المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة التخصصات
العدد الثالث والعشرون شهر (٤) ٢٠٢٠

درجة انتشار التفكير اللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان

The Degree of Irrational Thinking Prevalence among Arab Open University Students in the Sultanate of Oman

موسى بن سليمان بن خلفان الشعيلي
طالب دكتوراه بالجامعة الإسلامية العالمية ، كلية التربية، ماليزيا
E-mail: shuailiy@aou.edu.om

Associnate Professor Dr.Siti Rafiah Abdul Hamid

College of Education

International Islamic University - Malaysia

E-mail: my. srafiah60@ iium.edu

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة درجة انتشار التفكير اللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان، واستند الباحث إلى المنهج الوصفي، لوصف هذه الظاهرة ودراستها، واستخدم مقياس الأفكار اللاعقلانية، وتم تطبيقه على عينة من طلبة الجامعة بلغت (١٧٣) طالباً وطالبة، وخلصت إلى النتائج التالية.

- درجة انتشار التفكير اللاعقلاني كانت ضعيفة بين أفراد العينة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكر وأنثى)، أو المؤهل الدراسي (دبلوم، بكالوريوس).

الكلمات المفتاحية: الجامعة العربية المفتوحة، الأفكار اللاعقلانية.

The Degree of Irrational Thinking Prevalence Among Arab Open University Students in the Sultanate of Oman

Abstract:

This study seeks to explore the extent of irrational thinking prevalence among Arab Open University students in the Sultanate of Oman. The researcher relied on the descriptive approach to describe and study this phenomenon. The measure of irrational thoughts was used and applied to a sample of university students amounting to (173) male and female students, and concluded the following results.

- The degree of irrational thinking prevalence was weak among the sample members.
- There are no statistically significant differences attributable to the gender variable (male and female), or the educational qualification (diploma, bachelor).

Keywords: Arab Open University, irrational thoughts.

المقدمة

زاد الاهتمام في السنوات الأخيرة التركيز على الجانب المعرفي من شخصية الأفراد في تقدير انفعالاتهم وفي التوافق النفسي والاجتماعي، وأصبح الاهتمام بهذا الجانب يحظى باهتمام الدارسين والباحثين لما له من أهمية في تفسير السلوك فكلما كانت أفكار الفرد منسجمة مع المجتمع الذي يعيش فيه يتحقق لديه مفهوم الصحة النفسية، لذا نرى أن معظم نظريات علم النفس (التحليلية، السلوكية، التعلم، .....) تسعى إلى تفسير سلوك الإنسان، حيث تؤكد النظرية السلوكية العقلانية المعرفية لصاحبها (اليس Elis) على أن الارتباط وثيقاً بين السلوك والانفعال والتفكير الإنساني المضطرب، اذ ترى أن الانسان هو الذي يخلق إلى حد كبير مشكلاته الانفعالية بطريقة لا عقلانية في التفكير وبالتالي هو قادر على التقليل من حدة هذه المشكلات. (المجالي وحسين،٢٠٠٣)

وركزت هذه النظرية على التفكير العقلاني واللاعقلاني ورات حين يكون التفكير عقلانياً فإن السلوك سوف يكون مقبولاً وعقلانياً، والعكس صحيح، وعلى ذلك فإن انتشار الأفكار اللاعقلانية من الأمور التي تعطل الحكومات مسعاها لتطوير البحث العلمي، ومرحلة الشباب من المراحل التي تتعرض لهذه الأفكار والتي قد تؤثر على شخصيات الشباب (المرشدي والطفيلي،٢٠١٥)

وقد حدد رائد النظرية السلوكية العقلانية (ألبرت اليس) احدى عشرة فكرة لا عقلانية قد تأتي للفرد فتعيق تفكيره، ويصبح سلوكه غير مرغوب ويصاب بالإحباطات وهي:

- من الضروري أن يكون الشخص محبوباً أو مقبولاً من كل فرد من أفراد بيئته المحلية.
- يجب أن يكون الفرد فعالاً ومنجزاً بشكل يتصف بالكمال حتى تكون له قيمة.
- بعض الناس سيئون وشريرون وعلى درجة عالية من الخسة والنذالة، ولذا يجب ان يعاقبوا.
- أنه لمن المصيبة الفادحة أن تأتي الأمور على غير ما يتمنى الفرد.
- تنشا تعاسة الفرد من ظروف خارجية لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم بها.
- الأشياء المخيفة أو الخطرة تستدعي الاهتمام الكبير والانشغال الدائم في التفكير بها، وبالتالي فأن احتمال حدوثها يجب ان يشغل الفرد بشكل دائم.
- من الاسهل أن تتجنب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلا من ان تواجهها.
- يجب أن يكون الشخص معتمدا على الاخرين، ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه.
- أن الخبرات والاحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر، وان تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه.
- ينبغي أن ينزعج الفرد أو يحزن لما يصيب الأخرين من مشكلات واضطرابات.
- هناك دائما حلاً مثالياً وصحيحاً لكل مشكلة، وهذا الحل لابد من ايجاده والا فالنتيجة تكون مخيفة. (الريحاني،١٩٨٥)

ويرى اليس (Eilis) أن التفكير اللاعقلاني يتخذ بشكل التسوية المعرفي فالأحداث التي يتعرض لها الفرد لا تؤدي في حذ ذاتها إلى الاضطرابات، ولكن الطريقة التي يفسر بها الفرد هذه الاحداث والضغوط البيئة هي التي تؤدي إلى ذلك ، وبينت النظرية إلى أنه على الرغم من أن الاحداث الإنسانية ناتجة من عوامل خارجيه عن إرادة الانسان، إلا أن لدى الانسان القدرة على اتخاذ الإجراءات التي من شانها أن تعدل وتضبط حياته في المستقبل، وتوكد نظرية العلاج العقلاني الانفعالي على أن ثلاثة أشكال رئيسية من القلق النفسي العائد إلى الأفكار اللاعقلانية

- أنه من المرعب والمخيف ألا أعمل ما يجب عليَ عمله.

- أنا لا أستطيع فهم ذلك، أنا لا أستطيع اتحمل.
- أنا شخص لا قيمة له وغير مرغوب فيه، إذا لم أعمل جيدا واكسب استحسان الجميع (المجالي وحسين،٢٠٠٣)

ولأهمية الموضوع (الأفكار العقلانية واللاعقلانية) نجد هناك الكثير من الدراسات (وحسن والجمالي، ٢٠١٣؛ مجلي وبلال ٢٠١١ ؛ الغافري ،٢٠١٧،) التي تناولت الأفكار اللاعقلانية وأوضحت بان هذه الأفكار لها علاقة بالسلوك الذي يقوم به الطالب وأن هذه الأفكار تؤثر سلباً على سلوكيات الطلاب كما تؤثر الأفكار العقلانية إيجاباً في سلوك الطلاب وتصرفاتهم، وبالتالي تؤدي تنمية الأفكار العقلانية لدى طلبة الجامعة أو الاستعاضة عن أفكارهم اللاعقلانية بأفكار عقلانية إلى التعامل مع احداث الحياة بمرونة ويتم هذا باستخدام المنطق. (حسونة،٢٠١٢) وأوضحت دراسة (عبارة ،٢٠١٧) أن الأفكار اللاعقلانية تؤثر في سلوك الطلاب في بعض المتغيرات وفي بعض الجوانب والمشكلات الانفعالية وخاصة في الخجل والغضب وتزاد هذه المشكلة التي يمكن أن يتعرض لها الفرد خلال فترة المراهقة التي تمثل مرحلة صراع الفرد مع نفسه ومع الآخرين، وتنشا هذا الصراع لدى المراهق بسبب ما يحدث لديه من تغيرات بيولوجية ونفسيه كما يبدا بالتحرر من سلطة والديه، وهذا ما أكده القلهاتي،(٢٠١٤) في دراسته بأن أكثر الأفكار اللاعقلانية انتشاراً لدى طلبة الصف العاشر بمنطقة مسقط هي النمذجة السلبية.

وانطلاقا من أهمية التعليم الجامعي وما توليه المؤسسات والدول لتنمية هذه الفئة باعتبار مخرجات التعليم الجامعي هي التي يعول عليها في الاسهامات المباشرة في التنمية في البلاد بحيث تتمتع بوجود مستويات ملائمة ومعتدلة من الأفكار والمعتقدات العقلانية والصحة النفسية، لكي يتسنى لها القيام بأدوارها المجتمعية بثقة واقتدار لمواكبة مستجدات العصر وتحدياته، ولا شك على أن الطلاب بالجامعات يعانون من الظروف والاضطرابات والقلق على مستقبلهم، وعليه فان هناك الكثير من الأفكار التي يمرون عليها وتؤثر فيهم. (Dalsganrd,2011)

ومن خلال هذا العرض نلاحظ على ان الأفكار اللاعقلانية تؤثر تأثيرا قويا على سلوك الفرد

وحيث أن هذه الأفكار ومن خلال الدراسات التي ذكرناها وما أشارت النظرية السلوكية المعرفية أجمعت على ان هناك أثر على الانسان نتيجة هذه الأفكار اللاعقلانية

مشكلة الدراسة

أن التأثير على الطلبة قد يؤدي بهم الى بعض الأفكار التي تؤثر على سلوكهم، ويجعلهم يحملون أفكار لاعقلانية حيث بينت الدراسات التي أجريت على المجتمع العماني بان هناك أفكار لاعقلانية منتشرة بين الطلبة مثل

دراسة (حسن والجمالى،٢٠٠٣، ودراسة القلهاتي (٢٠١٨)وانها تؤثر في سلوكياتهم وخاصة في مجالات الدراسة وقد تؤدي إلى الاضطرابات المختلفة في الحياة . ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في اسئلتها

أسئلة الدراسة

- ما درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة الجامعة العربية المفتوحة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى($\alpha \leq 0.05$) تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكر أو أنثى) ومتغير المؤهل الدراسي دبلوم أو بكالوريوس) (في درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان؟

أهداف الدراسة

- تهدف الدراسة على نحو أساسي للتعرف على درجة استخدام انتشار التفكير العقلاني واللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان.
- كما تهدف إلى معرفة الفروق الإحصائية لمتغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي، والمؤهل العلمي) في درجة انتشار التفكير العقلاني واللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة في سلطنة عمان.

