسائل مغلوطة لإعطاء المعنى في المواقف الحياتية اليومية ، وتبعد هذه التشوهات الأفراد عن لوم الذات وعن إعطاء مفهوم سلبي للذات، فهي تؤدي إلى أن يقدم الفرد تبريرات غير منطقية حول سلوكياته غير السوية.

- ويعرف (Engler, 2014) التشوهات المعرفية: بأنها معتقدات منحازة أو مبالغ فيها قد تكون حقيقةً غير عقلانيةً أو محرفةً، وقد تشجع في بعض الأحيان على التفكير السلبي.

- وتعرفها (العصار ، ٢٠١٥) بأنها " التحريفات والأخطاء المعرفية في معالجة المعلومات التي يستخدمها الأفراد بصورةٍ تلقائيةٍ عن أحداث الحياة بطريقةٍ سلبيةٍ، وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم ."

- وتعرف التشوهات المعرفيّة بأنها " مجموعة من العمليات العقليّة، وتحتوي على أخطاء في التّفكير، وينتج عنها معتقدات قد تؤدي إلى خلق مشاعر انفعالية سلبية مثل: التشاؤم، والتّفكير الكارثي، والغضب، واليأس، والخجل، وتضخيم الأمور (Roberts, 2015) ."

- وتعرف أيضاً بأنها: تيار من الأفكار غير المنطقية والخاطئة المبنية على توقعات وتعميمات ذاتية، وعلى مزيج من التنبؤ والظن والمبالغة والتهويل وتتميز بعدم موضوعيتها، ومنها الاستنتاج التعسفي والتعميم الزائد، والتجريد الانتقائي والتفكير الثنائي والتهويل والتصغير وقراءة الأفكار. (Cook, et al., 2019)

خصائص الأفراد المشوهين معرفياً :

لخصت دراسات كلٍ من(Ryan& Eric,2005 ,1250) ، (كامل، ٢٠٠٦) مجموعة من الخصائص التي يمكن أن يتصف بها الأشخاص الذين يعانون من التشوهات المعرفية والتي تتمثل في التالي:

- توجد لديهم انطباعات مبالغ فيها عن الذات بالإيجاب أو بالسلب، كأن يصف نفسه بالعبقري والذي لا يمكن أن يفشل أبداً، أو الثرثار الفاشل الذي لا يمكنه النجاح في أي مهام.

- يتمتعون بأسلوب تفكير منغلق وتقليدي وغير قادر على التوافق مع مجريات الحياة المتنوعة والجديدة.

- عادةً 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، وأحياناً ما تصدر منهم أقوالاً أو أفعالاً جارحة نحو الآخرين.
- يتوقعون الأفراد المشوه معرفياً الأسوأ دومًا، ويركزون على نواحي النقص والفشل لديهم وليس العكس.
- يتصفون بالجمود الفكري ، والميل إلى المغالاة والحدة في التعامل ، وعدم قبول الرأي الآخر.

خصائص وسمات التشوهات المعرفية:

١-يحدث التشويه المعرفي في مرحلة معالجة المعلومات، وليس في مرحلة استقبالها.
٢-يمكن أن تحدث لدى الأفراد العاديين والمثقفين وحتى العلماء .
٣-ليس شرطاً أن يحدث خللاً في الحواس نتيجة التشوهات المعرفية .
٤-المخططات العقلية والافتراضات والأفكار المسبقة هي المسؤولة عن حدوث التشويهات المعرفية .
٥-التشويه المعرفي من الآليات الدفاعية التي تسهم في حفظ التوازن الحيوي.
٦-التشوه المعرفي هو تشوه في التفكير وليس نقصًا أو عجزًا فيه .
٧-التشويه المعرفي أساس بيولوجي في الجهاز العصبي الآتونومي التلقائي.
٨-تساعد التنشئة الاجتماعية الصارمة للفرد في إيجاد بيئة ملائمة لحدوث التشوهات المعرفية.

٩-الفرق بين التشويهات المعرفية والأفكار اللاعقلانية هي أن الأولى لها جانبان سلبي (وهو الذي يشكل خطراً على شخصية الفرد) وإيجابي (وهو الذي يستخدمه المعالجون في برامج العلاج المعرفي في تغيير المعتقدات لدى المدمنيين وغيرهم)، أما الأفكار اللاعقلانية فهي تأخذ المنحى السلبي على الدوام وهي نتاج للتشويه المعرفي .

١٠-يختلف التشويه المعرفي عن العجز المعرفي في أن الأول هو نتاج تزاحم المخططات في التفكير النشط، أما الثاني فهو نقص في التفكير ينتج عن فقدان لمرحلةٍ أو أكثر من مراحل التفكير(مختار، السعداوي، ٢٠١٤).

أنماط التشوهات المعرفية:

وردت أنماط التشوهات المعرفية في العديد من الدراسات ومنها دراسات (حسين ، ٢٠٠٧)، (السنيدي، ٢٠١٣، ١٣: ١٦)، (العصار،) ، (Beck et al.,2015) ، (Leahy, 2017) وتمثلت هذه الأنماط في التالي:

١-تفكير الكل أو اللا شيء (التفكير الثنائي) Dichotomous : يتمثل بتصنيف المواقف بطريقةٍ متطرفةٍ إلى أبعد حد، كأن يرى الطالب أنه في دراسته إما أنه سينجح بتفوقٍ أو سيفشل تماماً ، أي أن الفرد يميل إلى إدراك الأشياء إما بيضاء أو سوداء .

٢-التجريد الانتقائي Selective Abstraction :ويعني تركيز الفرد على على أحد التفاصيل السلبية متجاهلاً باقي التفاصيل الإيجابية الأخرى الموجودة بالموقف، فهو لا يرى الصورة بشكلٍ كليٍ أو بموضوعيةٍ.

٣-المبالغة في التعميم Over-Generalisation :وتعني إضفاء الفرد دلالات مبالغ فيها على الموضوعات أو المواقف ، أو أنه يستخلص فكرة على أساس خبرة أو حدث معين ويعممها على مواقف غير مماثلة.

٤-أخطاء التقييم (التضخيم أو التهوين) Magnification or Minimisation : وتعني الخطأ في تقييم الحدث أو الموقف ، أي أن الفرد الذي يتبنى هذا النوع من التفكير سيميل إلى تضخيم النتائج السلبية ويقلل من الإيجابيات ويهون منها أو يسقطها من حساباته، أو العكس .

٥-الاستدلال الانفعالي Emotional reasoning: ومن خلاله يوم الفرد بتفسير الأحداث أو المواقف بناءًا على مشاعره حيث يعتمد على انفعالاته كدليل لإثبات الحقائق، أي أن يرسم الفرد نهاية حدث ما بناءًا على إحساسه الداخلي متجاهلاً أي دلائل إمكانية حدوث العكس.

٦-استخدام عبارات (لابد – ينبغي) Should statements: أي تفسير الأحداث في ضوء الكيفية التي ينبغي أن تكون عليها بدلاً من التركيز ببساطةٍ على ما هو عليه، أو ماذا تكون مثل: ينبغي أن أعمل كل شيء بشكلٍ جيدٍ واذا لم أفعله أكون فاشلاً.

-7لوم الذات والآخرين أو الشخصنة Personalization :وهي أن يحمل الفرد نفسه المسؤولية الشخصية عن الأحداث التي لا تكون تحت سيطرته تماماً، ويلوم نفسه عليها ويربطها بعجزه وعدم كفاءته الشخصية، أو قد يحدث العكس ويلقي باللوم على الآخرين نتيجة ما يعانيه من مشكلات وظروف تشعره باليأس والاكتئاب وعدم الثقة بنفسه.

٨-الاستدلال التعسفي (قراءة المستقبل) Arbitrary Inference : وهو أن يتوقع الفرد سوء الحظ وسلبية المستقبل ويعتقد في أشياءٍ سوف تعود عليه بأمورٍ سيئةٍ. أي أن الشخص يستنتج أن النتائج ستكون سلبيةً بدون وجود دليل على ذلك .

٩-العنونة Labeling: حيث ينسب الفرد السمات السلبية لنفسه وللآخرين مثل: أنا غير مرغوب في، أنا شخص خاسر .

ومن خلال استعراض الأدبيات والمقاييس المختلفة للتشوهات المعرفية استخلصت الباحثة مجموعة من العبارات هي الأكثر مناسبةً لطبيعة العينة بالدراسة الحالية، والتي تشبعت من خلال التحليل العاملي على أربعة أبعاد هي كالتالي: وهي (لوم الذات والآخرين – الاستنتاج الانفعالي – التجريد الانتقائي – الاستدلال التعسفي).

ثانياً: الصمود الأكاديميAcademic resilience :

- **مفهوم الصمود الأكاديمي:**

يعد الصمود الأكاديمي من المصطلحات الحديثة نسبياً والتي زاد الاهتمام بها مؤخراً؛ نظراً لارتباطه بمجال علم النفس الإيجابي، وأهميته الواضحة بالنسبة للطلاب، فالطالب ذو الصمود الأكاديمي المرتفع يتميز بالقدرة على التوافق والتكيف مع الضغوطات والأعباء الأكاديمية، ويرتفع لديه الدافع للنجاح والإنجاز (المغازي، ٢٠١٧، ٩٣٣) .

- تعرفه (Harrington, 2013) بأنه: القدرة على المثابرة بالرغم من الخبرات الأكاديمية السلبية .

- ويعرفه (Martin, 2013) بأنه: القدرة على التعامل مع التحديات والمحن في السياقات التعليمية.

- ويعرفه (المنشاوي، ٢٠١٦) بأنه: قدرة لدى المتعلم تساعده في التغلب على المشكلات التي تواجهه في بيئة التعلم من أجل تحقيق النجاح الدراسي، رغم التحديات والصعاب التي تعترضه في مواقف التعلم المختلفة.

- كما يعرف (Kaur & Singh , 2016) الصمود الأكاديمي على أنه: القدرة على الازدهار أو النجاح الأكاديمي على الرغم من الشدائد التي يواجهها الفرد.

- ويعرف (قرني، عبد الملك ، ٢٠١٧) الصمود الأكاديمي بأنه: الدافعية الأكاديمية للطلاب للتوجه نحو الهدف وتحمل المسئولية والمثابرة الأكاديمية.
- ويعرف(Li , 2017)الصمود الأكاديمي بأنه: القدرة على التعامل بفعالية مع النكسات، والإجهاد والضغوط في الأوساط الأكاديمية.
- وعرف (Sabir, et al., 2018 ,55) الصمود الأكاديمي: بأنه القدرة على التعامل بنجاح مع المواقف والظروف العصيبة والأحداث الصادمة.
- وعرفه أيضاً (Schwartz ,2018, 99) بأنه: هو القدرة على التكيف ومقاومة الإجهاد، ومواصلة النجاح في أوقات الشدة، والتعافي والحفاظ على الهدوء أثناء مواجهة الصعوبات وحل المشكلات.
- وعرفه (Mirza, & Arif, 2018, 42) أنه: قدرة الطالب على التعامل بنجاحٍ مع الضغوط الأكاديمية والتحديات، والصعوبات المرتبطة بالحياة المدرسية والأكاديمية.

وهو بذلك يعتبر أحد جوانب التعلم الهامة، حيث يعبر عن قدرة الطلاب في التغلب على العوائق والمشكلات المرتبطة بالتحصيل والإنجاز الأكاديمي داخل الجامعة، كما أنه يعمل على إعادة حالة التوازن النفسي التي كان عليها قبل مرور الطالب بالأحداث الأكاديمية الضاغطة، والتي قد أعاقته سابقاً عن مواصلة تحصيله أو انجازه الدراسي .

العوامل المؤثرة في الصمود الأكاديمي:

توجد العديد من العوامل التي تؤثر في قدرة الطالب على الصمود ومواجهة الأحداث الأكاديمية الضاغطة، وتنقسم حسب الدراسات والأدبيات إلى التقسيمات التالية:

- قسمها (Snape & Miller, 2008) إلى عوامل تساعد الفرد على الصمود مثل (المهارات الاجتماعية – الوعي الشخصي – النشاط

والإيجابية – العلاقات الأسرية الجيدة – التناغم الوالدي – الخبرات الدراسية الإيجابية – علاقات الأصدقاء الإيجابية)، عوامل تعوق الفرد عن الصمود ومنها (صعوبات التعلم – التأخر في النمو – مشكلات التواصل – تقدير الذات المنخفض – الصراع الوالدي – انفصال الوالدين – سوء المعاملة الوالدية – التمييز العنصري – انخفاض المستوى الاقتصادي والاجتماعي).

- وصنفها (Kapikiran, 2012) إلى عوامل شخصية وعوامل بيئية ، تتمثل العوامل الشخصية في (التقييم الإيجابي للذات الأكاديمية – الشعور بالقدرة على التحكم في النجاح والفشل – الثقة في القدرات المعرفية – التحصيل الأكاديمي المرتفع)، بينما تقتصر العوامل البيئية على وجود شبكة داعمة من الأفراد المقربين مثل الأصدقاء وأفراد الأسرة .

- وحددها (محمد عبد الرازق ، ٢٠١٢) في عوامل داخل الفرد وتتمثل في (البحث عن المعنى وهو يتضح في أساليب المواجهة المعرفية – مستويات الكفاءة الذاتية والاجتماعية– والإحساس بالضبط – تراكم الخبرات – مواجهة التحديات) ، عوامل خاصة بالأسرة مثل (الوضع الاقتصادي والاجتماعي – أساليب التنشئة الأسرية – القيم والمباديء السرية) ، وأخيراً عوامل بيئية مجتمعية (كالفرص والتهديدات التي تتضح في تأثير المؤسسة التعليمية والجيران والأصدقاء – درجة المساندة الاجتماعية).

- وأخيراً لخصها (Harrington, 2013) في عوامل تدعم قدرة الفرد على الصمود مثل (الثقة بالنفس – التفاؤل – الرغبة في المخاطرة – الاستعداد للتعلم من الأخطاء – القلق – شبكة علاقات قوية سواء من داخل الجامعة أو خارجها).

وقد أشار (Gross, 2016, 38 : 40) إلى عددٍ من المكونات التي تسهم في تنمية مهارات الصمود الأكاديمي وهي:

- إدراك الطلاب لأهمية الدراسة بالجامعة.
- الثقة الأكاديمية والقدرة على التعامل مع الضغوط الأكاديمية والاحساس بالهناء.
- الدافعية الداخلية.

خصائص الأفراد ذوي الصمود الأكاديمي:

لخصت بعض الدراسات مثل دراسة (عطية ، ٢٠١١)، (Novotny, 2011) (Kapikiran, 2012) (المغازي ٢٠١٧) ، (رشدي ، ٢٠١٧) خصائص الأفراد ذوي الصمود الأكاديمي في النقاط التالية :

- القدرة على إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، ومهاراتهم التواصلية والاجتماعية جيدة
- القدرة على توظيف استراتيجيات مواجهة الضغوط للتكيف مع المواقف الضاغطة.
- لديهم مستوى مرتفع من الصحة النفسية والذهنية وتقدير وفاعلية الذات.
- يمتلكون أساليب ملائمة لمواجهة الضغوط، وحل المشكلات.
- يتسمون بالتفاؤل والانفعال الإيجابي والمرونة الفكرية، وتقبل المشاعر السلبية.
- منظمون ذاتياً، ومحبين للدراسة، وتحصيلهم الأكاديمي مرتفع .
- يتسمون بالمثابرة ، والتوجه الإيجابي نحو المستقبل، وانخفاض القلق.
- يتسمون بالاستبصار والاستقلالية، والإبداع، وروح الدعابة، والمبادأة، والقيم الإيجابية.
- لديهم القدرة على وضع أهداف مناسبة ويسعون لتحقيقها.

- هم الأكثر صلابةً ومقاومةً للضغوط الأكاديمية وتحمل أعباء الدراسة .
- قادرين على التعامل مع الخبرات السلبية بشكلٍ إيجابيٍ، ويتعاملون بطرقٍ جيدةٍ مع المخاطر.

أبعاد الصمود الأكاديمي:

أما عن أبعاد الصمود الأكاديمي فقد تباينت الأبعاد المكونة للصمود الأكاديمي بتباين وجهات النظر للباحثين، حيث تحددت أبعاد الصمود الأكاديمي وفق مقياس (زهران، زهران، ٢٠١٣) في خمسة أبعاد هي (مركز الضبط – التخطيط للمستقبل – المثابرة – الفاعلية الذاتية – والقلق)، وجاءت في مقياس (Cassidy, 2016) في ثلاثة أبعاد هي (الدأب – رد الفعل وطلب المساعدة التكيفي – الوجدان السالب والاستجابة الانفعالية)، أما مقياس (رشدي، ٢٠١٧) فقد اشتمل على أربعة أبعاد هي (مركز الضبط – التخطيط للمستقبل – المثابرة – والفاعلية الذاتية)، وأخيراً تضمن مقياس (عطية، ٢٠١٧) ثلاثة عوامل هي (الكفاءة الشخصية والسلوكية – رد الفعل الذاتي القائم على التغذية الراجعة – والضبط الانفعالي).

