

## الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك الانهزامي لدى طالبات رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية

م.م. هدى حسن محمد

وزارة التربية / مديرية الرصافة الأولى

### مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات قسم رياض الأطفال والسلوك الانهزامي لديهن وطبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي ، ولتحقيق أهداف البحث تكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية بواقع (٢٠) طالبة أول و ( ٥٠ ) طالبة الثاني و ( ٦٥ ) طالبة الثالث و ( ٦٥ ) طالبة الرابع . استعملت الباحثة الأداتين هما مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس السلوك الانهزامي وبعد إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام معامل ارتباط بيرسون ومعادلة الفاكرونباخ والاختبار التائي تم التوصل إلى النتائج الآتية :

١- انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات قسم رياض الأطفال .

٢- أظهرت النتائج إن الطالبات لديهن سلوك انهزامي عال.

٣- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي .

وفي ضوء النتائج كانت أهم التوصيات هي إرشاد الطالبات وحثهن على ترك الأفكار اللاعقلانية وتعريفهن بالأفكار العقلانية بعد تشخيص الحالات التي تعاني من السلوك الانهزامي من خلال وحدات الإرشاد في الكليات وعقد ندوات إرشادية تخصصية .

الفصل الأول

- مشكلة البحث
- أهمية البحث
- هدف البحث
- تحديد المصطلحات

مشكلة البحث

تُعد المعرفة وسيلة الفرد لفهم ذاته والعالم الخارجي المحيط به والتوصل إلى حقائق الأشياء ونمو العقل الإنساني وهي طريقة الفرد للسيطرة على الأشياء وعندما تضطرب هذه المعرفة وتشوه فإنها لا تؤدي إلى السعادة والشفاء بل تؤدي إلى المرض والشفاء (طاهر ، ١٩٩٥ : ١) ، حيث يرى (ألس Ellis) أن هناك مجموعة من الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية وما يلحق بها من افتراضات تكون هي المسؤولة عن معظم الاضطرابات العاطفية وذلك لأنه عندما يتقبل الناس الاضطرابات والانحرافات التي تنطوي عليها الأفكار اللاعقلانية ، فإنهم يميلون لكي يصبحوا مكبوتين ، عدوانيين ، دفاعيين ، قلقين ، شاعرين بالذنب ، لديهم سلوك انهزامي ، غير فعالين ، منطوين على أنفسهم ، غير سعداء (Ellis, 1973: 88). إن الأفكار اللاعقلانية تترك آثار عميقة على تنظيم شخصية الفرد وقدرته على التفاعل الاجتماعي وتضعف اتزانه الانفعالي وينتابه إحساس بعدم الراحة والتهديد ، وشكوى من الوسواس يرافق ذلك قلق وإحساس بالعزلة إضافة إلى تصلب وانغلاق المعتقدات وجمودها ، وهزيمة بالسلوك (Bond et al. 1999: 557). والأفكار اللاعقلانية تمثل مطالب وإدراكات غير واقعية وجامدة ، حول كيف ينبغي أن تكون عليه الأمور ، وتؤدي إلى عبارات اللوم الموجهة نحو الذات ، والآخرين وعبارات التذمر التي تضعف الأمور بأنها لا تطاق ، التي توضح تضخيم الأمور ، والانهزام وعدم القدرة على تحمل الإحباط (Vernon, 1983: 203).

إذ أحست الباحثة بوجود مشكلة من خلال ملاحظاتها الميدانية التي تؤثر وجود بعض الأفكار اللاعقلانية لدى نسبة من طالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية ، فضلاً عن مظاهر السلوك الانسحابي الانهزامي كالتردد وصعوبة التعامل مع الآخرين والقلق ... الخ .

إنّ الاهتمام بالتنمية البشرية ضرورة ملحة لتقدم أي مجتمع ولا يمكن أن يؤدي مجتمعاً ما دوره الفاعل في تحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية دون أن تكون له مؤسسات تربوية تعنى ببناء الفرد في كافة النواحي الجسدية والنفسية والاجتماعية (النابلسي ، ٢٠٠٩ : ١٥). ويرى ألس ، Ellis أنّ نظام الأفكار لدى الفرد يتألف من أفكار عقلانية وأفكار لا عقلانية ، وأن الأفكار العقلانية هي تقييمات ترتبط بما هو مثبت تجريبياً وتكون صحيحة وواقعية ومنطقية وليست مطلقة وذات هدف واقعي ، وتعود إلى عواطف مناسبة ومنسجمة ، أمّا الأفكار اللاعقلانية فهي تعميمات مستمدة من افتراضات غير مثبتة تجريبياً ، وتظهر بلغة مطلقة باستخدام كلمات الحاجة ، ويجب ، وهي عبارات ملحة ، وأفكار مدمرة تمثل التفكير المطلق (اللاذقاني ، ١٩٩٥ : ١٥) . ويشير الريحاني ١٩٨٧ إلى أنّ العصاب ينشأ ويستمر نتيجة لبعض الأفكار التي تخلق أساساً من العقلانية والمنطق السليم ، وأنّ الأفراد يتبنون أهدافاً غير واقعية بل مستحيلة وغالباً ما تتصف بالكمال ، وخاصة تلك الأهداف التي تظهر بشكل رغبة الفرد في أن يكون محبوباً ومقبولاً من المحيطين به ، وأن يكون كاملاً فيما ينجز من أعمال وإن لا يشعر بالإحباط في كل ما يريد على الرغم من كثرة الأدلة التي تثبت عكس هذه الأفكار والأهداف واستحالة تحقيقها فإن بعض الأفراد يرفضون التخلي عنها ويستمررون بالتمسك بها (الريحاني ، ١٩٨٧ : ١٥١) . وأظهرت دراسة مارتين وآخرون ١٩٩٩ أنّ العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والضبط الداخلي علاقة عكسية والعلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والضبط الخارجي علاقة فردية (Martin, 1991: 303) . وتشير نتائج دراسة موراي ١٩٨٢ إلى أنّ هناك علاقة طردية بين الأفكار اللاعقلانية والانفعالات المحيطة للذات المتمثلة بالاكتئاب والسلوك الانهزامي والقلق والعدوان (١٩٨٢: 531 Murray) . وذكرت الأدبيات أنّ الأفراد اللاعقلانيين تظهر لديهم خبرات سلبية نتيجة سعيهم للحصول على تقبل الآخرين أو نيل إعجابهم دون نجاح ويحاولون التعويض عن مشاعر النقص تلك لديهم عن طريق وضع أهداف غير معقولة لإظهار تفوقهم الشخصي وهم في النهاية أفراد غير دقيقين في تقديرهم لذواتهم ، إضافة إلى أنّهم دائموا التوتر ويخشون الاحباطات ( إبراهيم ، ١٩٩٤ : ٣٠٩). كما يميلون الأفراد اللاعقلانيين إلى المبالغة في إدراك الأشياء أو الخبرات، مثل تصور الخطر والدمار فيها ، وهذا يؤدي إلى إثارة مشاعر الخوف والتوتر ، فالفرد يتوقع الشر ويتوجس دائماً ، ويتوقع فقدان الأحباء والأصدقاء والأقارب مع إنه في حقيقة الأمر لا يوجد أي سبب واقعي لذلك ( السيد ، ٢٠١٤ : ١٣٨). ويذكر أنّ الفرد يولد ولديه الاستعداد للسلوك بطريقتين العقلانية واللاعقلانية ، وأنّ الأفراد مركبون بيولوجياً على أن يفكروا بطريقة ملتوية في

مناسبات عدة أو أن يهزموا أنفسهم ، وأن يبالغوا في كل شيء ويشعروا بالإثارة الشديدة ويتصرفوا بغرابة شديدة لأتفه الأسباب ، كما إن الأفراد مستعدون للانتقال العاطفي والاضطراب النفسي يحدث ذلك بعد الولادة والنمو حينما يتعرضون لمواقف وتأثيرات تساعدهم على تحقيق ما فطروا عليه (الزبد ، ١٩٩٨ : ٢٥٥) . هذا وإن الاضطراب المبكر في العلاقات الدافئة ونقص الحب والعطف في السنين الأولى بين الأم والطفل ينمي ضعف التوافق بينهما فضلاً عن بقية أفراد أسرته والأفراد المحيطين فيسلك سلوكاً انهزامياً ويتهرب من الواقع ويعكس في سلوكه مشاعر الدونية والشعور بالذنب (Williams,1980:310). ويرى Twenge, Catanes 2002 إن الأفكار اللاعقلانية تؤدي إلى نتائج سلبية مثل السلوك الانهزامي وأنهم أكثر عدوانية تجاه أنفسهم والآخرين وأقل استعداداً للمساعدة أو التعاون وينخرطون في المخاطرة والتسويق (Twenge,Catans,2002:607) . وأكد بومستر Baumeister,2000 إن هناك علاقة بين أثار الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي إذ يرى أن تدني احترام الذات غالباً ما ينتج عن مشاعر الرفض والشعور بالوحدة ما يؤدي إلى الانهزام من الانتماء إلى المجتمع (Baumeister et al, 2000:129) .

الجانب التطبيقي : قد يسهم البحث في تحقيق هدف عملي لقياس الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي مبني في الواقع الذي يعيشه المجتمع .

أما الجانب النظري : فمن خلال إلقاء الضوء على مفهوم الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي فإنّ البحث يمثل إضافة يقدمها في هذا الإطار ، كما أنّه يهدف إلى رفد المكتبات العربية والعراقية في صدد المتغيرات الحالية بحسب علم الباحثة ، فضلاً عن ذلك عرض بعض وجهات النظر حول الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي بوصفهما من المتغيرات النفسية ،ناهيك عن أهمية الفئة المستهدفة في البحث من طالبات قسم رياض الأطفال كونهن قادة المستقبل يعول عليهن بناء المجتمع بناءً سليماً و متماسكاً فأنهن سيتولن في المستقبل القريب تربية وتعليم أطفال المجتمع .

### أهداف البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على :

- ١- الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات قسم رياض الأطفال .
- ٢- السلوك الانهزامي لدى طالبات قسم رياض الأطفال .
- ٣- العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي لدى طالبات قسم رياض الأطفال .

### حدود البحث

يتحدد البحث بطالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية للعام الدراسي ٢٠١٥ - ٢٠١٦ الدراسة الصباحية .

### تحديد المصطلحات

الأفكار العقلانية عرفها كل من :

البرت ألس ١٩٥٧. هي أفكار لا منطقية، يحكم الفرد خلالها على الأحداث في أغلب الظروف، وتتمثل بالقبول المطلق، والكفاءة التامة وعدم التسامح، وتعظيم الأمور، والسلبية، والحساسية الزائدة، والانهزامية، والاتكالية والعجز عن التخلص من الماضي والاهتمام الزائد بالآخرين (Ellis, 1957: 348) .