أهمية الدراسة

- أهمية الموضوع التي تتناوله وهو التفكير اللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة، حيث أوضحت بعض الدراسات بان هذا التفكير ينتشر بين طلبة الجامعات.
- أهمية الفئة التي تتناولها عينة الدراسة وهم طلبة الجامعة فهم عماد الدولة وبناة المجتمع، والغد المشرق.

مصطلحات الدراسة

الأفكار اللاعقلانية:

- هي مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية، والتي تتصف بعدم الموضوعية وتعتمد على توقعات وتنبؤات وتعميمات خاطئة، ومن خصائصها أنها تعتمد على الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل بدرجة لا تتفق مع الإمكانات العقلية للفرد. (عبد الرحمن وعبد الله،٤٢٤:١٩٩٤)
- وتعرف اجرائيا هي الدرجة العالية التي يحصل عليها المبحوث في مقياس الافكار اللاعقلانية من أعداد سليمان الريحاني وتطوير، وقام الباحث باعتماده وحصول المبحوث على درجة منخفضة يعنى لدية أفكار

عقلانية التفكير، اذا حصل المستجيب على درجة عالية فلدية افكار لاعقلانية واذا كانت الدرجة منخفضة فيتمتع بتفكير عقلاني.

الجامعة العربية المفتوحة:

هي جامعة اقليمية لها تسعة فروع على مستوى الوطن العربي ، مقرها الرئيس في دولة الكويت وتتبع نظام التعليم المفتوح، وفرع سلطنة عمان يطبق نظام التعليم المفتوح ونظام التعليم التقليدي ويمنح شهادات الدبلوم والبكاريوس والماجستير .(دليل الطالب،٢٠١٧)

الإطار النظري

نظرة النظرية إلى الإنسان:

اعتادت جميع نظريات الإرشاد النفسي أن تقدم نظريتها إلى الإنسان، وترى النظرية بان الإنسان- كما أكد (أليس، ELLIS) أن البشر يشتركون في غايتين المحافظة على الحياة والثانية الإحساس بالسعادة.

ويرى بان هناك تشابكاً بين العاطفة والعقل أو التفكير والمشاعر فهذا العلاج يركز على أن البشر يتعرفون ويفكرون ويشعرون في آن واحد (الخواجه، ٢٠٠٩).

كما تشير النظرية، إلى أن الأفراد عندما ينفعلون فأنهم يفكرون وعلى ذلك التفكير يتصرفون والعكس صحيح أي أنهم يتصرفون على حسب أفكارهم، ومن هذا المنطلق فإن (أليس، ELLIS) يرى أن الشخص هو الذي يوجد مشاكله، وأيضاً يوجد اضطراباته (بارنسون،١٩٨٦)

قدم(أليسELLIS ،) مجموعة من الأفكار حول طبيعة البشر.

١. الإنسان كائن عاقل متفرد في كونه عقلانياً، أو غير عقلاني وهذا الإنسان حين يتصرف بطريقة عقلانية يكون ذا سعادة وراحة ويخلوا من الاضطراب، وحين يفكر بطريقة لاعقلانية فإنه يصاب بالتعاسة والحزن.
٢. أن التفكير اللاعقلاني في مرده ونشأته إلى التفكير غير المنطقي، أي أن الإنسان يكتسب هذا التفكير من والديه أو البيئة التي يعيش فيها.
٣. أن الناس هم كائنات ناطقة وعليه فإن التفكير يأتي عن طريق اللغة، والرموز وبالتالي فإن التفكير يصاحب الانفعال.
٤. أن جميع الاضطرابات النفسية والانفعالية هو نتيجة للتفكير غير العقلاني وغير المنطقي.

٥. أن استمرار حالة الاضطرابات هو نتيجة لحديث الذات لا يتغير بفعل الظروف والأحداث التي تحيط بالفرد، وإنما يتحدد أيضاً من خلال ادراكات الفرد لهذه الأحداث.

٦. ينبغي مهاجمة وتحدي الأفكار السلبية أو القاهرة للذات وذلك عن طريق إعادة وتنظيم للإدراك والتفكير، بدرجة يصبح معها الفرد منطقياً وعقلانياً حيث تهدف هذه النظرية إلى إعادة وتنظيم الإدراك والتفكير لدى الفرد (الشناوي،١٩٩٥)

ويري اليس (١٩٩٧، Elis) أن الناس يفكرون ويشعرون ويتصرفون في أن واحد، حيث أن كل واحد من هذه الأنماط يؤثر في الاخر، بمعنى أن التفكير يؤثر في الانفعال والانفعال يؤثر في السلوك والسلوك أيضا يتأثر بالتفكير

ومن خلال نظرة هذه النظرية للإنسان، والمبادئ التي تقوم عليها نجد أن (أليس) حدد إحدى عشرة فكرة لاعقلانية هي المسؤولة عن العصاب وعن كثير من الأمراض والاضطرابات النفسية التي تؤثر على الشخص وبالتالي على المجتمع، وحتى نستطيع القول بان الفكرة غير عقلانية فأنها لابد وان تتصف ب

١. التعميم الزائد Over Generalization:

ذلك عن طريق تعميم نتيجة معينة حصلت للفرد نتيجة الملاحظة الفردية وبالتالي فإنه يطلق تعميم على الكل.

- الطالب رسب في الجامعة ..... كل المدرسين سيئين.
- امرأة فشلت في الزواج..... كل الرجال سيئين
- أحد المواطنين لم يحصل على حق واحد كما يدعي ..... الدولة تأكل حقوق المواطنين.

٢. المطالبة:

وهي الإصرار على تحقيق الأمنيات والمطالبات الدائمة لتحقيق هذه الرغبات، وهذا يسبب اضطرابه الانفعالي، فإذا لم تتحقق هذه الرغبات من خلال هذه المطالبة فإنه يرى نفسه فاشلاً، ويجلد نفسه في أن ينجح في العمل دون إخفاق.

لذلك حددت النظرية بعض الكلمات الإلزامية مثل" يجب، لازم، لابد....." وينبغي التقليل من هذه الكلمات.

٣. أخطاء التفسير أو الغزو:

وهذه ببساطة أن تنسب في شكك للآخرين وللظروف والبيئة، وتجلس تندب حظك، وبالتالي فإن المفكر بهذا الشكل يصبح يلوم نفسه ولا يقوم بالعمل المطلوب عليه، وإنما يرى سبب فشله هم الآخرون.

٤. التقدير الذاتي:

التقدير الذاتي يعد شكلاً من أشكال التعميم الزائد، وأن نمط التفكير الخاطئ يؤثر في تقدير الشخص لذاته ويتأثر بالعوامل التالية:

- المطالبات غير الواقعية.

- التعارض مع الآراء والاقتراحات.
- التركيبات الخاطئة.

٥. اللاتجريب (بدون تجربة):

أن أفكار الفرد لا تكون مستمدة من الخبرة التجريبية للفرد وبالتالي فأفكاره تكون نتيجة للسلوك فقط.

٦. التصفية " كل شيء أو لا شيء":

إما أبيض أو أسود، أو صادق أو كاذب، دون النظر إلى أن الشيء الواحد أحياناً يحتوي على مرونة، وأنه يجب أن ننظر إلى الجانب الإيجابي وترك السلبي.

وأوضح الصائغ (٢٠١٥) الخصائص الهامة للتفكير اللاعقلاني /أنها: -

- الانهزامية: - عدم مواجهة الصعوبات والهروب منها.
- الاتكالية: - الاستناد على أناس أقوياء في تحقيق اهداف.
- السلبية: - أسباب التعاسة والشقاء هي ظروف خارجية.
- العجز: - عدم القدرة على التخلص من اهوال الماضي.
- ضيق الأفق: - وتعنى وجود حلول كاملة وجاهزة لكل مشكلة.
- شدة الحساسية: - توقع أفكار سوداوية وتوقع الفشل في الحياة في كل شيء.
- عدم التسامح: - عدم نسيان الخطاء والإصرار على العقاب الشديد.
- الإصرار على القبول التام: - لابد من أكون محبوباً من الناس كلهم.

وعلى ذلك فأننا نرى أن التفكير إذا اتسم بالخصائص التي سبق ذكرها وأيضا إثر على المرء بحيث اصبح مشوهاً للواقع. ويحول ذلك المعتقد بين المرء وتحقيق أهدافه يثير انفعالات متطرفة ملحة تسبب لصاحبها الأسى، وتمنعه من الحركة، وتؤدي إلى إقدام المرء على سلوك يلحق الضرر به وبالآخرين. إذا توافرت هذه الشروط يكون التفكير لا عقلاني بمعنى أنه يعيق الفرد عن ممارسة حياته الاجتماعية بشكل عام ويؤثر في سلوكه.