ومن خلال الاطلاع على الدراسات والمقاييس التي تناولت الصمود الأكاديمي، فقد حددت الباحثة مجموعة عبارات للصمود الأكاديمي وفقاً لطبيعة الدراسة الحالية وعينتها، تشبعت من خلال التحليل العاملي على أربعة أبعاد هي كالتالي:

١-الفاعلية الذاتية: وتعني الثقة والاعتقاد لدى الطالب في قدرته على الانجاز في مجال أو مهمة معينة، وهي أحكام معرفية للقدرة معتمدة على محك الاتقان (Trpcevska, 2017, 25).

٢-المثابرة الأكاديمية: وتعرف بأنها العمل الشاق والمحاولة أكثر من مرة وعدم التخلي عن الهدف، والإصرار على تحقيق الخطط والأهداف، والاستفادة من ردود الفعل من أجل حل المشكلة، والتخلص من الشدائد، ومواجهة التحديات، وتحسين الوضع من أجل النجاح (Cassidy, 2016) فالمثابرة هي الاستعداد لمواصلة النضال وممارسة الانضباط الذاتي والسيطرة وتماسك الشخصية .

٣-التوجه نحو الهدف: هو نظرة مستقبلية يسعى الطالب إليها ، تتطلب مزيدًا من الجهد لتحقيقها، فضلاً عن المهام التي يسعى لإنجازها (الزغلول، ٢٠٠٦، ١١٥)، كما يعرف بأنه: حالة داخلية تتمثل في الدافع للمهمة التي يقوم بها الفرد لإنجازها (فتحي، ٢٠١٩، ٥٧٠).

٤-مركز الضبط: إدراك عام لمدى التحكم الذي يمتلكه الشخص بالأحداث التي تؤثر في جوانبٍ محددةٍ في حياته(محمد ،٢٠١٠، ٣١) . ويعرف باعتقاد الطالب بمدى قدرته أو عدم قدرته على التحكم في الأحداث المرتبطة بالمجال الدراسي والالتزام بها.

وتعتبر هذه الأبعاد الأربعة هي أبعاد مقياس الصمود الأكاديمي في الدراسة الحالية.

ثالثاً: الهناء النفسيPsychological Well-Being :

زاد الاهتمام مؤخراً بجوانب الشخصية الإيجابية مع ظهور حركة علم النفس الإيجابي والتي اهتمت بتوجيه حياة الفرد نحو الأفضل، ومن ضمن المفاهيم الإيجابية التي ظهر الاهتمام بها مصطلح " الهناء النفسي "، وقد اختلف الباحثين في تحديد هذا المفهوم فتم الخلط بينه وبين عدة مفاهيم منها الرفاهية النفسية، العافية النفسية، السعادة النفسية، جودة الحياة النفسية، والرضا عن الحياة، وترى الباحثة أن المصطلح الأكثر مناسبة وفقاً

للتحليل اللغوي هو الهناء النفسي؛ لما يعكسه من إحساس الطالب بالرضا عن حياته الشخصية وعلاقاته الاجتماعية مع الآخرين. وقد تناول العديد من الباحثين تعريف الهناء النفسي على النحو التالي:

- تعريف (Ryff, et al., 2006) للهناء النفسي بأنه " الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد من خلال المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وحياته بشكلٍ عامٍ، وسعية المتواصل لتحقيق أهدافه التي هي ذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد مسار حياته، واقامته علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، كما يرتبط الهناء النفسي بالإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية.

- تعريف (Negovan, 2010, 87) للهناء النفسي بأنه: السعي لتحقيق التميز وإدراك الفرد لإمكاناته الحقيقية.

- ويعرفه (Selvam & Poulsom, 2012, 404) بأنه "سعي وكفاح الفرد نحو تحقيق إمكاناته وغاياته في الحياة ، والذي يمكن تيسير تحقيقه عن طريق تراكم الموارد النفسية الإيجابية، إلى جانب ارتباطه بتقييم الأفراد لمدى قدرتهم على توظيف إمكاناتهم والتحكم في حياتهم، وأن ما يفعلونه ذو معنى، وأنهم يمتلكون علاقات إيجابية مع الآخرين .

- تعريف (شند وآخرون، ٢٠١٣، ٦٧٩) للهناء النفسي بأنه " أحد المؤشرات التي تعكس الوظيفة النفسية الإيجابية، وهي أكبر من مجرد الصحة النفسية فهي تحدد علاقات الفرد بذاته من تقبلها وتفردها والوعي بها، بما يحقق استقلاليتها رغم تمتعه بعلاقاتٍ جيدةٍ بالآخرين مشبعةً بالأمن والاحترام المتبادل، ساعياً لتحقيق أهداف ومقاصد حياتية يتبناها من خلال

استغلاله لكافة الفرص البيئية وتغلبه على ما يواجهه من معوقات، بما يحقق له التقدم والاستمرارية والنضج الشخصي.

- ويعرفه (Santhosh & Appu, 2015) بأنه: الكيفية التي يخبر بها الأفراد نوعية حياتهم من خلال تقييماتهم لحياتهم وتشمل: الأحكام المعرفية مثل الرضا عن الحياة ، والتقييمات وردود الفعل العاطفية (المزاجية والانفعالية) مثل المشاعر العاطفية الإيجابية والسلبية.

- وأخيراً تعرفه (حسن ، ٢٠١٨) بأنه: حالة إيجابية تعكس تمتع الفرد بالرضا عن حياته وعلاقاته بالآخرين مع الشعور بالتفاؤل والثقة بالنفس، والاستقلالية والتطور الشخصي والحياة الهادفة والكفاءة في حل المشكلات التي تواجهه.

ومن خلال التعريفات السابقة يتضح أن الهناء النفسي يعبر عن الخصائص الآتية:

- شمولية المصطلح للجوانب الإيجابية لدى الفرد.
- يتضمن المصطلح أبعاد مختلفة كالبُعد الذاتي والاجتماعي والنفسي والصحي.
- يعبر عن الخبرة الشخصية الذاتية للفرد.
- تتسم الجوانب التي يتناولها المصطلح بالثبات النسبي.

أبعاد الهناء النفسي:

اتفق العديد من العلماء والباحثين على ستة أبعاد للهناء النفسي والتي وضعتها (Ryff, 1989, 1071)، وظهرت في دراساتهم مثل دراسة (شند وآخرون، ٢٠١٣)، (طه، ٢٠٢٠) وجاءت هذه الأبعاد كالتالي:

١. **الحياة الهادفة:** أن يكون لدى الفرد أهدافاً في الحياة والشعور بالمعنى في حياته الماضية والحاضرة ووجود معتقدات تضفي معنى على الحياة ووجود أهدافاً يعمل لأجلها .
٢. **تقبل الذات:** الشعور بالإيجابية تجاه الذات وتقبلها بجوانبها السلبية والإيجابية والشعور باتجاه إيجابي نحو الماضي .
٣. **الاستقلالية:** شعور الفرد بالاستقلالية وتفرد الذات والقدرة على تحمل ومقاومة الضغوط الاجتماعية ، والتفكير والتصرف بطرقه الخاصة، وقدرته على تنظيم سلوكه من داخله وتقييم ذاته تبعاً لمعايير شخصية .
٤. **العلاقات الإيجابية:** أن يكون لدى الفرد علاقات دافئة ومشبعة تملأها الثقة مع الآخرين، والاهتمام بسعادة الآخرين والشعور بالتعاطف والتواد والتآلف معهم، ومتفهم لأسلوب الأخذ والعطاء في العلاقات الإنسانية .
٥. **النضج الشخصي:** الشعور باستمرارية عملية النمو ونضج الذات والانفتاح على الخبرات الجديدة، وإدراك الإمكانات الخاصة والتحسن في الذات والسلوك بمرور الوقت وعمل تغييرات تؤدي إلى فعالية الذات .
٦. **التمكن من البيئة:** الشعور بالكفاءة والسيطرة على البيئة، والتحكم في الأنشطة الخارجية والاستخدام الفعال للفرص المتاحة، والقدرة على اختيار وتشكيل السياق الملائم للحاجات والقيم الشخصية .

الهناء النفسي وعلاقته بالصمود الأكاديمي:

يعد الصمود أحد المفاهيم التي اهتم بها علم النفس الإيجابي؛ وذلك من أجل تفعيل أساليب التوافق في مواجهة الضغوط التي يمر بها الفرد من أجل حياة أفضل (أبو غالي ، ٢٠١٧، ٤١٠)، ويعتبر الصمود النفسي من المنبئات بالهناء النفسي لدى طلبة الجامعة، مما يدل على أن الطلاب الذين يمتلكون الصمود النفسي ولديهم نهج روحي قوي في حياتهم يتمتعون

بمستوياتٍ عاليةٍ من الهناء النفس(Kumar&Singh,2014) ، وقد أسفرت دراسة (Kajbafnezhad, & Khaneh, 2015) عن إمكانية التنبؤ بالصمود النفسي من خلال الهناء النفسي.

وفي نفس الصدد أكدت دراسة (طه، ٢٠٢٠) إلى وجود خمسة أبعاد للرفاهية النفسية وفق نظرية Ryff هي (الاستقلالية – التطور الشخصي – العلاقات الإيجابية مع الآخرين – الحياة الهادفة – تقبل الذات) تعمل كمحددات للصمود الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية الموهوبين .

ولهذا فقد وجب الاهتمام بالهناء النفسي لدى طلبة المرحلة الجامعية حيث أنهم عرضه للمشكلات النفسية في حال عجزهم عن مواجهة الصعوبات والتحديات، فهم بحاجة إلى التخفيف من الأحداث الضاغطة التي يتعرضون لها في الحياة الأكاديمية، فالهناء النفسي هو أحد المتغيرات الهامة لمقاومة الآثار السلبية التي يمر بها الفرد.

فروض الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في كل من (التشوهات المعرفية ، الصمود الأكاديمي ، الهناء النفسي).

– تختلف مستويات كلٍ من (التشوهات المعرفية ، الصمود الأكاديمي ، الهناء النفسي) لدى كلٍ من طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة .

منهجية الدراسة وأدواتها:

إجراءات الدراسة :

أولاً : منهجية الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي نظراً لمناسبته لمثل هذا النوع من الدراسات.

ثانياً: خطوات الدراسة:

تم اتباع الخطوات التالية:

١. الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة في متغيرات الدراسة الحالية (التشوهات المعرفية – الصمود الأكاديمي – الهناء النفسي).
٢. إعداد الأدوات الثلاث الخاصة بالدراسة الحالية مقاييس (التشوهات المعرفية – الصمود الأكاديمي – الهناء النفسي).
٣. عرض المقاييس على عددٍ من السادة المحكمين.
٤. تطبيق الدراسة الاستطلاعية لحساب الصدق والثبات لأدوات الدراسة.
٥. اختيار عينة الدراسة الأساسية وحساب اعتداليتها طبقاً لمقاييس (التشوهات المعرفية – الصمود الأكاديمي – الهناء النفسي).
٦. تطبيق الأدوات الثلاثة على عينة الدراسة الأساسية.
٧. معالجة البيانات واستخلاص النتائج وتفسيرها ومناقشتها.
٨. الخروج بتوصيات الدراسة والبحوث المقترحة.

ثالثاً: المجتمع الأصلي للدراسة وعينتها:

تكوَّن المجتمع الأصلي للدراسة الحالية من طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة – جامعة المنيا.

أ- العينة الاستطلاعية: واشتملت على (١٤٠) طالبةً من طالبات الكلية (٧٠ طالبةً) بالفرقة الأولى ، (٧٠ طالبةً) بالفرقة الرابعة تم اختيارهن بطريقة عشوائية.

ب-العينة الأساسية: وتكونت العينة الأساسية من (٤٠٠) طالبةً من طالبات الكلية (٢٠٠ طالبةً) من الفرقة الأولى، (٢٠٠ طالبةً) بالفرقة الرابعة.

أدوات جمع البيانات:

أولاً : مقياس التشوهات المعرفية . ملحق (٢).

أ- الهدف من إعداد المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على التشوهات المعرفية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ، من خلال استجاباتهن على العبارات المحددة بالمقياس.

ب. وصف المقياس:

تم بناء المقياس لاستخدامه في التعرف على التشوهات المعرفية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ؛ وتكوَّن المقياس في صورته النهائية من أربعة أبعاد اشتملت على (٣٥) عبارةً وكان توزيعها كالتالي:

١-الاستدلال التعسفي: وتضمن العبارات (٣، ٥، ٨، ١٠، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٢، ٢٤، ٢٥، ٢٨، ٣٣).

٢-الاستنتاج الانفعالي: وتضمن العبارات (٦،٧، ١٣، ١٨،١٩،٢٦، ٢٧، ٣٤، ٣٥).
٣-لوم الذات والآخرين: واشتمل على العبارات (١، ٤، ١١، ١٢، ١٦، ٢٣، ٣١، ٣٢).
٤-التجريد الانتقائي: وتضمن العبارات (٢، ٩، ١٥، ٢١، ٢٩، ٣٠).

ج- مبررات إعداد المقياس:

من خلال البحث في الكتابات والمقاييس الخاصة بالتشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة وبعد اطلاع الباحثة على المقاييس المماثلة ومنها:

- مقياس التشوهات المعرفية(Briere, 2000) .
- اختبار التشوهات المعرفية (أميمة مصطفى، ٢٠٠٦).
- استبيان التشوهات المعرفية.(Possel Patrick, 2009) .
- مقياس التشوهات المعرفية للشباب الجامعي (لمياء صلاح الدين، ٢٠١٥).

لم تتوصل الباحثة لأي مقاييس تناولت التشوهات المعرفية لدى طالبات كليات رياض الاطفال أو التربية للطفولة المبكرة؛ وذلك لاختلاف طبيعة الدراسة بها عن الكليات الأخرى، ومن خلال الاطلاع على الرسائل والدراسات والأدبيات الخاصة بالتشوهات المعرفية ومعلمات الروضة والاستفادة منها تمكنت الباحثة من إعداد مقياس الدراسة الحالية .

د- مفتاح تصحيح المقياس:

تم اختيار مقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة - موافق - موافق إلى حد ما - غير موافق - غير موافق بشدة)؛ للاستجابة على عبارات المقياس

حيث تعطي هذه الاستجابات درجات من (٥ إلى ١) على التوالي ، وبالتالي تكون الدرجة الكلية للمقياس هي (١٧٥) درجةً.

المعاملات العلمية للمقياس:

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية للمقياس على النحو التالي:

أ . الصدق :

(١) صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته المبدئية على مجموعة من السادة المحكمين من السادة أعضاء هيئة التدريس في مجال علم النفس، والصحة النفسية (ملحق رقم ١) قوامها (٥) محكمين، وذلك لإبداء الرأي حول ملاءمة المقياس فيما وضع من أجله ، وقد اعتمدت الباحثة على نسبة مئوية لآراء المحكمين حول مفردات المقياس ما بين (٨٠ %: ١٠٠%) ولذلك تم حذف عدد (٢) عبارة لحصولها على نسبة اتفاق أقل من ٨٠% لتصبح الصورة النهائية مكونة من (٣٥) عبارةً، وقد تم تعديل صياغة عدد (٢) عبارة بناءً على مقترحات المحكمين وكانت كالتالي:

جدول (١)

يوضح عبارات مقياس التشوهات المعرفية التي تم تعديلها من قِبل المحكمين

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	لن يحترمني الأطفال لو أخطأت أمامهم.	عند الوقوع في أي خطأ أمام الأطفال فسوف يفقدون احترامهم لي.
٢	الراتب الذي سوف أتقاضاه قليل في مقابل تعبي مع الأطفال.	أتوقع أن المجهود المبذول مع الأطفال يستحق راتب أكبر من الذي تتقاضاه المعلمة .

(٢) الصدق العاملي:

يعد التحليل العاملي شكلاً متقدماً من أشكال الصدق ، وقد قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS ، تم إجراء التحليل العامليFactorial Analysis بطريقة المكونات الأساسية Principal Component وبعد التدوير أنتج (٤) عوامل وبأخذ محك جيلفورد (٠,٣)؛ لاختيار التشبعات الدالة فقد تم اختيار العبارات التي تشبعت على أكثر من عاملٍ بقيم غير متقاربة باختيار التشبع الأكبر، وتم الإبقاء على العوامل التي تتشبع عليها ثلاث عبارات فأكثر بقيمة تشبع حدها الأدنى (٠,٣) ، كما يتم حذف العبارات التي تحصل على تشبع أقل من (٠,٣) وهذا يضمن نقاءً عاملياً أفضل للعوامل ، وفيما يلي وصف لتلك العوامل.

