

## التفكيك المعرفي وعلاقته بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة

عبد الحميد أشرف المهدي & أ.د. علي محمود شعيب & أ.د. عبدالعال حامد عجوة

## التفكيك المعرفي وعلاقته بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة

عبدالحميد أشرف المهدي

مدرس الصحة النفسية المساعد، كلية التربية - جامعة المنوفية، مصر

abdelhmed99@gmail.com

أ.د/ على محمود شعيب

أستاذ الصحة النفسية، كلية التربية - جامعة المنوفية، مصر

أ.د/ عبدالعال حامد عوجة

أستاذ علم النفس التربوي، كلية التربية - جامعة المنوفية، مصر

قبلت للنشر في 2024 / 10 / 1

قدمت للنشر في 2024 / 8 / 5

الملخص: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التفكيك المعرفي وكل من: (معنى الحياة، والقابلية للاستهواء)، والكشف عن مستويات الطلاب في التفكيك المعرفي، وعن الفروق بين الجنسين في التفكيك المعرفي، وتكونت عينة الدراسة من (840) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة المنوفية من الفرقة الثانية والفرقة الرابعة بواقع (707) إناثًا، (118) ذكورًا؛ تراوحت أعمارهم فيما بين (19-24) عامًا، بمتوسط عمري (20.1) عامًا، وانحراف معياري (1.34) عامًا، في العام الجامعي (2022-2023م)، واستخدم الباحث مقياس التفكيك المعرفي إعداد (الباحث)، ومقياس معنى الحياة إعداد (الأبيض، 2010)، وقام الباحث بالتأكد من خصائصهم السيكومترية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستويات متوسطة من التفكيك المعرفي لدى طلاب الجامعة، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين عينة الدراسة راجعة لمتغير النوع (ذكورًا/ إناثًا)، ووجود علاقة سالبة دالة إحصائية بين التفكيك المعرفي ومعنى الحياة، وفي ضوء ذلك تم تقديم بعض التوصيات التربوية والأفكار البحثية.

الكلمات المفتاحية: التفكيك المعرفي، معنى الحياة، طلبة الجامعة.

## **Cognitive deconstruction and its relationship to the meaning of life among university students**

Abdul Hamid Ashraf Al-Mahdi

Assistant Lecturer of Mental Health, Faculty of Education - Menoufia University,  
Egypt  
abdelhimed99@gmail.com

Prof. Dr. Ali Mahmoud Shoaib

Professor of Mental Health, Faculty of Education, Menoufia University, Egypt  
alishoeib2004@yahoo.com

Prof. Dr. Abdel Aal Hamed Ajwa

Professor of Educational Psychology, Faculty of Education - Menoufia University,  
Egypt

**Received on 5th August 2024**

**Accepted on 1st October 2024**

**Abstract:** The current study aimed to reveal the nature of the relationship between cognitive deconstruction and each of: (the meaning of life, and the susceptibility to temptation), and to reveal the students' levels in cognitive deconstruction, and the differences between the sexes in cognitive deconstruction. The study sample consisted of (840) male and female students from the Faculty of Education, Menoufia University, from the second and fourth years, with (707) females, (118) males; Their ages ranged between (19-24) years, with an average age of (20.1) years, and a standard deviation of (1.34) years, in the academic year (2022-2023 AD). The researcher used the cognitive deconstruction scale prepared by (the researcher), and the meaning of life scale prepared by (Al-Abyad, 2010), and the researcher verified their psychometric properties. The results of the study showed that there were moderate levels of cognitive deconstruction among university students, and that there were no statistically significant differences between the study sample due to the gender variable (males/females), and that there was a statistically significant negative relationship

between cognitive deconstruction and the meaning of life. In light of this, some educational recommendations and research ideas were presented.

**Keywords:** cognitive deconstruction, meaning of life, university students.

## مقدمة

يعتمد الجنس البشري في حياته الاجتماعية على التفاعل والعلاقات المتبادلة بين كل فرد والآخر؛ بحسب ما لدى الفرد والآخر من قبول أو رفض؛ لذا يتولد لدى البشر دائماً رغبة في تكوين علاقات اجتماعية تهدف لاستمرار الحياة، والتغلب على صراعاتها واحباطاتها، وتولد حالة من الاستقرار النفسي للفرد. علاوة على ذلك؛ فإن معظم الأشخاص على استعداد لقضاء وقت وجهد كبيرين في سبيل تعزيز العلاقات الداعمة مع الآخرين؛ فإذا لم يصادف الفرد قبولاً اجتماعياً من الآخرين؛ شعر بالنبذ وتصرف بصورة سلبية ينشأ عنها كثير من الاضطرابات النفسية، مثل: القلق والاكتئاب والإحباط والتوتر والضغط النفسية والوحدة النفسية والضيق الانفعالي، وتدني تقدير الذات، وغيرها من الاضطرابات النفسية.

كما يعتبر الرفض الاجتماعي social rejection أحد الأسباب التي تمنع الفرد من التفاعل بنجاح مع الآخرين؛ بما يجعل لحياته معنى وقيمة، ويوجد له هدفاً يسعى إلى تحقيقه، ونظراً لأن أحد الأدوار الأساسية لعملية الاندماج الاجتماعي؛ هو تعزيز التواصل والتعايش مع أعضاء المجتمع؛ فليس من المستغرب أن الرفض الاجتماعي يمكن أن يسبب القلق؛ خاصة وأنه غالباً ما يسلط الضوء على عيوب الشخص ونواقصه، ويقيد احتياجاته الأساسية للانتفاء ويقلل من تقدير الذات، وانخفاض معنى الحياة (Williams, 2001, 60).

هذا؛ وقد تناولت هذه العملية المرتبطة بقطع الروابط الاجتماعية - الرفض الاجتماعي - العديد من النظريات؛ كنظرية الهروب من الذات؛ التي طرحها Baumeister عام (1990)؛ التي فسرت الفشل في العلاقات الاجتماعية بين الأفراد بأنه يُوجد حالة من القلق؛ حيث إن القلق الناتج عن الرفض الاجتماعي يعمل على السماح للشخص المهتد بهذا الرفض، وعدم القدرة على التفاعل مع الآخرين؛ بالانخراط في أنشطة غير هادفة ولا معنى لها؛ تساعده في

الهروب من عملية الرفض الاجتماعي؛ لذلك يقترح (Baumeister, 1990, 100) أن الفرد كي يتخلص من القلق؛ عليه أن يتخلص من الرفض الاجتماعي، أو اللجوء لأحد الحيل الدفاعية التي تساعده في الهروب من النتائج السلبية للرفض الاجتماعي؛ وبالتالي يسعى الفرد إلى درء الاضطراب الانفعالي الذي قد ينشأ عن تجربة الرفض الاجتماعي المكروهة؛ وذلك عن طريق عزل الانفعالات بشكل دفاعي، وإبعاد المشاعر السلبية عن الوعي الذاتي؛ وقد وُصفت هذه العملية بأنها حالة من التفكير المعرفي "Cognitive deconstruction"؛ والتي تتصف ليس فقط بنقص العاطفة والانفعال؛ ولكن أيضًا تتصف بإحساس متغير بالوقت، والانغماس في الحاضر بدلاً من الماضي أو المستقبل، والغياب النسبي للتفكير الهادف والمنطقي، وبالتالي وصول الفرد لحالة من الخمول، وقد يكون الدافع وراء كل ذلك؛ هو محاولة الفرد الهروب من الوعي الذاتي المكروه (Twenge, Catanese, & Baumeister, 2003,409; Nicholes, 2010,19).

كذلك نظر بعض الباحثين إلى التفكير المعرفي على أنه مفهوم نفسي اجتماعي؛ ووصفوه بأنه حالة دفاع عن الذات؛ يحاول فيها الفرد بهمة الهروب من سوء الرضا الناجم عن التفكير بين ما هو مأمول وما يخبره به الواقع الحالي، وهو يمثل أيضًا محاولة رفض الفرد الانخراط في أفكار لها معنى، أو التصرف بصورة متكاملة، أو يسلك سلوكًا معرفيًا ذا معنى. وبالتالي يمكن اعتبار التفكير المعرفي دليلًا على رفض المعنى، أو رفض التفكير بشكل خلاق؛ وذلك على عكس الفكر البناء أو التكاملي أو المنطقي، والذي يمكن أن يتضمن استكشاف معاني وسياقات وتفسيرات وحلول وإمكانيات جديدة (Liu, Chen, Zhang & Dierendonck, 2020,3).

من جانب آخر؛ يعد الاقتراح القائل بأن الناس قد يحاولون استخدام حيلٍ دفاعية لمواجهة القلق؛ هو مفهوم معروف في نظرية التحليل النفسي، وقد نوقش في الأصل من قبل فرويد؛ فوفقًا لنظرية التحليل النفسي يمكن وصف الأنا على أنها الإحساس الواعي بالذات

الذي يدمج مواقف الشخص وقيمه واهتماماته، ويتعامل مع العالم الخارجي ومتطلباته العملية؛ حيث يحدث الدفاع عن الذات استجابةً للقلق الناجم عن الدوافع والصراعات والتهديدات الخارجية من خلال استخدام ما يُعرف عمومًا بـ "ميكانزمات الدفاع عن الذات"، حيث كانت Anna Freud أول من حدد مناقشة العديد من آليات الدفاع عن الذات؛ حيث توصف آليات الدفاع عن الذات بأنها أنماط رد فعل اعتيادية وغير واعية تستخدم لحماية الأنا (الذات الواعية) من القلق، وهو ما يشبه التفكيك المعرفي الذي تحدثت عنه نظرية الهروب من الذات (Nicholes, 2010, 19).

كما أنه؛ نظرًا لأن الحالة المفككة معرفيًا للأفراد المرفوضين اجتماعيًا تميل إلى رفض التفكير الهادف؛ فإن أحد المتغيرات المهمة التي تم ربطها بالتفكيك المعرفي هو الإحساس الذاتي للشخص بمعنى الحياة، حيث أنه تم التحقق من اللامعنى وذلك بعد تجربة الرفض الاجتماعي بواسطة (Williams, 2001, 63) الذي أوضح أن أهم الاحتياجات الانسانية هو الحاجة إلى وجود معنى للحياة؛ حيث تشير الأبحاث إلى أن هذه الحاجة الأساسية للوجود الهادف، ووجود معنى لحياة الشخص مهددة بشكل كبير عند الأفراد الذين يعانون من التفكيك المعرفي؛ والذي ينتج من تعرض هؤلاء الأفراد للرفض الاجتماعي.

بناءً على ذلك؛ يمكن القول بأن التفكيك المعرفي يحدث كرد فعل محتمل للتعامل مع التجربة السلبية المتمثلة في الرفض الاجتماعي، وفي حالة إزالة العلاقات مع الآخرين؛ كما يحدث في حالة الرفض، فقد ينخفض المعنى في الحياة؛ ليس فقط لأن عزل التفكير الهادف يحدث، وأن تحديد المعنى في الحياة أصبح غير متاح؛ ولكن أيضًا لأن الناس يستمدون المعنى في الحياة من علاقاتهم مع الآخرين، وإذا تم إزالة هذه العلاقات مع الآخرين، أو حتى التهديد بفقدانها؛ فقد يترتب على ذلك الشعور بعدم وجود معنى في الحياة، ويتعامل بعض الناس مع هذه التجربة البغيضة بالهروب إلى حالة التفكيك المعرفي.

مما سبق يتضح؛ أن التفكيك المعرفي هو نتاج تعرض الفرد لعملية الرفض الاجتماعي، أو نتاج الخلل أو التناقض بين توقعات وآمال الفرد، وبين ما يحدث بالفعل، حيث يسبب هذا الرفض الاجتماعي والتناقض الذاتي؛ ضيق وألم نفسي، وآثار سلبية علي الفرد؛ لذلك يسعى للجوء لحالة دفاعية يهرب من خلالها من هذه الآثار السلبية التي غالبًا ما تكون بسبب أنه ينظر إلى ذاته نظره سلبية، وينظر إليها على أنها غير كفاء؛ وهذه الحالة الدفاعية التي يلجأ إليها الفرد هي التفكيك المعرفي؛ حيث تعمل هذه الحالة المفككة معرفيًا على تقليل الوعي بالذات لدى الفرد، وبالتالي ينخفض التفكير الواعي والهادف، ويقل لديه الاحساس بالمشاعر والانفعالات، وهذه الحالة هدفها الأساسي مساعدة الفرد في الهروب من الذات التي ينظر إليها بنفور؛ ولكن هذه الحالة غالبًا ما تكون آثارها سيئة على المدى البعيد؛ حيث تم ربطها بفقدان معنى الحياة، وزيادة استجابة الفرد للقابلية للاستهواء والفكر المتطرف، والأخطر من ذلك أنه تم ربطها بشكل كبير بالميل نحو الانتحار.