<u>الأفكار اللاعقلانية كما حددها (اليس) إحدى عشر فكرة</u>

- **الفكرة الأولى: (طلب الاستحسان) Demand of Approval**

من الضروري أن يكون الشخص محبوباً ومقبولاً من كل فرد من أفراد بيئته المحلية، وهذه الفكرة كما يراها أليس بالفعل غير عقلانية فرضاء الناس والحصول على حبهم يجعلهم أمر غير معقول. واذا اجتهد الفرد في سبيل الوصول

البه (رضا الناس) فقد يزداد اعتماده على الآخرين وتقل شعوره بالأمان ويزداد تعرضه للأحباط، وعلى ذلك يرى الباحث بأن هذه الفكرة من المستحيل أن تتحقق وأن يكون الكل راض عنك فرضا الناس غاية لا تدرك، ولذلك أحياناً الفرد يصاب بالاضطراب بسبب محاولته أن يرضى عنه الأشخاص الآخرون، فمثلاً أحياناً تضحي برغباتك حتى يرضى عنك المجتمع ومن هنا تصاب انت بالاضطراب والتعاسة لأجل أنك أردت أن تضحي للأخرين، وهذا بالطبع يؤدي إلى تنازل الشخص عن رغباته، وميوله الحقيقية لأجل الآخرين، والفكرة العقلانية أنك لا تستطيع أن ترضي الجميع وعلى ذلك اعمل ما في استطاعتك. (حجازي،٢٠١٤)

ومثال على ذلك لوان طالبا بذل كل ما بوسعه ليرضى اهله وجيرانه واهل عشيرته ثم بعد ذلك لديه فكرة ان يرضى كل عالمه المحيط به وإلا سوف يصاب ببعض الاضطرابات، وهذا ما يحدث بالفعل.

- **الفكرة الثانية (ابتغاء الكمال الشخصي) Personal Perfection**

من الضروري أن يكون الفرد على درجة كافية من الكفاءة والانجاز بشكل يتصف بالكمال حتى يكون ذو قيمة وأهمية.

أوضح أليس على أن هذه الفكرة لا يمكن تحقيقها أو من المستحيل تحقيقها وإذا أصر الفرد أن يحقق هذه الفكرة بجب أن يكون كل ما ينجزه يتصف بالكمال فإن ذلك يؤدي به حتماً إلى الإصابة بالاضطراب، إن الشخص العقلاني هو الذي يجتهد في فعل الأفضل لنفسه وليس ليصبح أفضل من الآخرين.

وعلى ذلك فإن الفرد يجب أن يكتشف قدراته وإمكانياته وألا يقلل من قيمته وأن يرضى بنفسه ويتقبلها، سوف يؤدي به هذا الرضا حتما إلى الإبحار ومحاولة الوصول إلى الكمال البشري بقدر الاستطاعة ويرضى بذلك ولا يحملها بصفة الالزام. (عبارة،٢٠١٧)

- **الفكرة الثالثة: اللوم الزائد للذات والآخرين) Blame Proneness**

بعض الناس يتصفون بالشر والوضاعة والجبن ولذلك فهم يستحقون أن يوجه لهم اللوم والعقاب.

ومن الواضح على أن هذه فكرة لاعقلانية. فمحاسبة الأشخاص بشكل عام ليس من اختصاصات الفرد، فالفرد ليس مسؤولاً عن الأشخاص اللذين يقومون بالأشياء التخريبية والأفراد المنطقين لا يلومون الآخرين بل يحاولوا أن يحسنوا من الأمور بشكل عام.

- **الفكرة الرابعة: (توقع الكوارث) Catastrophizing**

أنه من المصائب أو النكبات المؤلمة أو الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد أو على غير ما يريد المرء لها.

ويرى أليس على أن الأنسان من الطبيعي أن يتعرض للإحباط والنكبات بشكل عام ويجب أن لا يؤدي به تفكيره إلى أن يصف ذلك بأنه فادحة أو أنها مصيبة، فلو سارت الأمور على غير ما يريدها الفرد لا يعني ذلك الانغماس في

الحزن والضيق لأن ذلك لا يغير الموقف وإنما يمكن أن يزيد الطين بله فالفرد ذو الحكمة والعاقل يتجنب المغالاة في تصوير المواقف غير سارة وأنه يعمل بدلاً من ذلك على تحسينها إن أمكن وقد تؤدي المواقف المؤلمة إلى الاضطراب ولكنها ليست مفزعة، ولا تصبح مواقف أو مصائب فادحة .

- **الفكرة الخامسة: (التهور الانفعالي) Emotional- irresponsibility**

تنتج التعاسة عن ظروف خارجية لا يستطيع الفرد السيطرة عليه أو التحكم بها.

وهذه فكرة لاعقلانية كما أوضح صاحب النظرية لأن أصل التعاسة تتعلق بالتفكير وليس بالظروف الخارجية، فالظروف الخارجية قد تكون ضارة ولكنها ليست مدمرة بحد ذاتها، وردود فعل الفرد وتأثيره واتجاهاته نحوها هو الذي يجعلها مفيد وكذلك، فالفرد يولد لنفسه الاضطرابات الانفعالية فيما يقول لنفسه.

وإذا تأكد الفرد أن الانفعالات المزعجة تتكون من خلال إدراكاته، وحكمه عليها ونتيجة لأفكاره الداخلية، فإنه سوف يدرك أنه من الممكن ضبطها والتحكم بها أو تحويلها، أو حتى تجنب آثارها المؤذية (الشناوي١٩٩٥).

- **الفكرة السادسة (القلق الزائد) Anxious over counter**

أن الأشياء الخطرة أو المخيفة تعتبر سبباً للانشغال الدائم والتفكير بها، ويجب أن يكون الفرد دائم التوقع بها.

ومن وجهة نظر أليس أن هذه الفكرة تؤدي إلى القلق والهم والحزن وأن ذلك يؤدي إلى أضرار كثيرة حيث تكون نظرة الفرد إلى الأشياء الخطرة على أنها هي السبب في توتره وفي اضطرابه وبالتالي يكون دائم التفكير فيها.

ولكي يدير الإنسان ويتحكم في القلق والاضطراب يجب عليه ألا يخاف من الأشياء الخطرة ولا يعطيها الكثير من الاهتمام، والإنسان دائماً يجب عليه أن يكون متفائلاً فكلما فكرت في شيء إيجابي كل ما وصلت إليه والعكس.(القصاص،٢٠١٤)

- **الفكرة السابعة: (تجنب المشكلات) Problems Avoidance**

أنه من الأسهل أن تتفادى بعض الصعوبات والمسؤوليات الشخصية على أن تواجهها.

وهذا التفكير غير عقلاني لأنه تجنب شيء ما يكون أحياناً أصعب وأكثر إيلاماً من القيام بذلك الشيء وكذلك فإن الحياة السهلة ليست بالضرورة حياة سعيدة، فالشخص العاقل يجب عليه أن يقوم بما ينبغي القيام به دون تذمر وغيره. (القصاص،٢٠١٤)

- **الفكرة الثامنة(الاعتمادية) Dependency**

ينبغي على الفرد أن يكون مستنداً على آخرين وأن يكون هناك شخص آخر يستند عليه.

والواضح على أن هذه الفكرة غير عقلانية فإنه لا يوجد سبباً يجعلنا نزيد من الاعتماد على الآخر.

لأن ذلك قد يؤدي إلى فقدان الاستقلال الذاتي والفردية والتعبير عن الذات، والفكرة العقلانية أن الشخص يجب عليه أن يسعى إلى الاستقلال والاعتماد على نفسه بدلاً من أن يكون مستنداً على الآخرين وأن يجعل الشخص الآخر هو الذي يفيده، كما أن هذا لا يعني رفض معونة الآخرين له لكنه لا تكون عنده هذه الفكرة، أي أنه لا بد وأن يعتمد على الآخرين حتى يكون ناجحاً. (القلهاتي،٢٠١٤)

- **الفكرة التاسعة:(الشعور بالعجز) Helplessness**

أن الخبرات والأحداث الماضية هي التي تحدد السلوك في الوقت الحاضر وأنه لا يمكن استبعاد الخبرات الماضية.

وهذه أيضاً فكرة غير عقلانية فالفرد ابن الحاضرلا يجب عليه أن ينوح على الأطلال وعلى الماضي، كما أن مشكلات الحاضر تختلف عن الماضي وبالتالي الحلول تختلف من عصر إلى آخر والبكاء على الماضي يصيبك بالتحسر والحيرة وأيضاً يجعلك لا تستطيع الوقوف في الوقت الحاضر. (حجازي،٢٠١٤)

- **الفكرة العاشرة: (الانزعاج لمشاكل الآخرين) Upset for people problems**

ينبغي للفرد أن يحزن لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات، وفي نظر صاحب النظرية (أليس) أن مشكلات الآخرين لا ينبغي أن تكون مصدر انشغال للفرد، ومن ثم يجب ألا تسبب له ضيقاً وهماً، وحتى عندما يؤثر سلوك الآخرين في فرد ما فإن هذا يحدث من منطلق تحديد الفرد وإدراكه لآثار هذا السلوك.