جدول (٢)

مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس التشوهات المعرفية

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
1	0.335	0.555	0.189	0.254
2	0.136	0.018	0.276	0.618-
3	0.420	0.447-	0.089	0.161
4	0.037	0.599	0.031	0.313
5	0.349	0.582-	0.011-	0.295
6	0.472	0.218	0.307-	0.009-
7	0.519	0.217	0.481-	0.249-
8	0.309	0.453-	0.088-	0.106
9	0.086	0.174	0.583	0.101-
10	0.152	0.297-	0.142	0.530
11	0.087	0.534	0.285	0.452

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
12	0.392	0.388	0.153	0.227
13	0.526	0.211	0.369-	0.307-
14	0.368	0.360-	0.059-	0.385
15	0.300	0.122	0.545	0.446-
16	0.464	0.317	0.186	0.001-
17	0.619	0.251-	0.033	0.156
18	0.363	0.443	0.323-	0.267
19	0.550	0.274	0.339-	0.045-
20	0.550	0.319-	0.317	0.256
21	0.255	0.252	0.450	0.155-
22	0.501	0.517-	0.030	0.157
23	0.061	0.437	0.239	0.403
24	0.527	0.434-	0.134	0.187-
25	0.489	0.276-	0.045-	0.114
26	0.614	0.259	0.182-	0.423-
27	0.396	0.283	0.206-	0.371-
28	0.648	0.382-	0.131	0.034-
29	0.028	0.163	0.569	0.224-
30	0.208	0.334	0.597	0.154-
31	0.377	0.493	0.212	0.160
32	0.102	0.473	0.149	0.357
33	0.523	0.347-	0.282	0.180-
34	0.222	0.418	0.519-	0.074
35	0.329	0.249	0.449-	0.038-

جدول (٣)

مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس التشوهات المعرفية

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	الاشتراكيات
1	0.007-	0.212	0.665	0.182	0.520
2	0.074-	0.159	0.290-	0.601	0.477
3	0.637	0.018-	0.064-	0.009	0.410
4	0.245-	0.114	0.619	0.042-	0.459
5	0.701	0.104-	0.109-	0.185-	0.548
6	0.147	0.556	0.170	0.065-	0.364
7	0.080	0.776	0.024-	0.047-	0.611
8	0.521	0.034	0.178-	0.123-	0.320
9	0.001	0.183-	0.223	0.552	0.388
10	0.481	0.295-	0.228	0.206-	0.412
11	0.090-	0.078-	0.747	0.072	0.578
12	0.123	0.217	0.541	0.156	0.379
13	0.086	0.733	0.035-	0.072	0.551
14	0.597	0.014-	0.089	0.229-	0.417
15	0.067	0.080	0.002	0.768	0.601
16	0.150	0.299	0.370	0.319	0.350
17	0.643	0.214	0.095	0.056	0.472
18	0.016	0.481	0.471	0.225-	0.504
19	0.151	0.659	0.194	0.039-	0.495

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	الاشتراكيات
20	0.709	0.056-	0.174	0.184	0.571
21	0.033	0.049	0.244	0.540	0.355
22	0.728	0.042	0.110-	0.023-	0.544
23	0.070-	0.085-	0.633	0.042	0.414
24	0.599	0.155	0.249-	0.272	0.518
25	0.544	0.184	0.001-	0.017-	0.330
26	0.107	0.740	0.009-	0.311	0.656
27	0.048-	0.609	0.018-	0.210	0.418
28	0.699	0.196	0.085-	0.225	0.585
29	0.075-	0.169-	0.117	0.594	0.401
30	0.030-	0.036-	0.327	0.653	0.535
31	0.034	0.237	0.578	0.254	0.456
32	0.091-	0.023	0.612	0.018	0.384
33	0.564	0.097	0.149-	0.395	0.506
34	0.156-	0.569	0.241	0.304-	0.499
35	0.001-	0.572	0.100	0.188-	0.373
الجذور الكامنة	4.90	4.30	3.85	3.36	
نسبة التباين	13.99	12.29	10.99	9.59	

جدول (٤)

التشبعات الدالة على العوامل لمقياس التشوهات المعرفية

رقم العبارة	التشبع على العامل الأول	رقم العبارة	التشبع على العامل الثاني	رقم العبارة	التشبع على العامل الثالث	رقم العبارة	التشبع على العامل الرابع
22	0.728	7	0.776	11	0.747	15	0.768
20	0.709	26	0.740	1	0.665	30	0.653
5	0.701	13	0.733	23	0.633	2	0.601
28	0.699	19	0.659	4	0.619	29	0.594
17	0.643	27	0.609	32	0.612	9	0.552
3	0.637	35	0.572	31	0.578	21	0.540
24	0.599	34	0.569	12	0.541		
14	0.597	6	0.556	16	0.370		
33	0.564	18	0.481				
25	0.544						
8	0.521						
10	0.481						

من الجدول السابق يتضح الآتي:

- أن قيمة الجذر الكامن للعامل الأول بلغت (٤,٩٠) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (١٣,٩٩%) وقد تشبع بهذا العامل (١٢) مفردةً . وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (الاستدلال التعسفي).

- أن قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني بلغت (٤,٣٠) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (١٢,٢٩%) وقد تشبع بهذا العامل (٩) مفردات . وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (الاستنتاج الانفعالي).
- أن قيمة الجذر الكامن لهذا للعامل الثالث بلغت (٣,٨٥) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (١٠,٩٩%) وقد تشبع بهذا العامل (٨) مفردات . وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (لوم الذات والآخرين).
- أن قيمة الجذر الكامن لهذا للعامل الرابع بلغت (٣,٣٦) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (٩,٥٩%) وقد تشبع بهذا العامل (٦) مفردات . وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (التجريد الانتقائي).

(٣) صدق الاتساق الداخلي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قامت الباحثة بتطبيقه على عينة قوامها (١٤٠) طالبةً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث ، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه ، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ، والجداول (٥) ، (٦) توضح النتيجة على التوالي.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد المنتمية إليه بمقياس التشوهات المعرفية (ن = ١٤٠)

الاستدلال التعسفي		الاستنتاج الانفعالي		لوم الذات والآخرين		التجريد الانتقائي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
3	**0.63	6	**0.60	1	**0.75	2	**0.64
5	**0.67	7	**0.77	4	**0.59	9	**0.69

الاستدلال التعسفي		الاستنتاج الانفعالي		لوم الذات والآخرين		التجريد الانتقائي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
8	**0.53	13	**0.71	11	**0.69	15	**0.73
10	**0.43	18	**0.62	12	**0.70	21	**0.69
14	**0.56	19	**0.68	16	**0.63	29	**0.70
17	**0.63	26	**0.71	23	**0.56	30	**0.76
20	**0.71	27	**0.59	31	**0.75		
22	**0.71	34	**0.66	32	**0.56		
24	**0.68	35	**0.61				
25	**0.55						
28	**0.74						
33	**0.63						

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,١٧٤ (٠,٠١) = ٠,٢٢٨**

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد المنتمية إليه تراوحت ما بين (٠,٤٣ : ٠,٧٧) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (٦)
معامل الارتباط بين مجموع درجات كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية
(ن = ١٤٠)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	الاستدلال التعسفي	0,63**
٢	الاستنتاج الانفعالي	0,63**
٣	لوم الذات والآخرين	0,55**
٤	التجريد الانتقائي	0,43**

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,١٧٤ (٠,٠١)** = ٠,٢٢٨

يتضح من الجدول (٦) أن معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٤٣ : ٠,٦٤)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب . الثبات:

لحساب ثبات المقياس قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ؛ وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (١٤٠) طالبةً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)
معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس التشوهات المعرفية (ن = ١٤٠)

م	الأبعاد	معامل ألفا
١	الاستدلال التعسفي	٠,٨٥
٢	الاستنتاج الانفعالي	٠,٨٤
٣	لوم الذات والآخرين	٠,٨١
٤	التجريد الانتقائي	٠,٧٩
٥	الدرجة الكلية	٠,٨٢

يتضح من جدول (٧) أن معاملات ألفا لأبعاد المقياس تراوحت ما بين (٠,٧٩ : ٠,٨٥)، كما بلغ معامل ألفا للمقياس ككل (٠,٨٢) وهي معاملات دالة إحصائيًا، مما يشير إلى ثبات المقياس .

ثانياً : مقياس الصمود الأكاديمي : ملحق (٣)

أ- الهدف من إعداد المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على الصمود الأكاديمي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ، من خلال استجاباتهن على العبارات المحددة بالمقياس.

ب. وصف المقياس:

من خلال الاستعانة ببعض المقاييس المماثلة مثل:

- مقياس الصمود الأكاديمي(Martin & Marsh, 2009) .
- مقياس الصمود الأكاديمي (زهران –زهران، ٢٠١٣).
- مقياس الصمود الأكاديمي (Cassidy, 2016) .
- مقياس الصمود الأكاديمي (رشدي، ٢٠١٧).
- مقياس الصمود الأكاديمي (عطية، ٢٠١٧).

تم بناء المقياس الحالي لاستخدامه في التعرف على الصمود الأكاديمي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ؛ وتكوَّن المقياس في صورته النهائية من أربعة أبعاد اشتملت على (٣٤) عبارةً وكان توزيعها كالتالي:

١-الفاعلية الذاتية: وتضمن العبارات من (١، ٢، ٩، ١٣، ١٤، ١٧، ٢٧).

٢-المثابرة الأكاديمية: وتضمن العبارات من (٤، ١٠، ١٩، ٢٠، ٢٩، ٣٠، ٣٣).

٣-التوجه نحو الهدف: وتضمن العبارات من (٥، ٦، ٨، ١١، ١٢، ١٥،١٦ ، ٢٢، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٨، ٣١، ٣٢).
٤- مركز الضبط: وتضمن العبارات من (٣، ٧، ١٨، ٢١، ٢٣، ٣٤).

ج- مفتاح تصحيح المقياس:

تم اختيار مقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة - موافق - موافق إلى حد ما - غير موافق - غير موافق بشدة)؛ للاستجابة على عبارات المقياس حيث تعطي هذه الاستجابات درجات من (٥ إلى ١) على التوالي ، وبالتالي تكون الدرجة الكلية للمقياس هي (١٧٠) درجة.

المعاملات العلمية للمقياس:

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية للمقياس على النحو التالي:

أ . الصدق :

(١) صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته المبدئية على مجموعة من السادة المحكمين من السادة أعضاء هيئة التدريس في مجال علم النفس، والصحة النفسية (ملحق رقم ١) قوامها (٥) محكمين؛ وذلك لإبداء الرأي حول ملاءمة المقياس فيما وضع من أجله ، وقد اعتمدت الباحثة على نسبة مئوية لآراء المحكمين حول مفردات المقياس ما بين (٨٠ %: ١٠٠%) ، وتضمنت الصورة النهائية للمقياس (٣٤) عبارةً، وقد تم تعديل صياغة عدد (٣) عبارات بناءًا على مقترحات المحكمين وكانت كالتالي:

جدول (٨)

يوضح عبارات مقياس الصمود الأكاديمي التي تم تعديلها من قِبل المحكمين

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أحل مشكلاتي بطرق مختلفة.	أفكر في حلول جديدة للمشكلات التي أتعرض لها.
٢	تقديراتي المنخفضة لا تحبطني.	استعيد ثقتي بنفسي بعد حصولي على تقديرات منخفضة في الاختبارات الدراسية.
٣	نجاحي في دراستي لا يرجع للحظ.	أثق أن نجاحي في دراستي يرجع لقدراتي وليس للحظ .

(٢) الصدق العاملي:

يعد التحليل العاملي شكلاً متقدماً من أشكال الصدق ، وقد قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS ، تم إجراء التحليل العامليFactorial Analysis بطريقة المكونات الأساسية Principal Componentوبعد التدوير أنتج (٤) عوامل وبأخذ محك جيلفورد (٠,٣) لاختيار التشبعات الدالة، فقد تم اختيار العبارات التي تشبعت على أكثر من عاملٍ بقيم غير متقاربة باختيار التشبع الأكبر، وتم الإبقاء على العوامل التي تتشبع عليها ثلاث عبارات فأكثر بقيمة تشبع حدها الأدنى (٠,٣) ، كما يتم حذف العبارات التي تحصل على تشبع أقل من (٠,٣) وهذا يضمن نقاءً عاملياً أفضل للعوامل ، وفيما يلي وصف لتلك العوامل.

جدول (٩)

مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس الصمود الأكاديمي

رقم البند	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
1	0.567	0.464	0.033-	0.065
2	0.825	0.338	0.139-	0.104
3	0.796	0.061	0.333-	0.348-
4	0.720	0.431-	0.059-	0.168
5	0.868	0.078-	0.090	0.025
6	0.818	0.075-	0.167	0.058-
7	0.818	0.014-	0.207-	0.187-
8	0.718	0.187	0.387	0.156-
9	0.754	0.196	0.201-	0.224
10	0.777	0.267-	0.035-	0.177
11	0.614	0.192	0.455	0.142-
12	0.806	0.109-	0.145	0.164-
13	0.760	0.421	0.290-	0.081
14	0.428	0.089	0.227-	0.560
15	0.897	0.110	0.126	0.090
16	0.664	0.079-	0.280	0.152
17	0.762	0.329	0.169-	0.169
18	0.734	0.004	0.292-	0.393-
19	0.859	0.317-	0.095-	0.095
20	0.855	0.294-	0.045-	0.065
21	0.774	0.053	0.383-	0.230-

رقم البند	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
22	0.813	0.061	0.220	0.112
23	0.748	0.066-	0.293-	0.305-
24	0.797	0.151	0.340	0.125-
25	0.751	0.096-	0.192	0.071-
26	0.647	0.212-	0.280	0.032
27	0.530	0.428	0.088-	0.414
28	0.786	0.175	0.276	0.051-
29	0.666	0.443-	0.091-	0.091
30	0.786	0.310-	0.205-	0.063
31	0.754	0.160	0.359	0.054-
32	0.814	0.095-	0.150	0.016-
33	0.659	0.454-	0.027-	0.212
34	0.810	0.125	0.251-	0.186-

جدول (١٠)

مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس الصمود الأكاديمي

رقم البند	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	الاشتراكيات
1	0.390	0.029-	0.307	0.543	0.542
2	0.416	0.226	0.455	0.627	0.825
3	0.281	0.284	0.815	0.216	0.870
4	0.223	0.779	0.234	0.157	0.736
5	0.533	0.528	0.352	0.284	0.767
6	0.583	0.466	0.337	0.190	0.707

رقم البند	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	الاشتراكيات
7	0.338	0.399	0.641	0.250	0.748
8	0.776	0.163	0.253	0.175	0.724
9	0.270	0.342	0.363	0.614	0.698
10	0.311	0.684	0.259	0.274	0.708
11	0.768	0.104	0.154	0.128	0.641
12	0.573	0.451	0.408	0.103	0.709
13	0.288	0.129	0.534	0.679	0.846
14	0.029-	0.365	0.011-	0.650	0.557
15	0.608	0.419	0.324	0.436	0.840
16	0.537	0.450	0.061	0.232	0.548
17	0.342	0.223	0.398	0.649	0.747
18	0.273	0.277	0.783	0.118	0.779
19	0.316	0.743	0.383	0.241	0.857
20	0.364	0.710	0.374	0.218	0.824
21	0.203	0.321	0.755	0.294	0.801
22	0.617	0.413	0.208	0.362	0.725
23	0.245	0.368	0.726	0.140	0.742
24	0.770	0.247	0.295	0.219	0.790
25	0.561	0.440	0.296	0.136	0.615
26	0.521	0.503	0.115	0.069	0.543
27	0.246	0.100	0.090	0.752	0.644
28	0.705	0.252	0.282	0.296	0.727

رقم البند	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	الاشتراكيات
29	0.182	0.735	0.274	0.088	0.656
30	0.199	0.695	0.431	0.227	0.760
31	0.748	0.239	0.218	0.249	0.726
32	0.554	0.495	0.316	0.209	0.695
33	0.199	0.777	0.154	0.140	0.687
34	0.332	0.291	0.676	0.341	0.768
الجذور الكامنة	7.36	6.94	5.88	4.38	
نسبة التباين	21.64	20.40	17.29	12.88	

جدول (١١)

التشبعات الدالة على العوامل لمقياس الصمود الأكاديمي

رقم العبارة	التشبع على العامل الأول	رقم العبارة	التشبع على العامل الثاني	رقم العبارة	التشبع على العامل الثالث	رقم العبارة	التشبع على العامل الرابع
8	0.776	4	0.779	3	0.815	27	0.752
24	0.770	33	0.777	18	0.783	13	0.679
11	0.768	19	0.743	21	0.755	14	0.650
31	0.748	29	0.735	23	0.726	17	0.649
28	0.705	20	0.710	34	0.676	2	0.627

رقم العبارة	التشبع على العامل الأول	رقم العبارة	التشبع على العامل الثاني	رقم العبارة	التشبع على العامل الثالث	رقم العبارة	التشبع على العامل الرابع
22	0.617	30	0.695	7	0.641	9	0.614
15	0.608	10	0.684			1	0.543
6	0.583						
12	0.573						
25	0.561						
32	0.554						
16	0.537						
5	0.533						
26	0.521						

من الجدول السابق يتضح أن:

- قيمة الجذر الكامن للعامل الأول بلغت (٧,٣٦) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (٢١,٦٤%) وقد تشبع بهذا العامل (١٤) مفردةً. وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (التوجه نحو الهدف).
- قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني بلغت (٦,٩٤) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (٢٠,٤٠%) وقد تشبع بهذا العامل (٧) مفردات. وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (المثابرة الأكاديمية).
- قيمة الجذر الكامن للعامل الثالث بلغت (٥,٨٨) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (١٧,٢٩%) وقد تشبع بهذا العامل (٦) مفردات. وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (مركز الضبط).