### مشكلة البحث

نظرًا لارتفاع حالات التنمر والرفض الاجتماعي؛ سواء كان ذلك على شبكات التواصل الاجتماعي أو في الحياة الواقعية، وكذلك زيادة الضغوط النفسية المصاحبة للحياة؛ وما ينتج عن ذلك من آثار نفسية ومعرفية واجتماعية خطيرة؛ كان من المهم علينا ما يترتب على هذه الأمور من آثار على المجتمع بصفة عامة وعلى طلاب الجامعة بصفة خاصة؛ خاصة ما يسمى بالتفكيك المعرفي Cognitive deconstruction؛ والذي يحدث غالبًا نتيجة التنمر والرفض الاجتماعي والضغوط النفسية المصاحبة للحياة والاكئاب والقلق؛ وبالتالي فإن هناك عوامل خطر تنتج عن حالة التفكيك المعرفي؛ وهذا ما كشفت عنه العديد من الدراسات، حيث كشفت نتائج دراسات (Twenge et al. 2003; Baikeli, Li, Zhu, & Wang, 2021; Borawski, 2022)



عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة، كما كشفت الدراسة التي قام بها (Sook, 2007) عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين التفكير المعرفي والانتخاب، كما أن عملية التفكير المعرفي في المراحل المتقدمة لها قد تؤدي إلى الانتحار (Baumeister, 1990)؛ وهذا يعتبر التفكير المعرفي متغير له تأثير كبير على الفرد سواء بشكل مباشر أو غير مباشر؛ وبذلك يمكن إيجاز منطلقات الاحساس بمشكلة البحث الحالي في النقاط التالية:

- أ- عدم وجود أي دراسة عربية سابقة - في حدود علم الباحث - تناولت التفكير المعرفي، وأنه رغم الإشارة إليه في التراث السيكلوجي، ورغم ما يحدثه من آثار سلبية على الفرد؛ إلا أنه لم يسترعب انتباه الباحثين العرب؛ مما دفع الباحث إلى محاولة تغطية هذه الفجوة البحثية بهدف البدء في التأصيل النظري لهذا المتغير المهم في العالم العربي من جانب، ولإضافة أداة قياس جديدة له قد تساعد الباحثين العرب مستقبلاً في كشف علاقات هذا المتغير بغيره من المتغيرات النفسية المتداولة من جانب آخر.
- ب- أنه لا توجد أية دراسات سابقة - في حدود علم الباحث - فحصت الفروق في مستوى التفكير المعرفي الراجعة لعامل التخصص (علمي / أدبي)؛ ولذلك تحاول الدراسة الحالية الكشف عن مثل تلك الفروق بين طلاب الجامعة.
- ج- أن الدراسات التي تناولت الفروق في مستوى التفكير المعرفي الراجعة لعامل النوع (ذكوراً، إناثاً) كانت قليلة للغاية؛ حيث لم يجد الباحث سوى دراسة وحيدة وهي دراسة (Nicholes, 2010)؛ والتي كشفت عن عدم وجود فروق في مستوى التفكير المعرفي الراجعة لعامل النوع (ذكوراً، إناثاً)؛ كما أنه لا توجد أي دراسة - في حدود علم

الباحث- تناولت هذه الفروق في البيئة العربية؛ ولذلك تسعى الدراسة الحالية إلى اختبار مثل تلك الفروق بين طلاب الجامعة.

وفي ضوء ما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في محاولة الاجابة على السؤال الرئيسي التالي:

- ما العلاقة بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة والقابلية للاستهواء لدى طلاب الجامعة؟  
وللإجابة على هذا السؤال الرئيسي سيحاول الباحث الإجابة على الأسئلة الفرعية التالية:

1. ما مستوى التفكير المعرفي لدى طلاب الجامعة؟
2. هل توجد فروق بين درجات الذكور ودرجات الإناث في التفكير المعرفي؟
3. هل توجد فروق بين درجات طلاب الشعب العلمية ودرجات طلاب الشعب الأدبية في التفكير المعرفي؟
4. هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين درجات الطلاب في التفكير المعرفي ودرجاتهم في معنى الحياة؟

أهداف البحث: هدفت الدراسة الحالية إلى الآتي:

1. التعرف على مستوى التفكير المعرفي لدى طلاب الجامعة.
2. التعرف على الفروق بين أفراد عينة الدراسة في التفكير المعرفي تبعاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).
3. التعرف على الفروق بين أفراد عينة الدراسة في التفكير المعرفي تبعاً للتخصص (العلمي/ والأدبي).

4. التعرف على العلاقة الارتباطية بين التفكيك المعرفي ومعنى الحياة لدى طلاب الجامعة.

#### أهمية البحث:

- الأهمية النظرية: تنطلق الأهمية النظرية للدراسة الحالية من أهمية المتغيرات التي تقوم بدراستها، وأهمية المشكلة التي تبحث عن إجابة لأسئلتها، حيث تعتبر المتغيرات التي تقوم بدراستها عامة والتفكيك المعرفي خاصة على درجة عالية من الأهمية في التعرف على مدى شيوعه بين طلاب الجامعة؛ خاصة وأن عواقب هذا التفكيك وخيمة فقد يلحق بالفرد المفكك معرفياً مشكلات نفسية وعقلية وانفعالية واجتماعية، وقد يصل التفكيك المعرفي بالفرد إلى فقدان المعنى والهدف في الحياة (Twenge et al. 2003; )، وفي مراحلها المتقدمة يصل بالفرد إلى التفكير في الانتحار (Baumeister, 1990)، كما تأتي أهمية هذه الدراسة كونها الأولى عربياً - في حدود علم الباحث - التي تتناول التفكيك المعرفي بالبحث والدراسة، وذلك في ضوء ما أتيح للباحث الاطلاع عليه من دراسات وأبحاث .
- الأهمية التطبيقية: في ضوء التعرف على درجة شيوع التفكيك المعرفي بين طلاب الجامعة والتعرف على علاقته بمعنى الحياة؛ مما سيكون له جوانب تطبيقية مستقبلاً في بناء برامج إرشادية لخفض التفكيك المعرفي لدى طلاب الجامعة الذين هم وقود المجتمعات وأمل الغد، وبما أن البيئة العربية تفتقر لأي دراسة في التفكيك المعرفي - في حدود علم الباحث- ؛ مما دفع الباحث إلى تناول هذا المتغير بالدراسة حتى يفتح الباب للباحثين العرب لإجراء المزيد من البحوث على هذا المتغير، مع توفير أداة قياس مناسبة لقياس التفكيك المعرفي في البيئة العربية.

## مصطلحات البحث:

1- التفكيك المعرفي **Cognitive deconstruction**:

يعرفه (Baumeister, 1990,99) بأنه حالة دفاع عن الذات؛ يحاول فيها الفرد تجنب التفكير الهادف؛ خاصةً فيما يتعلق بالأعمال الذهنية التفسيرية والتكاملية.

ويعرفه البحث الحالي: بأنه "حالة عقلية للدفاع عن الذات؛ تتميز بقلّة الانفعالات؛ يحاول فيها الفرد الهروب من حالة عدم الرضا عن الانفصال بين ما يتوقعه وما يحدث له بالفعل، والهروب من الضيق الانفعالي أو الأفكار المزعجة والمؤلمة؛ وذلك عن طريق رفض التفكير الهادف خاصةً فيما يتعلق بالإشارة إلى الأفعال الذهنية التفسيرية والتكاملية.

ويعرف إجرائيًا: بأنه الدرجة التي يحصل عليها كل فرد من أفراد العينة على مقياس التفكيك المعرفي الذي أعده الباحث.

2- معنى الحياة **Meaning of Life**

يعرفه (الأبيض، 2010، 803) بأنه "عبارة عن مجموع استجابات الشخص؛ والتي تعمل على عكس اتجاهاته سواء الإيجابية أو السلبية نحو الحياة بأهدافها وأبعادها المختلفة، والالتزامات التي يرتبط ويلتزم بها الشخص في حياته من عمل أو دراسة، إلخ...، وكذلك مدى إحساسه بقيمتها وأهميتها ومدى دافعيته للتحرك بنشاط وإيجابية نحو تحقيقها، ومدى قدرته على تحمل المسؤولية، وكذلك مدى قدرته على التسامي بذاته نحو الآخرين المحيطين به، ومدى تقبله لذاته وقدراته، ورضاه عن حياته بشكل عام وشامل.

ويعرفه البحث الحالي إجرائيًا: بأنه الدرجة التي يحصل عليها كل فرد من أفراد العينة على مقياس معنى الحياة الذي أعده (الأبيض، 2010).

### حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: دراسة التفكيك المعرفي وعلاقته بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة.
- الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2021-2022م.
- الحدود المكانية: كلية التربية - جامعة المنوفية.
- الحدود البشرية: طلاب كلية التربية - جامعة المنوفية من الفرقة الأولى حتى الفرقة الرابعة.
- أدوات البحث: استعان الباحث في الدراسة بقياس التفكيك المعرفي. إعداد: (الباحث)، ومقياس معنى الحياة. إعداد: (الأبيض، 2010).
- الأساليب الإحصائية: تم استخدام الباحث العديد من الأساليب الإحصائية لمعالجة بيانات الدراسة حاسوبياً على النحو التالي (التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام برنامج Spss-v28 للتحقق من صدق مقياس التفكيك المعرفي - التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS-v24 للتأكد من نتائج التحليل العاملي الاستكشافي - اختبار T-test لمعرفة الفروق بين المجموعات - معامل ارتباط بيرسون لإيجاد معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة).

- الإطار النظري والدراسات السابقة:

### 1- التفكيك المعرفي Cognitive deconstruction

- نشأة التفكيك المعرفي:

ظهر مفهوم التفكيك المعرفي لأول مره على يد (Baumeister, 1990)، وذلك أثناء دراساته حول الانتحار، وإدمان الكحول، والشراهة عند الأكل، والاستبعاد الاجتماعي؛ حيث

وضع نظرية أسماها؛ نظرية الهروب من الذات self-escape theory، وأوضح أن التفكيك المعرفي يلعب دورًا رئيسيًا في حياة الأفراد الذين يعانون من الأحداث المؤلمة في الحياة، حيث يرى أن الرفض الاجتماعي، والأحداث المؤلمة التي يتعرض لها الفرد، ومقارنته ذاته بالآخرين؛ غالبًا ما توجه نظر الفرد إلى عيوبه ونواقصه؛ وبالتالي ينظر إلى الذات بنفور؛ لذلك يرى أن الناس يحاولون تجنب هذه الآثار السلبية للوعي العالي بالذات؛ وذلك من أجل الهروب من آثار التجارب والمواقف والأحداث المؤلمة أو المجهدة بشكل خاص، وأن هذه الاستراتيجية قد تصبح طريقة راسخة للتعامل مع الضغوط والتوتر المستمر الذي يتعرض له الفرد في حياته (Baumeister, 1990,99,105).

والفكرة الأساسية في نظرية الهروب من الذات؛ هي أن هناك عدة مستويات بنيوية هرمية للتفسير والمعنى مرتبطة بالأفعال والمواقف البشرية، تتراوح هذه المستويات من المستويات المحسوسة والملموسة إلى المستويات المجردة للمعاني أو التفسيرات، وكل مستوى من هذه المستويات له أهداف واستراتيجيات محددة مرتبطة به؛ ويعتبر الانتباه الواعي الوسيلة التي يتم من خلالها تنشيط مستويات عالية من المعنى، ويعتبر الهروب من الوعي السلبي بالذات ينطوي على خفض أو تضيق تركيز الانتباه من المستويات المجردة أو الأعلى إلى المستويات الملموسة أو الأدنى، وكذلك تجنب التفكير الهادف؛ ويؤدي هذا التحول بشكل فعال إلى فصل عمليات التقييم الذاتي التي قد تؤدي إلى حالات انفعالية سلبية، والتأثير السلبي، وإدراك التهديدات الانفعالية للرفض الاجتماعي، وكذلك الفشل الملحوظ، وأيضًا الفشل في تحقيق المعايير المفروضة ذاتيًا؛ هو سبب شائع للتأثير السلبي (Ward, Hudson, & Marshall, 1995,72).

وعلى هذا؛ فإنه بمجرد أن تبدأ الحالة المفككة معرفيًا في التطور؛ استجابةً للوعي الذاتي المكروه، فإن احتمال حدوث سلوك غير أخلاقي أو منحرف أو غير قانوني - خاصةً بالنظر إلى

الدوافع الموجودة- يصبح أكبراً؛ وذلك بسبب حدوث توقف، وتشبيط لآليات التقييم الذاتي، وغالباً ما يكون السلوك نتيجةً لذلك قهرياً واعتيادياً ومألوفاً. ونظراً لأن الوعي بالتفكير غير العقلاني أو المتناقض يعتمد على وجود مستويات أعلى من المعنى، فإن الشخص في حالة التفكير المعرفي سيبدو غير عقلائي، كما أنه غالباً ما يصعب عليه الحفاظ على حالة التفكير المعرفي، حيث إنه على الرغم من أن التأثير السلبي يضعف إلى حد كبير أثناء وجود الفرد في حالة التفكير (هذه هي وظيفتها)، إلا أن الأفراد سيظلون يعانون من مشاعر سلبية غامضة، مثل التعاسة، دون معرفة السبب؛ وبالتالي فإن التفكير المعرفي ليس حلاً مناسباً لمشكلة الوعي بالذات المكروه، والتقييم الذاتي السلبي (Ward, Hudson, & Marshall, 1995,73).