وعلى ذلك يجب ألا يكون هذا الحزن على مشكلات الآخرين ومصائبهم دافعاً للانعزال أو الوحدة والإصابة ببعض الاضطرابات، وهكذا نخلص أن مشكلات الآخرين لا يجب أن تكون محل انشغال دائم للفرد. (أبو حسون،٢٠١٧)

- **الفكرة الحادية عشر: (الحلول الكاملة) Perfect solutions**

هناك دائماً حلاً صحيحاً أو كلاً لكل مشكلة، ويجب أن نبحث عن هذا الحل لكيلا تصبح النتائج مؤلمة.

والواضح على أن هذه الفكرة لاعقلانية، فلا يوجد حل كامل وصحيح لكل مشكلة، وإنما حلول قد تكون كاملة أو ناقصة، واعتقاد الفرد بهذه الفكرة يؤدي به طبعاً للاضطراب النفسي متاملا أن يرى أن جميع المشاكل يجب أن تحل وأن الدنيا سهلة، وبالتالي يرى أن السعادة في أن يحل جميع المشاكل وإذا لم يحدث ذلك فإن ذلك يؤدي به إلى التعاسة والحزن، وأن هذه الحتمية بلا ريب تؤدي بالإنسان أن يصبح غير سعيد.(الصانع،٢٠١٥)

وقد أضاف الكثير من الباحثين مثل الريحاني (١٩٨٥) بعض الأفكار على حسب المجتمع وصنف زهران (٢٠٠٤) المعتقدات اللاعقلانية إلى معتقدات غير عقلانية في المجال السياسي والديني والاجتماعي والاقتصادي والذاتي والثقافي.

سمات الأفكار اللاعقلانية:

هنالك سمات أو خصائص عامة يمكن إجمالها في إن هذه الأفكار تتصف بالجمود والتطرف في صورة "يجب" كما ينشئ عنها السخط والتذمر وتكون دائماً في صورة الإثبات أو النفي المطلقين ولا تحتمل الاحتمالات، لذلك أوضح أليس بعض الميزات التي تميز التفكير اللاعقلاني حتى تستطيع أن تقول أن هذه فكرة لاعقلانية.

١. التعميم الزائد Over Generalization:

ذلك عن طريق تعميم نتيجة معينة حصلت للفرد نتيجة الملاحظة الفردية وبالتالي فإنه يطلق تعميم على الكل.

- الطالب رسب في الجامعة ..... كل المدرسين سيئين.
- امرأة فشلت في الزواج..... كل الرجال سيئين
- أحد المواطنين لم يحصل على حق واحد كما يدعي ..... الدولة تأكل حقوق المواطنين.

٢. المطالبة:

وهي الإصرار على تحقيق الأمنيات والمطالبات الدائمة لتحقيق هذه الرغبات، وهذا يسبب اضطرابه الانفعالي، فإذا لم تتحقق هذه الرغبات من خلال هذه المطالبة فإنه يرى نفسه فاشلاً، ويجلد نفسه في أن ينجح في العمل دون إخفاق.

لذلك حددت النظرية بعض الكلمات الإلزامية مثل" يجب، لازم، لابد....." وينبغي التقليل من هذه الكلمات.

٣. أخطاء التفسير أو الغزو:

وهذه ببساطة أن تنسب في شكك للآخرين وللظروف والبيئة، وتجلس تندب حظك، وبالتالي فإن المفكر بهذا الشكل يصبح يلوم نفسه ولا يقوم بالعمل المطلوب عليه، وإنما يرى سبب فشله هم الآخرون.

٤. التقدير الذاتي:

التقدير الذاتي يعد شكلاً من أشكال التعميم الزائد، وأن نمط التفكير الخاطئ يؤثر في تقدير الشخص لذاته ويتأثر بالعوامل التالية:

- المطالبات غير الواقعية.
- التعارض مع الآراء والاقتراحات.

- التركيبات الخاطئة.

٥. اللاتجريب (بدون تجربة):

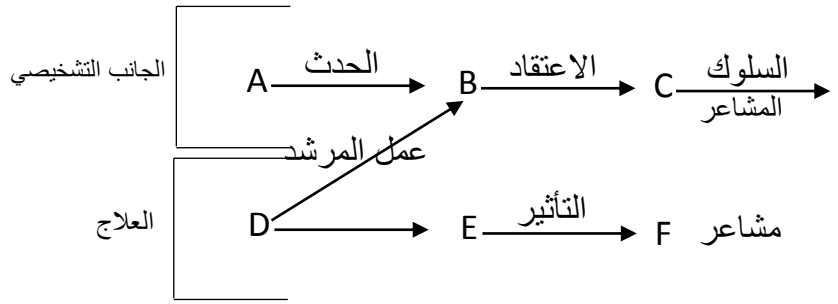
أن أفكار الفرد لا تكون مستمدة من الخبرة التجريبية للفرد وبالتالي فأفكاره تكون نتيجة للسلوك فقط.

٦. التصفية " كل شيء أو لا شيء":

إما أبيض أو أسود، أو صادق أو كاذب، دون النظر إلى أن الشيء الواحد أحياناً يحتوي على مرونة، وأنه يجب أن ننظر إلى الجانب الإيجابي وترك السلبي، وعموم القول بأن الخصائص التي تميز التفكير ليكون عقلانياً أو لاعقلاني، فإذا اتصف التفكير بالإنهزامية وتعني الهروب من مواجهة الصعاب والإتكالية وهي: الإعتقاد على إن لا بد للإنسان أن يستند على أناس أقوياء في تحقيق أهدافه، والسلبية وتعني: أن يرى الشخص أسباب التعاسة والشقاء في ظروف خارجية والعجز ويعني: عدم القدرة على التخلص من أهوال الماضي كذلك ضيق الأفق ويعني وجود حلول كاملة وجاهزة لكل مشكلة والإصرار على القبول التام أي إنه لا بد أن أكون محبوباً من الناس كلهم، وهكذا نرى أن التفكير إذا اتسم بالخصائص التي سبق ذكرها وأيضا إثر على المرء بحيث اصبح مشوهاً للواقع. ويحول ذلك المعتقد بين المرء وتحقيق أهدافه يثير انفعالات متطرفة ملحة تسبب لصاحبها الأسى، وتمنعه من الحركة، وتؤدي إلى إقدام المرء على سلوك يلحق الضرر به وبالآخرين. إذا توافرت هذه الشروط يكون التفكير لا عقلاني بمعنى أنه يعيق الفرد عن ممارسة حياته الاجتماعية بشكل عام ويؤثر في سلوكه. (الغامدي،٢٠٠٩).

أساليب واستراتيجيات العلاج في النظرية العقلانية الانفعالية السلوكية:

١. **طريقة تحديد الأفكار اللاعقلانية** ودور المرشد في تفنيدها وهي ما تعرف بطريقة A,B,C وفي هذه الإستراتيجية يحاول المرشد الكشف عن الأفكار اللاعقلانية ثم يقوم بإقناع المسترشد بإن هذه الأفكار قد تكون نتيجة قناعات معينة لديه لذلك يسعى إلى مساعدة الفرد في تعديل أفكاره اللاعقلانية المسببة بالإضطراب، ويقوم هذا العلاج "العقلاني الإنفعالي السلوكي" على إقناع الفرد على إنه لا أساس لهذه الأفكار وإنما هي نتاج للمعتقدات الخاطئة التي يتبناها الفرد والشكل أدناه يوضح هذه العلاقة:



شكل رقم (١)

شكل يوضح نظرية (A-B-C-D-E-F) وطرق العلاج

ويمكن أن نقسم هذه النظرية إلى جانبين

- الأول (الجانب التشخيصي) (A-B-C) وفيه يتم توضيح العوامل الأساسية للاضطراب.
- الثاني (الجانب العلاجي) (D-E-F) وإذا كان الأول جانب تشخيص فإن هذا الجانب هو الجانب العلاجي وفيه يتم مناقشة جميع الأحداث المثيرة ويقوم المرشد بمهاجمة الأفكار اللاعقلانية التي يتباها المسترشد واستبدالها بأخرى أكثر منطقية.

الأسلوب الثاني: الأساليب المعرفية:

- العبارات الإيجابية:

وهي عبارة عن العبارات الإيجابية الذاتية والتي تسعى إلى تطوير العبارات الموجبة الإيحائية لدى المسترشد ومن خلالها يمكن أن يقوم المسترشد بمخاطبة نفسه بها وهذا ليتقوى عنده التفكير اللاعقلاني وعادة ما يطلب منه تكرار هذه العبارات أو كتابتها أكثر من مرة وعليه يقوم بمخاطبة العقل الاواعي وتصبح بعد عدة أيام وبعد تكرارات سلوك لدى المسترشد.

- المرجع:

ويطلب من المسترشد في هذه الحالة أن يقوم بإعداد قائمة يوضح فيها السلبيات والايجابيات ويطلب منه المقارنة بين السلبيات والايجابيات ثم قراءة هذه القائمة أكثر من مرة وتكون بالنسبة له كأنها مرجع يستطيع أن يحكم على نوع الفكرة هل هي عقلانية أو غير عقلانية.

- تعليم الآخرين:

وهذه الاستراتيجية عبارة عن نقاشات ما بين المسترشد وزملائه ويتولى الزملاء مهمة توضيح الأفكار اللاعقلانية واستبدالها بالمعتقدات العقلانية.

- حلّ المشكلة:

حيث يطلب من المسترشد محاولة لحل المشكلة بنفسه وذلك باستخدام " السهم السفلي" ويحاول المرشد أن يوصل بالمسترشد إلى الأفكار اللاعقلانية ويقوم بإستبدالها بالجانب العقلاني.