- قيمة الجذر الكامن للعامل الرابع بلغت (٤,٣٨) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (١٢,٨٨%) وقد تشبع بهذا العامل (٧) مفردات . وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (الفاعلية الذاتية).

(٣) صدق الاتساق الداخلي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قامت الباحثة بتطبيقه على عينة قوامها (١٤٠) طالبةً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث ، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه ، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ، والجداول (١٢) ، (١٣) توضح النتيجة على التوالي.

جدول (١٢)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد المنتمية إليه بمقياس الصمود الأكاديمي (ن = ١٤٠)

التوجه نحو الهدف		المثابرة الأكاديمية		مركز الضبط		الفاعلية الذاتية	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
5	**0.86	4	**0.85	3	**0.93	1	**0.68
6	**0.83	10	**0.86	7	**0.87	2	**0.85
8	**0.80	19	**0.94	18	**0.87	9	**0.78
11	**0.71	20	**0.93	21	**0.89	13	**0.84
12	**0.82	29	**0.80	23	**0.88	14	**0.76
15	**0.91	30	**0.87	34	**0.89	17	**0.81
16	**0.72	33	**0.81			27	**0.70
22	**0.84						

التوجه نحو الهدف		المثابرة الأكاديمية		مركز الضبط		الفاعلية الذاتية	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
24	0.86**						
25	0.79**						
26	0.70**						
28	0.84**						
31	0.82**						
32	0.82**						

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) * = ٠,١٧٤ (٠,٠١) ** = ٠,٢٢٨

يتضح من جدول (١٢) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد المنتمية إليه تراوحت ما بين (٠,٦٨ : ٠,٩٤)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (١٣)

معامل الارتباط بين مجموع درجات كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس الصمود الأكاديمي (ن = ١٤٠)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	التوجه نحو الهدف	٠,٩٣**
٢	المثابرة الأكاديمية	٠,٨٧**
٣	مركز الضبط	٠,٨٧**
٤	الفاعلية الذاتية	٠,٨٣**

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,١٧٤ (٠,٠١) = ٠,٢٢٨**

يتضح من الجدول (١٣) أن معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٨٣ : ٠,٩٣)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ،مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب . الثبات:

لحساب ثبات المقياس قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (١٤٠) طالبةً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول التالي (١٤) يوضح ذلك.

جدول (١٤)

معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس الصمود الأكاديمي

(ن = ١٤٠)

م	الأبعاد	معامل ألفا
١	التوجه نحو الهدف	٠,٩٥
٢	المثابرة الأكاديمية	٠,٩٤
٣	مركز الضبط	٠,٩٤
٤	ألفاعلية الذاتية	٠,٨١
٥	**الدرجة الكلية**	٠,٩٦

يتضح من جدول (١٤) أن معاملات ألفا لأبعاد المقياس تراوحت ما بين (٠,٨١ : ٠,٩٥) ، كما بلغ معامل ألفا للمقياس (٠,٩٦) وهي معاملات دالة إحصائيًا مما يشير إلى ثبات المقياس .

ثالثاً : مقياس الهناء النفسي : (ملحق ٤)

أ- الهدف من إعداد المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على الهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ، من خلال استجاباتهن على العبارات المحددة بالمقياس.

ب. وصف المقياس:

من خلال الاستعانة ببعض المقاييس المماثلة مثل:

- مقياس رايف (Ryff, 1989) للهناء النفسي ترجمة وتعريب (عدوي ، ٢٠٠٨).
- مقياس الهناء النفسي إعداد (شند وآخرون ،٢٠١٣.)

تم بناء المقياس الحالي لاستخدامه في التعرف على الهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة؛ وتكون المقياس في صورته النهائية من ستة أبعاد اشتملت على (٤٦) عبارةً وكان توزيعها كالتالي:

١-الاستقلالية: واشتمل على العبارات (٤ ،٩، ١٠، ١٩، ٢٠ ، ٢٤، ٢٥ ، ٢٦).

٢-العلاقات الإيجابية: واشتمل على العبارات (٧، ٨، ١٣، ١٦، ٢١، ٢٢، ٣٢).

٣-الحياة الهادفة: وتضمن العبارات (٣، ١١، ١٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣٩).

٤-النضج الشخصي: وتضمن العبارات (١، ١٨، ٣٦، ٣٧، ٤٠، ٤١،٤٥).

٥-تقبل الذات: واشتمل على العبارات (٢، ٥، ٦، ١٤، ١٥، ٣٤، ٣٥).

٦-التمكن من البيئة: واشتمل على العبارات (١٢، ٢٣، ٢٧، ٣١، ٣٣، ٣٨، ٤٢).

ج- مفتاح تصحيح المقياس:

تم اختيار مقياس ليكرت الخماسي (موافق بشدة – موافق – موافق إلى حد ما – غير موافق – غير موافق بشدة)؛ للاستجابة على عبارات المقياس حيث تعطي هذه الاستجابات درجات من (٥ إلى ١) على التوالي، وتُعكس في العبارات السلبية بالمقياس. وبالتالي تكون الدرجة الكلية للمقياس هي (٢٣٠) درجةً.

المعاملات العلمية للمقياس:

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية للمقياس على النحو التالي:

أ . الصدق :

(١) صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته المبدئية على مجموعة من السادة المحكمين من السادة أعضاء هيئة التدريس في مجال علم النفس، والصحة النفسية (ملحق رقم ١) قوامها (٥) محكمين، وذلك لإبداء الرأي حول ملاءمة المقياس فيما وضع من أجله ، وقد اعتمدت الباحثة على نسبة مئوية لآراء المحكمين حول مفردات المقياس ما بين (٨٠ %: ١٠٠%)؛ ولذلك تم حذف عدد (٣) عبارة لحصولها على نسبة اتفاق أقل من ٨٠% لتصبح الصورة النهائية مكونة من (٤٦) عبارةً.

(٢) الصدق العاملي:

يعد التحليل العاملي شكلاً متقدماً من أشكال الصدق ، وقد قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS ،

تم إجراء التحليل العاملي Factorial Analysis بطريقة المكونات الأساسية Principal Component وبعد التدوير أنتج (٦) عوامل وبأخذ محك جيلفورد (٠,٣) لاختيار التشبعات الدالة فقد تم اختيار العبارات التي تشبعت على أكثر من عامل بقيم غير متقاربة باختيار التشبع الأكبر، وتم الإبقاء على العوامل التي تتشبع عليها ثلاث عبارات فأكثر بقيمة تشبع حدها الأدنى (٠,٣) ، كما يتم حذف العبارات التي تحصل على تشبع أقل من (٠,٣)، وهذا يضمن نقاءً عاملياً أفضل للعوامل ، وفيما يلي وصف لتلك العوامل.

جدول (١٥)

مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس الهناء النفسي

م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
1	0.264	0.372	0.559	0.278	0.019-	0.006
2	0.550	0.055-	0.275	0.015	0.218-	0.036
3	0.578	0.047	0.161-	0.323-	0.081	0.174-
4	0.574	0.618-	0.052	0.089	0.290	0.132
5	0.361	0.065	0.217	0.262	0.588-	0.156
6	0.293	0.049	0.072	0.097	0.353-	0.365
7	0.396	0.440	0.461-	0.202	0.134	0.106
8	0.634	0.269	0.371-	0.215	0.111	-0.221
9	0.545	0.675-	0.015	0.006-	0.126	0.068
10	0.276	0.430-	0.151	0.113	0.009-	0.059
11	0.548	0.286	0.004-	0.239-	0.007	0.256-
12	0.344	0.065	0.240	0.508-	0.063	0.251

م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
13	0.608	0.369	0.187-	0.165	0.007	0.090
14	0.379	0.083	0.202	0.138	0.501-	0.076
15	0.346	0.204	0.432	0.181	0.236-	0.240
16	0.305	0.352	0.259-	0.144	0.247	0.086-
17	0.642	0.056	0.011-	0.335-	0.085-	0.322-
18	0.165-	0.437	0.528	0.220	0.161	0.120-
19	0.571	0.676-	0.136	0.050	0.192	0.040
20	0.549	0.610-	0.092	0.125	0.295	0.169
21	0.326	0.508	0.450-	0.189	0.036	0.133
22	0.557	0.366	0.364-	0.310	0.013	0.287-
23	0.062	0.730	0.124-	0.148-	0.220	0.371
24	0.537	0.623-	0.165	0.135	0.159	0.088
25	0.605	0.553-	0.137	0.090	0.292	0.103
26	0.464	0.553-	0.085	0.122	0.306	0.186
27	0.440	0.196	0.094	0.479-	0.035-	0.174
28	0.528	0.067	0.035	0.358-	0.106-	0.285-
29	0.596	0.179-	0.036	0.305-	0.180-	0.305-
30	0.389	0.350	0.038-	0.338-	0.087-	0.404-
31	0.071	0.335	0.286	0.472-	0.075	0.299
32	0.661	0.220	0.155-	0.223	0.075-	0.155
33	0.165	0.455	0.028-	0.330-	0.170	0.458
34	0.050	0.167	0.203	0.010-	0.373-	0.073

م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
35	0.402	0.024	0.112	0.229	0.570-	0.104
36	0.419	0.196	0.447	0.244	0.051	0.008-
37	0.017-	0.346	0.521	0.117	0.342	0.261-
38	0.355	0.229	0.198	0.538-	0.104	0.260
39	0.533	0.058-	0.132	0.398-	0.198-	0.345-
40	0.176	0.469	0.490	0.315	0.045	0.118-
41	0.184-	0.469	0.454	0.209	0.269	0.141-
42	0.084	0.602	0.128-	0.084-	0.283	0.453
43	0.642	0.315	0.180-	0.217	0.009	0.209
44	0.597	0.213	0.436-	0.260	0.079	0.231-
45	0.285	0.390	0.262	0.134	0.287	0.080-
46	0.028-	0.264	0.501	0.012-	0.346	0.312-

جدول (١٦)

مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس الهناء النفسي

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	الاشتراكيات
1	0.024	0.101	0.017	0.649	0.397	0.090	0.598
2	0.322	0.074	0.305	0.122	0.455	0.079	0.430
3	0.200	0.305	0.572	- 0.081	- 0.053	0.184	0.503
4	0.894	0.085	0.093	- 0.086	- 0.011	- 0.001	0.823

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	الاشتراكيات
5	0.055	0.088	0.063	0.021	0.775	-0.073	0.620
6	0.099	0.113	-0.054	-0.111	0.540	0.180	0.362
7	-0.076	0.779	0.002	-0.045	0.011	0.135	0.633
8	0.122	0.769	0.316	0.045	0.026	-0.099	0.719
9	0.828	-0.006	0.197	-0.212	0.045	-0.056	0.774
10	0.503	-0.093	0.034	-0.040	0.156	-0.106	0.300
11	0.017	0.327	0.588	0.149	0.065	0.162	0.505
12	0.178	-0.103	0.319	0.029	0.092	0.593	0.505
13	0.086	0.664	0.175	0.083	0.249	0.168	0.575
14	0.046	0.081	0.176	0.036	0.653	-0.026	0.468
15	0.116	0.063	0.001	0.320	0.582	0.190	0.494
16	-0.033	0.572	0.088	0.135	-0.125	0.052	0.373
17	0.168	0.217	0.738	0.008	0.099	0.090	0.639

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	الاشتراكيات
18	-0.231	-0.068	-0.130	0.712	0.054	0.027	0.586
19	0.891	-0.027	0.188	-0.074	0.047	-0.071	0.842
20	0.896	0.069	0.039	-0.053	0.011	0.008	0.813
21	-0.191	0.743	-0.023	-0.060	0.078	0.151	0.621
22	-0.018	0.785	0.284	0.094	0.093	-0.200	0.755
23	-0.373	0.432	-0.122	0.161	-0.045	0.625	0.759
24	0.851	-0.009	0.102	-0.033	0.113	-0.079	0.755
25	0.877	0.084	0.132	0.012	0.023	0.020	0.794
26	0.816	0.056	-0.014	-0.041	-0.018	0.028	0.672
27	0.068	0.080	0.416	-0.024	0.151	0.542	0.501
28	0.103	0.124	0.676	0.015	0.098	0.113	0.505
29	0.290	0.051	0.697	-0.091	0.162	-0.020	0.607

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	الاشتراكيات
30	-0.196	0.231	0.669	0.116	0.009	0.090	0.561
31	-0.133	-0.132	0.139	0.162	0.055	0.659	0.517
32	0.217	0.614	0.140	0.016	0.362	0.121	0.589
33	-0.137	0.228	-0.016	0.026	0.010	0.715	0.583
34	-0.171	-0.088	0.070	0.057	0.409	0.062	0.217
35	0.077	0.139	0.125	-0.060	0.712	-0.105	0.562
36	0.227	0.166	0.101	0.523	0.329	0.068	0.476
37	-0.067	-0.035	0.055	0.753	-0.119	0.030	0.591
38	0.073	-0.002	0.335	0.072	0.061	0.677	0.585
39	0.161	-0.021	0.753	0.002	0.161	0.047	0.622
40	-0.100	0.162	0.014	0.702	0.277	0.010	0.606
41	-0.245	-0.005	-0.141	0.714	-0.067	0.043	0.597

رقم العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	الاشتراكيات
42	-0.226	0.426	-0.214	0.127	-0.060	0.617	0.678
43	0.174	0.677	0.088	0.052	0.306	0.205	0.634
44	0.123	0.771	0.279	-0.025	0.021	-0.174	0.718
45	0.038	0.290	0.095	0.538	0.007	0.157	0.409
46	-0.047	-0.118	0.148	0.680	-0.190	0.040	0.539
الجذور الكامنة	6.50	5.60	4.31	3.90	3.42	3.28	
نسبة التباين	14.13	12.17	9.37	8.48	7.44	7.14	

جدول (١٧)

التشبعات الدالة على العوامل لمقياس الهناء النفسي

رقم العبارة	التشبع على العامل الأول	رقم العبارة	التشبع على العامل الثاني	رقم العبارة	التشبع على العامل الثالث
20	0.896	22	0.785	39	0.753
4	0.894	7	0.779	17	0.738
19	0.891	44	0.771	29	0.697
25	0.877	8	0.769	28	0.676
24	0.851	21	0.743	30	0.669
9	0.828	43	0.677	11	0.588
26	0.816	13	0.664	3	0.572

رقم العبارة	التشبع على العامل الأول	رقم العبارة	التشبع على العامل الثاني	رقم العبارة	التشبع على العامل الثالث
10	0.503	32	0.614		
		16	0.572		

جدول (١٨)

التشبعات الدالة على العوامل لمقياس الهناء النفسي

رقم العبارة	التشبع على العامل الرابع	رقم العبارة	التشبع على العامل الخامس	رقم العبارة	التشبع على العامل السادس
37	0.753	5	0.775	33	0.715
41	0.714	35	0.712	38	0.677
18	0.712	14	0.653	31	0.659
40	0.702	15	0.582	23	0.625
46	0.680	6	0.540	42	0.617
1	0.649	2	0.455	12	0.593
45	0.538	34	0.409	27	0.542
36	0.523				

من الجدول السابق يتضح أن :

- قيمة الجذر الكامن للعامل الأول بلغت (٦,٥٠) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (١٤,١٣%) وقد تشبع بهذا العامل (٨) مفردات ، وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (الاستقلالية) .

- قيمة الجذر الكامن للعامل الثاني بلغت (٥,٦٠) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (١٢,١٧%) وقد تشبع بهذا العامل (٩) مفردات ، وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (العلاقات الإيجابية) .