باترسون ١٩٨٠. هي المفاهيم والمعتقدات والأفكار التي يتبناها الفرد عن الأحداث والظروف الخارجية التي ترجع نشأتها إلى التعلم المبكر غي المنطقي (باترسون، ١٩٨٠ : ٦) .

الريحاني وحمدى ١٩٨٩. هي الأفكار التي ترتبط بالميل نحو تعظيم الأمور، والتأكيد والكمال وتجذب تحمل المسؤولية في مواجهة الصعاب (الريحاني وحمدى، ١٩٨٩ : ٣٧).

### التعريف النظري

تبنت الباحثة تعريف الريحاني وحمدى ١٩٨٩ كتعريف نظري للبحث الحالي ، لأنها اعتمدت مقياسهما .

التعريف الإجرائي . هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة من فقرات المقياس المتبناة في البحث الحالي.

السلوك الانهزامي . عرفة كل من :

شير ويومستر ١٩٨٨ . بأنه سلوك متعمد ومقصود قائم على أشياء ، لها آثار سلبية على النفس أو الحالة النفسية بشكل واضح تسبب الفشل وتجلب المتاعب ( Scher and Baumeister, 2000:145 ) . أبو حلاوة ٢٠١٣ . حالة نفسية ذات مضامين معرفية ووجدانية تسيطر على الفرد ، تتجسد في الشعور بالعجز وقلة الحيلة اتجاه أحداث ووقائع الحياة المختلفة في الحاضر والمستقبل ، وتقترن بمشاعر الكآبة واليأس والحزن ، مع اقتصاد الفرد للفاعلية والحيوية والذاتية ، مما يدفعه إلى الاستسلام والركون وتقبل واقعة الشخص دون بذل أي مجهود لتغييره وتبعية تامة للآخر ( أبو حلاوة ، ٢٠١٣ : ٧٠ ) .

الوائلي ٢٠١٥ . فقدان الأفراد الإحساس بحقيقة قدراتهم وخبراتهم وقوة تأثيرهم على الأحداث الجارية والاستسلام لها والشعور بالذنب والانسحاب والاستبعاد الاجتماعي وتدمير الذات والعدوان والخوف من الفشل والقلق وتدني الذات .

### التعريف النظري

تبنت الباحثة تعريف الوائلي ٢٠١٥ كتعريف نظري للبحث الحالي ، لأنها اعتمدت مقياسه .

التعريف الإجرائي . هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة على فقرات المقياس المتبناة في البحث الحالي .

## الفصل الثاني

- أدبيات البحث
- دراسات سابقة
- الموازنة بين الدراسات السابقة

### أولاً: الأفكار اللاعقلانية

مفهومها

هي تصورات لا منطقية يحكم الفرد من خلالها على الأحداث في أغلب الظروف وتتمثل في :

السلبية . يعتقدون الأفراد أنَّ تعاستهم تأتي من ظروف خارج إرادتهم فسوء الحظ هو سبب الفشل وليس بمقدورهم التغلب على الظروف لأنها أقوى منهم وأنَّ النجاح لا يتحقق إذا لم يكن الفرد محظوظ.

الانهزامية . تجنب الأفراد صعوبات الحياة ومسؤولياتها بدلا من مواجهتها .

الانتكالية . يعتمد الفرد الانتكالي على الآخرين في أمور الحياة .

ضيق الأفق . الأفراد يمتلكون حلولاً جاهزة للمشكلات التي تواجههم وان لم يصلوا إلى الحل تحدث لديهم كارثة من وجهة نظرهم .

عدم التسامح . الأفراد لا يستطيعون أن يغفروا لمن أساء إليهم حتى إن كان الخطأ بسيطاً .

شدة الحساسية . الأفراد دائما مشغولون بهمومهم تنتابهم الأفكار السوداوية عن المخاطر المحتمل أن يقعوا بها وتوقع الفشل بما سوف يقومون به من أعمال أكثر من النجاح.

الإصرار على القبول التام . على الآخرين أن يحبوهم بشكل مطلق ويكونوا راضين عنهم دائما بغض النظر عما يفعلونه ( محمد ، ٢٠٠٠ : ١١١).

### العوامل التي تساعد على ظهور الأفكار اللاعقلانية

تتكون الأفكار اللاعقلانية لدى الأفراد من خلال تفاعلهم مع البيئة التي يعيشون فيها فالفرد يكتسب الاتجاهات والمعتقدات من الأفراد الذين حوله كالوالدين والأقران والمعلمين ، يشعر الفرد بأنه غير مناسب عندما يقارنوه على نحو سلبي مع نجاحات الآخرين ، فيترسخ لدى الأفراد شعور بأنهم غير جديرين بالاعتبار وإن أكثر الظروف سوءاً في المعاملة عندما يكون الأب متسلطاً مع ابنه بالإضافة إلى معاملة الوالدين الذين يؤكدون على الرعاية المبالغ فيها في التنشئة غير الصحية ، لا تجعلهم يتعاملون مع المشكلات بأنفسهم ولا يشعرون بالاستقلالية ولا يحترمون قراراتهم أو أحكامهم الخاصة ، ويصبحون خائفين من الوقوع في الأخطاء غير قادرين على الدفاع عن أنفسهم كما أنهم يعيشون مع أباء يشعرون بضعف اعتبارهم لذواتهم يكونون نماذج يقلدهم أبنائهم يشعرون بانخفاض في اعتبار الذات ، وتظهر الخبرات السلبية لديهم نتيجة سعيهم للحصول على تقبل الآخرين أو نيل إعجابهم دون نجاح . مثل هؤلاء الأفراد يضعون أهداف غير معقولة لإظهار تفوقهم الشخصي يكونون غير دقيقين في تقديرهم لذواتهم ، كما يمكن أن تنجم الأفكار اللاعقلانية عن تدني تقدير الذات ، كل هذا يقود إلى الأفكار اللاعقلانية الذي تبدو معالمها واضحة على الفرد ( الشناوي ، ١٩٩٤ : ١١٢ ) .

### أساليب الأفكار اللاعقلانية

المبالغة . تتمثل في الميل إلى إدراك الأشياء أو الخبرات الواقعية ، وإضفاء دلالات مبالغ فيها مثل تصور الخطر والدمار والمبالغة في إدراك النتائج ( إبراهيم ، ١٩٩٤ : ٣٠٧ ) .

الاستدلال الخاطئ . بناء تعميمات أو استنتاجات على عناصر معينة في الموقف على الرغم من عدم وجود أدلة مدعمة أو وجود دلالة ضعيفة ( الظاهر ، ٢٠٠٤ : ٢٤ ) .

التعميم . يعتبر الميل إلى التعميم من الجزء إلى الكل من العوامل الحاسمة في كثير من الأمراض الاجتماعية مثل التعصب الفردي للعنوان ( إبراهيم ، ١٩٩٤ : ٣٠٨ ) .

التفخيم والتهويل / مقابل التحقير والتهوين . أي المبالغة في أهمية الأحداث السلبية والتهوين والتحفيز من شأن الأحداث الإيجابية .



الثنائية والتطرف . إدراك الأشياء أما بيضاء ، أو سوداء ، حسنة أو سيئة ، خبيثة أو طيبة ، صادقة أو كاذبة دون أن يدركوا أنّ الشيء الواحد الذي يبدو في ظاهر الأمر سيئاً ، قد تكون فيه أشياء إيجابية ( إبراهيم ، ١٩٩٤ : ٣٠٩ ) .

الكل أو لا شيء . التفكير بصورة مطلقة ( مجلي ، ٢٠١١ : ٢٠٢ ) .

التجديد الانتقائي . أن يعزل الفرد خاصية معينة من سياقها العام ويؤكدّها في سياق آخر ( الشناوي ، ١٩٩٤ : ١١٨ ) .

### ثانياً " : السلوك الانهزامي

مفهومه . يعني حالة من الشعور بالعجز وقلة الحيلة وانعدام الفاعلية الشخصية في الحياة والتعاسة العامة ، وهو دال في جزء منه على الأقل للتurf على الأحداث الصادمة والظروف العصبية والأحداث الحياتية الضاغطة (أبو حلاوة ، ٢٠١٣ : ٢٦) .

وتعني الانهزامية هي استصغار النفس واستذلالها وانكسارها أما أعدائها ، وهي استكانة النفس وهزيمتها ، أمام الشدائد وهي شعور الفرد بعدم أهلية لعمل الخير وتحمل المسؤولية وعدم مجابهة الواقع تجعله يحس بأنه محطم النفس ( صغير ، ٢٠٠٧ : ١ ) .

تشير الأدبيات إلى الانهزامية التعبير الصامت عن الاستسلام التام للمصير دون القدرة على القيام بأي فعل إرادي لتغيير وجهة الحياة الشخصية ، ويوجد اقتران بين مصطلح الانهزامية والتشاؤم وبؤرته توقع الفرد للهزيمة وترقبه لها وتسليمه بحميتها ، وبالتالي من الأسلم توفير الجهد وتقبل الحال بالصورة التي هو عليها (النجار ، ٢٠٠٥ : ٨) .

يرى الصبيح (٢٠٠٨) إن لمفهوم السلوك الانهزامي مظهرين أساسيين هما :

- ١- الشعور بهزيمة المبدأ أمام الواقع
- ٢- هزيمة الذات أمام المبدأ .

معايير تحديد السلوك الانهزامي : وهي على النحو الآتي :

- يكون الفرد مستقلاً من الآخرين - يضحى بحاجاته من اجل الآخرين
- لديه إحساس عال بالصح والخطأ - لا يتذمر من كونه مستغلاً من الآخرين
- يهتم كثيراً لرأي الآخرين في تقييم أدائه - يشعر بمعاناة كبيرة
- لا يسمح بتقديم المساعدة إليه من الآخرين - لا يبدو سعيداً
- يقلق إذا استمر أدائه بشكل جيد (Reich,1986: 52).

وجهة النظر المعتمدة في البحث الحالي التي فسرت الأفكار اللاعقلانية

تعدّ نظرية البرت ألس Albert Ellis . هي الأساس النظري الذي يقوم عليه العلاج العقلاني الانفعالي الذي يركز على إن البشر يفكرون ويشعرون ويتصرفون في نفس الوقت وهم نادراً ما يشعرون بدون أن يفكروا لان المشاعر عادة تستثار عن طريق إدراك موقف معين . وتقدم النظرية مجموعة من الأفكار حول طبيعة البشر والاضطرابات الانفعالية التي يعانون منها .