- الإيحاء الذاتي:

حيث يرى أليس على إن هؤلاء الأفراد اللذين لديهم أفكار لاعقلانية هم أفراد مفكرون سلبيون يحدثون أنفسهم بأمور تسبب لهم هزيمة داخلية سواء عن أنفسهم أو عن الآخرين لذلك يرى أن على المعالجين توجيه المسترشدين إلى الإيحاء إلى التفكير الإيجابي بدلاً من السلبي.

- الدقة اللفظية:

يكثر على من يحمل التفكير اللاعقلاني التعميم وعدم وضوح الألفاظ لذلك لا بد من استعمال الألفاظ بالشكل الدقيق ومناقشة المسترشدين في هذه الألفاظ وبيان صحتها من عدمه.

الأسلوب الثالث: الأساليب الانفعالية:

- التخيل:

يلعب دوراً في تغيير الانفعالات غير المناسبة إلى انفعالات مناسبة وهو يساعد في تقليل الانفعالات الغير السارة مثل القلق والاكتئاب ومن خلاله يمكن أن يتخلص المسترشد من هذه الانفعالات لهذا يفضل عمل هذا الأسلوب يومياً بحيث يطلب من المسترشد أن يتخيل المشكلة وبالتالي يحاول أن يحصل على الأشياء الإيجابية في هذه المشكلة(الخواجه،٢٠٠٩).

- التمارين:

وهنا يطلب من المسترشد مهاجمة الشعور بالمشكلة من خلال عمل تدريب عملي لهذه المشكلة وتقييم السلبيات والإيجابيات فمثلاً: اللذي يشعر بالخجل في موقف اجتماعي معين يطلب منه أن يقوم بهذا الموقف وينظر بالتخيل كيف كانت ردة الآخرين منه؟، هل سخروا أم أن هنالك تبياين في ردة الفعل. (Ellis,1989).

الأسلوب الرابع: الأساليب السلوكية:

- الواجبات البيتية:

يكلف المسترشد بإداء بعض الواجبات البيتية مثل تكملة جدول أوقات السعادة أو طلب عمل بعض التخيلات أو أداء بعض التدريبات مثل تدريب التنفيس أو لعب الأدوار أو الكرسي الفارغ وغيرها من الأساليب السلوكية.

- الاسترخاء:

وركزت هذه النظرية على هذه الفنية "الاسترخاء" لما لها من أثر في تغيير الحالة المزاجية للمسترشد فهي تنقل المسترشد إلى عالم آخر وتخفف عنه وطء التفكير الجامد المتصلب بحيث يخضع المسترشد إلى تدريب كامل لكيفية مزاولة هذه الفنية من استعداد لها وتهيئة الأجواء والبدء به ثم الانتهاء(القصاص،٢٠١٥).

- **الدراسات السابقة:**

- **قام بليرز(Peltzer,2013).** بدراسة هدفت الى الكشف عن العلاقة بين التفكير الخرافي والأفكار اللاعقلانية على عينة من طلبة المرحلة الثانوية والجامعية في جنوب افريقيا، وبلغ عدد العينة(٥٠٤) طالبا وطالبة وقد قام بتطوير المقياس الخاص بالأفكار اللاعقلانية ومقياس التفكير، واظهرت النتائج الى أن مستوى الأفكار اللاعقلانية والتفكير الخرافي كان متوسطا لدى الطلبة في المرحلتين الجامعية والثانوية
- **دراسة نور الدين (٢٠١٤).** بعنوان الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها باستخدام الحوار في الوسط الجامعي لدى الطلبة، وتكونت عينة الدراسة من (١٩١) من طلبة جامعة بتايه، واستخدم الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية من اعداد سليمان الريحاني(١٩٧١) وتوصل إلى نتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث لدى أفراد العينة، إضافة الى عدم وجود فروق في الأفكار وفقا لبعض المتغيرات.
- **كما أجرى القلهاتي (٢٠١٤).** الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى طلبة الصف العاشر بمحافظة مسقط واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٩٢) طالبا وطالبه من مدارس محافظة مسقط وقام الباحث ببناء مقياس الأفكار اللاعقلانية المؤثرة على دافعية الإنجاز الأكاديمي، وتوصلت الدراسة الى ان أكثر الأفكار اللاعقلانية انتشارا لدى طلبة الصف العاشر هي النمذجة السلبية.
- **وفي دراسة القصاص (٢٠١٤).** بعنوان الأفكار اللاعقلانية وانفعال الغضب لدى أفراد الشرطة في ضوء بعض المتغيرات ، هدفت الى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وانفعال الغضب وأيضا إلى

التعرف على مستوى الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومستوى الغضب لدى أفراد الشرطة بمحافظات غزة، تكونت عينة الدراسة من (٣٢٩) فرداً، واستخدم مقياس الريحاني للأفكار اللاعقلانية ومقياس الغضب، كما استخدم التكرارات والانحراف المعياري وتحليل التباين الأحادي واختبار شيفيه ومعامل الارتباط للإجابة على أسئلة الدراسة وتوصل إلى نتائج أن الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد الشرطة بشكل عام منخفضة ، وانه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسط الأفكار اللاعقلانية ومتوسط الغضب لدى أفراد الشرطة الفلسطينية.

- **اجرى المرشدي والطفيلي (٢٠١٥)**. دراسة بعنوان الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بموقع الضبط لدى طلبة الجامعة، هدفت الى تعرف العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وموقع الضبط لدى طلبة الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالبا وطالبة تم اختيارهم عشوائيا ، اعتمد الباحثان مقياس الريحاني(١٩٨٧) ومقياس الخلود(١٩٨٩) ، واظهرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط المحسوب والنظري لكلا المقياسين فضلا عن وجود علاقة ضعيفة بين المتغيرات لدى افراد العينة)
- وأجرى (**Janmohammadi &Abedi2015**) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية ومستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة أزاد سلام في أيران شملت العينة (٥٤٠) طالبا وطالبة، أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين الأفكار اللاعقلانية ومستوى التحصيل الدراسي حيث الطلاب الذين لديهم أفكار لاعقلانية مستواهم التحصيلي متدني.
- **دراسة خلافي، وبومجان(٢٠١٦).** بعنوان الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوية، واستخدم في الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، واعتمد على استبيان الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي، وتكونت العينة من ٦٠ طالبا وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:- مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي كانت بدرجة متوسطة، وانها توجد علاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
- **وفي دراسة نجيب وآخرون (٢٠١٦)**. بعنوان الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة، حيث هدفت الى التعرف على مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وأثر كل من الجنس والتخصص في تكوين تلك الأفكار ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة (٢٠٠) طالب من جامعة المنصورة واستخدم مقياس سليمان الريحاني (١٩٨٧) وكانت النتائج تشير إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس لصالح الاناث.

- **وفي دراسة ياسين(٢٠١٦)** بعنوان درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاستجابة الانفعالية لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاستجابة الانفعالية لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات ، تكونت عينة الدراسة من (١٧١٣) طالبا وطالبه، استخدم الباحث مقياس كلاجس للأفكار اللاعقلانية ، أظهرت النتائج ان درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة كانت متوسطة، كما أظهرت أيضا وجود فروق دالة احصائيا بين المتوسطات الحسابية لكل من الأفكار اللاعقلانية وابعادها تعزى لمتغير الجنس والكلية لصالح الاناث والكليات العلمية .
- **دراسة عبارة (٢٠١٧).** بعنوان الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بظهور بعض المشكلات الانفعالية لدى المراهقين، حيث هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وظهور بعض المشكلات الانفعالية، تكونت العينة من (٣٨١) طالبا وطالبه من مدارس الثانوية في مدينة حمص بسوريا، وأستخدم الباحث مقياس (بشرى الغويل للأفكار اللاعقلانية) وتوصلت الدراسة الى انه توجد علاقة إيجابية دالة على درجات الطلاب على مقياس الأفكار اللاعقلانية وابعاده، وتوجد فروق دالة احصائيا لصالح الإناث في درجات انتشار التفكير اللاعقلاني لدى الطلبة ، واوصت الدراسة ببعض التوصيات من أهمها اعداد برامج ارشادية لتخفيف من الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة.
- **أجرى المقبالي(٢٠١٧).** دراسة بعنوان مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالقيم الأخلاقية والدينية لدى طلاب التعليم ما بعد الأساسي في مدارس محافظة جنوب الباطنه بسلطنة عمان،هدفت الى الكشف عن مدى انتشار هذه الأفكار واستخدم الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية وتكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) طالب وطالبه، واستخدم معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة الارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية والقيم الدينية والأخلاقية وتوصلت الى النتائج التالية ، لا توجد علاقة ارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية والقيم الأخلاقية والدينية، واوصت بإقامة برامج ارشادية للتخفيف من انتشار هذه الأفكار .
- **كما أجرى أبو حسونة (٢٠١٧).** دراسة استهدفت تعرف أثر برنامج تدريبي عقلاني انفعالي في خفض مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة اربد الاهلية، كونت عينة الدراسة من (٧٧) طالبا وطالبة تم تحديده من قبل من جانب تطبيق عليهم الأفكار اللاعقلانية وقسمت المجموعتين الى ضابطة وتجريبية واستخدم معهم برنامج ارشاد جمعي، أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا في مستوى الأفكار اللاعقلانية ولصالح المجموعة التجريبية وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير الجنس.