- قيمة الجذر الكامن للعامل الثالث بلغت (٤,٣١) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (٩,٣٧%) وقد تشبع بهذا العامل (٧) مفردات ، وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (الحياة الهادفة).
- قيمة الجذر الكامن للعامل الرابع بلغت (٣,٩٠) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (٨,٤٨%) وقد تشبع بهذا العامل (٨) مفردات ، وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (النضج الشخصي) .
- قيمة الجذر الكامن للعامل الخامس بلغت (٣,٤٢) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (٧,٤٤%) وقد تشبع بهذا العامل (٧) مفردات ، وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (تقبل الذات) .
- قيمة الجذر الكامن للعامل السادس بلغت (٣,٢٨) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (٧,١٤%) وقد تشبع بهذا العامل (٧) مفردات ، وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (التمكن من البيئة) .

(٣) صدق الاتساق الداخلي :

لحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قامت الباحثة بتطبيقه على عينة قوامها (١٤٠) طالبةً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث ، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه ، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ، والجداول (١٩) ، (٢٠)، (٢١) توضح النتيجة على التوالي .

جدول (١٩)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بمقياس الهناء النفسي

(ن = ١٤٠)

الاستقلالية		العلاقات الإيجابية		الحياة الهادفة	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
4	**0.89	7	**0.76	3	**0.73
9	**0.87	8	**0.82	11	**0.66
10	**0.58	13	**0.74	17	**0.78
19	**0.91	16	**0.57	28	**0.75
20	**0.90	21	**0.74	29	**0.77
24	**0.88	22	**0.82	30	**0.70
25	**0.87	32	**0.71	39	**0.74
26	**0.80	43	**0.75		
		44	**0.79		

جدول (٢٠)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بمقياس الهناء النفسي

(ن = ١٤٠)

النضج الشخصي		تقبل الذات		التمكن من البيئة	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	**0.72	2	**0.58	12	**0.60
18	**0.71	5	**0.75	23	**0.74
36	**0.60	6	**0.59	27	**0.64
37	**0.72	14	**0.65	31	**0.63
40	**0.77	15	**0.66	33	**0.72

النضج الشخصي		تقبل الذات		التمكن من البيئة	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
41	**0.70	34	**0.48	38	**0.71
45	**0.58	35	**0.72	42	**0.70
46	**0.61				

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,١٧٤ (٠,٠١) = ٠,٢٢٨**

يتضح من جدول (١٩، (٢٠) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه تراوحت ما بين (٠,٤٨ : ٠,٩١) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (٢١)

معامل الارتباط بين مجموع درجات كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس الهناء النفسي

(ن = ١٤٠)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	الاستقلالية	**٠,٥٠
٢	العلاقات الإيجابية	**٠,٦٧
٣	الحياة الهادفة	**٠,٦٧
٤	النضج الشخصي	**٠,٤٠
٥	تقبل الذات	**٠,٥٨
٦	التمكن من البيئة	**٠,٤٩

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,١٧٤ (٠,٠١) = ٠,٢٢٨**

يتضح من الجدول (٢١) أن معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٤٠ : ٠,٦٧)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب . الثبات:

لحساب ثبات المقياس قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (١٤٠) طالبةً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول التالي (٢٢) يوضح ذلك.

جدول (٢٢)

معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس الهناء النفسي (ن = ١٤٠)

م	الأبعاد	معامل ألفا
١	الاستقلالية	٠,٩٣
٢	العلاقات الإيجابية	٠,٨٩
٣	الحياة الهادفة	٠,٨٥
٤	النضج الشخصي	٠,٨٣
٥	تقبل الذات	٠,٧٤
٦	التمكن من البيئة	٠,٨٠
٧	**الدرجة الكلية**	٠,٨٨

يتضح من جدول (٢٢) أن معاملات ألفا لأبعاد المقياس تراوحت ما بين (٠,٧٤ : ٠,٩٣) ، كما بلغ معامل ألفا للمقياس (٠,٨٨) وهي معاملات دالة إحصائيا، مما يشير إلى ثبات المقياس .

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً ، ولحساب نتائج البحث استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية الآتية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- النسبة المئوية.
- معامل الارتباط.
- معامل ألفا لكرونباخ.
- التحليل العاملي.
- اختبار (ت) لدلالة الفروق.

وقد ارتضت الباحثة مستوى دلالة عند (٠,٠٥، ٠,٠١) ، كما استخدمت برنامج Spss لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

عرض النتائج ومناقشتها:

توزيع أفراد العينة توزيعاً اعتدالياً:

قامت الباحثة بالتأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد العينة قيد البحث في ضوء مقياس التشوهات المعرفية ، مقياس الصمود الأكاديمي ، مقياس الهناء النفسي لدي طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة ، والجدول (٢٣) يوضح ذلك.

جدول (٢٣)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للعينة قيد البحث في مقياس التشوهات المعرفية ، مقياس الصمود الأكاديمي ، مقياس الهناء النفسي (ن = ٤٠٠)

المقياس		المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
التشوهات المعرفية	الاستدلال التعسفي	31.53	31.00	6.74	0.24
	الاستنتاج الانفعالي	21.96	21.00	5.36	0.54
	لوم الذات والآخرين	18.32	18.00	4.63	0.20
	التجريد الانتقائي	13.63	13.00	4.02	0.47
	الدرجة الكلية	85.44	84.00	16.79	0.26
الصمود الأكاديمي	التوجه نحو الهدف	53.72	54.00	7.07	0.12-
	المثابرة الأكاديمية	27.40	28.00	4.35	0.42-
	مركز الضبط	23.22	23.00	3.97	0.17
	الفاعلية الذاتية	25.79	26.00	4.37	0.14-
	الدرجة الكلية	130.13	132.00	16.30	0.34-
الهناء	الاستقلالية	31.03	31.00	4.34	0.02

المقياس		المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
النفسي	العلاقات الإيجابية	36.53	37.00	6.38	0.22-
	الحياة الهادفة	26.74	27.00	4.30	0.19-
	النضج الشخصي	32.65	33.00	4.07	0.26-
	تقبل الذات	25.74	26.00	4.33	0.18-
	التمكن من البيئة	26.98	27.00	4.02	0.02-
	الدرجة الكلية	179.65	180.00	20.81	0.05-

يتضح من جدول (٢٣) أن معاملات الالتواء للعينة قيد البحث في مقياس التشوهات المعرفية، مقياس الصمود الأكاديمي، ومقياس الهناء النفسي تراوحت ما بين (-٠,٤٢ ، ٠,٥٤) أي أنها انحصرت ما بين (-٣ ، +٣،) مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتدالي، وبذلك تكون العينة موزعة توزيعاً إعتدالياً .

التحقق من صحة الفرض الأول والذي ينص على :

" توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي لدي طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة " .

جدول (٢٤)

معاملات الارتباط بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي لدي طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة (ن = ٤٠٠)

المقياس		الصمود الأكاديمي				
		التوجه نحو الهدف	المثابرة الأكاديمية	مركز الضبط	ألفاعلية الذاتية	الدرجة الكلية
التشوهات المعرفية	الاستدلال التعسفي	-0,23**	-0,31**	-0,28**	-0,24**	-0,32**
	الاستنتاج الانفعالي	-0,16**	-0,31**	-0,22**	-0,19**	-0,26**
	لوم الذات والآخرين	-0,29**	-0,26**	-0,20**	-0,13**	-0,28**
	التجريد الانتقائي	-0,21**	-0,18**	-0,14**	-0,14**	-0,21**
	الدرجة الكلية	-0,27**	-0,34**	-0,27**	-0,23**	-0,34**

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,٠٩٨ (٠,٠١) = ٠,١٢٨**

يتضح من جدول (٢٤) أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.

وتعني نتيجة هذه الفرضية إلى أن التشوهات المعرفية تقلل من الصمود الأكاديمي لدى الطالبة، حيث يمكن تفسير ذلك بأن الطالبة التي تسيطر عليها الأفكار المشوهة معرفياً تستجيب للتأثيرات السلبية بدرجة كبيرة؛ فتتأثر بسرعة بالمواقف والخبرات السلبية، ويكون لديها شعورًا بالقلق واليأس والإحباط وخيبة الأمل والخوف من التعرض لمواقف عادية بسيطة، وتستسلم بسهولة بل وتنسحب من المواقف التعليمية الصعبة والمحبطة، كما تتأثر

بتقديرات الأساتذة وملاحظاتهم على أدائها الأكاديمي، فتشعر بالإحباط بسهولة وتنخفض دافعيتها للتعلم، ويصعب عليها استعادة توازنها بعد مرورها بالمواقف التعليمية الصعبة والمخزية التي تؤثر على تقديرها لذاتها وثقتها بنفسها، بمعنى أن طالبة كلية التربية للطفولة المبكرة عندما تتشوه أفكارها عن الكلية وطبيعة الدراسة بها وتتأثر بما تستمع إليه من زملائها أو المحيطين بها عن الكلية وصعوبة الدراسة بها وصعوبة التعامل مع الأطفال وغيره من الآراء التي تجعل توقعاتها سلبيةً عن دراستها ومستقبلها المهني، بما يُظهر لديها التشويه المعرفي فتبدأ في تضخيم السلبيات التي تتصورها عن نفسها وعن الآخرين وتقلل من شأن الإيجابيات التي يمكن أن تكون تتمتع بها، وتعمم حالات الفشل التي حدثت لها في مواقف معينة على جميع المواقف في حياتها، كما تظهر أيضاً في تشاؤمها بالمستقبل وتوقعها بأنها غير قادرة على النجاح والتفوق في مهنتها وحياتها، وهو ما يؤدي إلى انخفاض مستوى الصمود الأكاديمي لديها، ويجعلها لا تتحمل الضغوط الأكاديمية، وتستلم للفشل من أول مرة وتنخفض مثابرتها وإصرارها على النجاح .

وقد اتفقت نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة (Öner & Sinem, 2016) التي أظهرت العلاقة السلبية بين التشوهات المعرفية لطلاب الجامعة والكفاءة الذاتية والقدرة على التحمل. ودراسة (Zhang, 2008) التي أشارت نتائجها إلى أن التشوهات المعرفية بشكلٍ عامٍ لها تأثير سلبي كبير على شعور الطلاب الصينيين بالاستقلالية، ودراسة (Usen, et al., 2016) التي أكدت العلاقة بين التشويه المعرفي لدى المراهقين في المدرسة والأداء الأكاديمي. وهو ما أكدت عليه أيضاً دراسة (محمد علي، ٢٠١٩) والتي أسفرت نتائجها عن الأثر الإيجابي لتعديل التشوهات المعرفية في تحسين فعالية الذات الأكاديمية لدى طلاب الجامعة ذوي التحصيل

المنخفض. كما أكدت عليه أيضاً دراسة (El-Shokheby, 2020) التي أظهرت نتائجها الارتباط القوي المباشر بين التشوهات المعرفية والضغوط الأكاديمية لدى معلمي المرحلة المتوسطة قبل وأثناء الخدمة، كما اتفقت جزئياً مع دراسة (عبد الوهاب، أحمد، ٢٠١٧) التي أوجدت نتائجها علاقة إيجابية بين التشوهات المعرفية وقلق الذكاء وقلق التصور المعرفي لدى طلاب الجامعة، وأيضاً دراسة (طارق بدر، ٢٠١٥) والتي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة بين التشوهات المعرفية وضبط الذات لدى طلاب كلية الآداب. كما اتفقت نتائج هذه الدراسة جزئياً أيضاً مع نتائج دراسة (إبراهيم، ٢٠١٩) التي أوجدت فروق بين منخفضي ومرتفعي اليقظة العقلية في الصمود الأكاديمي لصالح مرتفعي اليقظة العقلية، حيث أوجدت علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة العقلية وبعدي (المثابرة والتأمل والدرجة الكلية للصمود الأكاديمي)، بينما أوجدت علاقة سالبة بين اليقظة العقلية وبعد التأثيرات السلبية كأحد أبعاد الصمود الأكاديمي .

التحقق من صحة الفرض الثاني والذي ينص على:

"توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والهناء النفسي لدي طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة".

جدول (٢٥)

معاملات الارتباط بين التشوهات المعرفية والهناء النفسي لدي طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة (ن = ٤٠٠)

المقياس		الهناء النفسي						
		الاستقلالية	العلاقات الإيجابية	الحياة الهادفة	النضج الشخصي	تقبل الذات	التمكن من البيئة	الدرجة الكلية
التشوهات المعرفية	الاستدلال التعسفي	-0,28**	-0,19**	-0,29**	-0,24**	-0,31**	-0,21**	-0,33**
	الاستنتاج	-0,30**	-0,16**	-0,24**	-0,20**	-0,32**	-0,24**	-0,31**

المقياس	الهناء النفسي						
	الاستقلالية	العلاقات الإيجابية	الحياة الهادفة	النضج الشخصي	تقبل الذات	التمكن من البيئة	الدرجة الكلية
الانفعالي							
لوم الذات والآخرين	-0,23**	-0,20**	-0,29**	-0,15**	-0,32**	-0,21**	-0,30**
التجريد الانتقائي	-0,28**	-0,23**	-0,27**	-0,13**	-0,27**	-0,21**	-0,31**
الدرجة الكلية	-0,34**	-0,24**	-0,33**	-0,23**	-0,38**	-0,26**	-0,39**

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,٠٩٨ (٠,٠١) = ٠,١٢٨**

يتضح من جدول (٢٥) أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين التشوهات المعرفية والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.

أي أنه كلما زادت التشوهات المعرفية قل إحساس الطالبة بالهناء النفسي وهو ما أكدت عليه (سماح رسلان، ٢٠١١، ٢٢)على أن التكوين المعرفي للفرد وطريقة تفكيره يحددان مدى صحته النفسية وسعادته، فقد ارتبطت صحة الفرد النفسية وسعادته بتبنيه لمعتقدات وأفكار خاطئة أو قد تكون مستحيلة التحقق كأن يبالغ الفرد في المستويات التي يقيم بها أدائه ووفقاً لها يشعر بالعجز عن الوصول لهذه المستويات، مما يترتب عليه شعوره بالنقص وعدم الكفاءة وهو ما يشعره بالتعاسة وعدم الرضا عن نفسه .

فالتشوه المعرفي يعوق الإنسان في إدراكه، ومن ثم الحكم الصحيح والقرار الملائم، فالشخص في هذه الحالة يحمل أحكاماً سلبيةً مسبقةً عن الموقف، ودوافع سلبية دفينة ومعلومات لا يحكمها المنطق. وعندما تشوه المعرفة وتضطرب فإنها تؤدي إلى الشقاء والتعاسة. وعليه ينخفض الهناء

النفسي للفرد. وقد اتفقت هذه النتيجة مع العديد من الدراسات مثل دراسة (أمل جمعة ، ٢٠٢٠) التي أوجدت علاقة سالبة بين أسلوب تنظيم المعرفة بأبعاده (لوم الذات والآخرين – التفكير الكارثي – التضخيم) مع الرفاهية النفسية لدى كلية التربية، وهو ما يتفق أيضاً مع ما ذكره (Shiota, 2016)والذي أكد على التأثير السلبي للتفكير الكارثي على الحالة المزاجية للفرد. ودراسة (Yüksel, & Bahadir-, 2019) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة سلبية بين التشوهات المعرفية والهناء النفسي لدى طلبة كلية التمريض. ودراسة Migvel, et al. 2017) أوجدت علاقة عكسية بين المعالجة المعرفية المعقدة والمشوهة ، وتشويه الإدراك العاطفي لدى طلاب الجامعة .

كما اتفقت نتيجة هذا الفرض جزئياً مع دراسات كثيرة تناولت متغيرات مرتبطة بالصحة النفسية للفرد كدراسة(Roslan, et al., 2017) التي أوجدت تأثيراً لمجال الدراسة على الهناء النفسي لدى طلاب الدراسات العليا، وأيضاً دراسة (Fazakas et al., 2017) التي أسفرت نتائجها عن التأثير المباشر للتشوهات المعرفية على إحساس الطلاب بالتعاسة والحزن، مما يؤدي بهم إلى التفكير الانتحاري. ودراسة (سعاد مهدي، ٢٠١٧) والتي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة إيجابية بين اضطراب الشخصية الحدية والرفض الاجتماعي والتشوهات المعرفية. ودراسة (Ponourgia, 2018) أسفرت نتائجها عن ارتباط زيادة التشوهات المعرفية لدى الطلاب بزيادة الشدائد الحياتية والتي ارتبطت بعددٍ كبيرٍ من الأعراض التي تعكس المشكلات السلوكية والعاطفية لدى طلاب المرحلة الثانوية. أما دراسة (ياسمين أبو هلال ، ٢٠١٨) فقد أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التشوهات المعرفية وكلٍ من تقدير الذات والتسامح والسعادة لدى الراشدين والمسنين.