ونظراً لأهمية التفكير المعرفي؛ بدأت الدراسات المتخصصة تتناول هذا المفهوم منطلقة من نظرية الهروب من الذات ل Baumeister، حيث قام (Twenge, et al., 2003) بسلسلة من الدراسات التي تستكشف عواقب التفكير المعرفي، والتي فتحت المجال فيما بعد لتناول هذا المفهوم بشكل واسع؛ نظراً للأهمية التي يحظى بها هذا المتغير.

#### - مفهوم التفكير المعرفي:

تعددت التعريفات التي تناولت مفهوم التفكير المعرفي؛ وذلك منذ ظهوره لأول مره على يد (Baumeister, 1990) والذي قام بتعريف مصطلح التفكير المعرفي؛ بأنه حالة دفاع عن الذات؛ يحاول فيها الفرد تجنب التفكير الهادف؛ خاصةً فيما يتعلق بالأعمال الذهنية التفسيرية والتكاملية (Baumeister, 1990,99).

كما عرفه (Lser, 2000, 39) على أنه عملية تفكير للوعي بالذات، وتجنب التفكير الهادف، وتجنب المعاني والتفسيرات؛ وذلك نتيجة تعرض الفرد لتجارب فشل، وضغوط في

حياته، والتقييم السلبي للذات؛ وبالتالي يعمل هذا التفكيك المعرفي على تمكين الفرد من التحرر من المشاعر والتجارب غير السارة والمؤلمة؛ وذلك لفترة قصيرة.

بينما يرى (Twenge et al., 2003, 409) أن التفكيك المعرفي هو حالة دفاعية يتجنب فيها الفرد التفكير الهادف، والانفعالات، والوعي بالذات، وتتصف بالحمول، وإدراك مضطرب للوقت؛ وبالتالي يؤدي هذا التفكيك المعرفي إلى المبالغة في تقدير الفترات الزمنية، والتركيز على الحاضر بدلاً من المستقبل، والفشل في تأخير وإرجاء الإشباع.

أما الجمعية الأمريكية لعلم النفس (American Psychological Association, 2007, 203) فتعرف التفكيك المعرفي على أنه "حالة عقلية تتميز بقلّة الانفعالات، وغياب أي إحساس بالمستقبل، والتركيز على الحاضر، والتركيز على الإحساس الملموس بدلاً من التفكير المجرد، وقد يلجأ الناس لهذه الحالة العقلية للهروب من الضيق الانفعالي أو الأفكار المزعجة والمؤلمة".

بينما يرى (Danielle, 2010, 121) أن التفكيك المعرفي هو عملية هروب من الهوية إلى الجسد، حيث أنه عندما يواجه الأفراد مواقف يرون أنها سلبية، وغير مريحة بالنسبة لهم، ولا يمكن السيطرة عليها؛ فقد يتعاملون معها عن طريق عملية فك الارتباط العقلي؛ لإزالة الواقع المؤلم من الوعي بالذات؛ وبالتالي يهرب الأفراد من الوعي بالذات المكروه؛ من خلال تضيق التركيز إلى جزء لا معنى له من الذات؛ حيث أنه عندما ينحصر التركيز على الأحاسيس الحالية وحركات الجسم؛ يتقلص الوعي إلى الوقت الحاضر، ويتم استبعاد جميع الأفكار الأخرى؛ مما يمنع الذات من التفكير الهادف.

أما (Stenseng, Rise & Kraft, 2012, 21) يرون أن التفكيك المعرفي هو حالة من الانفصام والانفصال بين أجزاء الذات التي عادة ما تكون متكاملة؛ وذلك نتيجة وجود



مؤثرات سلبية على الفرد؛ حيث يؤدي هذا التفكير المعرفي إلى تجزئة الأفكار والعواطف والانفعالات والسلوكيات لدى الفرد.

كما عرفه (Donnelly, Ksendzova, Howell, Vohs, & Baumeister, 2016, 299)؛ بأنه حالة عقلية تتميز بالتفكير غير المرن والملموس؛ بدلاً من التفكير المرن والمجرد، والتركيز على الحاضر بدلاً من الماضي والمستقبل، وتضييق الانتباه، وتجنب عام للتفكير في المعنى العاطفي والانفعالي للمواضيع والأحداث والمواقف السلبية (تجنب الاجترار الانفعالي)؛ حيث تهدف هذه العملية إلى التقليل من الضيق الانفعالي، وتنتج هذه الحالة من المؤثرات الاجتماعية السلبية، ومن الفهم الخاطئ للظروف المجتمعية، وعدم فهم الفرد لذاته، ومقارنة الذات بالمعايير المجتمعية، وقد يؤدي الحفاظ على هذه الحالة المفككة؛ إلى فك العديد من الضوابط الداخلية التي توجه السلوك عادةً، مثل التحليل العقلاني، والمثبطات الاجتماعية؛ وقد يترتب على ذلك السلوك الاندفاعي والسليبي وغير العقلاني، وقد يشمل التفكير المعرفي اكتساب الفرد هوية جديدة (مؤقتاً على الأقل)؛ تحل محل الذات التي يسعى الفرد جاهداً للهروب منها.

كذلك يذكر (Mohr, Haverly, Froidevaux, & Wang, 2018,4) أن التفكير المعرفي هو حالة من الهروب من الذات؛ تنبع من التقييمات الذاتية السلبية المحتملة، والتي تحدث في المواقف التي يتم فيها تحدي الصورة الذاتية الإيجابية للفرد، كما أن هناك مجموعة من الظروف التي تعزز هذه الحالة المفككة؛ بما في ذلك عندما يُقصر أو لا يحقق الفرد التوقعات والآمال المرجوة، أو عندما ينتقد الآخرون أفعاله.

كما يرى (Liu, Chen, Zhang & Dierendonck, 2020,3) أن التفكير المعرفي؛ هو حالة دفاع عن الذات، وفيها يحاول الفرد بهمة الهروب من سوء الرضا الناجم عن التفكك بين ما هو مأمول وما يخبره به الواقع. ويروق التفكير المعرفي للأفراد لأنه يوفر لهم "منطقة راحة" مؤقتة

تخفف من إخفاقاتهم المتمرسة، حيث يؤدي التفكيك المعرفي إلى أن عمليات التفكير لدى الأفراد تكون متدنية المستوى؛ من خلال تقليل ورفض وإزالة الوعي بالذات والتفكير الهادف، وهؤلاء الأفراد يكون منظورهم الزمني ضيق ويركز بشكل كبير على الحاضر، وينكرون الخطط أو الأهداف طويلة المدى، ويركزون على المهام والتفاصيل الملموسة، ويتجنبون الأفكار والتفسيرات الجديدة.

وبهذا؛ يمكن تعريف التفكيك المعرفي بأنه "حالة عقلية للدفاع عن الذات؛ تتميز بقلّة الانفعالات؛ يحاول فيها الفرد الهروب من حالة عدم الرضا عن الانفصال بين ما يتوقعه وما يحدث له بالفعل، والهروب من الضيق الانفعالي أو الأفكار المزعجة والمؤلمة؛ وذلك عن طريق رفض التفكير الهادف خاصةً فيما يتعلق بالإشارة إلى الأفعال الذهنية التفسيرية والتكاملية.

- أبعاد التفكيك المعرفي:

استخلص الباحث الحالي خمسة أبعاد وخصائص أساسية تميز التفكيك المعرفي لدى طلاب الجامعة؛ يمكن ذكرها كما يلي:

أ- الفورية المعرفية **Cognitive Immediacy**: تعني التركيز المحدود على الأحداث والأهداف الفورية التي تحدث في الوقت الحاضر قصير المدى، أما التجارب السابقة والأهداف المستقبلية تنسحب من الوعي الحالي للفرد، كما أنه يكون لديه إدراك مضطرب ومشوه للوقت (الوقت يمر ببطء)، مع الانغماس في الحاضر بدلاً من الماضي أو المستقبل.

ب- **البلادة الانفعالية: Emotional Apathy** تعني انخفاض كبير في درجة الاستجابة الانفعالية وقلة / ضعف الانفعالات؛ وخاصة الانفعالات السلبية، وتجنب محفزات إثارة المشاعر، وذلك نظرًا لهروب الفرد من الوعي بالذات.

ج- **الأفكار اللاعقلانية Irrational Thoughts**: تعني ميل الفرد إلى الأفكار اللاعقلانية؛ واللامنطقية؛ وذلك نظرًا لأن الشخص الذي يعاني من التفكير المعرفي يهدف إلى الهروب من التفكير الهادف، لأنه يتجنب تفسير الحدث الإقصائي؛ وبالتالي قد يصبح التفكير غير العقلاني أكثر انتشارًا لديه.

د- **الأفكار الخيالية Imaginative Thoughts**: تعني ميل الفرد إلى الأفكار الخيالية؛ وذلك نظرًا لأن الشخص الذي يعاني من التفكير المعرفي يهدف إلى الهروب من الواقع المؤلم، لأنه يتجنب تفسير الحدث الإقصائي؛ وبالتالي قد يصبح التفكير الخيالي أكثر انتشارًا لديه، مع ميل الفرد إلى وضع معاني جديدة تقدم آثار حميدة وممتعة أكثر من الواقع.

هـ- **العقلية المغلقة Close-Mindedness**: تشير العقلية المغلقة إلى أنماط ضيقة وجامدة وغير إبداعية وخطية ونمطية من التفكير؛ بسبب رفض التفكير الهادف، مع تجنب الفرد المهام التي تتطلب المرونة المعرفية والبحث عن البصيرة.

- النظريات المفسرة للتفكير المعرفي:

- **نظرية الهروب من الذات Self-escape theory**:

يعتبر (Baumeister, 1990) هو أول من تكلم عن مفهوم التفكير المعرفي، وذلك حينما وضع نظريته أسماها نظرية الهروب من الذات؛ حيث يقترح أن الأشخاص الذين يعانون من الإقصاء الاجتماعي، وإحباط الحاجة إلى الانتماء، ويكون لديهم صعوبة في تكوين علاقات

اجتماعية مع الآخرين، والنظرة السلبية للذات، ويعانون ومن ضغوط حياتية؛ قد يهربون إلى حيلة عقلية دفاعية عن الذات تعمل على عزل الحقيقة والانفعالات السلبية وغير المقبولة عن وعيهم الحالي؛ وهذه الحيلة العقلية الدفاعية تسمى "التفكيك المعرفي".

والفكرة الأساسية في نظرية الهروب من الذات؛ هي أن هناك عدة مستويات بنوية هرمية للتفسير والمعنى مرتبطة بالأفعال البشرية، تتراوح هذه المستويات من المستويات المحسوسة والملموسة إلى المستويات المجردة للمعاني أو التفسيرات، وكل مستوى من هذه المستويات له أهداف واستراتيجيات محددة مرتبطة به؛ ويعتبر الانتباه الواعي الوسيلة التي يتم من خلالها تنشيط مستويات عالية من المعنى، ويعتبر الهروب من الوعي السلبي بالذات ينطوي على خفض أو تضيق تركيز الانتباه من المستويات المجردة أو الأعلى إلى المستويات الملموسة أو الأدنى، وكذلك تجنب التفكير الهادف؛ ويؤدي هذا التحول بشكل فعّال إلى فصل عمليات التقييم الذاتي التي قد تؤدي إلى حالات انفعالية سلبية، والتأثير السلبي، وإدراك التهديدات الانفعالية للرفض الاجتماعي، وكذلك الفشل في الحياة الاجتماعية، وأيضاً الفشل في تحقيق المعايير المفروضة ذاتياً على الفرد (Baumeister, 1990, 92).

كما ترى هذه النظرية أنه غالباً ما تقود الإخفاقات السابقة الشخص إلى توقع الفشل والهزيمة النفسية في المستقبل؛ وبالتالي فإن عدم القدرة على توقع مستقبل سعيد قد يسبب إحجاماً عن التفكير في أي مستقبل، حيث إن التضيق المعرفي الذي ينطوي عليه التحول التفكيكي (التفكيك المعرفي) هو محاولة لتجنب التفكير في أن الإخفاقات والمصائب الماضية تنطوي على بؤس مستقبلي؛ ففي بعض الأحيان قد يتصور الشخص مستقبلاً غير سعيد، وفي أحيان أخرى يتمكن الشخص من تجنب التفكير في أي مستقبل على الإطلاق؛ وقد يكون الدافع

الأخير هو الأرجح، وبالتالي فإن الفرد يلجأ إلى حالة التفكيك المعرفي عند تعرضه لإخفاقات وضغوط أو مشكلات حياتيه يعجز عن التعامل معها بشكل جيد (Baumeister, 1990, 100).