من خلال الدراسات التي تم عرضها عن متغير الأفكار اللاعقلانية نلاحظ على أن هذا الموضوع قد تمت معالجته وهو حاضر إلى الأن وهذا دليل على أهميته وقد هدفت هذه الدراسات في معظمها إلى التعرف

- على مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة الدراسة.
- معظم الدراسات استخدمت مقياس الريحاني (١٩٨٥) المعرب والمنبثق من الاحدى عشرة فكرة من اليس وأضاف اليه فكرتين واصبح ثلاثة عشرة فكرة .
- اعتمدت معظم الدراسات على عينة طلبة الجامعات مثل دراسة مجلى وبلان(٢٠١١) ، ودراسة أبو جحجوح (٢٠١٢) ، ودراسة حسن والجمالي(٢٠١٢) ودراسة المرشدي والطفولي(٢٠١٥) ودراسة نجيب ولآخرون (٢٠١٦)
- كما أجريت بعض من هذه الدراسات على طلبة المدارس مثل دراسة خلافي ومجان(٢٠١٦) ودراسة أبو حسون(٢٠١٧) ودراسة المقبالي (٢٠١٧).
- قامت بعض الدراسات بمقارنة هذه الأفكار مع بعض المتغيرات مثل التحصيل الدراسي والمستوى الاقتصادي
- بعض الدراسات أظهرت بان الأفكار منتشرة بين عينتها مثل دراسة حسن والجمالي (٢٠١٢) ودراسة حجازي (٢٠١٢)

ماذا استفاد الباحث من الدراسات السابقة:

- تنظيم الإطار النظري الخاص بتحليل المحتوى.
- تحديد المنهج الأكثر ملائمة وهو المنهج الوصفي التحليلي.
- استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.
- يستفاد منها في المساعدة في تفسير النتائج
- مقارنة النتائج التي توصلت اليها الدراسة السابقة بالدراسة الحالية.

وعلى هذا نرى أن هذه الدراسات أوضحت على أن التفكير اللاعقلاني يؤثر اثارا سلبية في الصحة النفسية للفرد والمجتمع، ويمكن ان يعيقه عن الانجاز في حياته العادية والاجتماعية.

الطريقة والإجراءات

التطبيق، والاساليب الاحصائية المستخدمة.

أولا منهج الدراسة:

من منطلق أهداف الدراسة واسئلتها فأن الباحث قام باتباع المنهج الوصفي التحليلي الذي يعرّف بأنه المنهج الذي لا يتوقف عند وصف الظاهرة وجمع بيانتها المختلفة بل يتعدى الى استقصاء مظاهرها وعلاقتها المختلفة، وتفسيرها والوصول الى الاستنتاجات في تطويرها وتحسينها(سليمان،١٩٨٨)

ثانيا: مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة الحالية من مجموع أعداد طلبة الدبلوم والبكالوريوس بالجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان والمسجلين للعام الأكاديمي٢٠٢٠/٢٠١٩ والبالغ عددهم (١٩٠٣) من مختلف التخصصات الموجودة بالجامعة

والجدول أدناه يوضح توزيع مجتمع الدراسة على حسب المؤهل الدراسي، والنوع الاجتماعي

جدول رقم (١) توزيع مجتمع الدراسة على حسب متغيرات الدراسة

المؤهل	الدبلوم		البكالوريوس		المجموع
	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
العدد	١٦٧	١٢٩	٦١٦	٩٩١	١٩٠٣

ثالثا: عينة الدراسة وخصائها

اختار الباحث عينة الدراسة الحالية بالطريقة العشوائية وتكونت عينة الدراسة من (١٧٣)طالبا وطالبة

من مختلف التخصصات الموجودة بالجامعة

والجدول أدناه يوضح توزيع عينة الدراسة على حسب النوع الاجتماعي

جدول رقم (٢) توزيع عينة الدراسة على حسب النوع الاجتماعي

النوع	التكرار	النسبة
ذكر	٦١	%٣٥,٣
أنثى	١١٢	%٦٤,٧
المجموع	١٧٣	%١٠٠

ويشير جدول رقم (٢) إلى أن نسبة الذكور ٣٥,٥% بتكرار (٦١) من عينة الدراسة ، وأن الإناث (٦٤,٧%) ب تكرار ١٧٣ وهذا يتناسب مع مجتمع الدراسة حيث أن عدد الإناث أكثر من عدد الذكور

أيضا تم توزيع عينة الدراسة على حسب المؤهل الدراسي واختار الباحث مستوين للمؤهل، والجدول أدناه يوضح توزيع عينة الدراسة على حسب المؤهل الدراسي.

جدول رقم (٣) توزيع عينة الدراسة على حسب المؤهل الدراسي

المؤهل	التكرار	النسبة
الدبلوم	٣٩	%٢٢,٥
البكالوريوس	١٣٤	%٧٧,٥
المجموع	١٧٣	%١٠٠

أداة الدراسة : - (مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية)

- قام الباحث بتطوير مقياس للأفكار اللاعقلانية بما يتناسب مع أهداف الدراسة وذلك باتباع الخطوات التالية
- الاطلاع على المراجع المرتبطة بموضوع الدراسة وخاصة التي تناولت الأفكار اللاعقلانية مع بعض المتغيرات وعلى عينة الطلبة مثل دراسة (ياسين والشناوي،٢٠١٥) ومحمود وآخرون،٢٠١٦)، (الطفيلي والرشيدي،٢٠١٥) ، (أبو جحجوح،٢٠١٢)

- الرجوع الى الادب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بنفس الموضوع (الأفكار اللاعقلانية) حيث قام الباحث بمراجعة أدوات الدراسة التي تتضمنها للاستفادة من هذه الأدوات في صياغة بعض العبارات، واقتباس بعض المفردات وبعدها قام الباحث باختيار وصياغة عبارات تتلاءم مع طبيعة الدراسة التي يقوم بها.
- دراسة المفاهيم والتعاريف ذات الصلة بمتغير الأفكار اللاعقلانية للاستفادة منها في صياغة المقياس.
- من خلال عملي كمرشد طلابي، قام الباحث بتجميع بعض المفردات الشائعة لدى الطلبة التي لها علاقة بالأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة.

وصف المقياس: -

- قام الريحاني (١٩٨٥) بتعريب مقياس الأفكار اللاعقلانية(لبرت اليس) والذي يحنوى على أحدى عشر فكرة لا عقلانية وتندرج تحت كل فكرة اربع عبارات وهذا المقياس طبقة كثير من الباحثين على البيئة العمانية مثل المقبالي(٢٠١٧) ؛ والغافري (٢٠١٥) وقام الباحث بإيجاد صدق وثبات هذا الاختبار على عينة استطلاعية قوامها (٤٥) طالبا وطالبة من الجامعة العربية المفتوحة في محافظة مسقط.
- وصف تصحيح المقياس: -
- يتكون المقياس من احدى عشرة فكرة - التي اوضحا اليس -لا عقلانية وتحتوي كل فكرة على (٤) عبارات، وتضم كل عبارة على مدرج ثنائي (نعم، لا) ليكون عدد عبارات المقياس (٤٤) عبارة وهو مقياس يتناسب مع أهداف الدراسة.
- تعبر الإجابة (نعم) عن قبول الفكرة اللاعقلانية ويعطى المستجيب إذا اختارها درجتان، أما الإجابة (لا) رفض الفكرة اللاعقلانية، ويعطى الطالب اذا اختارها درجة واحدة وتساوي الدرجة العليا التي يحصل عليها المفحوص على كل بعد من أبعاد المقياس الحادية عشر (٨ درجات) وتمثل درجة عالية من التفكير اللاعقلاني، أما الدرجة الدنيا تساوي (٤ علامات) وتعبر عن درجة عالية من التفكير العقلاني، وهذا يعنى أن أعلى درجات المقياس تساوي (٨٨) درجة وأدناها (٤٤) درجة، وأصبح عدد فقرات المقياس (٤٤) فقرة.

جدول رقم (4) يوضح توزيع العبارات على الأفكار في المقياس

الرقم	الفكرة	توزيع العبارات على الأفكار في المقياس			
١	طلب الاستحسان	١	١٢	٢٣	٣٤
٢	ابتغاء الكمال الشخصي	٢	١٣	٢٤	٣٥
٣	اللوم الزائد للذات والاخرين	٣	١٤	٢٥	٣٦
٤	توقع المصائب والكوارث	٤	١٥	٢٦	٣٧
٥	اللامبالاة الانفعالية	٥	١٦	٢٧	٣٨
٦	القلق الناتج عن الاهتمام الزائد	٦	١٧	٢٨	٣٩
٧	تجنب المشكلات	٧	١٨	٢٩	٤٠
٨	الاعتمادية	٨	١٩	٣٠	٤١
٩	الشعور بالعجز واهمية خبرات الماضي	٩	٢٠	٣١	٤٢
١٠	الانزعاج لمتاعب الاخرين	١٠	٢١	٣٢	٤٣
١١	ابتغاء الحلول الكاملة	١١	٢٢	٣٣	٤٤

الخصائص السيكو مترية لمقياس الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات بسلطنة عمان

صدق أداة الدراسة الثانية: -

الصدق الظاهري: - نقصد بصدق الأداة هي قدرة المقياس على قياس الظاهرة التي وضع من أجلها. الزويعي،١٩٨١)

وللحصول على صدق هذا المقياس تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من ذو الاختصاص والخبرة العملية من أكاديميين ومرشدين نفسيين ومن المختصين في القياس والتقويم، وقد تم بأخذ ملاحظاتهم بعد اتفاق

وقد كانت ملاحظات المحكمين على النحو التالي: -

- في العبارة الثانية من الفكرة الثانية استبدال كلمة **عملي بدراستي.**
- في العبارة الثالثة من الفكرة الثالثة استبدال كلمة **أرى بكلمة اعتقد.**
- العبارة الرابعة في الفكرة الثالثة تستبدل كلمة **طفل بالإنسان** فتصبح العبارة **الانسان الذي يفعل اعمالا سيئة يكون سيئا.**
- العبارة في الفكرة التاسعة **لا أستطيع المذاكرة بمفردي تغير إلى لا أستطيع أنجاز الاعمال بمفردي،** لأنها أعم
- الانتباه إلى الهمزات في العبارات والكلمات، وتعديلها.