التحقق من صحة الفرض الثالث والذي ينص على:

"توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدي طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. "

جدول(٢٦)

معاملات الارتباط بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدي طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة

(ن = ٤٠٠)

المقياس		الهناء النفسي						
		الاستقلالية	العلاقات الإيجابية	الحياة الهادفة	النضج الشخصي	تقبل الذات	التمكن من البيئة	الدرجة الكلية
الصمود الأكاديمي	التوجه نحو الهدف	0,43**	0,29**	0,57**	0,52**	0,54**	0,51**	0,61**
	المثابرة الأكاديمية	0,50**	0,24**	0,56**	0,59**	0,53**	0,56**	0,63**
	مركز الضبط	0,54**	0,23**	0,66**	0,56**	0,54**	0,59**	0,66**
	ألفاعلية الذاتية	0,36**	0,21**	0,43**	0,44**	0,35**	0,39**	0,46**
	الدرجة الكلية	0,55**	0,30**	0,68**	0,64**	0,60**	0,62**	0,72**

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)* = ٠,٠٩٨ (٠,٠١) = ٠,١٢٨**

يتضح من جدول (٢٦) أنه توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.

وتأتي منطقية هذه النتيجة من منطلق أن الصمود الأكاديمي يعكس قدرة الطالبة على التوافق والتكيف الإيجابي والاستمرار بنجاح في الدراسة رغم ظروف الحياة الضاغطة والصعبة والعوائق التي تواجهها، حيث أنه من الطبيعي عندما تتمكن الطالبة من مجابهة الشدائد والضغوط الأكاديمية

واجتيازاها والنهوض والارتقاء في إطارها تتحقق لها ملامح الهناء في الحياة وتنعم براحة البال والرضا عن الحياة. فالصمود يرتبط بشكلٍ إيجابيٍ بالصحة النفسية والهناء النفسي بل ويعد أحد أهم العوامل المنبئة بهما، وهذا يعني أن الهناء أو طيب الحياة دالة في جزءٍ منه على الأقل للصمود النفسي والأكاديمي . خاصةً عندما نشير إلى الصمود كعملية "تغلب على المصاعب، الشدائد، أو الصدمات بما يفضي بأن يصل الشخص إلى حالة أداء نفسي وظيفي أفضل مما كان عليها قبل التعرض لهذه المصاعب أو تلك الشدائد والصدمات، وقد جاءت نتائج دراسة (Zahra & Riaz, 2017, 23) لتؤكد أن الطالب عندما يتمتع بقدرٍ من الصمود الأكاديمي فإنه قد يكون لديه ميل إلى أن يكون متفائلاً في كل المواقف حتى في ظل الضغوط والتوتر، فيكون أكثر تفاؤلاً في إدراك قدارته والتعامل معها فيشعر بالسعادة والرضا عن حياته. وقد اتفقت نتيجة هذه الفرضية مع نتائج دراسات كلٍ من (Sabir et al., 2018) (Zubair, et al., 2018)، (Short, et al., 2020) التي (Benada & Chowdhry , 2017) أكدت وجود علاقة إيجابية بين الصمود والسعادة الانفعالية لدى طلاب الجامعة، بل وأن السعادة كانت منبئة بالصمود لدى الطلاب الجامعة، وأظهر تحليل الانحدار المتعدد أن مقاييس السعادة ترتبط بالصمود ارتباطاً قوياً . وهو يتفق أيضاً مع نتائج دراسة (Chattu. et al., 2020) التي أظهرت ارتباطًا كبيرًا للرفاه النفسية بالأداء الأكاديمي لدى طلاب كليات الطب وطب الأسنان والمهن الصحية الأخرى، وأن زيادة الرفاهية النفسية لدى الطلاب ترتبط بالأداء الأكاديمي العالي ، مما يشير إلى أن الرفاهية

الذاتية هي جانب مهم من الحياة الأكاديمية للطالب. كما اتفقت أيضاً مع نتائج دراسة (Dong, et al., 2020) والتي أكدت تأثير ما يعاني منه طلاب الجامعة من ضغوط كبيرة وقلقهم من المستقبل والمسؤوليات الأكاديمية والضغوط التي تفرضها الحياة الجامعية، على هنائهم النفسي. واتفقت نسبياً مع دراسة (Gökalp, 2020) التي هدفت إلى تحديد وتقييم العلاقة بين مستويات الرفاهية الذاتية لطلاب الجامعة وتحصيلهم الأكاديمي وفقًا لمتغيرات مختلفة، فتوصلت إلى إمكانية تنبؤ الرفاهية الذاتية بشكلٍ إيجابيٍ بالتحصيل الأكاديمي، وأنه كلما زادت الرفاهية الذاتية للطلاب ارتفعت مستويات تحصيلهم الأكاديمي. وأيضاً دراسة (Green, 2020) التي أجريت على طلاب السنة الرابعة بالجامعة تأثير الرفاهية النفسية على الكفاءة الذاتية حيث أكدت على تأثير أربعة من المكونات الستة للرفاهية النفسية (الاستقلالية ، العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، الهدف في الحياة وتقبل الذات). على الكفاءة الذاتية للطلاب. ودراسة (Flynn & MacLeod 2015) التي أكدت العلاقة بين السعادة وستة مجالات للحياة من بينهم النجاح الأكاديمي. وأشارت النتائج إلى أن النجاح الأكاديمي كان من بين المجالات التي كان لها تأثيرًا كبيرًا على السعادة النفسية للطلاب. كما اتفقت مع نتائج دراسة (محمد، ٢٠١٤) والتي أظهرت العلاقة الارتباطية الموجبة بين الصمود والأداء الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة. ودراسة (الجمال ، ٢٠١٣) التي أكدت العلاقة بين السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية والتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب الجامعة.

التحقق من صحة الفرض الرابع والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائيًا بين طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في كلٍ من (التشوهات المعرفية ، الصمود الأكاديمي ، الهناء النفسي). "

جدول (٢٧)

دلالة الفروق بين طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في كل من (التشوهات المعرفية ، الصمود الأكاديمي ، الهناء النفسي) (ن = ٤٠٠)

المقياس		طالبات الفرقة الأولى		طالبات الفرقة الرابعة		قيمة ت	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
التشوهات المعرفية	الاستدلال التعسفي	30.18	6.43	32.89	6.79	**4.10	0.01
	الاستنتاج الانفعالي	22.00	5.45	21.93	5.28	0.14	غير دال
	لوم الذات والآخرين	17.60	4.59	19.03	4.57	**3.12	0.01
	التجريد الانتقائي	13.64	4.36	13.63	3.67	0.01	غير دال
	الدرجة الكلية	83.41	17.04	87.47	16.34	*2.43	0.05
الصمود الأكاديمي	التوجه نحو الهدف	54.60	6.47	52.85	7.53	*2.49	0.05
	المثابرة الأكاديمية	28.04	4.22	26.75	4.40	**2.99	0.01
	مركز الضبط	23.85	3.83	22.60	4.01	**3.17	0.01
	ألفاعلية الذاتية	26.48	4.59	25.11	4.04	**3.16	0.01
	الدرجة الكلية	132.96	15.51	127.31	16.63	**3.51	0.01

المقياس		طالبات الفرقة الأولى		طالبات الفرقة الرابعة		قيمة ت	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الهناء النفسي	الاستقلالية	31.07	4.63	30.99	4.05	0.20	غير دال
	العلاقات الإيجابية	36.55	5.85	36.50	6.88	0.08	غير دال
	الحياة الهادفة	26.95	4.31	26.53	4.28	0.98	غير دال
	النضج الشخصي	32.95	3.92	32.35	4.20	1.48	غير دال
	تقبل الذات	25.53	4.40	25.95	4.27	0.96	غير دال
	التمكن من البيئة	26.99	3.89	26.97	4.15	0.05	غير دال
	الدرجة الكلية	180.03	19.95	179.27	21.67	0.37	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)* = ١,٩٦ (٠,٠١)= **(٢,٥٨)

يتضح من جدول (٢٧) ما يلي:

أولاً: توجد فروق دالة إحصائياً بين طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة في بُعدي (الاستدلال التعسفي ، لوم الذات والآخرين) من أبعاد مقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية له وفي اتجاه طالبات الفرقة الرابعة، بينما توجد فروق غير دالة إحصائياً في بُعدي (الاستنتاج الانفعالي،التجريد الانتقائي).

وهو ما يشير إلى أن طالبة الفرقة الرابعة بعد مرورها بسنواتٍ دراسية مليئةٍ بالضغوط والأشغال اليدوية من وسائلٍ تعليميةٍ للأطفال ومشاريع وتكليفات للمقررات، إلى جانب نزولها للتدريب العملي بالروضات واحتكاكها بالأطفال وسماعها للمعلمات العاملات بهذه الروضات عن صعوبة التعامل

مع الأطفال وقلة التقدير المادي والمعنوي مقارنةً بالجهد المبذول، ومع اقتراب تخرجها ونزولها للحياة المهنية في ظل عدم وجود فرص عمل. كل هذا يجعلها تتوقع سلبية المستقبل وسوء الحظ، وتبدأ في لوم نفسها والآخرين وتشعر وكأنها لم تختر المجال المناسب فبعد كل هذا العناء في الدراسة لم تصل إلى طموحاتها، وأن تقصيرها في الثانوية العامة هو ما أدى بها إلى هذه النتيجة، أو أن أسرتها هي من أرغمتها على هذه الدراسة، فتبدأ بلوم نفسها وأسرتها على ما وصلت إليه، إلى جانب أن هذا الشعور يجعلها تتوقع أنها ستفشل في عملها مستقبلاً، ولن تستطيع تحقيق أي إنجازات وبالتالي لن تصل إلى الكمال في عملها. وهذا على عكس طالبة الفرقة الأولى التي في بداية التحاقها بالكلية يملأها الحماس والدافعية للدراسة والنجاح. فلم تتعرض بعد لأي ضغوط أكاديمية أو إحباطات بسبب ما تسمعه من الآخرين عن التعامل مع الاطفال أو قلة العائد المادي أو المعنوي . كما أن لديها ما زال مبكراً على التخرج والقلق على المستقبل. وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (جمعة ، ٢٠٢٠) وجود فروق دالة إحصائياً في بعد لوم الذات والآخرين لصالح تخصص رياض الأطفال عن باقي التخصصات وهو ما يؤكد نتيجة الفرض الحالي.

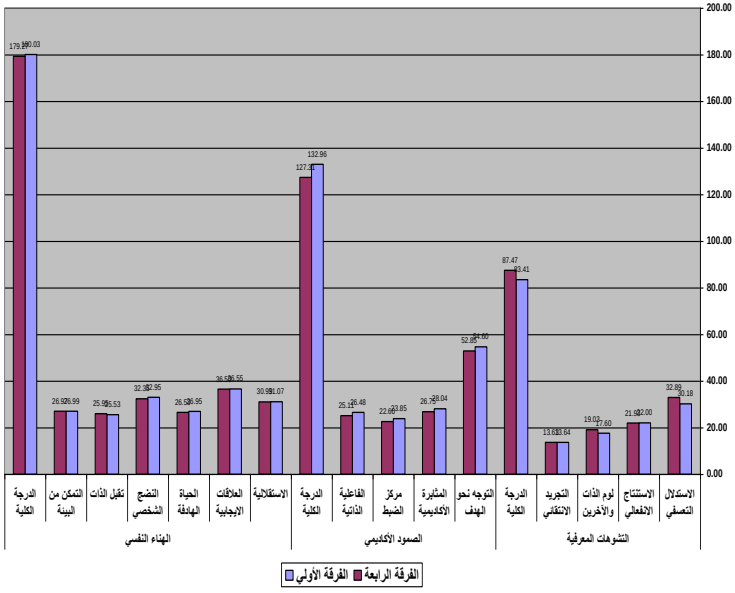
ثانياً: توجد فروق دالة إحصائياً بين طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة في جميع أبعاد مقياس الصمود الأكاديمي والدرجة الكلية له وفي اتجاه طالبات الفرقة الأولى .

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن طالبة الفرقة الأولى مع حداثة التحاقها بالحياة الجامعية فإنها تبدأ الدراسة وهي في حالة من الحماس والنشاط، تمتلك روح المثابرة والتفكير الإيجابي، ولديها القدرة على التوافق والتعايش والتكيف مع المواقف والظروف الأكاديمية الصعبة، وتضع لنفسها أهدافاً

تسعى لتحقيقها، وتبذل قصارى جهدها لتحقيق النجاح وتستفيد من خبرات الآخرين. كما أنها تمتلك فاعلية ذاتية فتستخدم طرقاً مختلفة للاستذكار وتحاول إيجاد حلولاً مختلفةً لما تتعرض له من مشكلاتٍ أكاديميةٍ. وتحاول جاهدةً تحقيق ذاتها وإثبات نفسها في المجتمع الجامعي لتنال الاحترام والتقدير من الآخرين حتى تتمكن من تكوين صداقات جديدة. بينما يقل الصمود الأكاديمي بنسبة ليست بالكبيرة عند طالبة الفرقة الرابعة وذلك قد يكون بسبب كثرة الضغوط الأكاديمية والأشغال اليدوية من وسائل تعليمية وفنية والتي تكلف بها طالبة الفرقة الرابعة لتستخدمها مع الأطفال في الروضة، وأيضاً قد تأتي هذه الفروق نتيجة صعوبة التعامل مع الأطفال في هذه المرحلة العمرية الصعبة والخوف من كونها مسؤولةً عن تنشئة أجيال المستقبل فعلى عاتقها تقع مسؤولية صلاح المجتمع، وتأتي هذه النتيجة مخالفة للعديد من الدراسات نظراً لطبيعة عينة الدراسة الحالية وعدم تناول متغيرات ترتبط بطبيعة الدراسة بكلية التربية للطفولة المبكرة، ومن الدراسات التي لم توجد فروق في الصمود الأكاديمي بين طلاب الفرق المختلفة بالجامعة دراسة (ابراهيم، ٢٠١٩) والتي لم توجد فروق بين طلاب الفرقة الأولى والرابعة في الصمود الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية. ودراسة (عبد الفتاح، حليم، ٢٠١٤)، والتي أثبتت نتائجها عدم وجود فروق بين طلاب الفرقتين الأولى والرابعة في الصمود النفسي، ودراسة (شريف ، ٢٠١٩) التي لم توجد فروق بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تبعاً لمتغير المستوى الدراسي. ودراسة (جميل، ٢٠٢٠) التي أثبتت عدم وجود فروق في الصمود الأكاديمي لدى طلاب الفرق المختلفة بالجامعة.

ثالثاً: توجد فروق غير دالة إحصائياً بين طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة في جميع أبعاد مقياس الهناء النفسي والدرجة الكلية له.

وتعني هذه النتيجة أن طالبة كلية التربية للطفولة المبكرة من الفرقتين الأولى والرابعة تتمتع بمستوى متقارب من الهناء النفسي، وقد يرجع هذا إلى تفهم أعضاء هيئة التدريس بالكلية للطالبات وطبيعة دراستهن وأهميتها، وتقديم المساعدة لهن عند الحاجة، والتشجيع الدائم للطالبات في جميع الفرق على السواء أثناء المحاضرات وإشعارهن بأهميتهن وأهمية مهنتهن والدور المنوط بهن في تقدم المجتمع من خلال تنشئة أجيال صانعة المستقبل، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كلٍ من (سعيد، ٢٠١٩)، ودراسة (سعد، ٢٠١٩) والتي أظهرت نتائجهم على عدم وجود فروق بين طلاب الفرق المختلفة بالجامعة في الهناء النفسي.