وقد ذكر (Nicholes, 2010, 19-20) أن هناك علاقة بين نظرية الهروب من الذات ونظرية التحليل النفسي التي تحدثت عن ميكانزمات الدفاع النفسي، حيث يعتبر الاقتراح القائل بأن الناس قد يحاولون دون وعي التوقف عن تجربة القلق البغيضة هو مفهوم معروف في نظرية التحليل النفسي، وقد نوقش في الأصل من قبل Freud؛ فوفقاً لنظرية التحليل النفسي، يمكن وصف الأنا على أنها الإحساس الواعي بالذات الذي يدمج مواقف الشخص وقيمه واهتماماته، ويتعامل مع العالم الخارجي ومتطلباته العملية؛ حيث يحدث الدفاع عن الذات استجابةً للقلق الناجم عن الدوافع والصراعات والتهديدات الخارجية؛ من خلال استخدام ما يُعرف بآليات الدفاع عن الذات، حيث كانت Anna Freud أول من حدد مناقشة العديد من آليات الدفاع عن الذات؛ حيث توصف آليات الدفاع عن الذات بأنها أنماط ردود فعل اعتيادية، تستخدم لحماية الأنا والذات الواعية من القلق. وبشكل أكثر تحديداً؛ فإن وظائف آليات الدفاع عن الذات هي كالآتي:

- أ- الحفاظ على التأثيرات الخارجية ضمن حدود مقبولة عند حدوث تغييرات مفاجئة في الحالة الانفعالية للفرد.
- ب- إعادة التوازن النفسي للفرد؛ وذلك عن طريق تأجيل أو إبعاد الزيادات المفاجئة في الدوافع البيولوجية.
- ج- الحصول على فترة راحة من أجل الإدارة والتحكم في التغييرات في الصورة الذاتية التي لا يمكن دمجها على الفور لدى الفرد.

د- التعامل مع الصراع الذي لا يمكن حله مع الأشخاص المهمين في حياة الفرد الذين قد يكونون إما أحياء أو أمواتًا ولكن الشخص غالبًا لا يكون قادرًا عن البعد عنهم أو حتى التخلي عنهم.

وبالتالي؛ وفقًا لهذه النظرية تحدث حيل الدفاع كوسيلة للهروب من الضيق الانفعالي والنفسي الذي يعاني منه الفرد، ونتيجة أيضًا لضغوط الحياة التي قد يتعرض لها الفرد؛ ويكون ذلك من خلال استخدام حيل دفاعية نفسية؛ وبنفس الطريقة التي تعمل بها آليات الدفاع عن الذات يقترح Baumeister أن الأشخاص الذين يعانون من الرفض الاجتماعي، وضغوطات الحياة، قد يهربون إلى حالة عقلية دفاعية تعزل الحقيقة والانفعالات غير المقبولة عن وعيهم الحالي؛ وهذه الحالة الدفاعية تسمى "التفكيك المعرفي"؛ حيث يتوافق هذا مع نظرية التحليل النفسي التي تشير إلى إمكانية حدوث استجابة دفاعية تساعد في تنظيم التأثيرات التالية للتغيرات العاطفية والانفعالية التي يواجهها الفرد خلال مواقفه الاجتماعية، وقد تحدث مثل هذه الاستجابة لبعض الأشخاص بعد تجربة الرفض الاجتماعي، ولكن الفرق بين نظرية التحليل النفسي ونظرية الهروب من الذات؛ هو أن الحيل الدفاعية التي تستخدم في التحليل النفسي تكون لا شعورية؛ أما المستخدمة في نظرية الهروب من الذات تكون قصدية.

وقد تبني الباحث نظرية (Baumeister, 1990) لأنها تعتبر هي أول نظرية حددت التفكيك المعرفي بطريقة دقيقة وجيدة ومنطقية؛ حيث تناولت هذه النظرية التفكيك المعرفي من منظور معرفي انفعالي ربط بين المعرفة والانفعال لدى الفرد؛ حيث ترى أن الحالة المفككة معرفيًا لدى الفرد تقترن بانخفاض في درجة الاستجابة الانفعالية لديه؛ كما أنها ترتبط بانخفاض الوعي بالذات؛ وبالتالي قام الباحث ببناء مقياس التفكيك المعرفي لدى طلبة الجامعة في ضوء هذه النظرية.

## 2- معنى الحياة Meaning of Life

- مفهوم معنى الحياة:

يرى (فرانكل، 1982، 131) أن المعنى في الحياة يعتبر هو القوة الدافعة الأولى لدى الفرد والذي أطلق عليه ما يسمى بإرادة المعنى Will to Meaning؛ وهذا المعنى يُكوّن حالة دائمة من التغيير إلا أنه يظل موجودًا دائمًا.

كما يشير (Reker, Peacock, & Wong, 1987, 44) إلى أن المعنى في الحياة هو عبارة عن وجود غاية وهدف لدى الفرد يسعى نحو تحقيقه، وكذلك قدرته على تنظيم أهدافه وأفكاره واتساقها، والاحساس بالمتعة عند تحقيقها.

أما (آدler، 2005، 28) فيرى أن المعنى الحقيقي والواقعي للحياة يتمثل في مدى المساهمة التي نقوم بها من أجل مصلحة حياة الآخرين، ومدى الاهتمام الحقيقي والمخلص في التعاون معهم.

كما يعرفه (الأبيض، 2010، 803) بأنه "عبارة عن مجموع استجابات الشخص؛ والتي تعمل على عكس اتجاهاته سواء الإيجابية أو السلبية نحو الحياة بأهدافها وأبعادها المختلفة، والالتزامات التي يرتبط ويلتزم بها الشخص في حياته من عمل أو دراسة، إلخ...، وكذلك مدى إحساسه بقيمتها وأهميتها، ومدى دافعيته للتحرك بنشاط وإيجابية نحو تحقيقها، ومدى قدرته على تحمل المسؤولية، وكذلك مدى قدرته على التسامي بذاته نحو الآخرين المحيطين به، ومدى تقبله لذاته وقدراته ورضاه عن حياته بشكل عام وشامل.

كما عرف (King, & Hicks, 2021, 5) المعنى في الحياة على أنه شبكة الاتصالات والتفاهات والتفسيرات المسبقة التي تساعدنا على فهم خبرتنا وصياغة الخطط التي توجه

طاقاتنا إلى تحقيق المستقبل المنشود، ويزودنا المعنى بالإحساس بأن حياتنا مهمة، وأنها منطقية، وأنها أكثر من مجرد مجموع أيامنا وسنواتنا التي نعيشها.

وكذلك عرف (Elnakouri, Hubley, & McGregor, 2022,1) معنى الحياة بأنه "السعي وراء المثل والقيم النبيلة والفاضلة، وتحقيق العلاقات الإيجابية مع الآخرين، والتفاني الاجتماعي الإيجابي؛ وذلك من أجل مساعدة الآخرين في المجتمع".

وبهذا؛ فإن معنى الحياة؛ يشير إلى قدرة الفرد على إدراك معنى وقيمة وأهمية حياته، ومدى فهمه للأدوار المنوطة به في المجتمع، وقدرته على بناء أهداف وخطط مستقبلية لها قيمة ومعنى ومغزى يسعى جاهداً لتحقيقها وتستحق أن يعيش من أجلها، ومدى إدراكه ونظرتة الايجابية للحياة، وقدرته على تحقيق الذات.

- أبعاد معنى الحياة:

يرى (لأبيض، 2010، 806) أن هناك أربع أبعاد لمعنى الحياة والتي من خلالها يمكن تحديد مدى تمتع الفرد بوجود معنى ومغزى وقيمة لحياته، ويمكن أن نوضح هذه الأبعاد كما يلي:

1. القبول والرضا **Acceptance & satisfaction**: يعبر هذا البعد عن مدى رضا الفرد عن وجوده في الحياة، وكذلك تقبله لذاته، وأيضاً قدرته على تقبل أقدار الحياة، وكذلك البحث عن الجوانب المضيئة والمشرقة فيها، وأنه متوافق ومتكيف مع أسرته ومجتمعه، وشعوره بالتفاؤل تجاه المستقبل، وإيمانه بأن الحياة لا تزال ممتعة وتحمل معنى رغم كل الظروف.



2. الهدف من الحياة **Purpose in life**: يعبر هذا البعد عن مدى إدراك الفرد للهدف والقيمة والمعنى من حياته ورسالته في الحياة التي يعمل ويعيش فيها ويضحى في سبيلها الأمر الذي يجعل حياته ذات معنى وقيمة ومغزى وفعالية.

3. المسؤولية **Responsibility**: يرتبط هذا البعد بمدى محاولة الفرد تعلم مهارات جديدة، وكذلك الشعور بالقدرة على اتخاذ أي قرار، وأيضًا استثمار أوقات الفراغ لديه؛ حيث إن هذا من شأنه أن يساهم في تحقيق الأهداف، وزيادة بذل الجهد في تنفيذ الأعمال وتحمل المسؤولية.

4. التسامي بالذات **Self – Transcendence**: يعبر هذا البعد عن مدى قدرة الفرد على البحث عن غايات وقيم سامية تتجاوز الاهتمامات والمصالح الشخصية كاهتمامه بالمجتمع أو الجماعة التي ينتمي إليها، وكذلك فهمه لمشكلاتها، ومشاركته في العمل على حلها، ومدى إدراك الفرد بأن وجوده في هذا العالم يكون وجودًا مؤثرًا؛ وذلك بقدر ما يقدمه من جهد وعطاء للمجتمع الذي يعيش فيه.

وبهذا؛ فإن معنى الحياة يمكن قياسه من خلال مجموعة من المؤشرات والمحددات والأبعاد وهي: مدى الرضا الوجودي للفرد في الحياة، وكذلك مؤشرات ومعدلات الرضا الوجودي لديه، ومدى وجود أهداف وخطط مستقبلية لدى الفرد يسعى ويجاهد من أجل تحقيقها، ومعدلات التدين والتعلق بالقيم الدينية لدى الفرد، وكذلك مؤشرات ومعدلات التسامي بالذات لدى الفرد، ومدى رضا الفرد عن حياته ووضع ورؤيته المستقبلية للحياة؛ حيث إنه يمكن الحكم على مدى وجود معنى وقيمة ومغزى لحياة الفرد من خلال هذه المؤشرات مجتمعة أو وجود معظمها عند الفرد للحكم على معنى الحياة لديه.

- النظريات المفسرة لمعنى الحياة:

## - نظرية فيكتور فرانكل :theory Victor Frankl

يعتبر عالم النفس النمساوي فيكتور فرانكل هو أول من تحدث وأشار إلى مفهوم معنى الحياة؛ حيث يستخدم مصطلح المعنى الوجودي للحياة ليشير إلى ثلاثة جوانب أساسية؛ هي: الوجود بذاته، ومعنى وقيمة الوجود، وإرادة المعنى؛ أي السعي بجدية لإيجاد معنى محسوس في الحياة لدى الفرد، حيث اعتبر فرانكل معنى الحياة هو الدافع الجوهرى والأساسي لدى الإنسان، حيث إنه اعتبره المفهوم المحوري في نظريته عن الشخصية الإنسانية، ولقد تبلورت أفكاره عن معنى الحياة إلى ابتكار أسلوب جديد وفعال في العلاج النفسي؛ حيث أسماه العلاج بالمعنى، ولقد تأثر فيكتور فرانكل في بادئ الأمر بالتحليل النفسي الفرويدي؛ وذلك عند تفسيره للسلوك البشري، ولكنه سرعان ما حول توجهه إلى المفاهيم الوجودية، وذلك إيماناً منه بعدم كمال نظرية التحليل النفسي؛ حيث اعتبر أن الإنسان من وجهة نظره أكثر من مجرد جهاز نفسي محكوم بغرائزه الشهوانية المكبوتة (فرانكل، 1982، 135).

وعلى هذا؛ فقد قامت نظرية فيكتور فرانكل على أساس انتقاداته التي قدمها ووجهها لكل من مدرسة التحليل النفسي الفرويدي، ومدرسة علم النفس الأدلري؛ حيث اعتبر فرانكل أن مبدأ اللذة الذي قدمه الفرويديين، وكذلك دافع المكانة الذي قدمه أدلر وأنصاره غير كافيين لتفسير وتوضيح السلوك الإنساني، وفي هذا المقام وضع فرانكل مبدأ يسمى إرادة المعنى Will to Meaning ليعارض به كلاً من مبدأ اللذة الذي أقره الفرويديين، وكذلك مبدأ إرادة القوة الذي أقره علم النفس الأدلري؛ حيث يرى فرانكل أن السعي وراء تحقيق اللذة أو حتى الوصول إلى المكانة المهيمنة من أجل الحصول على القوة والنفوذ، كل هذا لا يمكن أن يفسر كل صور وأشكال النشاط الإنساني، في حين أن المعنى في الحياة لدى كل شخص هو الذي يجعل من

السعي الدؤوب وتحمل المشقة والمعاناة شيئاً يرفع من شأن وقيمة الحياة لدى الفرد، ويجعلها تستحق أن تعاش (سليمان؛ فوزي، 1991، 1034).

وكذلك يرى (فرانكل، 1982) أن الفرد قد يكون أكثر عرضة للإصابة بالأمراض الوجودية؛ وذلك حينما يفشل في إيجاد معنى وقيمة لحياته؛ حيث تتمثل هذه الأمراض التي قد تعترى الفرد نتيجة فقدان المعنى في الحياة في الآتي (الفراغ الوجودي - العصاب الأخلاقي - العصاب الجماعي (Wong, 1998, 368)).

ويمكن تلخيص وتوضيح نظرية معنى الحياة لدى فيكتور فرانكل، وتوضيح نظرتة العامة على حياة الفرد، في ثلاثة ركائز وعناصر أساسية هي:

أ - حرية الإرادة **free of will**: وتعني أن الشخص على الرغم من الحدود والقيود التي تحكمه مثل العوامل الوراثية والبيئية؛ إلا أنه يمتلك حرية في اتخاذ قراراته التي يواجه ويتحدى بها المواقف والأحداث المختلفة التي يتعرض لها؛ وبذلك فإن الحرية هنا تعني قدرة الفرد على الاختيار، وتعتبر متغيرة من فرد لآخر وأيضاً من موقف لآخر.