يلخصها باترسون ١٩٨٦ فيما يأتي :

- الإنسان كائن عاقل منفرد في كونه عقلياً وغير عقلي .
- أنّ الاضطراب الانفعالي والنفسي هو نتيجة للتفكير غير العقلاني وغير المنطقي .
- ينشأ التفكير غير العقلاني في التعلم غير المنطقي المبكر والذي يكون الفرد مهيباً له من الناحية البيولوجية والذي يكتسبه بصفة خاصة من والديه ومن المجتمع .
- أنّ البشر هم كائنات ناطقة .
- أنّ استمرار حالة الاضطراب الانفعالي نتيجة لحديث الذات لا يتقدر بفعل الظروف والأحداث التي تحيط بالفرد فقط وإنما يتحدد أيضاً من خلال ادراكات الفرد لهذه الأحداث واتجاهاته نحوها .
- ينبغي مهاجمة وتحدي الأفكار والانفعالات السلبية القاهرة للذات ( باترسون، ١٩٨٦:٥).

لقد أورد البرت ألس إحدى عشر فكرة غير عقلانية هي :

الأولى .من الضروري أن يكون الفرد محبوباً . الثانية . أن يكون الفرد على درجة كبيرة من الكفاءة والمنافسة والانجاز حتى يمكن اعتباره شخصاً ذا أهمية.

الثالثة . بعض الناس يتصفون بالشر والجبن لذلك فهم يستحقون أن يوجه لهم اللوم والعقاب .

الرابعة. أن النكبات المؤلمة تسير الأمور على غير ما يريده المرء لها .

الخامسة . أن التعاسة تنتج عن ظروف خارجية لا يستطيع الفرد التحكم فيها .

السادسة . أن الأشياء الخطرة أو المخيفة تعتبر سببا للانشغال البالغ.

السابعة . أنه من الأسهل أن تنقادی بعض الصعوبات والمسؤوليات الشخصية عن أن تواجهها .

الثامنة . ينبغي على الفرد أن يكون مستنداً على آخرين وان يكون هناك شخص أقوى منه يستند عليه .

التاسعة . أن الخبرات والأحداث المتصلة بالماضي هي المحددات الأساسية للسلوك في الوقت الحاضر ، وان تأثير الماضي لا يمكن استبعاده .

العاشرة . ينبغي على الفرد أن يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات .

الحادية عشر . هناك دائماً حل صحيح أو كامل لكل مشكلة ، يجب أن نبحث عن هذا الحل لكي لا تصبح النتائج مؤلمة ( محمد ، ٢٠٠٠ : ١٢٦).

ويقدر البرت ألس في نظريته أن الأحداث التي نطراً على البشر تتضمن عوامل خارجية تمثل أسباباً، ولكن البشر ليسوا مسيرين كلية، وإمكانهم أن يتجاوزوا جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير الصعب ، ويتصرفوا بأساليب من شأنها أن تغير وتضبط المستقبل، وهذا الاعتراف بقدرة الفرد على التحديد في الجانب الحسن لسلوكه الذاتي ولخبراته الانفعالية ، يعبر عنها في نظرية A-B-C حيث الحرف (A) يرمز إلى الحادث أو الخبرة المثيرة أو المنشطة ، والحرف (B) يعبر عن نظام التفكير لدى الفرد، بينما يرمز الحرف

(C) إلى النتيجة أو الاضطراب الانفعالي . ويرى البرت ألس في نظريته انه على الرغم من إن (A) هو الحادث الذي يقع قبل ظهور الاضطراب الانفعالي إلا أن ليس هو السبب الرئيس المباشر للنتيجة التي تشاهدها ( الاضطراب الانفعالي C ) ، وإنما ينتج هذا الاضطراب عن نظام أو شق التفكير الموجود لدى الفرد (C) وإنما ينتج هذا الاضطراب عن نظام أو نسق التفكير الموجود لدى الفرد والذي يرمز له بالحرف (B) سواء كان هذا النسق منطقياً أو غير منطقي ( الشناوي ، ١٩٩٤ : ١٠٧).

### مبررات اعتماد البحث على نظرية البرت ألس هي

- ١- أن المفاهيم التي تضمنتها نظرية البرت ألس فيما يتعلق بالأفكار اللاعقلانية تجعل من السهل علينا أن نستنتج أن عملية الإرشاد تتلخص في معالجة اللامعقول بالمعقول .
- ٢- أن البشر لهم إمكانيات أن يكونوا عقلانيين فإن لديهم القدرة على تجنب أو إلغاء معظم الاضطراب الانفعالي أو التعاسة من خلال تعلمهم أن يفكروا بعقلانية .
- ٣- ممكن مساعدة الأفراد على أن يتخلصوا من الأفكار والاتجاهات غير المنطقية وان يحل محلها أفكار واتجاهات منطقية وعقلانية.
- ٤- يمكن مهاجمة الأفكار والانفعالات السلبية والمدمرة للذات بإعادة تنظيم المدركات والأفكار بحيث يصبح التفكير أكثر منطقية وعقلانية .
- ٥- اعتمد البحث النظرية كونها المتبناة في بناء الأداة المعتمدة في هذا البحث.

### وجهات النظر التي فسرت السلوك الانهزامي

هناك العديد من وجهات النظر التي فسرت السلوك الانهزامي منها وجهة نظر دوركهيم يرى أن الفرد وحدة بنائية في المجتمع وبعيش في مناخ تسوده معتقدات وتقاليده، وان هبوط أو انحدار التضامن الاجتماعي وصعود النفوذ الفردي بسبب التقدم الصناعي والحياتي يسبب الانهزام في أقصى صورة ( Dunman,2003: 2). أما فرويد يصف السلوك الانهزامي بالية اسمها الانقلاب على الذات ويفترض فرويد إن مصدر هذا النوع من مشاعر الذنب تأتي نتيجة كبت العداوة تجاه الوالدين في الطفولة ومشاعر الخوف من إظهارها لما

سيترتب عليه من عقاب، ويرى فرويد أنّ الفرد الانهزامي وقع فريسة لانفعال ذاتي أخفق في التعبير عن نفسه فانعكس إلى الداخل (صالح ، ٢٠٠٥ : ٣٨٣).

ويؤكد باندورا أنّ الأفراد ينهمكون في التقليل من قيمة أنفسهم وتكوين أفكار سلبية عنها عندما تنتهك المعايير الداخلية المثلى من جراء ارتكابهم أخطاء شخصية ملموسة أو غير ملموسة، يصل بهم الأمر لمعاقبة الذات ونزعة عقاب الذات فتكون في مراحل متعددة تتمثل بسلوك خاطئ يثير خوفاً من عقاب متوقع يولد شعوراً بالذنب ، يحصل السلوك الانهزامي ( Hjelle and Ziegler,1992: 255 ).

من خلال ما استعرض من وجهات نظر توصلت الباحثة إلى ما يأتي:

١- أنّ السلوك الانهزامي حسب وجهة نظر دوركهايم أنّ هبوط التضامن الاجتماعي وارتفاع النفوذ الفردي يسبب الانهزام.

٢- ووصف فرويد آلية الانهزام بالية سمّاها التحويل تحويل العدوان نحو الذات ومن ثم هزمها .

٣- يستهدف السلوك الانهزامي عند باندورا تكوين غطاء وجداني للأفعال السلبية لسد الأسلوب المتشدد من المجتمع .

### دراسات سابقة

ستعرض الدراسات السابقة وفق تسلسلها الزمني على محورين استناداً لمتغيرات البحث ، إذ لم تعثر الباحثة على دراسة جمعت بين المتغيرين .

### الدراسات التي تناولت الأفكار اللاعقلانية

دراسة الريحاني ١٩٨٧

العنوان . الأفكار اللاعقلانية عند الأردنيين والأمريكيين

دراسة ثقافية لنظرية البرت ألس في العلاج العقلي العاطفي .

الهدف. التعرف إلى نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة الأردنيين والطلبة الأمريكيين .

المجتمع . طلبة الجامعة الأردنية وجامعة ولاية كارولينا الشمالية.

العينة . بلغت عينة الدراسة (٤٠٠) طالب وطالبة من الجامعة الأردنية (٤٤٠) طالباً وطالبة من جامعة ولاية كارولينا الشمالية .

الأداة . استعمل اختبار للأفكار العقلانية واللاعقلانية الذي يتكون من (١٣) بعداً تمثل فكرة لا عقلانية يعبر عنها بدرجات فرعية على الاختبار والدرجة الكلية تمثل مقياس عام للتفكير اللاعقلاني .

الوسائل الإحصائية. الاختبار التائي لعينة واحدة ، النسبة المئوية.

النتائج. كانت أهمها أن معظم الأفكار اللاعقلانية تنتشر بنسب عالية بين الأردنيين والأمريكيين ، ودلت النتائج على وجود أثر ذي دلالة إحصائية لعامل الثقافة عن التفكير اللاعقلاني ، بينما كان أثر الجنس محدود (الريحاني ، ١٩٨٧ : ١ - ١٨٠).

دراسة الشريف ١٩٨٨

العنوان . العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والمستوى الاقتصادي والتحصيل والجنس وبين تقدير الذات لدى طلبة الجامعة الأردنية .

الهدف. التعرف إلى العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والمستوى الاقتصادي والتحصيل والجنس وتقدير الذات .

المجتمع . طلبة الجامعة الأردنية .

العينة . بلغت عينة الدراسة (١٣٤) طالب وطالبة موزعة بواقع (٧٣) طالبة و(٦١) طالب.

الأداة. استعمل اختبار التفكير اللاعقلاني .

الوسائل الإحصائية . معامل ارتباط بارسون ، تحليل الانحدار المتعدد .

النتائج . كانت أهمها أنّ معاملات الارتباط بين التفكير اللاعقلاني والتحصيل كمتغيرات مستقلة والمستوى الاقتصادي والجنس وتقدير الذات كمتغيرات تابعة ذوات دلالة إحصائية، وظهر ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التفكير اللاعقلاني والجوانب الانفعالية والاجتماعية والأخلاقية والحيوية والنقّة بالذات كدرجات فرعية على كميّاس تقدير الذات ( الشريف ، ١٩٨٨ : ١ - ٢٠٠ ) .

دراسة إبراهيم ١٩٩٠ .

العنوان . التفكير اللاعقلاني وعلاقته بالقلق والتوجه الشخصي لدى طلبة الجامعة.

الهدف. التعرف إلى العلاقة بين التفكير اللاعقلاني والقلق والتوجه الشخصي .

المجتمع. طلبة الجامعة .

بلغت عيّنة الدراسة (٢١٣) طالباً وطالبة من كليتي التربية والآداب جامعة الزقازيق.

الأداة. استعمل اختبار التفكير اللاعقلاني وقائمة سيلبرجر للقلق واختيار التوجه الشخصي.

الوسائل الإحصائية . معامل ارتباط بيرسون ، تحليل الانحدار المتعدد.