شكل(١)

رسم بياني يوضح الفروق بين طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في كلٍ من (التشوهات المعرفية ، الصمود الأكاديمي ، الهناء النفسي)

التحقق من صحة الفرض الخامس والذي ينص على:

"تختلف مستويات كلٍ من (التشوهات المعرفية ، الصمود الأكاديمي ، الهناء النفسي) لدى كلٍ من طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة. "

جدول(٢٨)

المتوسط الحسابي والنسبة المئوية لكلٍ من طالبات الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في كلٍ من (التشوهات المعرفية ، الصمود الأكاديمي ، الهناء النفسي) (ن = ٤٠٠)

المقياس		طالبات الفرقة الأولى		طالبات الفرقة الرابعة	
		المتوسط الحسابي	النسبة المئوية%	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية%
التشوهات المعرفية	الاستدلال التعسفي	30.18	%50.29	32.89	%54.81
	الاستنتاج الانفعالي	22.00	%48.89	21.93	%48.72
	لوم الذات والآخرين	17.60	%44.00	19.03	%47.58
	التجريد الانتقائي	13.64	%45.45	13.63	%45.43
	الدرجة الكلية	83.41	%47.66	87.47	%49.98
الصمود الأكاديمي	التوجه نحو الهدف	54.60	%77.99	52.85	%75.50
	المثابرة الأكاديمية	28.04	%80.11	26.75	%76.43
	مركز الضبط	23.85	%79.48	22.60	%75.33
	ألفاعلية الذاتية	26.48	%75.64	25.11	%71.74
	الدرجة الكلية	132.96	%78.21	127.31	%74.89
الهناء النفسي	الاستقلالية	31.07	%77.68	30.99	%77.46
	العلاقات الإيجابية	36.55	%81.22	36.50	%81.11
	الحياة الهادفة	26.95	%76.99	26.53	%75.79
	النضج الشخصي	32.95	%82.38	32.35	%80.88
	تقبل الذات	25.53	%72.94	25.95	%74.13
	التمكن من البيئة	26.99	%77.10	26.97	%77.04
	الدرجة الكلية	180.03	%78.27	179.27	%77.94

يتضح من جدول (٢٨) ما يلي:

- انخفاض مستوى التشوهات المعرفية لدى كلٍ من طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة، حيث بلغت متوسطها لطالبات الفرقة الأولى (٤٧,٦٦%) ، في حين بلغ متوسطها لطالبات الفرقة الرابعة (٤٩,٩٨. (%

وقد تعزى هذه النتيجة إلى التنشئة الإيجابية لطالبات الكلية منذ الطفولة، كما أن الفتاة بطبيعة الحال دورها الأساسي وبخاصةٍ في المجتمعات الشرقية هو " كأم "، وهذا النوع من الدراسة يدعم هذا الدور بالدرجة الأولى فطبيعة المقررات بالكلية تثقل خبرات الطالبة في تربية وتنشئة الأطفال في مرحلة عمرية في غاية الحساسية، وهو ما يجعل هؤلاء الطالبات يشعرن وكأنهن يؤهلن لتربية أطفالهن، وهو ما يثقل فكرة التحاقهن بكلية التربية للطفولة المبكرة ويقلل من التشوهات المعرفية لديهن، ولا يفوتنا أيضاً دور اعضاء هيئة التدريس في تشجيع ودعم الطالبات منذ التحاقهن بالكلية وتعريفهن بأهمية دورهن في المجتمع وأهمية مهنتهن ورسالتهن السامية في تنشئة أجيال تساعد في تقدم مجتمعهم، وتتفق هذه النتيجة مع ما ذكرته دراسة (رمضان، وآخرون،٢٠١٣) من أن النسبة الأعلى من الشباب (٩٢,٩%)انخفضت درجاتها في أبعاد مقياس التشوهات المعرفية (التهوين/خطا التسمية، وافتراض الأسوأ للمعارضة/ التحدي والعدوان البدني)، وأيضاً دراسة)(العصار، ٢٠١٥) التي ذكرت أن مستوى التشوهات المعرفية منخفض بشكل عام لدى الشباب المراهقين، ودراسة (Avcicagir, & Kalkan, 2018)، (إسماعيل، ٢٠١٨) التي أظهرت نتائجهما وجود مستوى متدني من التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة، بينما ذكرت دراسة (عبد الوهاب، أحمد، ٢٠١٧) وجود مستوى متوسط من التشوهات المعرفية لدى طلبة كلية التربية.

- ارتفاع مستوى الصمود الأكاديمي لدى كلٍ من طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة ، حيث بلغت متوسطها لطالبات الفرقة الأولى (٧٨,٢١%) ، في حين بلغ متوسطها لطالبات الفرقة الرابعة (٧٤,٨٩%).

وتعزى هذه النتيجة إلى نوعية الدراسة بالكلية ومدى استفادة الطالبة واستمتاعها بها حيث أن جميعها مقررات تفيد الطالبة في تعاملها مع الأطفال بصورةٍ عمليةٍ، وتتعرض من خلالها لخبرات متنوعة تجعلها تشعر بمدى الاستفادة التي ستعود عليها كأم أولاً وكمعلمة ثانياً. فتتمكن من التعايش والتكيف مع المواقف والظروف الأكاديمية الصعبة، وهو ما يأتي منطقياً مع انخفاض مستوى التشوهات المعرفية وارتفاع مستوى الهناء النفسي التي أسفرت عنه النتائج الحالية ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة **(Copeland, 2007)**والتي كشفت نتائجها عن ارتفاع مستوى الصمود النفسي لدى المراهقين، وأيضاً دراسة (ميسر، ٢٠١٩) التي أثبتت ارتفاع مستوى الصمود الجامعي لدى الطلاب .

- ارتفاع مستوى الهناء النفسي لدى كلٍ من طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الرابعة ، حيث بلغت متوسطها لطالبات الفرقة الأولى (٧٨,٢٧%) ، في حين بلغ متوسطها لطالبات الفرقة الرابعة (٧٧,٩٤%).

وتأتي هذه النتيجة منطقية حيث انخفاض مستوى التشوهات المعرفية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة، والذي يأتي انعكاساً لاتجاهات الطالبات الإيجابية العامة عن الحياة والتي تعبر عن حسن التعامل معها وفهمها والاستمتاع بها وتقدير قيمتها، فيكونوا أكثر ثقةً بأنفسهن وكفاءة اجتماعية ولديهن استعدادًا لحل مشكلاتهن بطرق أفضل، وتعزى أيضاً هذه النتيجة إلى أن هذه الدراسة أُجريَت على طلبة الجامعة، وهم في هذه المرحلة العمرية والدراسية غالباً ما يكونوا مستمتعين في حياتهم، ويكونون صداقات وعلاقات جديدة ومميزة. وقد اتفقت النتيجة مع دراسة

(Udhayakumar,& Illango,2018) التي تم من خلالها تقييم مستوى الهناء النفسي لدى الطلبة الجامعيين في الهند وأسفرت نتائجها عن وجود مستوى مرتفع من الهناء النفسي لدي هؤلاء الطلبة . كما اتفقت نسبياً مع دراسة (الجندي، تلاحمة ،٢٠١٧) التي هدفت إلى استقصاء درجات الشعور بالعافية النفسية (السعادة النفسية) لدى الطلبة الجامعيين في محافظة الخليل، وأسفرت نتائجها عن أن درجات الشعور بالعافية النفسية كان متوسطًا. واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (Bore, et al., 2016) التي ذكرت أن طلاب الجامعات يقعون تحت مستويات أعلى من الضغط النفسي مقارنةً بعامة السكان. وأظهرت نتائجها مستويات منخفضة من الرفاهية النفسية.

التوصيات :

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية توصلت الباحثة لبعض التوصيات هي كالتالي :

-نظراً لوجود علاقة سلبية بين التشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي لدى طلبة الكلية يجب العمل على خفض ما يمكن أن يكون لديهم من أفكار سلبية ومعتقدات خاطئة تؤثر على صمودهم أو أدائهم الأكاديمين وتحسين المهارات الذهنية والحالة النفسية والشعور بالسعادة.

-ينبغي تعزيز الصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة من خلال وضع إستراتيجية؛ لجذب الطلبة وتشجيعهم على المشاركة والإندماج في الأنشطة وتقديم كافة أنواع الدعم والتحفيز لهم.

-ضرورة تعزيز العلاقات الإيجابية بين الطالب والأستاذ الجامعي قائمة على الثقة والود والاحترام وتبادل الخبرات؛ لإكساب الطلبة مهارات وفنيات وأساليب مواجهة الضغوط الأكاديمية المختلفة.

-ينبغي على الأستاذ الجامعي توفير جو تعليمي يشجع على تعزيز المشاعر الإيجابية وخفض المشاعر السلبية لدى الطلبة، وتنمية اتجاهاتهم المعرفية والسلوكية الإيجابية للحياة الجامعية ومعايشتها.

البحوث المقترحة:

-برنامج إرشادي معرفي لخفض التشوهات المعرفية وتنمية الصمود الأكاديمي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة.

-برنامج لتنمية الهناء النفسي وتقدير الذات لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.

-النموذج السببي للعلاقات بين الصمود الأكاديمي والهناء النفسي والكفاءة الذاتية لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة.

-دراسة أساليب مواجهة الضغوط لدى مرتفعي ومنخفضي الصمود الأكاديمي من طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة.

-فعالية برنامج قائم على التفكير الإيجابي في خفض التشوهات المعرفية وتحسين الهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة.

-النموذج البنائي للتشوهات المعرفية والصمود الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة.

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- إبراهيم، يسرا شعبان (٢٠١٩). اليقظة العقلية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي وضغوط الحياة المدركة لدى طلبة كلية التربية بالزقازيق. *المجلة التربوية*، كلية التربية، جامعة سوهاج. ع(٦٨)، ٢٤٦٣ – ٢٥٢٠.

- أبو غالي، عطاف محمود (٢٠١٧): فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الصمود النفسي لمواجهة الضغوط لدى المراهقات المتصدعات أسرياً. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، البحرين، ع(١٨)، ج(١)، ٤٠٧ – ٤٤٤.

- أبو هلال، ياسمين حسن (٢٠١٨). *التشوهات المعرفية وتقدير الذات وعلاقتهما بالتسامح والسعادة لدى الراشدين والمسنين في محافظة نابلس*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس.

- إسماعيل، عبد الناصر موسى (٢٠١٨). مستوى الوعي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتشوه المعرفي. *مجلة دراسات العلوم التربوية*، الجامعة الأردنية، ع(٤٥)، ٢٠– ٣٨.

- بدر، طارق محمد (٢٠١٥). التشوهات المعرفية وعلاقتها بضبط الذات لدى طلبة كلية الآداب. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، ع(١١٤)، ٢٣٥– ٢٧٦.

- بلال، إلهام سرور (٢٠٢٠). الطفو الدراسي وعلاقته بالصمود الأكاديمي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في المدارس الرسمية في منطقة تبوك. *مجلة كلية التربية*، جامعة المنوفية، مج(٣٥)، ع(١)، ٣٩٢– ٤٣٥.

- الجمال، سمية أحمد (٢٠١٣). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك. *مجلة دراسات تربوية ونفسية*، كلية التربية بالزقازيق. مج(٢٨)، ع(٧٨)، ١ – ٦٥.

- جمعة، أمل أحمد (٢٠٢٠). القدرة التنبؤية لكل من أنماط سلوك طلب المساعدة الارشادية وأساليب التنظيم المعرفي للعاطفة بالرفاهية النفسية المستدامة لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية*، جامعة الأزهر، ع(١٨٦) ، ج(١)، ١٧٣– ٢٢٦.

- جميل، سري أسعد (٢٠٢٠). الصمود النفسي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية. *الجامعة الأردنية*، مج(٤٧)، ملحق، ٣٤٤- ٣٥٥.

- الجندي، نبيل جبرين ؛ تلاحمة، جبارة عبد (٢٠١٧). درجات الشعور بالعافية النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظة الخليل. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، عمّان، مج(١١)، ع(٢)، ٣٣٧ -٣٥١

- حسن، فاطمة السيد (٢٠١٨). التنبؤ بمستوى اليقظة العقلية من خلال بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الجامعة. *مجلة التربية*، جامعة الأزهر، ع(١٧٩)، ج(١)، ٤٩٥- ٥٩٨.

- حسين، طه عبد العظيم (٢٠٠٧). *العلاج النفسي المعرفي: مفاهيم وتطبيقات*، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية.

- خليفة، أسماء محمد (٢٠١٩). فاعلية برنامج قائم على العمل التطوعي لتنمية الهناء النفسي للطالبة المعلمة. *مجلة الطفولة والتربية*، جامعة الإسكندرية، كلية رياض الأطفال، مج(١١)، ع(٤٠)، ٢٢٩- ٢٦٨.

- رسلان، سماح أبو السعود (٢٠١١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلبة كلية التربية. *مجلة القراءة والمعرفة* ، ع(١١٧)، ٥٨- ٩٧.

- رشدي، سري محمد (٢٠١٧). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالصمود الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلاب الصم وضعاف السمع في مرحلة التعليم العالي. *مجلة كلية التربية الخاصة*، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية جامعة الزقازيق، ع(١٩)، ٩٢- ١٤٤.

- رمضان ، هالة عبد اللطيف ؛ هاشم، سامي محمد ؛ الكلية، نجلاء عبد الله (٢٠١٣). خفض التشوهات المعرفية لدى الأحداث الجانحين

العائدين للجناح باستخدام التدريب على التفكير الأخلاقي القائم على العلاج السلوكي المعرفي. *مجلة كلية التربية بالإسماعيلية*، ع(٢٥)، ٢٠٧- ٢٤٢.

- الزغلول، رافع عقيل (٢٠٠٦). أنماط الاهداف عند طلبة جامعة مؤتة وعلاقتها باستراتيجيات الدراسة التي يستخدمونها. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية* ، عمان، الأردن، مج(٢)، ع(٣)، ١١٥- ١٢٧.

- زهران، محمد حامد ؛ زهران، سناء حامد(٢٠١٣). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بكل من الصمود الأكاديمي والاستغراق الوظيفي لدى طلاب الدراسات العليا العاملين بالتدريس. *مجلة الإرشاد النفسي*، ع(٣٦)، ج(٤)، ٣٣٣ - ٤٢٠ .

- سالم، رمضان عاشور (٢٠١٩). نمذجة العلاقات السببية بين حس الفكاهة والاندماج الأكاديمي والهناء النفسي لدى الطلاب معلمي التربية الخاصة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، جامعة عين شمس، كلية التربية، مج(٤٣)، ع(١)، ١٥٨- ٢٤٤.

- سعد، أماني عادل (٢٠١٩). النموذج البنائي للعلاقات بين الأمل والتسامح والهناء النفسي لدي طلاب الدراسات العليا بكلية التربية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مج(٢٩)، ع(١٠٢)، ٢٦- ٧٥.

- سعيد، غادة محمد(٢٠١٩) . *تسامي الذات والسكينة النفسية كمنبئات بالهناء النفسي لدى طلبة جامعة الأقصى*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأقصى .

- السنيدي، خالد عبد العزيز (٢٠١٣). *التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمة الانطواء والانبساط لدى متعاطي المخدرات والمتعافين*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف الأمنية.

- شريف، زهرة محمد (٢٠١٩). *الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج*. رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، الجزائر.

- شلبي، يوسف محمد (٢٠٢٠). النموذج البنائي للعلاقات المتبادلة بين الرفاهية الأكاديمية وكل من الكمالية الصمود الأكاديميين والتحصيل لدى طلبة الجامعة. *المجلة التربوية*، كلية التربية، جامعة سوهاج، ع(٧٤)، ٨٠١- ٨٤٥.

- شند، سميرة محمد ؛ هيبة، حسام إسماعيل ؛ سلومة، حنان سلامة (٢٠١٣). مقياس الرفاهية النفسية للشباب الجامعي. *مجلة الإرشاد النفسي* ، جامعة عين شمس، ع(٣٦)، ٦٧٣ – ٦٩٤.

- الشهري، علي عبد الرحمن (٢٠٢٠). الاحتراق الأكاديمي وعلاقته بالهناء الذاتي الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، مج(٤)، ع(١٧)، ١٧٩- ٢٠٤.

- صالح، علي عبد الرحيم (٢٠١٣): *المعجم العربي لتحديد المصطلحات النفسية*. دار مكتبة الحامد للنشر والتوزيع، عمان.

- صلاح الدين، لمياء عبد الرازق (٢٠١٥). مقياس التشوهات المعرفية للشباب الجامعي. *مجلة الإرشاد النفسي*، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ع(٤١)، ٦٥١- ٦٨٢

- الضبع، فتحي عبد الرحمن (٢٠١٩). التسامي بالذات والشغف والكمالية العصابية كمنبئات بالهناء الذاتي في العمل لدى معلمات رياض الأطفال. *المجلة التربوية*، كلية التربية ، جامعة سوهاج، ع(٦٣)، ٢٧- ٩٧.

- طه، رياض سليمان (٢٠٢٠). العلاقات السببية بين المساندة الاجتماعية وفعالية الذات والصمود الأكاديمي والتكيف الأكاديمي لدى

طلاب الدبلوم العام في التربية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مج(٣٠)، ع(١٠٩)، ٤٧- ٩٤.

- طه، هبة حسين (٢٠٢٠). أبعاد الرفاهية النفسية وفق نظرية رايف " Ryff " محددات للصمود الأكاديمي لدى الطلاب الموهوبين. *مجلة الخدمة النفسية*، كلية الآداب، جامعة عين شمس، ع(١٣)، ٨١- ١٢٠.

- عاشور، وليد حسن (٢٠١٧). العلاقات السببية بين العوامل الخمسة للشخصية والحكمة والهناء النفسي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، جامعة عين شمس، كلية التربية، مج(٤١)، ع(٤)، ٢٨٢- ٣٢١.

- عبد الرازق، محمد مصطفى (٢٠١٢). الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقلياً. *مجلة الإرشاد النفسي*، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ع(٣٢)، ٤٤٩- ٥٧٩.

- عبد الفتاح، فاتن فاروق ؛ حليم، شيري مسعد (٢٠١٤). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم. *مجلة كلية التربية* ، جامعة بورسعيد، ع(١٥)، ٩٠- ١٣٤.