ب - إرادة المعنى **will to meaning**: وتعتبر إرادة المعنى هي الركيزة والعامل الثاني للعلاج بالمعنى عند فيكتور فرانكل، وتعني سعي الشخص للتوصل إلى معنى محسوس في الوجود الشخصي؛ أي تعني (إرادة المعنى)؛ ولذلك فإنه على الشخص أن يسعى جاهداً في سبيل تحقيق أهداف وغايات وخطط مستقبلية تستحق أن يعيش ويكافح في الحياة من أجلها؛ وذلك لأن هذا يعمل على مساعدة الشخص على البقاء بفاعلية؛ وذلك حتى في أسوأ وأحلك الظروف والأحوال التي من الممكن أن يعيشها الإنسان.

ج - معنى الحياة **meaning of life**: وهي الركيزة الثالثة والأخيرة للعلاج بالمعنى، وتمثل في أن الحياة ذات معنى تام، وأيضًا غير مشروط في كافة الأحوال، ويتحقق المعنى في الحياة لدى الأشخاص من خلال ابتكاراتهم وإبداعهم، أو من خلال ما يكتسبونه من قيم وخبرات من العالم المحيط، وأيضًا من خلال مرورهم بمواقف مصيرية والتي تمت مواجهتها في الحياة التي يعيشها الفرد (Mauser et al., 2004, 1-3; Eagleton, 2007, 135).

مما سبق يتضح؛ أن فرانكل؛ يرى أن معنى الحياة هو الدافع الجوهرى والأساسى لدى الإنسان؛ حيث يتمثل هذا المعنى في الحياة في ثلاث ركائز أساسية وهي؛ حرية الإرادة، وإرادة المعنى، ومعنى الحياة؛ حيث يختلف معنى الحياة من شخص لآخر، كما يرى أن الفرد يسعى في الحياة لإيجاد معنى محسوس للحياة التي يعيشها

- العلاقة بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة:

يرى (Nicholes, 2010, 175-177) أن حالة التفكير المعرفي لا تتوافق مع وجود معنى في الحياة لدى الفرد؛ حيث إن الفرد الذي يعاني من التفكير المعرفي؛ تكون لديه مستويات منخفضة من التفكير الهادف وذا المعنى، كما أنه يتجاهل المستقبل ولا يفكر فيه، ويهرب من التفكير التكاملى والتفسيري؛ وبسبب هذا التجنب من التفكير الهادف والتكاملى؛ وهروب الفرد بشكل دفاعي إلى حالة عقلية تعزل المعنى؛ فقد يبلغ هؤلاء الأفراد عن عدم وجود هدف في الحياة، أو بعبارة أخرى؛ انخفاض المعنى في الحياة، وعدم الرضا عن الحياة، وضعف توجهات الهدف والعزيمة.

كما تم التحقق من اللامعنى وذلك بعد تجربة الاستبعاد الاجتماعى الذى ينتج عنه حالة التفكير المعرفي؛ بواسطة (Williams, 2001, 63)، الذى أوضح أن أحد أهم الاحتياجات الانسانية هو الحاجة إلى وجود معنى وهدف لحياة الفرد؛ حيث تشير الأبحاث إلى أن هذه الحاجة

الأساسية للوجود الهادف، ووجود معنى حياة الشخص مهددة بشكل كبير عند الأفراد الذين يعانون من التفكيك المعرفي؛ والذي ينتج عن تعرض هؤلاء الأفراد للنبت والرفض الاجتماعي. وهذا يتفق مع نتائج الدراسة التي قام بها (Twenge et al., 2003) للتحقق من العلاقة بين التفكيك المعرفي الناتج عن الرفض الاجتماعي، ووجود المعنى في الحياة؛ وتكونت عينة الدراسة من (96) طالبًا وطالبة في المرحلة الجامعية، بمتوسط عمري (19) عامًا؛ وكشفت نتائج هذه الدراسة عن أن هناك علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين التفكيك المعرفي ومعنى الحياة، حيث إن التفكيك المعرفي يقوم في الأساس على تجنب أو رفض الفكر الهادف، وغياب المعنى في الحياة.

وهذا ما دفع (Stillman et al., 2009) للقيام بدراسة للتحقق من العلاقة بين حالة التفكيك المعرفي الناتجة عن الرفض الاجتماعي، وتصورات معنى الحياة؛ وتكونت عينة الدراسة من (108) طالبًا وطالبة جامعية؛ وكشفت نتائج هذه الدراسة عن أن الأفراد المنبوذين اجتماعيًا، والذين يلجؤون لحالة التفكيك المعرفي، أبلغوا عن انخفاض كبير في معنى الحياة، وأوضحوا أن الحياة عديمة الأهمية بالنسبة لهم.

كما قام (Nicholes, 2010) باستكشاف ما إذا كانت هناك علاقة بين المتغيرات المركزية في نظرية الهروب من الذات، وبعض المتغيرات الأخرى، حيث تناولت هذه الدراسة العلاقة بين التفكيك المعرفي ومعنى الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (196) طالبًا و (150) طالبة جامعية، وطبق عليهم مقياس التفكيك المعرفي، ومقياس معنى الحياة، وكشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين التفكيك المعرفي ومعنى الحياة؛ حيث يُفترض أن الاستجابة التفكيكية تحدث عندما يحاول الشخص الهروب من التفكير الهادف، والوعي السلبي بالذات؛ الذي قد ينشأ بعد تجربة الرفض الاجتماعي، وإحباط احتياجات الانتهاء؛

وبالتالي يحدث غياب لمعنى الحياة لديه. ويتسق هذا مع نظرية التفكيك المعرفي التي تشير إلى أنه مع دخول الناس إلى الحالة المفككة تزداد احتمالية إنكارهم للفكر الهادف، وتجاهل المستقبل، والدفاع ضد التفكير التكاملي والتفسيري، وعند وجود التفكيك المعرفي من المحتمل أن يواجه الشخص صعوبة في تحديد المعنى في حياته.

وهذا ما أكدته دراسة (Sutin, Luchetti, Stephan, & Terracciano, 2020) التي كشفت نتائجها عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الوهن المعرفي -الذي يعد بعداً من أبعاد التفكيك المعرفي- ومعنى الحياة؛ وذلك على عينة تكونت من (514) من كبار السن؛ وطبق عليهم مقياس معنى الحياة، ومهمة الاستدعاء من الذاكرة؛ حيث كشفت نتائج هذه الدراسة عن أن الأشخاص الذين يعانون من الوهن المعرفي؛ غالباً ما يعانون من انخفاض في مستوى معنى الحياة لديهم.

وأيضاً كشف نتائج الدراسة الذي أجراها (Baikeli, Li, Zhu, & Wang, 2021) عن أن هناك علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الإدراك المضطرب للوقت الناتج عن حالة التفكيك المعرفي ومعنى الحياة لدى الفرد؛ وذلك على عينة تكونت من (334) طالباً جامعياً بمتوسط عمري (18) عاماً؛ حيث كشفت نتائج هذه الدراسة عن أن الفرد الذي يركز على الحاضر المباشر ولا يولي اهتماماً بالمستقبل أو الماضي (الذي يعاني من حالة التفكيك المعرفي)؛ غالباً ما يعاني من غياب معنى الحياة.

كما استنتج (Borawski, Siudak, Pawelec, Rozpara, & Zawada, 2021, 2) في دراسته للعلاقة بين الوحدة النفسية واليقظة العقلية ومعنى الحياة؛ أن التفكيك المعرفي يعمل على خفض مستوى اليقظة العقلية لدى الفرد؛ وبالتالي فإن الفرد الذي يكون لديه درجة منخفضة من اليقظة العقلية؛ يكون لديه انخفاض في مستوى معنى الحياة.

وبناءً على نتائج هذه الدراسات؛ التي تتفق على أن التفكير المعرفي يرتبط بشكل كبير بعدم وجود معنى في الحياة؛ حيث إن التفكير المعرفي يحدث كرد فعل محتمل للتعامل مع التجربة السلبية المتمثلة في الرفض الاجتماعي، وفي حالة إزالة العلاقات مع الآخرين كما يحدث في حالة الرفض؛ فقد ينخفض المعنى في الحياة؛ ليس فقط لأن عزل التفكير الهادف يحدث، وأن تحديد المعنى في الحياة أصبح غير متاح، ولكن أيضاً لأن الناس يستمدون المعنى من علاقاتهم مع الآخرين، وإذا تم إزالة هذه العلاقات مع الآخرين، أو حتى التهديد بفقدانها؛ فقد يترتب على ذلك الشعور بعدم المعنى، ويتعامل بعض الناس مع هذه التجربة بالهروب إلى حالة التفكير المعرفي؛ غير أنه لا توجد أي دراسة عربية - في ضوء علم الباحث - درست العلاقة بين التفكير المعرفي، ومعنى الحياة؛ وهذا ما دفع الباحث لدراسة هذه العلاقة في الدراسة الحالية.

- فروض البحث: يسعى البحث الحالي إلى اختبار الفروض التالية:

1. توجد مستويات متوسطة من التفكير المعرفي لدى أفراد عينة البحث.
2. لا توجد فروق بين درجات الذكور ودرجات الإناث في التفكير المعرفي.
3. لا توجد فروق بين درجات طلاب الشعب العلمية ودرجات طلاب الشعب الأدبية في التفكير المعرفي.
4. لا توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات الطلاب في التفكير المعرفي ودرجاتهم في معنى الحياة.

## إجراءات البحث

- منهج البحث: اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي؛ بهدف التعرف على طبيعة العلاقة بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة، ويتعدى المنهج الوصفي جمع البيانات وتبويبها إلى التفسير والتحليل والتوصل إلى الاستنتاجات ذات المغزى من موضوع الدراسة.

- عينة البحث: تضمنت عينة الدراسة (658) طالبًا وطالبة من بين طلاب كلية التربية جامعة المنوفية، في الفصل الدراسي الثاني 2021/2022 من الفرقة الأولى حتى الرابعة بواقع (601) إنثاءً، (57) ذكورًا؛ تراوحت أعمارهم فيما بين (18-24) عامًا، بمتوسط عمري (20.4) عامًا، وانحراف معياري مقدراه (1.45) عامًا، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية؛ وذلك بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (مقياس التفكير المعرفي، مقياس معنى الحياة)، وجدول (1) يوضح الأعداد والنسب المئوية لعينة البحث حسب الفرقة والنوع. أما عينة التطبيق النهائية فقد تضمنت (840) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة المنوفية في الفصل الدراسي الأول 2022/2023 من طلاب الفرقة الثانية والرابعة، بواقع (707) إنثاءً، (118) ذكورًا؛ تراوحت أعمارهم فيما بين (19-24) عامًا، بمتوسط عمري (20.1) عامًا، وانحراف معياري مقدراه (1.34) عامًا.

- أدوات البحث: للتحقق من أهداف الدراسة الحالية تتطلب ذلك من الباحث استخدام الأدوات الآتية:

## 1- مقياس التفكير المعرفي (إعداد الباحث)

- الهدف من المقياس: يهدف هذا المقياس إلى قياس التفكير المعرفي، والأعراض الناتجة عنه؛ وهي: (الفورية المعرفية، البلادة الانفعالية، الأفكار الخيالية، الأفكار اللاعقلانية، العقلية المغلقة) لدى طلاب الجامعة.



وتنطلق الدراسة الحالية من عدد من الاعتبارات عند بناء مقياس التفكير المعرفي لدى طلاب الجامعة؛ هي:

1- عدم وجود مقاييس في البيئة العربية مصممة على عينات عربية أو مصرية لقياس التفكير المعرفي (في حدود علم الباحث).

2- وجود مقياس وحيد في البيئة الأجنبية وهو مقياس (Nicholes, 2010) - في حدود علم الباحث-؛ ولكن هذا المقياس به شيء من الغموض حيث بدأ هذا المقياس ب (120) مفردة موزعة على (8) أبعاد، ثم قام معد هذا المقياس بالتحليل العملي الاستكشافي فتوصل إلى (18) مفردة موزعة على (6) أبعاد، ثم قام بعمل تحليل عملي توكيدي فتم حذف عامل؛ فوصل المقياس في صورته النهائية إلى (15) مفردة موزعة على (5) أبعاد؛ وقام الباحث الحالي بالتأكد من هذا المقياس من خلال عمل تحليل عملي استكشافي لعبارات هذا المقياس؛ ولم يحصل الباحث على نتائج جيدة لهذا المقياس؛ وذلك قد يكون راجع لتشبع هذا المقياس بعوامل ثقافية تختلف عن ثقافة البيئة المصرية؛ ولذلك قام الباحث بإعداد مقياس للتفكير المعرفي يتناسب مع البيئة العربية، مستفيداً من التراث النظري المتعلق بالتفكير المعرفي، ومقياس (Nicholes, 2010).