النتائج . أهمها

وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق ووجوده علاقة ارتباطية سالبة بين الأفكار

اللاعقلانية وتحقيق الذات ( إبراهيم ، ١٩٩٠ : ١ - ٨٥ ) .

دراسة فرج وعنوم والعلبي ١٩٩٣

العنوان . قلق الاختبار والأفكار اللاعقلانية والعقلانية لدى الطلبة في اريد .

الهدف. الكشف عن الفروق اللاعقلانية والعقلانية في قلق الاختبار لدى الطلبة ذوي الأفكار اللاعقلانية والعقلانية.

المجتمع . طلبة الجامعة .

العينة . بلغت عينة الدراسة (٢٩٢) طالباً وطالبة .

الأداة . استعمل مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية الذي أعده الريحاني ١٩٨٨ بالإضافة إلى مقياس سويت لقياس قلق الاختبار .

الوسائل الإحصائية . الاختبار التائي لعينة واحدة ، المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري .

النتائج . أهمها .

أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات قلق الاختبار بين الطلبة ذوي الأفكار العقلانية والطلبة ذوي الأفكار اللاعقلانية (فرج وعنوم والعلي ، ١٩٩٣ : ١ - ١٥٠) .

دراسة حسيب ٢٠٠٠

العنوان . العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى طلبة الجامعة .

الهدف . التعرف إلى العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب .

المجتمع . طلبة الجامعة .

العينة . بلغت عينة الدراسة (٢١٧) طالباً وطالبة .

الأداة . استعمل مقياس السيد عبد الرحمن ومعتز سنة ١٩٩٤ لمعرفة الأفكار اللاعقلانية واختبار الوحدة النفسية ترجمة الباحث نفسه وإعداده .

الوسائل الإحصائية . معامل ارتباط بيرسون ، تحليل الانحدار .

النتائج . أهمها .



توصلت إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين بعض الأفكار اللاعقلانية وكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومتوسطي ومرتفعي الوحدة النفسية والاكتئاب في الأفكار اللاعقلانية (حسيب ، ٢٠٠٠ : ١ - ١٠٠) .

دراسة (أبو شعر ٢٠٠٧)

العنوان . الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات .

الهدف . التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والوعي الديني بشقيه الجوهري والظاهري .

المجتمع . بلغ حجم المجتمع (١٣٧٠٠) طالباً وطالبة بجامعات غزة الثلاث ( الإسلامية ، الأزهر ، الأقصى).

العينة .بلغت عينة الدراسة (٣٩٤) طالباً وطالبة .

الأداة . اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومقياس الوعي الديني .

الوسائل الإحصائية . معامل ارتباط بيرسون ، اختبار مان - وتني ، التجزئة النصفية ، معامل الفاكرونباخ ، اختبار النسبة الغائبة .

النتائج . أهمها .

لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية والوعي الديني لدى طلبة الجامعة . (أبو شعر ، ٢٠٠٧ : ١ - ١٣٧).

### الدراسات التي تناولت السلوك الانهزامي

لم تعثر الباحثة على دراسة تبحث في السلوك الانهزامي ما عدا دراسة واحدة هي .

#### دراسة الوائلي ٢٠١٥

العنوان . أثر الإرشاد السلوكي المعرفي في تعديل السلوك الانهزامي لدى طلاب الجامعة .

الهدف. التعرف على أثر الإرشاد السلوكي المعرفي في تعديل السلوك الانهزامي لدى طلاب الجامعة .

المجتمع . بلغ طلاب كلية التربية الأساسية ٣٥٥٧ طالباً وطالبة موزعين بواقع ( ٢٥٣٨ ) طالباً تخصص إنساني و(١٠١٩) طالباً تخصص علمي .

العينة . بلغت عينة الدراسة (٣٠) طالباً .

الوسائل الإحصائية . الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين ، معامل ارتباط بيرسون ، مان - وتني للعينات المتوسطة ، اختبار ولكوكسن .

النتائج . أهمها .

أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار ألبعدي لصالح المجموعة التجريبية ، ووجود فروق ذوات دلالة إحصائية بين متوسطين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المرجي (الوائلي ، ٢٠١٥ : ٢ - ١٧٣).

### الموازنة بين الدراسات السابقة

سيتم الموازنة بين الدراسات التي عرضت من حيث الأهداف وحجم العينة والأداة المستخدمة والوسائل الإحصائية التي تمت معالجة البيانات وأهم النتائج التي توصلت إليها .

### الأهداف

- ١- جاءت أغلب الدراسات السابقة من المحور الأول متفقة في الهدف مع البحث الحالي ، هو التعرف على الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى كدراسة الشريف ١٩٨٨ ودراسة إبراهيم ١٩٩٠ ودراسة فرج وعتوم والعلي ١٩٩٣ ودراسة حسيب ٢٠٠٠ ودراسة ( أبو شعر ٢٠٠٧ ) ، ما عدا دراسة الريحاني ١٩٨٧ التعرف على نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة . أما دراسة المحور الثاني فكان الهدف هو التعرف على أثر الإرشاد المعرفي في تعديل السلوك الانهزامي لدى طلاب الجامعة .
- ٢- تتراوح حجم عينات الدراسات السابقة في المحور الأول ما بين (٣٠ - ٨٤٠) ، جميع الدراسات السابقة عيناتها من طلبة الجامعة جاءت متفقة مع البحث الحالي وعينة البحث الحالي (٢٠٠) طلبة .
- ٣- أغلب الدراسات السابقة استعملت المقياس كأداة لها أما البحث الحالي فقد تبنى مقياسين .
- ٤- الوسائل الإحصائية . أغلب الدراسات السابقة استعملت معامل ارتباط بيرسون ، والوسط الحسابي والانحراف المعياري والاختبار التائي لعينة واحدة وتحليل الانحدار .
- ٥- النتائج . جاءت محققة لأهدافها .

### جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة

- ١- تتبنى أداتي البحث الحالي الأفكار اللاعقلانية للريحاني ١٩٨٨ والسلوك الانهزامي للوائلي ٢٠١٥ .
- ٢- تحديد مشكلة البحث .
- ٣- التعرف على حجم العينة بالنسبة للبحوث الوصفية .
- ٤- التعرف على الوسائل الإحصائية المستعملة عن استخراج الخصائص السيكمترية للمقياسين واستخراج النتائج .
- ٥- التعرف على المصادر المعتمدة لأجل الاستعانة بها .

### الفصل الثالث

#### إجراءات البحث

لغرض تحقيق أهداف البحث كان لا بد من تحديد منهج ومجتمع وعينة البحث وأداتين تتسمان بالموضوعية والصدق والثبات والوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها ، ستعرض في هذا الفصل على الشكل الآتي :

#### مجتمع البحث

تألف مجتمع البحث من طالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية . بلغ عددهن ( ٢٥٨ ) طالبة بواقع ( ٢٨ ) صف الأول ، و ( ٦٥ ) طالبة الصف الثاني ، و ( ٨٥ ) طالبة الصف الثالث و ( ٨٠ ) طالبة للصف الرابع و الجدول ( ١ ) يوضح ذلك :

جدول (١) . حجم مجتمع البحث موزع حسب الصف في قسم رياض الأطفال كلية التربية الأساسية الجامعة المستنصرية .

الصف	عدد الشعب	عدد الطلاب	المجموع
الأول	١	٢٨	٢٨
الثاني	٢	٦٥	٦٥
الثالث	٢	٨٥	٨٥
الرابع	٢	٨٠	٨٠
المجموع	٥	.....	٢٥٨

• حصلت الباحثة على عدد الطالبات من شعبة التسجيل في كلية التربية الأساسية

### عينة البحث

تم اختيار ( ٢٠٠ ) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية بالطريقة العشوائية بواقع (٢٠) طالبة أول ، و ( ٥٠ ) طالبة الثاني ، و ( ٦٥ ) طالبة الثالث ، و ( ٦٥ ) طالبة الرابع و الجدول ( ٢ ) يوضح ذلك .

جدول (٢). حجم عينة البحث موزعة بحسب الصف في قسم رياض الأطفال كلية التربية الأساسية .

الصف	عدد الطالبات	المجموع
الأول	٢٠	٢٠
الثاني	٥٠	٥٠
الثالث	٦٥	٦٥
الرابع	٦٥	٦٥
المجموع	.....	٢٠٠

### أداتا البحث

سيعرض وصف للأداتين المتبنتات من أجل قياس المتغيرين اللذين شملهم البحث ، وهما الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي على النحو التالي :

أولا : مقياس الأفكار اللاعقلانية

اعتمدت الباحثة مقياس الأفكار اللاعقلانية والمعد من قبل الريحاني وحمدى ١٩٨٩ ، الذي قام بتكييفه على البيئة العراقية على عينة بحثه الباحث ( جاسم ، ٢٠٠٦ ) .

### وصف المقياس

تكون المقياس من ( ٥٢ ) فقرة يجاب عليها ( بنعم أو لا ) كانت أوزانها ( ١ - ٠ ) الفقرة الايجابية ومن ( ١ - ٠ ) الفقرات السلبية ، كان المقصود بالفقرات الايجابية تقيس الأفكار اللاعقلانية . قامت الباحثة باستخراج ما يلي :

صلاحية فقرات المقياس

عرضت الباحثة المقياس على مجموعة من المحكمين ملحق (٣) لبيان مدى ملائمتها للعيّنة وصلاحية الفقرات والبدائل وإجراء التعديل المناسب على الفقرة التي تحتاج إلى تعديل ، واعتمدت الباحثة نسبة قدرها ( ٨٠ % ) فأكثر من المحكمين لقبول الفقرة وعدّها صالحة ، تم إبقاء جميع الفقرات ما عدا البدائل جاء الاتفاق على ثلاثة بدائل بدلاً عن اثنين والجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣). آراء الخبراء على فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية .

النسبة المئوية	غير موافقون	عدد الفقرات	الفقرات
١٠٠%	—	١٨	٤٠،٥١،٥٢،١٦،٢٠،٢٤،٢٥،٣٠،٣٤،٣٨،١٢،٣،٤٦،٩،١٢،١٥
٩٠%	١	١٢	٥،٧،٨،١٠،١٣،١٧،١٩،٢١،٢٣،٢٧،٢٩،٣٢
٨٠%	٢	٢٢	١١،١٤،١٨،٢٢،٢٦،٢٨،٣١،٣٣،٣٥،٣٦،٣٧،٣٩،٤١،٤٢،٤٣،٤٤،٤٥،٤٦،٤٧،٤٨،٤٩،٥٠

التطبيق الاستطلاعي

لأجل التعرف على وضوح تعليمات المقياس وفقراته ومدى فهم الطالبات لتعليمات الإجابة ومدة الإجابة ، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على (٢٠) طالبة اختيرت بالأسلوب العشوائي ، تبين من التطبيق إن جميع الفقرات والتعليمات واضحة وكان الوقت المستغرق للإجابة من ( ٣٠ - ٣٥ ) دقيقة.