ثبات أداة:-(الأفكار اللاعقلانية)

وللتأكد من ثبات المقياس (الأفكار اللاعقلانية)

- بأجراء دراسة استطلاعية على عينة من طلبة الجامعات والكليات العمانية بعدد (٤٥) طالبا
- بعد ذلك قام الباحث بحساب معامل الثبات باستخدام طريقة (الفا كرونباخ) وكانت النتائج وفقا للجدول التالي "-

جدول رقم (5) يوضح معامل الثبات لمقياس الأفكار اللاعقلانية ن=(٤٥)

عدد العبارات	معامل الثبات الفاكرومباخ
٤٤	0.815

ويتضح من الجدول رقم (٧) بان معامل الثبات للأداة هو (٠,٨١٥) وهي معامل ثبات مرتفع، وهذا يطمئن لاستخدام الأدوات لأغراضها في الدراسة.

خامسا: - المعالجات الإحصائية: -

- تم استخدام الأساليب الإحصائية التي تتناسب مع طبيعة أسئلة الدراسة وفرضياتها وذلك باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) على النحو التالي:
- لإيجاد صدق قام الباحث بعرضها على مجموعة من المحكمين.

- لإيجاد ثبات أدوات الدراسة يستخدم الباحث معامل الفا لكرونباخ.
- للإجابة على السؤال الأول تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان.
- للإجابة على السؤال الثاني: لمعرفة الفروق في إستجابات العينة تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي (ذكور وإناث)، قام الباحث بعمل اختبار (ت)؛ لمقارنة المتوسطات في العينة

عرض النتائج:

للإجابة على السؤال الأول والذي نصه: ما مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان، قام الباحث بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فكرة في المقياس، ويوضح الجدول (٦) التالي معيار تفسير متوسط الأفكار اللاعقلانية:

جدول (٦): معيار تفسير متوسط الأفكار اللاعقلانية.

الفئة	درجة الأفكار اللاعقلانية
١-١,٥ منخفضة	منخفضة
١,٥١-٢ مرتفعة	مرتفعة

ويوضح الجدول (٧)المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فكرة ولمجموع مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان، وذلك لمعرفة مستوى أنتشار التفكير اللاعقلاني لدى هذه العينة

جدول (٧): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأفكار اللاعقلانية وللمقياس كاملاً.

الفكرة	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدرجة
فكرة1(طلب الاستحسان)	٤	1.47	.361	منخفضة
فكرة2(ابتغاء الكمال الشخصي)	٤	١.76	.394	مرتفعة

فكرة3(اللوم الزائد للذات والآخرين)	٤	1.50	.306	مرتفعة
فكرة4(توقع المصائب والكوارث)	٤	1.44	.288	منخفضة
فكرة5(اللامبالاة الانفعالية)	٤	1.47	.313	منخفضة
فكرة6(القلق الناتج عن الاهتمام الزائد)	٤	1.27	.344	منخفضة
فكرة7(تجنب المشكلات)	٤	1.47	.284	منخفضة
فكرة8(الاعتمادية)	٤	1.39	.275	منخفضة
فكرة9(الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي)	٤	1.41	.331	منخفضة
فكرة10(الانزعاج لمتاعب الماضي)	٤	1.44	.318	منخفضة
فكرة11(ابتغاء الحلول الكاملة)	٤	1.49	.323	منخفضة
المجموع	٤٤	1.45	.184	منخفضة

من خلال الجدول(٧)، نجد إن متوسط الأفكار اللاعقلانية للأفكار تتراوح بين(١,٧٦ والتي تحمل الفكرة الثانية، وهي ابتغاء الكمال الشخصي إلى الفكرة السادسة بمتوسط قدره ١,٢٧ وهي القلق الناتج عن الاهتمام الزائد) أما متوسط للمقياس ككل ١,٤٥ وهي درجة منخفضة وهذا يدل على عدم انتشار التفكير اللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة، وهو يتفق مع دراسة(أبو جحجوح،٢٠١٢)، ودراسة(القصاص،٢٠١٥)،ودراسة(عبارة،٢٠١٧)، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة(نجيب وآخرون،٢٠١٦)،و(القلهاتي،٢٠١٧)، ويعزي الباحث إلى أن هذه النتيجة كانت طبيعية لكون طلبة الجامعة العربية المفتوحة ينتمون إلى بيئات محافظة كما يغلب عليهم التمسك بالعادات والتقاليد وأيضاً بالجوانب الدينية مما يجعلهم أكثر تفاءلا وتمسكاً بالموروث.

وأما أهم الأفكار(العبارات) انتشاراً بين طلبة الجامعة، فهي فكرة (أتقن عملي على أكمل وجه مهما كانت الظروف)، وأقلها (لن يتغير سلوكي في المستقبل لأنه مرتبط بما حدث في الصغر)، والجدول أدناه يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لجميع فقرات المقياس.

جدول رقم (٨) المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لجميع فقرات المقياس ومستوى الدرجة

الرقم.	العبارة.	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدرجة
١	ينبغي أن تنال كل تصرفاتي القبول والرضا من الجميع.	1.48	.501	منخفضة
٢	أضحي باهتماماتي ورغباتي لكي أكون محبوبا.	1.39	.490	منخفضة
٣	أتمنى أن يتقبل الأفراد المحيطين بي كل تصرفاتي.	1.65	.479	مرتفعة
٤	أهتم اهتماما بالغا برأي الآخرين عني.	1.36	.483	منخفضة
٥	أسعى لأداء الأعمال الصعبة التي تفوق قدراتي.	1.66	.475	مرتفعة
٦	أحبط عندما لا أحصل على درجات عالية في عملي.	1.57	.497	مرتفعة
٧	أتقن عملي على أكمل وجه مهما كانت الظروف.	1.81	.394	مرتفعة
٨	أرى أن عدم إنجاز أعمالي يقلل من قيمتي.	1.61	.489	مرتفعة
٩	أوجه اللوم إلى كل شخص يرتكب خطأ ولو كان بسيطا.	1.34	.473	منخفضة

١٠	أنزعج عندما أفعل خطأ حتى ولو كان بسيطا	1.73	.446	مرتفعة
١١	أرى انه يجب معاقبة الشخص المخطئ مهما كانت الأسباب.	1.47	.500	منخفضة
١٢	الطفل الذي يفعل أعمالا سيئة يكون مسيئا.	1.45	.498	منخفضة
١٣	أبالغ في تقدير الأمور السيئة.	1.31	.465	منخفضة
١٤	أتوقع الفشل في أي عمل أؤديه.	1.24	.430	منخفضة
١٥	أنزعج إذا سارت اموري على النحو الذي لا أتمناه.	1.64	.483	مرتفعة
١٦	أرفض النتائج الخاصة ببعض أموري عندما تأتي مخالفة لتوقعاتي.	1.55	.499	مرتفعة
١٧	أرى أن كل ما أشعر به من تعاسة سببها ظروف خارجة عن إرادتي.	1.60	.491	مرتفعة
١٨	أعتقد أن الأفراد المحيطين بي هم السبب فيما أعانيه من مشكلات.	1.32	.467	منخفضة
١٩	تقف الظروف الخارجة عن إرادتي ضد سعادتي.	1.43	.496	منخفضة
٢٠	يلعب الحظ دورا كبيرا في مشكلاتي.	1.50	.501	مرتفعة
٢١	لن أستطيع أن أعمل ما أحب.	1.29	.455	منخفضة
٢٢	لن أستطيع مساعدة أهلي في المستقبل.	1.27	.443	منخفضة
٢٣	أتوقع الفشل في حياتي العلمية والشخصية.	1.28	.449	منخفضة

٢٤	أشعر أن من حولي يتجنبون العمل معي.	1.23	.423	منخفضة
٢٥	تعرضي لمشكلة ما يلهيني عن تحقيق أهدافي.	1.39	.489	منخفضة
٢٦	أتوقع النتائج السيئة لمشكلاتي باستمرار.	1.34	.475	منخفضة
٢٧	أشعر بالتوتر عند تعرضي لمشكلة ما.	1.65	.477	مرتفعة
٢٨	أفضل تجنب المشكلات بدلا من مواجهتها.	1.48	.501	منخفضة
٢٩	أتجنب تحمل المسؤولية.	1.29	.455	منخفضة
٣٠	أهتم بمساعدة الآخرين لي حتى في أبسط أمور حياتي.	1.71	.455	مرتفعة
٣١	يقلقني أن أعمل الأشياء بنفسي.	1.27	.443	منخفضة
٣٢	لا أستطيع المذاكرة بمفردي.	1.28	.449	منخفضة
٣٣	معظم المواقف الماضية يكون تأثيرها واضح علي في الحاضر والمستقبل.	1.54	.500	مرتفعة
٣٤	لن يتغير سلوكي في المستقبل لأنه مرتبط بما حدث لي في الصغر.	1.32	.469	منخفضة
٣٥	أرى أنني متأثرة بما حدث لي في الصغر.	1.39	.489	منخفضة
٣٦	لا يمكن للفرد التخلص من تأثير الماضي إذا حاول ذلك.	1.38	.487	منخفضة
٣٧	لا أستطيع الاستمتاع بأي شيء في الحياة طالما غيري حزين.	1.35	.477	منخفضة