- وصف المقياس: يتكون مقياس التفكير المعرفي (اعداد الباحث) في صورته المبدئية من خمسة أبعاد؛ هي: (الفورية المعرفية، البلادة الانفعالية، الأفكار الخيالية، الأفكار اللاعقلانية، العقلية المغلقة)، وقد تم التعبير عن كل بعد منها بعدد (12) مفردة بإجمالي 60 مفردة، يتم قياسها بنظام إجابة ليكرت ثلاثي الاختيارات (دائمًا، نادرًا، أحيانًا)، وقد راعت الدراسة الحالية أسلوب صياغة العبارات وتنوعها بين الإيجابية والسلبية.

- الخصائص السيكومترية للمقياس

أ- الاتساق الداخلي: قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه؛ وجدول (1) يوضح نتيجة ذلك:

جدول (1) معاملات ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد لقياس التفكيك المعرفي (ن=658)

معامل الارتباط	المفردة	البعد	معامل الارتباط	المفردة	البعد	معامل الارتباط	المفردة	البعد
**0.402	5	الخامس	**0.422	3	الثالث	**0.550	1	الأول
**0.285	10		**0.324	8		**0.517	6	
**0.158	15		**0.493	13		0.050	11	
**0.337	20		**0.418	18		**0.555	16	
**0.355	25		**0.330	23		**0.524	21	
**0.376	30		**0.547	28		**0.374	26	
**0.225	35		0.037	33		**0.608	31	
**0.333	40		**0.505	38		**0.573	36	
**0.343	45		**0.561	43		**0.680	41	
**0.243	50		**0.193	48		**0.595	46	
**0.267	55		**0.214	53		-	51	
**0.394	60		**0.385	58		**0.150	56	
		**0.400	4	الرابع	0.005-	2	الثاني	
		**0.459	9		**0.467	7		
		**0.479	14		**0.495	12		
		**0.443	19		**0.551	17		
		**0.514	24		**0.456	22		
		**0.329	29		**0.460	27		

معامل الارتباط	المفردة	البعد	معامل الارتباط	المفردة	البعد	معامل الارتباط	المفردة	البعد
			-	34		*0.084*	32	
			**0.114**					
			**0.515**	39		**0.589**	37	
			**0.103**	44		**0.452**	42	
			**0.537**	49		**0.473**	47	
			**0.469**	54		**0.455**	52	
			**0.590**	59		**0.567**	57	

\*\* دال عند مستوى 0.01 \* دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (1) أن جميع مفردات المقياس دالة عند مستوى (0.01)، ما عدا المفردة (32) دالة عند مستوى (0.05)؛ مما يدل على تمتع مفردات المقياس بمستوى مرتفع من الاتساق الداخلي؛ ما عدا المفردات (11، 2، 33)؛ وبالتالي تم حذفها من المقياس؛ وبالتالي أصبح عدد المفردات بعد حساب الاتساق الداخلي (57) مفردة.

- كما تم حساب معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس؛ وجدول (2) يوضح نتيجة ذلك:

جدول (2) معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس التنكيك المعرفي (ن=658)

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد
*0.781*	الأول
*0.786*	الثاني
*0.712*	الثالث
*0.778*	الرابع
*0.738*	الخامس

\*\* دال عند مستوى 0.01

ويتضح من جدول (2) أن جميع أبعاد المقياس دالة عند مستوى (0.01)؛ مما يدل على تمتع المقياس بمستوى مرتفع من الاتساق الداخلي.

ب- الصدق: تم التحقق من صدق المقياس عن طريق التحليل العاملي؛ بطريقتين هما:

- التحليل العاملي الاستكشافي: اعتمد الباحث في التأكد من صدق المقياس على التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية Principal components هوثلينج، واستخدام محك كايير في تقدير العوامل المستخلصة كمؤشر للتوقف أو الاستمرار في استخلاص العوامل التي تمثل البناء الأساسي؛ حيث تم الإبقاء على العوامل التي تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح. مع استخدام طريقة التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس Varimax Rotation للمصفوفات الارتباطية بعد التأكد من شروطه، حيث تم تطبيق المقياس الحالي على عينة التحقق من الخصائص السيكمومترية لأدوات الدراسة والتي كان قوامها (658) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة المنوفية في العام الجامعي (2021-2022م)؛ ويوضح جدول (3) تشبعات مفردات التفكيك المعرفي، ونسبة التباين الكلي بعد التدوير.

جدول (3) تشبعات مفردات مقياس التفكيك المعرفي (ن=658)

العوامل					المفردة
5	4	3	2	1	
				0.656	57
				0.538	18
				0.469	52
				0.435	10
				0.421	60
				0.340	29
				0.741	34
				0.621	44
				0.392	40

العوامل					المفردة
5	4	3	2	1	
				0.667	45
				0.566	38
				0.465	39
				0.460	35
				0.682	4
				0.623	11
				0.603	51
				0.599	7
				0.384	46
			0.624		26
			0.592		33
			0.396		5
			0.786		59
			0.720		53
			.0714		28
			0.649		27
			0.496		50
			0.312		41
		0.642			30
		0.546			42
		0.459			32
		0.359			43
		0.724			31
		0.548			21
		0.312			19
	0.616				15
	0.609				23
	0.602				14

العوامل					المفردة
5	4	3	2	1	
	0.511				20
	0.302				48
	0.624				16
	0.809				6
	0.763				1
	0.739				8
	0.680				9
	0.363				3
0.601					22
0.440					47
0.342					37
0.755					56
0.713					58
<b>%31.25</b>	<b>%25.00</b>	<b>%18.75</b>	<b>%12.50</b>	<b>%6.50</b>	نسبة التباين
<b>1.60</b>	<b>1.85</b>	<b>2.14</b>	<b>2.21</b>	<b>3.75</b>	الجذر الكامن
<b>%31.25</b>					نسبة التباين

يتضح من جدول (3) أن التحليل العاملي قد أسفر عن (3) عوامل فسرت نسبة تباين كلي (31.20)، وذلك بعد حذف الأبعاد التي تشبع عليها أقل من ثلاث مفردات، والمفردات التي كانت نسبة تشبعها أقل من 0.30، وبالتالي أصبح المقياس بعد التحليل العاملي الاستكشافي مكون من (50) مفردة موزعة على (5) أبعاد، وفيما يلي توضيح للأبعاد والمفردات التي تشبعت عليها:

- العامل الأول: تشبعت على هذا العامل مفردات (57، 18، 52، 10، 60، 29، 34، 44، 40، 45، 38، 39، 35، 4، 11، 51، 7، 46)؛ حيث تراوحت قيمة تشبعها

بين (0.340 - 0.741)، وتشير مفردات هذا العامل إلى عدم تفكير الفرد في المستقبل، مع تفكيره في الحاضر الحالي، مع شعوره بملل، وبطيء مرور الوقت؛ ولهذا يمكن تسمية هذا البعد (الفورية المعرفية).

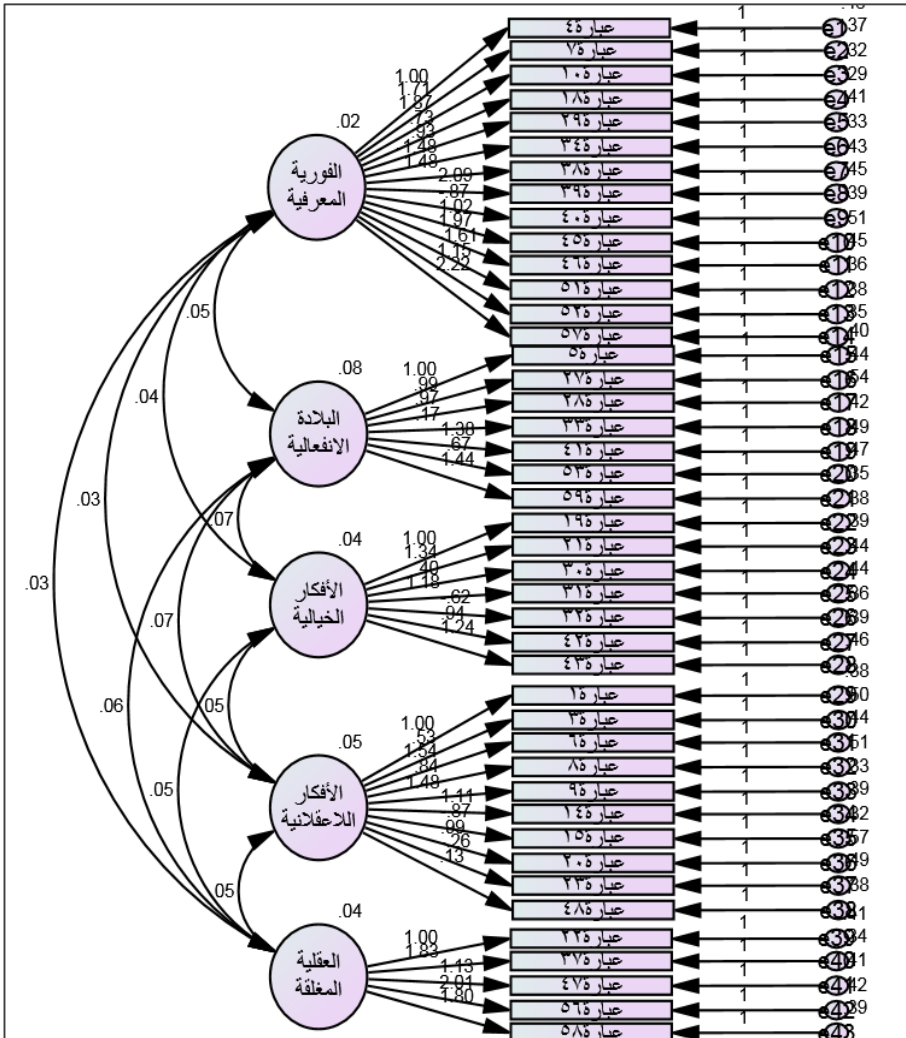
- العامل الثاني: تشبعت على هذا العامل مفردات (26، 33، 5، 59، 53، 28، 27، 50، 41)؛ حيث تراوحت قيمة تشبعها بين (0.312 - 0.786)، وتشير مفردات هذا البعد إلى تبدل مشاعر الفرد، وعدم اكترائه بما يحدث حوله؛ ولهذا يمكن تسمية هذا البعد (البلادة الانفعالية).

- العامل الثالث: تشبعت على هذا العامل مفردات (30، 42، 32، 43، 31، 21، 19)؛ حيث تراوحت قيمة تشبعها بين (0.312 - 0.724)، وتشير مفردات هذا البعد إلى تبني الفرد للأفكار الخيالية، والهروب من الواقع إلى عالم الخيال، واستغراقه في أحلام اليقظة؛ ولهذا يمكن تسمية هذا البعد (الأفكار الخيالية).

- العامل الرابع: تشبعت على هذا العامل مفردات (15، 23، 14، 20، 48، 16، 6، 1، 8، 9، 3)؛ حيث تراوحت قيمة تشبعها بين (0.302 - 0.809)، وتشير مفردات هذا البعد إلى تبني الفرد للأفكار اللاعقلانية وغير المنطقية، مع غياب التفكير الابداعي والهادف لديه؛ ولهذا يمكن تسمية هذا البعد (الأفكار اللاعقلانية).

- العامل الخامس: تشبعت على هذا العامل مفردات (22، 47، 37، 56، 58)؛ حيث تراوحت قيمة تشبعها بين (0.342 - 0.755)، وتشير مفردات هذا البعد إلى عدم تقبل الفرد لأي جديد، والنظرة الضيقة للأمور، وعدم المرونة في حل المشكلات؛ ولهذا يمكن تسمية هذا البعد (العقلية المغلقة).

- التحليل العاملي التوكيدي: تم إجراء تحليل عاملي توكيدي على برنامج AMOS-V24 وذلك بطريقة أقصى احتمال (ML)؛ وتم الحصول على النموذج التالي:



شكل (1) نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمفردات مقياس التفكير المعرفي

وقد تم الحصول على مؤشرات جيدة للنموذج حيث كانت قيمة Chi-square = (1803.181)، بدرجات حرية (913) وهي غير دالة، وكانت النسبة بين قيمة Chi-square إلى

<http://dx.doi.org/10.29009/ijres.8.1.9>



درجات الحرية =  $(1.975 > 3)$ ، مما يدل على وجود مطابقة جيدة للنموذج، وبلغت قيمته مؤشرات حسن المطابقة (GFI=0.986) و (NFI= 0.990) و (IFI=0.976)، و (CFI= 0.971)، و (RMSEA= 0.02)، مما يدل على وجود مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التفكيك المعرفي، وقد تم حذف المفردات (11، 35، 44، 48) من البعد الأول لعدم تشعبها عليه، كما تم حذف المفردات (26، 33) من البعد الثاني، والمفردة (23) من البعد الرابع لعدم تشعبها على الأبعاد التي تنتمي إليها؛ وبالتالي أصبح المقياس في صورته النهائية (43) مفردة.

ب - ثبات المقياس: تم حساب ثبات مقياس التفكيك المعرفي باستخدام أسلوب التجزئة النصفية وألفا كرونباخ، ويوضح جدول (4) بيان بتلك النتائج لكل بعد من أبعاد المقياس والمقياس ككل.