**أ- التحليل الإحصائي لفقرات المقياس**

تعد عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس من الخطوات الأساسية لبنائه و اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص سايكومترية جيدة يجعل المقياس أكثر صدقاً وثباتاً ( Anastasi 197: 192 ) يشير نانلي Nunnally إن حجم عيّنة التمييز ترتبط بعدد فقرات المقياس ، إذ ينبغي أن لا يقل عن خمسة أمثال عدد الفقرات للحد من أثر الصدفة في التحليل الإحصائي ( Nunnally, 1978 :262 ) .لذا فقد اختير بالأسلوب العشوائي عيّنة مكونة من (٢٠٠) طالبة من مجتمع البحث لحساب القوة التمييزية للفقرات اعتمدت أسلوب المجموعتين المتطرفتين رتبّت الدرجات ترتيباً تنازلياً من اعلي درجة إلى اقل درجة ثم حددت المجموعة بنسبة (٢٧%) من الاستثمارات بلغت (٥٤) استثماراً من المجموعة العليا و(٥٤) استثماراً من

المجموعة الدنيا وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين إن فقرتين من المقياس غير دالة إحصائيا هما (٣،٣٧) والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤). نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا لمقياس الأفكار اللاعقلانية .

مستوى الدلالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت	مستوى الدلالة عند مستوى ٠.٠٥	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	الوسط	الانحراف المعياري	الوسط				الانحراف المعياري	الوسط			
دالة	٧.٠٣٨	٠.٦٧٧	١.٥١	٠.٧٧٠	٢.٢٠	٢٨	دالة	٥.٨٦٥	٠.٩١٠	١.٨٩	٠.٧٥٣	٢.٥٦	١
دالة	٥.٩٧٤	٠.٧٤٤	١.٦٣	٠.٧٦٠	٢.٢٤	٢٩	دالة	٥.٠٠٩	٠.٨٠١	١.٦٥	٠.٧٤٧	٢.١٨	٢
دالة	٥.١٣٦	٠.٧٨٢	١.٦٢	٠.٨٣٣	٢.٨٩	٣٠	غيردالة	١.٨٨٠	٠.٧٨٥	١.٩٨	٠.٧٣٤	٢.١٨	٣
دالة	٨.٧٧٦	٠.٨١٠	١.٥٨	٠.٧٥٥	٢.٥٢	٣١	دالة	٧.٩٤٦	٠.٦٨٩	١.٥٤	٠.٦٩٨	٢.٢٩	٤
دالة	٣.٢٢٩	٠.٨٢٤	١.٧٨	٠.٧٣٣	٢.١٢	٣٢	دالة	٥.١٨٩	٠.٦٤٣	١.٥٨	٠.٧٩٢	٢.٠٩	٥
دالة	٢.٨٧٤	٠.٨١٨	١.٨٥	٠.٧٩١	٢.١٧	٣٣	دالة	٨.٥٥٢	٠.٧٠٧	١.٨٣	٠.٧٧٢	٢.٢٤	٦
دالة	٤.٢٠٠	٠.٨١١	١.٨٤	٠.٧٧٧	٢.٣٠	٣٤	دالة	٤.٤٣٨	٠.٧٦٥	١.٥٦	٠.٨١٣	٢.٠٥	٧
دالة	٥.٥٨٠	٠.٧٥٠	١.٧٥	٠.٦٨٧	٢.٣٠	٣٥	دالة	٤.٠٣٧	٠.٧٣٨	١.٧٥	٠.٧٤٣	٢.١٧	٨
دالة	٢.٣١٧	٠.٨٧٠	٢.٠٣	٠.٧٠٨	٢.٢٨	٣٦	دالة	١.٩٨٦	٠.٨٥٧	٢.٠٦	٠.٧٨٦	٢.٢٩	٩
غير دالة	١.٠٦٧	٠.٧٩٠	١.٩٥	٠.٧٤٠	٢.٠٦	٣٧	دالة	٥.٦٩٣	٠.٨٠١	١.٨٩	٠.٦٧٦	٢.٤٦	١٠
دالة	٤.١٣٧	٠.٧٣٨	١.٧٥	٠.٧٤٣	٢.١٧	٣٨	دالة	٥.٠٣٠	٠.٧٢٩	١.٦٩	٠.٧٥٨	٢.٢٠	١١
دالة	١.٩٨٦	٠.٧٠٧	٢.٠٦	٠.٧٨٦	٢.٢٩	٣٩	دالة	٦.٤٦٩	٠.٧٥٣	١.٦٥	٠.٦٩٨	٢.٢٩	١٢
دالة	٥.٦٩٣	٠.٨٠١	١.٨٩	٠.٦٧٦	٢.٤٦	٤٠	دالة	٥.٧٩٠	٠.٧٤٣	١.٥٤	٠.٧٦٢	٢.١٣	١٣
دالة	٥.٠٣٠	٠.٧٢٩	١.٦٩	٠.٧٥٨	٢.٢٠	٤١	دالة	٥.٨٩٢	٠.٦٦٢	١.٤٧	٠.٧٦٦	٢.٥٠	١٤
دالة	٦.٤٦٩	٠.٧٥٣	١.٦٥	٠.٦٩٨	٢.٢٩	٤٢	دالة	٥.٠٨٤	٠.٧٨٩	١.٦٥	٠.٧٦٣	٢.١٩	١٥
دالة	٥.٧٩٠	٠.٧٤٢	١.٥٤	٠.٧٦٢	٢.١٣	٤٣	دالة	٩.٠٢٤	٠.٧٧١	١.٧٢	٠.٧٠٥	٢.٦٣	١٦
دالة	٥.٨٩٢	٠.٦٦٢	١.٤٧	٠.٧٦٦	٢.٠٥	٤٤	دالة	٤.٣٢٣	٠.٨٢٦	١.٦٩	٠.٧٧٩	٢.١٧	١٧
دالة	٥.٦٩٣	٠.٨٠١	١.٨٩	٠.٦٧٦	٢.٤٦	٤٥	دالة	٥.٠٤٣	٠.٧٦٤	١.٥٧	٠.٨٠١	٢.١١	١٨
دالة	٥.٠٣٠	٠.٧٢٩	١.٦٩	٠.٧٥٨	٢.٢٠	٤٦	دالة	٢.٢٠٣	٠.٨٠٠	١.٩٤	٠.٧٤٣	٢.١٧	١٩
دالة	٦.٤٦٩	٠.٧٥٣	١.٦٥	٠.٦٩٨	٢.٢٩	٤٧	دالة	٧.٣٢٦	٠.٧١٧	١.٥٢	٠.٧٥٠	٢.٢٥	٢٠
دالة	٥.٧٩٠	٠.٧٤٢	١.٥٤	٠.٧٦٢	٢.١٣	٤٨	دالة	٣.٨٤١	٠.٧٠٣	١.٦٩	٠.٧١٤	٢.٠٦	٢١
دالة	٥.٨٩٢	٠.٦٦٢	١.٤٧	٠.٧٦٦	٢.٠٥	٤٩	دالة	٣.٠٤٤	٠.٧٢٠	١.٨٠	٠.٨٤٠	٢.١٢	٢٢
دالة	٤.١٣٧	٠.٧٣٨	١.٧٥	٠.٧٤٣	٢.١٧	٥٠	دالة	٤.٧٦٥	٠.٧٠٨	١.٦٨	٠.٧٧٥	٢.١٦	٢٣

دالة	١.٩٨٦	٠.٨٥٧	٢.٠٦	٠.٧٨٦	٢.٢٩	٥١	دالة	٥.٨٧٢	٠.٧٢٩	١.٦٤	٠.٧٩٩	٢.٢٥	٢٤
دالة	٥.٦٩٣	٠.٨٠١	١.٨٩	٠.٦٧٦	٢.٤٦	٥٢	دالة	٦.١٤٤	٠.٦٤٥	١.٥٦	٠.٧٤٧	٢.١٥	٢٥
....	....	....	....	....	....	....	دالة	٥.٧٤٢	٠.٦٥٧	١.٥٨	٠.٨٢٦	٢.١٧	٢٦
...	...	...	...	...	...	...	دالة	٧.٣٨٢	٠.٦٥٣	١.٦٨	٠.٦٥٦	٢.٢٣	٢٧

القيمة التائية الجدولية = ١.٩٦١ عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجة حرية ن-٢ = ١٩٨

### ب - علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية على مقياس الأفكار اللاعقلانية .

يعد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشراً لصدق الفقرة ومؤشراً لتجانس الفقرات في قياسها للظاهرة السلوكية ( Allen,1979: 144 ) ولغرض التحقق من صدق فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية ، اعتمدت الباحثة على الدرجة الكلية للمقياس بوصفه محكاً داخلياً يمكن من خلاله استخراج معاملات صدق فقرات المقياس في حالة عدم توفر محك خارجي ( Anastasi , 1976 : 211 )

استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس للمستجيب وبعد مقارنة معاملات الارتباط المحسوبة بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط تبين إن الفقرتين (٣ و ٣٧) غير دالة والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) . معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية.