- عبد الفتاح، فوقية أحمد السيد ؛ جابر، جابر عبد الحميد (٢٠٠٥). *علم النفس المعرفي بين النظرية والتطبيق*. دار الفكر العربي للنشر، القاهرة.

- عبد الله، أمينة عبد الفتاح (٢٠١٦). الإسهام النسبي للتفاؤل والرجاء في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى طلاب الدبلوم العام في التربية (نظام العام الواحد) بكلية التربية- جامعة عين شمس. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ع(٩٢)، ج(٢٦)، ٩٧- ١٥١.

- عبد الوهاب، داليا خيري ؛ أحمد، نبيل عبد الهادي (٢٠١٧). قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي كمنبئين بالتشوهات المعرفية لدى طلاب

جامعة الأزهر. *مجلة كلية التربية*، جامعة الأزهر، ع(١٧٦)، ج(٢)، ٦٩٣- ٧٨١.

- العصار، إسلام أسامة(٢٠١٥). *التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة* . رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الاسلامية.

- عطية، أشرف محمد (٢٠١١). الصمود الأكاديمي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب التعليم المفتوح. *مجلة دراسات نفسية*، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، مج(٢١)، ع(٤)، ٥٧١- ٦٢١.

- عطية، كمال إسماعيل (٢٠١٧). التباين في استراتيجيات المواجهة الأكاديمية وأساليب اتخاذ القرار طبقًا لمستوى الاستقلال والصمود الأكاديمي لدى عينة من طلبة الفرقة الدراسية الثانوية. *مجلة كلية التربية*، جامعة المنوفية، ع(٣)، ج(٢)، ١٢٣- ١٩٧.

- علي، محمد عبد القادر (٢٠١٩). أثر برنامج علاجي معرفي سلوكي قائم على تعديل التشوهات المعرفية في تحسين فعالية الذات الأكاديمية لدى عينة من طلاب جامعة سطام ذوي التحصيل المنخفض. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، مج(٢٠)، ع(٣)، ٦٤٥، ٦٨٥.

- فتحي، ناهد أحمد (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً: المكونات العاملية لمقياس المناعة النفسية. *مجلة دراسات نفسية*، مج(٢٩)، ع(٣)، ٥٤٩- ٦١٨.

- قرني، سعاد كامل ؛ أحمد، أحمد عبد الملك(٢٠١٧). الإسهام النسبي للتوجه الإيجابي نحو المستقبل وتنظيم الذات في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى الطلاب المتفوقين دراسيًا بكلية التربية جامعة المنيا: دراسة من منظور علم النفس الإيجابي . *المؤتمر الدولي الثالث: مستقبل إعداد المعلم وتنميته*

بالوطن العربي ، كلية التربية جامعة ٦ أكتوبر بالتعاون مع رابطة التربويين العرب، ١٨٥ -٢٢٥.

- كامل، أميمة مصطفى (٢٠٠٦). التشوهات المعرفية لدى المراهقين وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية "دراسة مقارنة بين الجنسين". *المجلة المصرية للدراسات النفسية*. مج(١٦)، ع(٥٣)، ٢٧- ٧٣ .

- محمد، ذكريات عبد الواحد) ٢٠١٠). *التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط* . دار صفاء للنشر والتوزيع ، الأردن.

- محمد، شيرين محمود (٢٠١٩). واقع التشوهات المعرفية لدى طلاب بكالوريوس الخدمة الاجتماعية وتصور مقترح من منظور خدمة الفرد لمواجهتها. *مجلة الخدمة الاجتماعية*، ع(٦١)، ج(٦)، ٢٧٧- ٣٣٦.

- مختار، نهلة نجم الدين ؛ السعداوي، أحمد سلطان (٢٠١٤). التشوه الإدراكي وعلاقته بأساليب التعلم وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى طلبة المرحلة الإعدادية، *مجلة الأستاذ*، مج(٢) ، ع(٢١١)، ٢٣١- ٢٥٤.

- مختار، ورد محمد (٢٠١٤). *الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة والأداء الأكاديمي لدى الطالبة الجامعية*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.

- المغازي، عبد المحسن مسعد (٢٠١٧). الصمود النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى الطالب المعلم . *مجلة كلية التربية*، جامعة ٦ أكتوبر، ع(٤)، ٩٢٩- ٩٤٦.

- المنشاوي، عادل محمود) ٢٠١٦(. نموذج سببي للعلاقات المتبادلة بين الشفقة بالذات وكل من الإرهاق والصمود الأكاديمي لدى الطالب المعلم . *مجلة كلية التربية*، كلية التربية، جامعة الاسكندرية، ع(٢٦)، ج(٥)، ١٥٣- ٢٢٥.

- مهدي، سعاد حسني (٢٠١٧). اضطراب الشخصية الحدية وعلاقته بالتشوهات المعرفية والرفض الاجتماعي لدى المودعين بالمؤسسات الإيوائية. *مجلة كلية التربية*، جامعة كفر الشيخ ، مج(١٧)، ع(٤)، ٤٧٣-٥٣٤.

- ميسر، نهلة عبد الهادي (٢٠١٩). الصمود الجامعي لدى طلبة كلية التربية بجامعة القادسية. *مجلة لارك*، ع(٣١)، ج(٤). متاح على : https://doi.org/10.31185/lark.Vol4.Iss31.219

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- Avcicagir, G.& Kalkan, M., (2018). The Effect of Interpersonal dependency tendency on Interpersonal cognitive distortions on youths. *Journal of Human behavior in the social environment,* 28 (6), 771 –786.

- Batmaz, S.; Kocbiyik, S., & Yuncu, O., (2015). Turkish Version of the Cognitive Distortions Questionnaire: Psychometric Properties. *Journal of Depression Research and Treatment,* 4(2),1–8.

- Beck, A. (1995) : *Cognitive therapy, Basics and beyond* , Guilford press , New York.

- Beck, A.; Freeman, A. & Davis, D. (2015). ***Cognitive Therapy of Personality Disorders***. (3nd Edition) , The Guilford Press.

- Benada, N. & Chowdhry, R. (2017). A Correlational study of happiness, resilience and mindfulness among nursing student. *Indian Journal of Positive Psychology*, 8 (2), 105-107.
- Bore, M.; Pittolo, C.; Kirby, D.; Dluzewska, T.& Marlin, S. (2016). Predictors of Psychological Distress and Well-Being in a Sample of Australian Undergraduate Students. *Journal of Higher Education Research and Development***,** 35 (5), 869-880 .

- Briere. J. (2000). *Cognitive Distortion Scales: Professional Manual Odessa*, FL : Psychological Assessment Resources, Inc .
- Carr, A(2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. London: Routledge.

- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Journal of Frontiers in Psychology*, (7), 1-11. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01787

- Chattu, V.; Sahu, P.; Seedial, N.; Seecharan, G.; Seepersad, A.; Seunarine, M.; Sieunarine, S.; Seymour, K.; Simboo, S.& Singh, A. (2020). Subjective Well-Being and Its Relation to Academic Performance among Students in Medicine, Dentistry, and Other Health

Professions. *Journal of Education Sciences*, (10) , 224 - 236.

- Clemmer, K. (2009). *Cognitive Distortions: Define, Discover & Disprove.* The Center for Eating Disorders Blog.

- Cook, S., Meyer, D., & Knowles, S., (2019). Relationships between psycho evolutionary fear of evaluation, cognitive distortions, and social anxiety symptoms: A preliminary structural equation model. *Australian Journal of Psychology*, 71(2), 92-99.

- Copeland, P. (2007). Factors related to resilience in teachers and adolescents exposed to Oklahoma City bombing, Dissertation Abstracts international: section B: *Journal of Sciences and Engineering*, 67 (7-B), 41-100.

- Covino, F., (2013). Cognitive distortions and gender as predictors of emotional intelligence, *An Unpublished Ph.D*, Graduate Faculty of the School of Psychology, North central University

- Dong, X.; Dibello, L.; Türegün, M.& Ban, R. (2020). An Exploratory Analysis of a Subjective Well-Being Model for Chinese University Students. *Journal of Frontiers of Education in China*, 15(3). 403-421.

- El-Shokheby, A. (2020). Investigating the Relationship between Cognitive Distortions and Academic Stress for Intermediate School Teachers before and during Work. *International Journal of Higher Education*, 9(5), 46- 54.

- Engler, B. (2014). *Personality theories. Australia:* Wadsworth CENGAGE learning.

- Fazakas D.; Rnic, K. & Dozois, D. (2017). A cognitive Distortions and Deficits model of suicide ideation, *Eruop's Journal of psychology*, 13 (2),178 –193.

- Flynn, D. & MacLeod, S. (2015). Determinants of Happiness in Undergraduate University Students. *College Student Journal*, 49(3). 452-460 .

- Frauke S.; Benno G.& Stefanie J. (2016). Resilience, risk, mental health and well-being: associations and conceptual differences . *Journal of Eur Child Adolesc Psychiatry*, (25), 459–466.

- Gini, G., & Pozzoli, T. (2013). Measuring self-serving cognitive distortions: A meta-analysis of the psychometric properties of the How I Think Questionnaire (HIT). *European Journal of Developmental Psychology,* 10(4), 510–517.

- Gökalp, M. (2020). Investigation of Relationship between Subjective Well-Being Levels and Academic Achievements of University Students According to Various Variables. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 15(3), 532-539 .

- Green, Z. (2020). he Mediating Effect of Well-Being between Generalized Self-Efficacy and Vocational Identity Development. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 20(2), 215-241.

- Gross, T. (2016). One critical year: Understanding college entry experiences, academic resilience, and student persistence among nontraditional community college students**.** *Doctoral dissertation*, Capella University.

- Harrington, R., (2013). *Stress, Health and Well-Being* . Wadsworth, U.S.A.

- Huppert, F. (2009). Psychological well-Being: Evidence regarding its causes and consequences. Applied Psychology: *Journal of Health and Well- Being*,1(2), 137- 164

- Kajbafnezhad, H. & Khaneh K. (2015). Predicting Personality Resiliency by Psychological Well-Being and Its Components in Girl Students of Islamic Azad

University**.** *Journal on Educational Psychology*, 8(4), 11-15.

- Kapikiran, S. (2012). Validity and reliability of the academic resilience scale in Turkish high school. *Journal of Education*, 132 (3), 474-483.

- Kaur K. & Singh, G.(2016). Construction and standardization of academic resilience scale. *International education & research journal*,2 (2), 32-33 .

- Keye, M. & Pidgeon, A. (2013). An investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self- efficacy. *Open journal of social sciences*, 1(6), 1-4.

- Kumar, U., & Singh, R. (2014). Resilience and Spirituality as Predictors of Psychological Well- Being among University Students. *Journal of Psychosocial Research*, 9(2). 123- 156.

- Leahy, R. (2017). *Cognitive Therapy Techniques: a Practitioner's Guide*. (2nd Edition): The Guilford Press.

- Li, H. (2017). The 'secrets' of Chinese students' academic success: Academic resilience among students from highly competitive academic environments. *Journal of Educational Psychology*, 37(8), 1001– 1014.

- Lumby, J. (2011). Enjoyment and learning: policy and Secondary School Learners' Experience in England. *British Educational Research Journal*, 37, 247-264.

- Malaviya R. & Punia N. (2015). Psychological wellbeing of First year college students, *Indian Journal of Educational Studies*, 1(2), 60-68.

- Martin, A. & Marsh, H. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: Multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates and cognate constructs. *Oxford Review of Education*, 35(3), 353–370.
- Martin, A. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring 'everyday' and 'classic' resilience in the face of academic adversity. *Journal of School Psychology International*, 34(5) 488–500.
- Migvel, F.; Amaro, M.; Huss, E.& zuanazzi, A. (2017). Emotional perception and distortion correlates with research cognitive and Interpersonal variables, *Journal of Rorschachiana*, 38 (2), 143 –159.

- Mirza, M. & Arif, M. (2018). Fostering academic resilience of students at risk of failure at secondary school level. *Journal of Behavioral Sciences*, 28(1), 33-50.

- Molina J.; Castillo, I. & Queralt, A. (2011). Leisure-time physical activity and psychological well- being in

university students. *Journal of Psychological reports,*109(2), 453- 460.

- Negovan, V.(2010). Dimensions of Students` Psychological Well-Being and Their Measurement: Validation of A Students` Psychological well-being Inventory **.** *Europe Journal of Psychology*, 2, 85–104.

- Novotny, J. (2011). Academic resilience: Academic success as possible compensatory mechanism of experienced adversities and various life disadvantages. *New Educational Review*. 23(1), 91- 101.

- Öner Ç. & Sinem K. (2016). University Students' Interpersonal Cognitive Distortions, Psychological Resilience, and Emotional Self-Efficacy According to Sex and Gender Roles**.** *Journal of Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi,* 6(2), 187-212.

- Panourgia, C. (2018). Do cognitive distortions explain the longitudinal relationship between life adversity and emotional and behavioral problems in secondary school children?. *Journal of Stress Health*, 33(5), 590-599.

- Possel, P. (2009). 'Cognitive Triade Inventory (CTI)'. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. (40), 240-247 .

- Roberts, M. (2015). Inventory of cognitive distortions: validation of a measure of cognitive distortions using a community sample. *Doctoral Dissertation*, Philadelphia College.

- Roslan, S., Ahmad, N., Nabilla, N., & Ghiami, Z. (2017). Psychological Well-being among Postgraduate Students. *Journal of Acta Medica Bulgarica*, 44(1), 35-41.
- Ryan M.; Eric D., (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Journal of Personality and Individual Differences*, 39(7), 1249–1260.

- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C., Love, G., Urry, H., Muller, D., Rosen M., Friedman E., Davidson. R,& Singer B.(2006). Psychological Well-Being and Ill-Being: Do They Have Distinct or Mirrored Biological Correlates?. *Journal of Psychotherapy Psychosomatics*, (75), 85–95.
- Sabir, F.; Ramzan, N. & Malik, F. (2018). Resilience, self-compassion, mindfulness and emotional well-being of doctors. *Indian Journal of Positive Psychology*, 9 (1), 55-59.

- Santhosh, A., & Appu, A. (2015). Role of optimism and sense of humor towards subjective well-being among college students. *Indian Journal of Positive Psychology***,** 6(2), 143- 154.

- Schwartz, A. (2018). Mindfulness in applied psychology: Building resilience in coaching. *The Coaching Psychologist,* 14 (2), 98-104.

- Selvam, S. & Poulsom, N. (2012). Now and Hereafter the Psychology of Hope from the Perspective of Religion. *Journal of Dharma*, 37(4), 393- 410.

- Shiota, M. (2016). Differences among positive coping strategies in predicting subjective well-being. Emotion, *Silver linings and candles in the dark,* (6), 335–339.

- Short, C. ; Barnes, S.; Carson, J. ; Platt, I.(2020). Happiness as a Predictor of Resilience in Students at a Further Education College. *Journal of Further and Higher Education,* 44(2), 170-184.

- Snape, J. & Miller, D. (2008). A challenge of living? Understanding the psycho – social processes of the child during primary – secondary transition through resilience

and self – esteem theories. *Educational Psychology Review*, (20),217-236.

- Son, H.; Lee, K., & Kim, N., (2015). Affecting factors on academic resilience of nursing students. *International journal of U-and-e-service, Science and Technology*, 8(11), 231- 240.

- Trpcevska, L. (2017). Predicators of Psychological well-being, academic self-efficacy and resilience in university students and their impact on academic motivation. *Doctoral dissertation*, Victoria University.

- Udhayakumar, P. & Illango, P. (2018). Psychological Wellbeing among College Students .*Journal of Social Work Education and Practice*, 3(2) 79-89.

- Usen, S. ; Eneh, G. & Udom, I. (2016): Cognitive Distortion as Predictor of In-School Adolescents' Depressive Symptoms and Academic Performance in South-South, Nigeria. *Journal of Education and Practice*, 7 (17), 23-27 .

- Wald, J.; Taylor, S.; Asmundson, G.; Jang, K. & Stapleton, J. (2006). *Literature review of concepts: psychological resiliency*. Biritish Columbia Univ.

- Yüksel, A., & Bahadir, E. (2019). Relationship between depression, anxiety, cognitive distortions, and

psychological well-being among nursing students. *Journal of Perspectives in psychiatric care*, 55(4), 690-696.

- Zahra, S. & Riaz, S. (2017). Mediating role of mindfulness in stress resilience relationship among university students. *Pakistan Journal of Psychology*, 48 (2), 21-32.

- Zhang, L. (2008). Cognitive Distortions and Autonomy among Chinese University Students. *Journal of Learning and Individual Differences*, 18(2), 279-284.

- Zubair, A.; Kamal, A. & Artemeva, V. (2018). Mindfulness and resilience as predictors of subjective well-being among university students: A Cross cultural perspective. *Journal of Behavioral Sciences*, 28 (2), 1-19.