جدول (4) ثبات مقياس التفكيك المعرفي بطريقة ألفا كرونباخ (ن=658)

أبعاد المقياس	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان- برون)
الأول	0.759	0.773
الثاني	0.723	0.772
الثالث	0.734	0.803
الرابع	0.725	0.782
الخامس	0.733	0.848
المقياس ككل	0.775	0.746

ويتضح من جدول (4) أن قيمة ألفا كرونباخ للمقياس ككل بلغت (0.775)، وتراوحت معاملات ثبات أبعاد المقياس بين (0.723 : 0.759) وجميعها معاملات ثبات مناسبة، كما يتضح أن معامل الثبات حسب معادلة سبيرمان- برون للمقياس ككل بلغ

(0.746)، وتراوحت معاملات ثبات أبعاد المقياس بطريقة سبيرمان- براون بين (0.746) : (0.848)، وهي معاملات ثبات مناسبة.

- الصورة النهائية للمقياس: يتكون المقياس في صورته النهائية من (43) مفردة، تم توزيعهم على (5) أبعاد هي: (الفورية المعرفية، البلادة الانفعالية، الأفكار الخيالية، الأفكار اللاعقلانية، العقلية المغلقة)، بعضها سلبي وبعضها إيجابي، يوجد أمام كل مفردة ثلاثة خيارات هي (دائمًا، أحيانًا، نادرًا) تحصل البنود الإيجابية منها على الدرجات (3-2-1) على التوالي، أما البنود السلبية فتتبع عكس هذا التدرج، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (43-129) مع الأخذ في الاعتبار أن البنود السلبية تحمل الأرقام التالية (8-10-19-22-34-43)، وجدول (9) يوضح الأبعاد الفرعية للمقياس، وأرقام مفرداتها كما وردت في المقياس النهائي.

جدول (5) الأبعاد الفرعية لمقياس التفكيك المعرفي وأرقام مفرداته كما وردت في الصورة النهائية للمقياس

م	أبعاد المقياس	عدد المفردات	أرقام المفردات كما وردت في الصورة النهائية
1	الفورية المعرفية	14	1-6-11-16-21-26-30-34-36-38 40-41-42-43
2	البلادة الانفعالية	7	2-7-12-17-22-27-31
3	الأفكار الخيالية	7	3-8-13-18-23-28-32
4	الأفكار اللاعقلانية	10	4-9-14-19-24-29-33-35-37-39
5	العقلية المغلقة	5	5-10-15-20-25

## 2- مقياس معنى الحياة: إعداد (الأبيض، 2010):

يهدف هذا المقياس إلى قياس أبعاد معنى الحياة، وهي: (القبول والرضا، والهدف من الحياة، والمسئولية، والتسامي بالذات)، وقام معد المقياس بتطبيقه على عينة (380) طالبًا وطالبة

من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس؛ وتكون المقياس في صورته النهائية من (57) مفردة منها 41 مفردة موجبة، و(16) مفردة سالبة، وطريقة إجابته حسب ليكرت ثلاثي (نعم- أحياناً- لا). كما تحقق معد المقياس من صدق المقياس عن طريق صدق المحكمين، كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس وجاءت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (0.01)، كذلك تم حساب الصدق العاملي للمقياس، والذي توصل إلى وجود أربع عوامل بإجمالي (57) مفردة، فسرت نسبة تباين كلي (64.68%)، كما تم حساب ثبات المقياس عن طريق ألفا كرونباخ والتي بلغت قيمته (0.845)، وبطريقة إعادة التطبيق والتي بلغت قيمته (0.861)، وهي معاملات ثبات مناسبة.

وفي البحث الحالي قام الباحث بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال الآتي:

أ- الاتساق الداخلي: قام الباحث بحساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه؛ وبلغت معاملات الاتساق الداخلي بين (0.220)\*\*- 678\*\*، وهذا يدل على أن جميع مفردات المقياس دالة عند مستوى (0.01) ما عدا العبارة (30) دالة عند مستوى (0.05)؛ مما يدل على تمتع مفردات المقياس بمستوى مرتفع من الاتساق الداخلي.

- كما تم حساب معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس؛ وجدول (6) يوضح نتيجة ذلك:

جدول (6) معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس معنى الحياة (ن=658)

البعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
الأول	0.926***
الثاني	0.929***
الثالث	0.861***
الرابع	0.785***

\*\*\* دال عند مستوى 0.01

ويتضح من جدول (6) أن جميع أبعاد المقياس دالة عند مستوى (0.01)؛ مما يدل على تمتع المقياس بمستوى مرتفع من الاتساق الداخلي.

ب - ثبات المقياس: تم حساب ثبات مقياس معنى الحياة باستخدام أسلوب التجزئة النصفية وألفا كرونباخ، ويوضح جدول (7) بيان بتلك النتائج لكل بعد من أبعاد المقياس والمقياس ككل.

جدول (7) ثبات مقياس معنى الحياة بطريقة ألفا كرونباخ (ن=658)

التجزئة النصفية (سيران- براون)	معامل ألفا كرونباخ	أبعاد المقياس
0.934	0.735	الأول
0.926	0.739	الثاني
0.919	0.727	الثالث
0.885	0.682	الرابع
0.981	0.835	المقياس ككل

ويتضح من الجدول (7) أن قيمة ألفا كرونباخ للمقياس ككل بلغت (0.835)، وتراوحت معاملات ثبات أبعاد المقياس بين (0.682 : 0.739) وجميعها معاملات ثبات مناسبة، كما يتضح أن معامل الثبات حسب معادلة سبيرمان- برون للمقياس ككل بلغ (0.981)، وتراوحت معاملات ثبات أبعاد المقياس حسب معادلة سبيرمان- برون بين (0.885 : 0.934)، وجميعها معاملات ثبات مناسبة.

### - نتائج البحث ومناقشتها

نتناول عرضًا لنتائج اختبار الفروض الخاصة بالدراسة الحالية، والنتائج النهائية التي أسفرت عنها الدراسة، ومناقشة هذه النتائج وتفسيرها؛ ثم يقدم الباحث مقترحات الدراسة وتوصياتها على ضوء ما أسفرت عنه النتائج.

#### 1- نتائج فروض الدراسة ومناقشتها وتفسيرها:

- نتائج اختبار الفرض الأول ومناقشتها: ينص الفرض الأول على أنه "توجد مستويات متوسطة من التفكيك المعرفي لدى أفراد عينة الدراسة"، ولاختبار صحة هذا الفرض، تم تطبيق مقياس التفكيك المعرفي على عينة الدراسة، وتصحيحه وتحديد مستوياته وفقًا لتعليقاته، وتم تقسيم مستويات الطلاب إلى ثلاث مستويات؛ المستوى المنخفض والذي يكون متوسط درجاته بين (1-1,66)، والمستوى المتوسط والذي يكون متوسط درجاته بين (1.67- 2.3)، والمستوى المرتفع يكون متوسط درجاته بين (2.34- 3)، وقد تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لدرجاتهم على الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، وتم تحديد مستوياتهم، وجدول (8) يوضح النتائج التي تم الحصول عليها.

جدول (8) نتائج تحديد مستويات التفكير المعرفي لدى أفراد عينة الدراسة (ن=840)

الأبعاد	المتوسط	الانحراف المعياري	المستوى
الفورية المعرفية	1,92	0.22	متوسط
البلادة الانفعالية	1.84	0.34	متوسط
الأفكار الخيالية	2.03	0.29	متوسط
الأفكار اللاعقلانية	2.00	0.27	متوسط
العقلية المغلقة	1.60	0.43	متوسط
الدرجة الكلية	1.91	0.22	متوسط

يتضح من نتائج جدول (8) وجود مستويات متوسطة من التفكير المعرفي لدى عينة الدراسة، حيث تتوزع عينة الدراسة وفق المستوى المتوسط من التفكير المعرفي؛ وبالتالي تم قبول الفرض .

وهذا ما يتفق مع نتائج الدراسة التي قام بها (Twenge et al., 2003) للتحقق من العلاقة بين الرفض الاجتماعي، ووجود المعنى في الحياة؛ حيث كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود درجات ومستويات متوسطة من التفكير المعرفي لدى طلاب الجامعة. كما تتفق مع نتائج دراسة (Sook, 2007) التي تحققت من وجود علاقة بين التفكير المعرفي والاكثاب والدعم المتصور من الأصدقاء؛ حيث كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود درجات ومستويات متوسطة من التفكير المعرفي عند الطلاب المراهقين. وأيضًا تتفق مع استنتاجته (Twenge et al., 2007) عند دراسة العلاقة بين الانتماء وميل الناس للقيام بسلوك اجتماعي إيجابي من وجود علاقة سالبة بين التفكير المعرفي الناتج عن الاستبعاد الاجتماعي والتعاطف، حيث كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود مستويات متوسطة من التفكير المعرفي لدى الطلاب الجامعيين.

كما تتفق أيضًا مع نتائج (Stillman et al., 2009) الذي قام بدراسة العلاقة بين الرفض الاجتماعي، وتصورات معنى الحياة؛ وأوضح أن طلاب الجامعة توجد لديهم مستويات متوسطة من التفكير المعرفي. وكذلك تتفق هذه النتائج مع دراسة (Nicholes, 2010)؛ والتي تحققت من العلاقة بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة، وكشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود تباين في درجات طلاب المرحلة الجامعة في حالة التفكير المعرفي؛ حيث تميل درجاتهم نحو المتوسط. وأيضًا تتفق هذا مع نتائج دراسة (Liu et al., 2020)؛ والتي تحققت من العلاقة بين التفكير المعرفي والاستقلالية والرضا عن العلاقات، حيث كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود مستويات مختلفة تميل نحو المتوسط من التفكير المعرفي لدى طلاب الجامعة.

ويمكن تفسير ذلك؛ بأن لجوء الأفراد للتفكير المعرفي يختلف باختلاف درجة وشدة الاستبعاد الاجتماعي الذي يتعرض له الفرد، وكذلك مدى شعوره بالنبذ والرفض الاجتماعي من قبل الآخرين، وأيضًا مدى تعرض الفرد للضغوط النفسية المصاحبة للحياة؛ والتي تتمثل في عدم وضوح الرؤية للمستقبل، وأن التعليم لا يقود لوظيفة، وأيضًا القلق من الوضع الحالي في العالم من وجود فيروسات وحروب... إلخ، وكما هو معروف أن الطلاب في الجامعة لا يتعرضون لدرجات مرتفعة بشكل كبير جدًا من هذه الأسباب؛ وقد يرجع ذلك لعوامل اجتماعية أو دينية أو عقلية أو ثقافية.... إلخ؛ لذلك يوجد تفاوت وتباين في درجة لجوء الطلاب إلى التفكير المعرفي في المرحلة الجامعية؛ ومن ثم ينتشر التفكير المعرفي لديهم بدرجة متوسطة.

- نتائج اختبار الفرض الثاني ومناقشتها: ينص هذا الفرض على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التفكير المعرفي راجعة إلى النوع (ذكورًا/ إناثًا)"، ولاختبار صحة هذا الفرض تم تحديد درجات مجموعة الذكور (ن=57)، ودرجات مجموعة الإناث (ن=601)، وذلك على أبعاد مقياس التفكير المعرفي والدرجة

الكلية للمقياس، وبعد ذلك تم حساب قيمة (ت) للفروق بين المجموعتين الغير مرتبطين، وجدول (9) التالي يوضح النتائج التي تم الحصول عليها.

جدول (9) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المجموعتين الراجعة للجنس على مقياس التفكيك المعرفي (ن=840)

مستوى الدلالة	قيمة ت	الإناث (ن=707)		الذكور (ن=118)		الأبعاد
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
غير دال	0.952	3.09	26.24	3.18	26.92	الفورية المعرفية
غير دال	2.16	2.27	13.52	2.25	12.84	البلادة الانفعالية
غير دال	0.527	2.08	14.27	1.95	14.12	الأفكار الخيالية
غير دال	- 0.314	2.72	19.16	2.85	19.28	الأفكار اللاعقلانية
غير دال	- 0.711	2.17	8.01	2.26	8.22	العقلية المغلقة
غير دال	0.391	9.89	81.90	8.74	81.38	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (9) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التفكيك المعرفي راجعة لعامل النوع (ذكورًا/ إناثًا)؛ وبذلك تم قبول الفرض الصفري.

وهذا يتفق مع نتائج دراسة (Nicholes, 2010)؛ التي تحققت من العلاقة بين التفكيك المعرفي وبعض المتغيرات النفسية، وكشفت نتائج هذه الدراسة عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التفكيك المعرفي.



ويمكن تفسير ذلك بأن الذكور والإناث يعيشون في مجتمع غالبًا لا يوجد فيه تفرقة بين الذكور والإناث بدرجة كبيرة؛ وبالتالي فهم يعيشون في نفس الظروف التي تؤدي للتفكيك المعرفي، حيث أن الاستبعاد والرفض الاجتماعي من قبل الأقران يكون بدرجة متقاربة بين الذكور والإناث؛ بمعنى أن الرفض الاجتماعي يحدث بين الذكور مع بعضهم البعض كما يحدث الرفض الاجتماعي بين الإناث مع بعضهم البعض؛ كما أن التفكيك المعرفي أولى خطوات الاكتئاب؛ وبالتالي فالكل قد يتعرض لنفس النتائج إذا مروا بنفس الأسباب بغض النظر عن عامل النوع، وإن كان من المتوقع أن تكون الإناث أكثر إحساسًا بالتفكيك المعرفي عن الذكور؛ لكن الإناث قد يستعصن عن مسببات التفكيك المعرفي بأمورهن الخاصة، وهوaitهن التي قد لا تتوفر لأقرانهم من الذكور كأعمال التريكو والتفصيل والتزيين وإعادة الترتيب؛ مما يفرغ الطاقة السلبية المسببة للإحساس بالتفكيك المعرفي لديهم؛ وبالتالي لا توجد فروق بينهم في عملية التفكيك المعرفي.