ت	معاملات الارتباط	ت	معاملات الارتباط	ت	معاملات الارتباط	ت	معاملات الارتباط	ت	معاملات الارتباط
١	٠.٥١٣	١٣	٠.٣٨٧	٢٥	٠.٤٤١	٣٧	٠.٠٣٢	٤٩	٠.٥٤٤
٢	٠.٤٤٧	١٤	٠.٤٨٩	٢٦	٠.٥٢٧	٣٨	٠.٣١٦	٥٠	٠.٣٧٧
٣	٠.٠٨٩	١٥	٠.٤٣٢	٢٧	٠.٥٤٩	٣٩	٠.١٨٢	٥١	٠.٤١٧
٤	٠.٦٠٠	١٦	٠.٥٩٠	٢٨	٠.٤٩٥	٤٠	٠.٣٧٣	٥٢	٠.٤٥٣
٥	٠.٤٤٥	١٧	٠.٤٥٣	٢٩	٠.٣٩٨	٤١	٠.٤٨٥	قيمة معامل الارتباط الحرجة = (٠.١١٣) عند مستوى دلالة	
٦	٠.٤٨١	١٨	٠.٤٣٣	٣٠	٠.٤٤٤	٤٢	٠.٤٧٠		
٧	٠.٤١٦	١٩	٠.٢٤٠	٣١	٠.٥٤٤	٤٣	٠.٣٨٧		
٨	٠.٣١٦	٢٠	٠.٥٠٢	٣٢	٠.٣٧٧	٤٤	٠.٤٨٩		



درجة (٠.٠٥)	٠.٤٣٢	٤٥	٠.٤١٧	٣٣	٠.٤٠٦	٢١	٠.١٨٢	٩
حرجة	٠.٥٩٠	٤٦	٠.٤٣٢	٣٤	٠.٣٩٧	٢٢	٠.٣٧٣	١٠
ن-٢=١٩٨	٠.٤٥٣	٤٧	٠.٤٢٨	٣٥	٠.٣٧٤	٢٣	٠.٤٨٥	١١
	٠.٢٩٠	٤٨	٠.٣٢٥	٣٦	٠.٤٣٤	٢٤	٠.٤٧٠	١٢

### ثبات المقياس

يعد الثبات من الخصائص التي ينبغي التحقق منها في المقاييس النفسية على الرغم من إن الصدق أكثر أهمية منه ، لان المقياس الصادق لا بد أن يكون ثابتاً في حين إن المقياس الثابت ليس بالضرورة أن يكون صادقاً وإن حساب الثبات يعطينا مؤشراً على دقة المقياس وتجانس في قياس الخاصية ( Zeller & Communes , 1980 : 17 ) ، ولغرض استخراج الثبات تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من ( ١٠٠ ) طالبة اختبروا عشوائياً اعتمد الباحث الطريقتين الآتيتين في حساب الثبات هما :

### طريقة التجزئة النصفية

تم احتساب معامل الثبات لمقياس لأفكار اللاعقلانية بطريقة التجزئة النصفية عن طريق تقسيم درجات كل استمارة إلى قسمين فردي وزوجي ، إذ تمثل الفقرات ذات التسلسل الفردي الجزء الأول في المقياس وتمثل الفقرات ذات التسلسل الزوجي جزؤه الثاني ، بعد ذلك قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجات الطالبات على الجزأين باستخدام معامل ارتباط بيرسون وقد بلغت قيمة معامل الارتباط ( ٠.٨٧ ) وهو معامل ارتباط جيد مقارنة بمعاملات ثبات الدراسات السابقة، ولكي نحصل على تقدير لقياس الاختبار بكامله، يجب أن نصحح معامل ارتباط نصف الاختبار إلى القيمة الكاملة باستخدام معادلة سبيرمان - بروان فبلغت قيمة معامل الارتباط ( ٠.٩١ ) .

### طريقة تحليل التباين معادلة الفاكرونباخ

إن هذه الطريقة تعتمد على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى ( ثورندايك وهيجن ، ١٩٨٩ : ٧٩ ) . ولأجل استخراج الثبات للمقياس بهذه الطريقة ، طبقت على عينة الثبات البالغة ( ١٠٠ ) طالبة ، واستخرج

معامل الاتساق الداخلي لمقياس الأفكار اللاعقلانية باستعمال معادلة الفاكرونباخ لدرجات أفراد العينة بلغ معامل الثبات للمقياس ( ٠.٩١ ) والجدول ( ٦ ) يوضح ذلك .

جدول (٦). قيم معامل الثبات بطريقتي التجزئة النصفية الفاكرونباخ لمقياس الأفكار اللاعقلانية.

المقياس	عدد أفراد العينة	طرق المقياس		
		بالتجزئة النصفية قبل التصحيح	بالتجزئة النصفية بعد التصحيح	بالفاكرونباخ
الأفكار اللاعقلانية	١٠٠	٠.٨٧	٠.٩١	٠.٩١

#### وصف مقياس الأفكار اللاعقلانية بصيغته النهائية

بعد الإجراءات التي قامت بها الباحثة في الخطوات السابقة بلغت عدد فقرات المقياس (٥٠) فقرة يتمتع بالخصائص السايكومترية من مؤشرات صدق وثبات ، وبلغ المتوسط الفرضي للمقياس ( ١٠٠ ) ووضع أمام كل فقرة ثلاثة بدائل هي ( دائماً ، أحياناً ، نادراً )

#### ثانياً : مقياس السلوك الانهزامي

اعتمدت الباحثة مقياس الوائلي ( ٢٠١٥ ) .

#### وصف المقياس

تكون المقياس بصيغته النهائية من (٥٨) فقرة موزعة على (٦) مجالات هي مجال الشعور بالذنب يضم (٧) فقرات ومجال الانسحاب يضم (٩) فقرات ومجال تدمير الذات يضم (٩) فقرات ومجال الخوف من الفشل (١٠) فقرات ومجال تنفي الذات يضم (١٠) فقرات ومجال الاستبعاد الاجتماعي يضم (١٣) فقرة . ملحوظ (٢) بلغت عدد البدائل خمسة هي تنطبق علي بدرجة ( كبيرة جداً ، كبيرة ، متوسطة ، قليلة ، لا تنطبق ) رغم حداثة المقياس قامت الباحثة بالإجراءات الاتية .

### الصدق الظاهري

يحقق هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين والمختصين للحكم على مدى صلاحية المقياس في قياس المفهوم .

بلغ عددهم (١٠) محكمين ملحق (٣) واعتمدت نسبة ٨٠% فأكثر لصلاحية المقياس و قد حصلت جميع فقرات المقياس على موافقة جميع المحكمين .

### الثبات

يشير الثبات إلى درجة استقرار الاختبار والتناسق بين أجزائه ، أي انه لو كررت عمليات قياس الفرد الواحد لأظهرت درجته شيء من الاستقرار (الانصاري ، ٢٠٠٠: ١٢٠) . لغرض استخراج الثبات طبق المقياس على عينة الثبات المكونة من (١٠٠) طالبة من قسم رياض الأطفال بطريقة إعادة الاختيار طبق التطبيق الأول للمقياس وأعيد تطبيقه مرة أخرى على العينة نفسها بفواصل زمني قدره أسبوعين واحتسب معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة بين درجات التطبيق الأول والثاني وبلغ معامل الثبات (٠.٨٥) وهو معامل جيد وفق ما جاء بالدراسات السابقة .

### الاتساق الداخلي بطريقة الفاكرونباخ

لأجل استخراج الثبات للمقياس بهذه الطريقة . طبقت على عينة الثبات البالغة (١٠٠) طالبة ثم استخدمت معادلة (الفاكرونباخ) بلغ معامل الثبات لقياس السلوك الانهزامي (٠.٨٦) هذا مؤشر جيد على ثبات المقياس جيد وفق ما جاء بالدراسات السابقة .

### التطبيق النهائي للمقياسين

يعد التحقق من مؤشرات صدق وثبات المقياسين مقياس الأفكار اللاعقلانية المؤلف من (٥٠) فقرة وضعت إزاء كل فقرة ثلاثة بدائل ، وكذلك مقياس السلوك الانهزامي المؤلف من (٥٨) فقرة وضعت إزاء كل فقرة خمسة بدائل ، وزع المقياسين على عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالبة اختيرت بالأسلوب العشوائي .

لاستخراج النتائج تمت الاستعانة بالحقيبة الإحصائية SPSS ولا بد من الإشارة إلى الوسائل الإحصائية التي استعملتها الباحثة في معالجة بيانات بحثها هي .

١- معامل ارتباط بيرسون لإيجاد ما يلي :

أ- العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية .

ب- استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية ، وإعادة الاختبار للمقياسين .

ج- إيجاد العلاقة الارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي .

٢- تحليل التباين باستعمال معادلة الفاكرونباخ لاستخراج ثبات المقياسيين .

٣- الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين وسط العينة والوسط الفرضي لمقياسي الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي .

٤- الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين لمعرفة الفرق بين متوسطي درجات المجموعة العليا والدنيا لاستخراج القوة التمييزية لقياس الأفكار اللاعقلانية .

## الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

التوصيات

المقترحات

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي تبعاً لأهدافه بعد تحليل البيانات واستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة لكل هدف وعلى النحو الآتي:

الهدف الأول- التعرف على الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات قسم رياض الأطفال.

لتحقيق هذا الهدف جمعت بيانات عينة البحث المؤلفة من (٢٠٠) طالبة من جميع صفوف قسم رياض الأطفال بالطريقة العشوائية وبعد تفرغ البيانات احتسب الوسط الحسابي إذ بلغ (١٦٧.٨) درجة وانحراف معياري مقداره (١٦.٢٣) ولمعرفة دلالة الفرق بين الوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي لمقياس الأفكار اللاعقلانية فقد استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (٣٨.٣٥٥) درجة وهي اكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة (١٩٩) وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) . نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسطين المحسوب والنظري لمقياس الأفكار اللاعقلانية .

حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
٢٠٠	١٦٧.٨	١٦.٢٣	١٠٠	٣٨.٣٥٥	١.٩٦	٠.٠٥	دالة إحصائية

يتضح من الجدول أعلاه إن مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات قسم رياض الأطفال عال حيث إن الفرق بين المتوسطين ذا دلالة إحصائية أي هناك فروق حقيقية وليست نتيجة الصدفة في مستوى الأفكار

اللاعقلانية، يرى أليس إن كل البشر الأعتياديين يفكرون، فأفكارهم تؤثر بشكل جوهري على مشاعرهم وسلوكياتهم بشكل هام، كما إن تصرفاتهم تؤثر بشكل متميز على كل الأفكار وانفعالاتهم. (القذافي ، ٢٠٠١ : ٤٣) . جاءت هذه النتيجة متفقة مع نتائج الريحاني ١٩٨٧ .

الهدف الثاني - التعرف على السلوك الانتهزامي لدى طالبات قسم رياض الأطفال

لتحقيق هذا الهدف جمعت بيانات عينة البحث المؤلفة من (٢٠٠) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال بالطريقة العشوائية وبعد تفريغ البيانات احتسب الوسط الحسابي، حيث بلغ (١٨٩.٧٣) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٩.٠٧٤) درجة ، ولمعرفة دلالة الفرق بين الوسط الحسابي لعينة البحث ، والمتوسط الفرضي لمقياس السلوك الانتهزامي البالغ (١٧٤) درجة ، فقد استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٠.٣٢٧) درجة ، وهي اكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى (٠.٠٥) بدرجة حرية (١٩٩) والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨). نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسطين المحسوب والنظري لمقياس السلوك الانتهزامي .

حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
٢٠٠	١٨٩.٧٣	١٩.٠٧٤	١٧٤	١٠.٣٨٨	١.٩٦	٠.٠٥	دالة إحصائية

يتضح من الجدول أعلاه إن الفرق بين المتوسطين ذو دلالة إحصائية وهي فروق حقيقية ظهرت بين المتوسطين وليست فروق ناتجة عن الصدفة مما يدل على إن طالبات قسم رياض الأطفال لديهن سلوك انتهزامي، أشارت الأدبيات إلى إن نظرة الفرد إلى أخطائه وكأنها لا تغتفر ، مع توهم إن المحيطين به يعلمونها جيداً فتؤدي إلى تحقير الذات والتقليل من شأنها ، والاشتمزاز منها وأحياناً إلى الإحباط التام والكآبة، والاعتقاد بان هذه الأخطاء نتيجة ضعف في الشخصية وقصور في التكوين النفسي العام مقارنة بالآخرين ، في الكلام السلبي للذات ، والسلوك.