- نتائج اختبار الفرض الرابع ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه "لا توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات الطلاب في التفكيك المعرفي ودرجاتهم في معنى الحياة".

ولاختبار صحة هذا الفرض؛ قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على مقياس التفكيك المعرفي، ودرجاتهم على مقياس معنى الحياة؛ وجاءت النتائج كما هو موضح بجدول (10).

جدول (10) معامل ارتباط بيرسون بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة (ن=840)

الدرجة الكلية	التسامي بالذات	المسئولية	الهدف من الحياة	القبول والرضا	معنى الحياة
					التفكير المعرفي
**0.281-	**0.162-	**0.336-	**0.234-	**0.244-	الفورية المعرفية
**0.434-	**0.273-	**0.466-	**0.391-	**0.381-	البلادة الانفعالية
**0.395-	**0.222-	**0.440-	**0.351-	**0.354-	الأفكار الخيالية
**0.345-	**0.255-	**0.375-	**0.289-	**0.292-	الأفكار اللاعقلانية
**0.537-	**0.372-	**0.551-	**0.482-	**0.471-	العقلية المغلقة
**0.508-	**0.328-	**0.556-	**0.444-	**0.444-	الدرجة الكلية

\*\* دال عند مستوى 0.01

ويتضح من جدول (10) أنه توجد علاقة سالبة دالة احصائياً بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة عند مستوى (0.01) حيث بلغت قيمته (-0.508)؛ وبذلك يثبت خطأ الفرض الرابع للدراسة؛ وبالتالي قبول الفرض البديل الذي يعنى وجود علاقة سالبة بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة؛ بمعنى أن ارتفاع درجات الطلاب في التفكير المعرفي مقرونًا بانخفاض درجاتهم في معنى الحياة.

وهذا ما يتفق مع دراسة (Williams, 2001)، الذي أوضح أن أحد أهم الاحتياجات الإنسانية هو الحاجة إلى وجود معنى وهدف لحياة الفرد؛ حيث تشير الأبحاث إلى أن هذه الحاجة الأساسية للوجود الهادف، ووجود معنى لحياة الشخص مهددة بشكل كبير عند الأفراد الذين يعانون من التفكير المعرفي؛ والذي ينتج عن تعرض هؤلاء الأفراد للنبد والرفض الاجتماعي.

وأيضاً تتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسة التي قام بها (Twenge et al., 2003) للتحقق من العلاقة بين التفكير المعرفي الناتج عن الرفض الاجتماعي، ووجود المعنى في الحياة؛ حيث

كشفت نتائج هذه الدراسة عن أن هناك علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة، حيث أن التفكير المعرفي يقوم في الأساس على تجنب أو رفض الفكر الهادف، وغياب المعنى في الحياة.

كما تتفق مع نتائج (Stillman et al., 2009) الذين قاموا بدراسة للتحقق من العلاقة بين حالة التفكير المعرفي الناتجة عن الرفض الاجتماعي، وتصورات معنى الحياة؛ والتي كشفت نتائجها عن أن الأفراد المنبوذين اجتماعيًا، والذين يلجؤون لحالة التفكير المعرفي أبلغوا عن انخفاض كبير في معنى الحياة، وأن الحياة عديمة الأهمية بالنسبة لهم.

وكذلك تتفق هذه النتائج مع دراسة (Nicholes, 2010) والتي تحققت من العلاقة بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة، وكشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين التفكير المعرفي ومعنى الحياة.

وأيضًا تتفق مع دراسة (Sutin, et al., 2020) التي كشفت نتائجها عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين الوهن المعرفي - الذي يعد بعدًا من أبعاد التفكير المعرفي - ومعنى الحياة؛ حيث توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن الأشخاص الذين يعانون من الوهن المعرفي؛ غالبًا ما يعانون من انخفاض في مستوى معنى الحياة لديهم.

وتتفق هذه النتائج مع ما كشفت عنه نتائج البحث الذي أجراه (Baikeli, et al., 2021) عن أن هناك علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين الإدراك المضطرب للوقت الناتج عن حالة التفكير المعرفي ومعنى الحياة لدى الفرد؛ حيث توصلت نتائج هذه الدراسة عن أن الفرد الذي يركز على الحاضر المباشر، ولا يولي اهتمامًا بالمستقبل أو الماضي - الذي يعاني من حالة التفكير المعرفي-؛ غالبًا ما يعاني من غياب معنى الحياة.

وهذا ما يتسق مع ما استنتجه (Borawski, et al., 2021) في دراستهم للعلاقة بين الوحدة النفسية واليقظة العقلية ومعنى الحياة؛ عن أن التفكيك المعرفي يعمل على خفض مستوى اليقظة العقلية لدى الفرد؛ وبالتالي فإن الفرد الذي يكون لديه درجة منخفضة من اليقظة العقلية؛ يكون لديه انخفاض في مستوى معنى الحياة.

ويمكن تفسير ذلك؛ بأن التفكيك المعرفي يحدث كرد فعل محتمل للتعامل مع التجربة السلبية المتمثلة في الرفض الاجتماعي، والضغط النفسية، وفي حالة إزالة العلاقات مع الآخرين كما يحدث في حالة الإقصاء؛ فقد ينخفض معنى الحياة؛ ليس فقط لأن عزل التفكير الهادف يحدث، وأن تحديد المعنى في الحياة أصبح غير متاح، ولكن أيضًا لأن الناس يستمدون المعنى من علاقاتهم مع الآخرين، وإذا تم إزالة هذه العلاقات، أو حتى التهديد بفقدانها؛ فقد يترتب على ذلك الشعور بعدم المعنى، ويتعامل بعض الناس مع هذه التجربة بالهروب إلى حالة التفكيك المعرفي؛ حيث يُفترض أن الاستجابة التفكيكية تحدث عندما يحاول الشخص الهروب من التفكير الهادف، والوعي السلبي بالذات؛ الذي قد ينشأ بعد تجربة الرفض الاجتماعي، وإحباط احتياجات الانتماء. ويتسق هذا مع حالة التفكيك المعرفي التي تشير إلى أنه مع دخول الناس إلى الحالة المفككة تزداد احتمالية إنكارهم للفكر الهادف، وتجاهل المستقبل، والدفاع ضد التفكير التكاملي والتفسيري، وعند وجود التفكيك المعرفي من المحتمل أن يواجه الشخص صعوبة في تحديد المعنى في حياته. كما أن حالة التفكيك لا تتوافق مع وجود معنى للحياة لدى الفرد؛ حيث أن الفرد الذي يعاني من التفكك المعرفي؛ تكون لديه مستويات منخفضة من التفكير الهادف وذا المعنى، كما أنه يتجاهل المستقبل ولا يفكر فيه، ويهرب من التفكير التكاملي والتفسيري؛ وبسبب هذا التجنب من التفكير الهادف والتكامل؛ وهروب الفرد بشكل دفاعي إلى حالة عقلية تعزل المعنى؛ فقد يبلغ هؤلاء الأفراد عن عدم وجود هدف في الحياة، أو بعبارة

أخرى؛ عدم وجود المعنى في الحياة، وعدم الرضا عن الحياة، وضعف توجهات الهدف والعزيمة.

#### - البحوث والتوصيات المقترحة

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذا البحث يمكن توجيه اهتمام الباحثين إلى الأفكار البحثية الآتية:

1. التفكيك المعرفي وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة.
2. التفكيك المعرفي وعلاقته بالوظائف التنفيذية لدى طلاب الجامعة
3. التفكيك المعرفي وعلاقته بالاكئاب والقلق والوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة.
4. التفكيك المعرفي وعلاقته بالوعي بالذات والأفكار الانتحارية لدى طلاب الجامعة.
5. معنى الحياة والوعي بالذات والقابلية للاستهواء كمنبئات بالتفكيك المعرفي لدى طلاب الجامعة.
6. نمذجة العلاقات السببية بين التفكيك المعرفي والوعي بالذات واليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة.
7. فعالية برنامج قائم على العلاج المعرفي السلوكي لخفض التفكيك المعرفي لدى طلاب الجامعة.

## المراجع

الأبيض، محمد حسن (2010). مقياس معنى الحياة لدى الشباب. مجلة كلية التربية جامعة عين شمس. 34، (3)، 799-820.

أدلر، ألفرد (2005) معنى الحياة (ترجمة: عادل نجيب بشري). القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

سليمان، عبدالرحمن وفوزي، إيمان (1991). معنى الحياة وعلاقته بالاكئاب النفسي لدى عينة من المسنين العاملين وغير العاملين. المؤتمر الدولي السادس " جودة الحياة توجه قومي للقرن الحادي والعشرين"، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، في الفترة من 10-12 نوفمبر، 1031-1095.

فرانكل، فيكتور (1982). الإنسان يبحث عن المعنى، مقدمة في العلاج بالمعنى والتسامي بالنفس (ترجمة: طلعت منصور). الكويت: دار القلم.

## References

- Baikeli, R., Li, D., Zhu, L., & Wang, Z. (2021). The relationship between time perspective and meaning in life across different age stages in adulthood. *Personality and Individual Differences*, 174, 1-6 .
- Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, 97(1), 90–113.
- Borawski, D., Siudak, A., Pawelec, A., Rozpara, B., & Zawada, M. (2021). The interplay between loneliness, mindfulness, and presence of meaning. Does search for meaning matter? *Personality and Individual Differences*, 172, 1-7.
- Danielle, W. (2010). Hurting to Cope: Self-Injurious behavior as an escape from Self-Focus. *Undergraduate Review*, 6, 120-129.
- Donnelly, G. E., Ksendzova, M., Howell, R. T., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2016). Buying to blunt negative feelings: Materialistic escape from the self. *Review of General Psychology*, 20(3), 272–316.
- Eagleton, T. (2007). *The meaning of Life*. London: Oxford University Press.
- Elnakouri , A., Hubley, C., & McGregor,L. (2022) Hate and meaning in life: How collective, but not personal, hate quells threat and spurs meaning in life. *Journal of Experimental Social Psychology* 98 (2),1-10.
- King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The Science of meaning in Life. *Annual Review of Psychology*, 72(1), 561–584.

- Liu, Y., Chen, C., Zhang, J., & van Dierendonck, D. (2020). Synergistic effect of autonomy and relatedness satisfaction on cognitive deconstruction. *The Journal of General Psychology*, 1–
- Mauser, M., King, R., & Young, M. (2004). *The Meaning of Life: Long Prison Sentences in Context*. Washington: The Sentencing Project.
- Mohr, C. D., Haverly, S. N., Froidevaux, A., & Wang, M. (2018). Escaping the self: Negative self-evaluations and employee alcohol misuse. *New York Journal* ,273-292.
- Nicholes, Z. C. (2010). *Developing a measure of cognitive deconstruction*. Doctoral dissertation. Australian Catholic University at Queensland.
- Reker, G. T., Peacock, E. J., & Wong, P. T. P. (1987). Meaning and Purpose in Life and Well-being: A Life-span Perspective. *Journal of Gerontology*, 42(1), 44–49.
- Sook , C. Y. (2007). Relationships between depression, Cognitive deconstruction, perceived support from friend and suicidal Ideation in adolescents. *The korean Journal of Developmental psychology*, 20(1), 67-88.
- Stenseng, F., Rise, J., & Kraft, P. (2012). Activity engagement as escape from Self: The role of Self-euppression and Self-Expansion. *Leisure Sciences*, 34(1), 19–38.
- Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Lambert, N. M., Crescioni, A. W., DeWall, N. C., & Fincham, F. D. (2009). Alone and without purpose:



Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 686-694.

Sutin, A. R., Luchetti, M., Stephan, Y., & Terracciano, A. (2020). Meaning in Life and risk of Cognitive impairment: A 9-Year Prospective Study in 14 Countries. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 88,1-5.

Twenge, J. M., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J., & Bartels, J. M. (2007). Social exclusion decreases prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1), 56–66.

Twenge, J., Catanese, K., & Baumeister, R. (2003). Social exclusion and the deconstructed state: Time perception, meaninglessness, lethargy, lack of emotion, and self-awareness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 409–423.

VandenBos, G. (2007). *APA Dictionary of Psychology*. Washington: American Psychological Association.

Ward, T., Hudson, S., & Marshall, W. (1995). Cognitive distortions and affective deficits in Sex Offenders: A Cognitive deconstructionist Interpretation. *Journal of Research and Treatment*. 7 (1), 67-83.

Williams, K. D. (2001). *Ostracism: The power of silence*, New York: Guilford Press.

Wong, P. T (1998). Meaning – centered counseling, in P.P.T. Wong & P.S.Fry (Eds.), *The Human Quest for Meaning*, Mahwah, NJ: Erlbaum.