الهدف الثالث - التعرف على اتجاه وقوة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي

بعد تفريغ بيانات عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالبة استعمل معامل ارتباط بيرسون لمعرفة طبيعة العلاقة الارتباطية فقد اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون المحسوبة (٠.٧٣٨) وهو أعلى من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (٠.٠٩٨) وبلغت القيمة التائية المحسوبة لمعامل الارتباط البالغة (٣.٧٧) وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية ، البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة الحرية (١٩٨) والجدول (٩) يوضح ذلك .

جدول (٩). نتائج معامل الارتباط بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي ودلالة الفرق .

الدالة	القيمة التائية		قيمة معامل الارتباط الجدولية	قيمة معامل الارتباط بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي	العينة
	الجدولية	المحسوبة			
دالة	١.٩٦	٣.٧٧	٠.٠٩٨	٠.٧٣٨	٢٠٠

يتضح من الجدول أعلاه أنّ النتيجة تكشف العلاقة الارتباطية العالية، حيث من خلال معرفة أحدهما التنبؤ بمستوى المتغير الآخر، إن الإشارة إلى أي متغير تؤثر إلى المتغير الآخر .إن شعور الطالبة بالأفكار اللاعقلانية ينعكس على سلوكها . تفسر الأدبيات ذلك إلى الميل إلى إدراك الأشياء أو الخبرات الواقعية ، وإضفاء دلالات مبالغ فيها مثل تصور الخطر والدمار والمبالغة في إدراك النتائج صفة من صفات الأشخاص المصابين بالأفكار اللاعقلانية يتميز بالمبالغة في تفسير الموقف مما يؤدي إلى إثارة مشاعر الخوف والتوتر فهو دائماً يتوقع الشر لنفسه وبناء تعميمات أو استنتاجات على عناصر معينة في الموقف على الرغم من عدم وجود أدلة مدعمة أو وجود أدلة ضعيفة قد يستنتج فرد ما أن رئيسه في العمل يكرهه لأنه يبيدي ملاحظات إيجابية عنه .

في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة بالاتي:

١. تفعيل الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي في الكليات من قبل الجهات المختصة في الإرشاد النفسي.
٢. عقد ندوات إرشادية في الكليات للطلبة من قبل المختصين بالإرشاد النفسي لتوضيح خطأ الأفكار اللاعقلانية واستبدالها بأفكار عقلانية.
٣. ضرورة تشخيص الحالات التي تعاني من السلوك الانهزامي من قبل المرشدين في الوحدات الإرشادية التابعة للكليات والعمل على الحدّ منه بالأساليب الإرشادية الحديثة.

#### المقترحات

استكمالاً للبحث الحالي يقترح البحث الحالي إجراء البحوث الآتية:

١. العلاقة بين السلوك الانهزامي وتقدير الذات لدى طالبات رياض الاطفال.
٢. العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات الانفعالية لدى طلبة المرحلة المتوسطة.



المصادر

١. إبراهيم، عبد الستار (١٩٩٤) العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث ، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.
٢. إبراهيم، عماد احمد (١٩٩٠) دراسة التفكير اللاعقلاني وعلاقته بالقلق والتوجيه الشخصي لدى عينة من الشباب الجامعي. رسالة ماجستير ،كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
٣. أبو حلاوة، محمد السيد عبد الجواد (٢٠١٣) الهزيمة النفسية ماهيتها مؤشرات محدثاتها تداعياتها الوقاية منها.إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية، سلسلة الكتاب الالكتروني (٢٨) .
٤. أبو شعر، عبد الفتاح عبد القادر محمد(٢٠٠٧) الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات.رسالة ماجستير.الجامعة الإسلامية.
٥. الأنصاري، محمد بدر (٢٠٠٠) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس.دار المسيرة.عمان.
٦. باترسون،س.هـ. (١٩٨٠) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي،ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ،ج٢،ط١،دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع،الكويت.
٧. باترسون،س.هـ. (١٩٨٦) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي،ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ،ج٢،ط٢. دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع،الكويت.
٨. ثورنوايك ، روبرت،وهيجن إليزابيث(١٩٨٩) القياس والتقويم في علم النفس والتربية،ترجمة زيد عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس.مركز الكتاب الأردني.
٩. جاسم، احمد هاشم (٢٠٠٦) المعتقدات اللاعقلانية لدى المسنين وعلاقتها بقلق الموت، رسالة ماجستير. كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
١٠. حسيب،عبد المنعم عبد الله (٢٠٠٠) الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لطلاب المرحلتين الثانوية والجامعية .مجلة العلوم التربوية ،القاهرة ، جامعة حلوان(١).
١١. داود،عزيز حنا ،العبيدي ،ناظم هاشم (١٩٩٠) علم النفس الشخصية .مطبعة التعليم العالي ،جامعة بغداد.
١٢. الريحاني، سليمان (١٩٨٧) الأفكار اللاعقلانية عند الأردنيين والأمريكيين دراسة غير ثقافية لنظرية اليس في العلاج العقلي العاطفي.مجلة دراسات .المجلد الرابع عشر،العدد الخامس.
١٣. الريحاني، سليمان وحلمي (١٩٨٩) تطوير اختيار الأفكار اللاعقلانية. مجلة الدراسات ، العدد(١١) عمان ،الأردن.
١٤. الزويد، نادر فهمي(١٩٩٨) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
١٥. السيد، إبراهيم جابر (٢٠١٤) الإرشاد النفسي ،الإسكندرية ، دار التعليم الجامعي .
١٦. الشريف،بسمه(١٩٨٨) الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة الأردنية بتقدير الذات .رسالة ماجستير الجامعة الأردنية.
١٧. الشناوي، محمد محروس(١٩٩٤) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي . دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع ،القاهرة.
١٨. صالح،قاسم حسين(٢٠٠٥) علم النفس الشواذ والاضطرابات العقلية والنفسية ،ط١،أربيل،جامعة صلاح الدين.
١٩. الصبيح ، عبد الله (٢٠٠٨) الهزيمة النفسية ، متاح على موقع نوافذ شبكة المعلومات العالمية الرابط الالكتروني http ;/ islamtoday.net/ Nawafeth/artshow- 4311485.htm

٢٠. صغير، عبد الله علي (٢٠٠٧) أسباب وأعراض الضعف النفسي الذي أصاب غالب المسلمين . سلسلة بناء الشخصية البناء التكويني الذاتي .
٢١. طاهر ، شوير عبد الله ملا (١٩٩٥) الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وعلاقتها بالضغط النفسي وأساليب التعامل معها. رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية.
٢٢. الظاهر ، قحطان احمد (٢٠٠٤) تعديل السلوك . ط٣، دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
٢٣. فرج ، عدنان وعتوم عدنان، وعلي نصر (١٩٩٣) قلق الاختبار والأفكار العقلانية واللاعقلانية. مجلة علم النفس ، مجلد ٢٦ ، العدد السادس .
٢٤. القذافي، رمضان (٢٠٠١) التوصية والإرشاد النفسي . ط١، دار الجبل ، بيروت.
٢٥. اللذانقي، محمد (١٩٩٥) أثر برنامج إرشادي جمعي للتدريب على المهارات الاجتماعية والعلاج العاطفي في معالجة القلق الاجتماعي . رسالة ماجستير ، كلية التربية، الجامعة الأردنية.
٢٦. مجلي ، شايع عبد الله (٢٠١١) الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغط النفسي لدى كلية التربية بصعدة - جامعة عمران ، مجلة جامعة دمشق ( مجلد ٢٧ ) .
٢٧. محمد، عادل عبد الله (٢٠٠٠) العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات . ط١، دار الرشد للنشر والتوزيع، القاهرة.
٢٨. النابلسي ، حياة (٢٠٠٩) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي والتوافق -الحياة الجامعية. رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة دمشق ، سوريا.
٢٩. النجار ، فهمي (٢٠٠٥) الحرب النفسية أضواء إسلامية. سلسلة الرسائل الجامعية ( ٤٠ ) ، دار الفضيلة ، الرياض.
٣٠. الوائلي ، أسراء فاضل سهيم (٢٠١٥) أثر الإرشاد السلوكي المعرفي في تعديل السلوك الانهزامي لدى طلاب الجامعة . رسالة ماجستير ، كلية التربية الأساسية ، الجامعة المستنصرية.
31. Allen, M. j & Yen, W. M. (1979) Introduction to Measurement theory California: Book/Cloe
32. Anastasia, A. (1976) Psychological testing New York the Macmillan publishing Inc.
33. Baumeister Royf & Mark Muraven (2000) Self –Regulation and depletion of limited Resources. Does Self Control Resemble A Muscle Vol.126,no2,247-259.
34. Bond , F.W.W. Dryden & R. Briscoe (1999) Testing two mechanisms by which rational and irrational beliefs may affect the functionality of inferences British journal of medical psychology (72).
35. Dunman, L. Joc, (2003) The Emile Durkheim archive, version2, www. durkheim. itgo. com.
36. Ellis, A.(1957) The basic clinical theory of rational emotive therapy, in A. Ellis & M. M. Whitelay (Eds) Theoretical and empirical foundations rational emotive the rapy. Monterege.
37. Ellis, A.(1973) Humanistic psychotherapy. The Rational Emotive Approach. New York. Mc Graw Hill Book Company.
38. Hjelle, Larry A. & Ziegler Daniel, G.(1992) Personality theories basic assumptions, research and application ,third edition ,New york, mc Grow Hill, Inc.
39. Martin Janice e.et (1991) The relationship among internal –external locus of control and rational-irrational elliefs. paper presented at the annual meeting of the mid-south educational be search association Clarington ky November(1991) ( p. lo).
40. Murray, R & Hill-P.(1997) The essentials of postgraduate psychiatry 3<sup>rd</sup> ,Cambridge university press, united kingdom.

- 41 Nunnally, J.C. (1978) Psychometric theory New York Mc araw. Hill
42. Reich, J. H. (1986) Prevalence of DSM-111-R self-defeating (Masochistic) personality disorder in normal and outpatient populations, journal of nervous and mental disease ,Vol.(175).
43. Scher, S. J.; Baumeister Royf &Mark Muraven (2000) Self- Regulation And depletion of limited resources. Does Self- Control Resemble Amuscle .Vol- 126.No2.
44. Twenge , J.M.(2002) Birth cohort, social change, and personality: The interplay of dysphoria and individualism in the 20 th century . In D. Cervoned W. Mischel (eds) Advances in Personality science ( pp.196 -218) New York Guilford press.
45. Vernon, A.(1983) Rational –emotive education in Ellis and M.E. ration al-emotive approaches to the problems of child hood, M.Y plenum.
46. Williams ,B.(1980) Attention in handbook of general psychology ,New York, Benjamin rwolman, prentice-Hall.
47. Zeller, R.A. & Carmines, E.C. (1980) Measurement in the social sciences .the lir between theory and data, London Cambridge.

ملحق (١). مقياس الأفكار اللاعقلانية

عزيزتي الطالبة .....

تحية طيبة

بين يديك قائمة تحتوي على مجموعة من العبارات التي تعبر عن أفكار ، أرجو وضع إشارة (√) تحت احد البدائل الذي يبين موقفك من كل منها .

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
١	أبدأ بالتضحية بمصالحى ورغباتى بلا تردد في سبيل رضا، وحب الآخرين .			
٢	أؤمن بان كل شخص يجب أن يسعى لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال.			
٣	ارفض نتائج أعمال تأتني على غير ما أتوقع.			
٤	أؤمن بان كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه.			
٥	يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر.			
٦	أفضل تجنب الصعوبات بدلا من مواجهتها.			
٧	من المؤسف أن يكون الإنسان تابعا للآخرين ، ومعتمدا عليهم.			
٨	أؤمن بان ماضي الإنسان يقدر سلوكه في الحاضر ، والمستقبل.			
٩	إن لايسمح للشخص لمشكلات الآخرين أن تمتعه من الشعور بالسعادة.			
١٠	اعتقد أن هناك حلا" مثالياً لكل مشكلة لا بد من الوصول إليه.			
١١	أن الشخص الذي لا يتعامل مع الآخرين بصورة جدية ،وسليمة لا يستحق احترامهم.			
١٢	اعتقد أن من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة.			
١٣	يزعجني أن يصور أي سلوك غير مقبول من قبل الآخرين.			
١٤	أؤمن بان قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى أن لم تتصف بالكمال.			
١٥	أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى تتبين الأسباب الحقيقية.			
١٦	أتخوف من أن تسير الأمور على غير ما أريد .			
١٧	أؤمن بان أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تؤدي دوراً كبيراً في الشعور بالسعادة			
١٨	أؤمن بان الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من احتمال حدوثه .			
١٩	اعتقد أن السعادة هي في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات.			
٢٠	أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها.			
٢١	صعوبة أن يتخلص الفرد من تأثير الماضي حتى أن حاول ذلك .			

٢١	من غير الحق أن يحرم نفسه من السعادة إذا شعر انه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون من الشقاء
٢٣	اشعر باضطراب شديد حال الفشل في إيجاد الحل الذي أعده حلاً مثالياً لما أواجه من مشكلات.
٢٤	يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح.
٢٥	إن تعامل الرجل مع المرأة من منطق تفوقه عليها يتصل في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما.
٢٦	أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك.
٢٧	اشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف
٢٨	بعض الناس مجبولون على الشدة، والخسة، والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحترامهم .
٢٩	يجب أن يقل الإنسان بالأمور الواقع إذا لم يكن قادراً على تغييره.
٣٠	أؤمن بأن الحظ يؤدي دوراً كبيراً في مشكلات الناس وتعاستهم.
٣١	يجب أن يكون الشخص حذراً" ويقظاً من إمكانية حدوث المخاطر .
٣٢	أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلاً من تجنبها والابتعاد عنها.
٣٣	أجد صعوبة أن أتصور نفسي من دون مساعدة من هم أقوى مني .
٣٤	تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة.
٣٥	من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما بعد الحل المثالي عندما تواجهه مشكلات عديدة.
٣٦	ارفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة.
٣٧	أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى إن كانت سبباً في رفض القيم.
٣٨	أعاقب ولا أتردد في لوم من يؤذي الآخرين ويسئ إليهم.
٣٩	أؤمن أن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان تقف ضد تحقيق السعادة.
٤٠	ينتابني خوف شديد بمجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث.
٤١	يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي.
٤٢	اشعر بالضعف حين أكون وحيداً في مواجهة مسؤولياتي.
٤٣	اعتقد إن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير .
٤٤	أرى ليس من العدل أن يسعد الشخص بتعب غيره.
٤٥	من المنطق أن يفكر الفرد أكثر في حل لمشكلاته وأن يتقبل ما هو عملي ، وممكن بدلاً من الإصرار على البحث عما يعده حلاً مثالياً.
٤٦	أؤمن بأن الشخص يجب أن يتصرف بعفوية بدلاً من تقييد نفسه ، بال رسمية والجدية .
٤٧	من العيب على الرجل أن يكون تابعاً للمرأة.
٤٨	اعتقد ميل الفرد للمداعبة والمزاح لا يقلل من احترام الناس له.
٤٩	أؤمن بأن كل ما يتمنى الفرد يدركه.

ملحق (٢)

. أسماء المحكمين الذين حكموا على صلاحية المقياسين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي مرتبة بحسب الحروف الهجائية واللقب العلمي

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
١	أ.د. راهية عباس العادلي	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٢	أ.د. عبد الله احمد العبيدي	قياس وتقويم	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٣	أ.د. سعدي جاسم عطية	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٤	أ.د. نشعة كريم عذاب	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٥	أ.د. هناء رجب	قياس وتقويم	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٦	أ.م.د. سعدية كريم درويش	ارشاد تربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٧	أ.م.د. غالب محمد رشيد	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٨	أ.م.د. بشرى حسين	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
٩	أ.م.د. محمد عبد الكريم	قياس وتقويم	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
١٠	أ.م.د. وجدان عبد الأمير	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية



ملحق (٣) .

مقياس السلوك الانهزامي

عزيزتي الطالبة .....

تحية طيبة .....

تضع الباحثة بين يديك مجموعة من الفقرات راجية الإجابة عنها بوضع إشارة (√) تحت البديل المناسب .

مع القدير

ت	الفقرات	تتطبق علي بدرجة			
		كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة
١	ابكي عندما أتذكر أخطائي.				
٢	ينتابني شعور بتأنيب الضمير.				
٣	اشعر إن إيذاء الآخرين يؤلمني نفسياً.				
٤	اشعر بالإنثم عند تقصيري في واجباتي.				
٥	أخشى من عدم تقبل الآخرين لاعتذاري لأخطائي بحقهم.				
٦	ينتابني شعور بأنني السبب في المشكلات التي تتعرض لها عائلتي.				
٧	اشعر بالضيق عند مواجهة أي مصاعب في الحياة.				
٨	انسحب عن زملائي لأن أفكاري لا تتلاءم مع أفكارهم.				
٩	اشعر بعدم الدافعية للحياة.				
١٠	أتهرب من الواقع وابتعد عن المجتمع.				
١١	أخشى المواجهة مع الآخرين ولا اقبل التحدي.				
١٢	اشعر باحتقار الآخرين لي.				
١٣	أتجنب الاختلاط مع الآخرين.				
١٤	اشعر بان الناس أصبحوا لا يثيرون مشاعري.				
١٥	أتنازل بسهولة عن رأي وموقفي خوفاً من الآخرين.				
١٦	اشعر بالانكسار والعجز وقلة الحيلة.				
١٧	اشعر بانني منقلب في مشاعري.				
١٨	اشعر بانني اكره ذاتي				



١٩	اعرض نفسي للخطر في تحقيق ما أريد.
٢٠	اشعر بان أغلب الناس هم أشرار.
٢١	اسبب الأذى لنفسي والآخرين.
٢٢	اضرب من هو أمامي عندما اغضب.
٢٣	أجد متعة عند مشاهدة أفلام العنف والعدوان.
٢٤	اشعر بأنني منبوذ من الآخرين.
٢٥	ينتابني شعور بعدم الفزع لرؤية شخص ملطخ بالدماء.
٢٦	اشعر بالخلج إزاء أي فشل أتعرض له في حياتي.
٢٧	أتوقع الفشل وأرجح الخسارة في جميع أعمالي.
٢٨	ينتابني شعور بالخوف من المستقبل.
٢٩	أجد نفسي متوتراً للغاية عند القيام بعمل ما.
٣٠	اشعر بالإحباط عندما أرى المستقبل مجهولاً.
٣١	ينتابني شعور بان خططي المستقبلية ستتغير كلما شعرت بالفشل في حياتي .
٣٢	اشعر بأنني غير قادر على تحمل مسؤولية حياتي.
٣٣	اشعر بأنني ضائع وحياتي بلا هدف.
٣٤	اشعر بتسارع دقات قلبي عندما اقلق.
٣٥	اشعر بان بعض الناس لا يهتمون بالإنسان الفاشل.
٣٦	ينتابني شعور باليأس وافقد الأمل.
٣٧	ينتابني شعور بالدونية من سيطرة سيئة على تفكيري.
٣٨	اخضع وانقاد للأهواء واغرق في مظاهر الدنيا.
٣٩	اشعر بانني غير قادر على حل معظم مشاكلي.
٤٠	اشعر بالتعب في أغلب الأوقات.
٤١	اشعر بأنني لا استطيع السيطرة على مشاعر الحزن التي تنتابني.
٤٢	يجعلني الانتظار عصبياً.
٤٣	اشعر بنوبات الم في رأسي.
٤٤	اعجز عن اتخاذ أي قرار في الأمور الشخصية.
٤٥	اشعر بانني عضو غير فعال في المجتمع.
٤٦	ارغب في تجنب الآخرين والابتعاد عنهم.
٤٧	اهرب من الواقع وابتعد.

٤٨	ينتابني شعور بانني أعيش في مجتمع لا يعطي أهمية للقيم.				
٤٩	اشعر بان العلاقات بين الناس تعتمد على المصالح				
٥٠	اشعر بان النفوذ الاجتماعي يمكن الفرد من السيطرة على الآخرين.				
٥١	أفضل الابتعاد عن الأماكن المزدحمة بالناس.				
٥٢	اشعر بالنندم عندما أبوح للآخرين بإسراري الخاصة.				
٥٣	أتجنب المواجهة مع الآخرين حتى وان كنت على حق.				
٥٤	أفضل أن لا أتبادل الزيارات مع الآخرين.				
٥٥	أميل إلى كنم مشاعري نحو الآخرين.				
٥٦	اشعر بان المجتمع الذي أعيش فيه يفتقر إلى المودة.				
٥٧	اشعر بأنني غريب حتى لو كنت مع أهلي.				
٥٨	أقلد الآخرين في حركاتهم ولباسهم وهيئاتهم وأرائهم وأخلاقهم حتى لو كانت سيئة .				