٣٨	أتأثر بسرعة بمشكلات الآخرين.	1.51	.501	مرتفعة
٣٩	أشارك الآخرين بمشكلاتهم ومصاعبهم لدرجة التقصير في القيام بواجبي.	1.45	.499	منخفضة
٤٠	عندما أتعاطف مع الآخرين أعيش في مشكلاتهم وأنخرط فيها.	1.45	.499	منخفضة
٤١	أشعر بالعجز عندما لا أجد حلا لمشكلاتي.	1.56	.498	مرتفعة
٤٢	أتصور أن هناك حلا واحدا لكل مشكلة.	1.34	.475	منخفضة
٤٣	أشعر بالحزن عندما لا أستطيع الوصول إلى حل لمشكلاتي	1.61	.490	مرتفعة
٤٤	غالبا ما تسير الأمور عكس ما أريده وأتمناه في الغالب.	1.46	.500	منخفضة

من خلال جدول رقم (٨)، نجد إن متوسط عبارات المقياس تراوحت بين (١,٨١ في العبارة السابعة من الفكرة الثانية والتي هي " ابتغاء الكمال الشخصي"، و١,٣٢ في العبارة " لن يتغير سلوكي في المستقبل لأنه مرتبط بما حدث لي في الصغر" من الفكرة التاسعة التي هي الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي، وهي درجة منخفضة في مقياس التفكير اللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة بسلطنة عمان.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني، وللإجابة على التساؤل الثاني وهو" **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية بين طلبة الجامعة العربية المفتوحة في سلطنة عمان، تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي (ذكور وإناث)**، قام الباحث بعمل اختبار (ت)؛ لمقارنة المتوسطات في العينة، ويوضح جدول رقم (٩) نتائج الاختبار.

جدول رقم (٩): نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات طلبة الجامعة العربية المفتوحة في مستويات الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكر وأنثى).

المتغير	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الأفكار اللاعقلانية	ذكر	٦١	1.47	١,٣٢٢	١,٨٨
	أنثى	١١٢	1.44		

من خلال جدول رقم (٩) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات طلبة الجامعة العربية المفتوحة فرع سلطنة عمان في مستوى الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير النوع، حيث بلت قيمة (ت) ١,٣٢٢، عند مستوى دلالة (١,٨٨) وهي غير دالة إحصائية، وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة (أبو جججوح،٢٠١٢)، وتختف مع دراسة كل من (حجازي،٢٠١٣؛ نجيب وآخرون،٢٠١٦؛ ياسين،٢٠١٦؛ عبارة٢٠١٧) حيث أشارت هذه الدراسات لوجود فروق ذات دلاة إحصائية لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الإناث.

أما بالنسبة لمتغير المؤهل الدراسي" هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير المؤهل (دبلوم بكالوريوس)، فام الباحث بعمل اختبار(ت) للمقارنة بين المتوسطات في العينات المستقلة وكانت النتائج كما في الجدول (١٠)

جدول رقم (١٠): نتائج اختبار(ت) للمقارنة بين متوسطات طلبة الجامعة العربي المفتوحة بسلطنة عمان تبعاً للمؤهل الدراسي.

المتغير	المؤهل	العدد	المتوسط الحسابي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الأفكار اللاعقلانية	دبلوم	٣٩	1.48	١,٠٣٩	٠,٣٠٠
	بكالوريوس	١٣٤	1.44		

من خلال جدول رقم (١٠) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات طلبة الجامعة العربية المفتوحة فرع سلطنة عمان في مستوى الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير المؤهل، حيث بلغت قيمة (ت) ١,٠٣٩، عند مستوى دلالة (٠,٣٠٠) وهي غير دالة إحصائية، بينما كان متوسط طلبة الدبلوم ١,٤٨، وطلبة البكالوريوس ١,٤٤.

الخاتمة:

معظم نظريات علم النفس سعت لدراسة سلوك الانسان، والمؤثرات الخارجية التي تؤثر على هذا السلوك وجاءت هذه الدراسة لمعرفة درجة انتشار التفكير اللاعقلاني لدى طلبة الجامعة العربية المفتوحة وبينت ما هي النظرية العقلانية الانفعالية ؟ ورات على أن أسباب الاضطراب لدى الانسان هو التفكير اللاعقلاني، وينتج عن هذا التفكير ممارسات سلبية تؤثر في حياة الفرد وتؤدي الى أمراض نفسية وهذا قد يحدث لطلبة الجامعات وحاول الباحث هنا قياس هذه الأفكار عند هذه العينة ووصل الى نتائج مهمة في هذا الجانب تتعلق بمدى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وأن على المؤسسات التربوية مراقبة هذا النوع من التفكير اللاعقلاني واستبداله بتفكير عقلاني

- التوصيات:

١. إجراء العديد من الدراسات على هذه العينة مع متغيرات أخرى وقارنتها بالأفكار اللاعقلانية.
٢. الاهتمام بالبرامج التوعوية وتكثيفها لطلبة الجامعة.

المراجع

- أبو حسونة، نشأت (٢٠١٧) أثر برنامج تدريبي عقلاني- انفعالي في خفض مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة أربد الأهلية، **المجلة العالمية للبحوث التربوية والنفسية**، جامعة البحرين.٨٥-١١٢.
- الجامعة العربية المفتوحة (٢٠١٧). **دليل الطالب**، مسقط، سلطنة عمان
- حجازي، علاء علي (٢٠١٣). **القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظة غزة**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة غزة، فلسطين .
- حسن، عبد الحميد، والجمالي، فوزية (٢٠٠٣). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية لدى عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس**، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، قطر، العدد الرابع.

- خلافي، دليلة (٢٠١٦). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، دراسة ميدانية في ثانوية أحمد منصوري مشونش، سكرة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.
- الخواجة، عبد الفتاح محمد سعيد (٢٠٠٤) **فعالية برنامج ارشادي جمعي يستند إلى الاتجاه العقلاني الانفعالي وأسلوب حل المشكلات في خفض الضغوط النفسية التي تواجه الطلاب الموهوبين الذكور في سن المراهقة وتحسين مستوى تكيفهم**، رسالة دكتوراة غير منشورة في الفلسفة تخصص الإرشاد النفسي والتربوي، بجامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.
- الريحاني، سليمان (١٩٨٥). تطوير اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية، **مجلة دراسات العلوم التربوية**، الأردن، المجلد الثاني عشر، العدد الحادي عشر، ص ٧٧-٩٥
- السادات، أبو زيد شهرة أنور (٢٠١٧). الإرشاد العقلاني- الانفعالي ودوره في تغير الأفكار اللاعقلانية بالأفكار العقلانية، **مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية**، مؤسسة كنوز الحكمة للنشر والتوزيع، العدد (١١) ص ١٨٨-٢٠٨
- سليمان عبيدات (١٩٨٨). **القياس والتقويم التربوي**، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع .
- الصائغ، ابتسام حسن (٢٠٠٤). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بمستوى التفكير التجريدي والمهارات الاجتماعية والفاعلية الذاتية**. دراسة وصفية ارتباطية مقارنة بين عينة الطالبات والطلاب، بالمرحلة الجامعية بمدينة جدة، رسالة دكتوراه غير منشورة.
- عبارة، هاني محمد (٢٠١٧). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بظهور بعض المشكلات الانفعالية لدى المراهقين، **المجلة الدولية التربوية المتخصصة**، المجلد (٦)، العدد (٩) ايلول٢٠١٧.
- عبد الرحمن، محمود السيد، وعبد الله فقير سيد (١٩٩٤). الأفكار اللاعقلانية لدى الأطفال والمراهقين\ن وعلاقتها بكل من حالة وسمة القلق، مركز التحكم، **مجلة دراسات نفسية**، مجلد (٤) العدد (٣).٤١٥-٤٤٩
- الغافري، نصراء مسلم (٢٠١٣). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالخوف الاجتماعي لدى طلبة كلية العلوم التطبيقية**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى، سلطنة عمان
- الغامدي، عزم الله (٢٠٠٩). **التفكير العقلاني والتفكير غير العقلاني ومفهوم الذات ودافعية الإنجاز لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسيا والعاديين بمديني، مكة المكرمة وجدة**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة أم القرى، مكة المكرمة .

- القلهاتي، أحمد بن سالم بن خميس (٢٠١٤). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى طلبة الصف العاشر بمحافظة مسقط**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، لطنة عمان.
- مجلي، شائع عبد الله، بلال، كمال يوسف (٢٠١١). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة، كلية التربية بصعدة، جامعة عمران، **مجلة جامعة دمشق**، المجلد (٣٧). ص ١٩٣-٢٤١.
- المرشدي، عمار حين عيد، والطفيلي، عقيل خليل ناصر (٢٠١٥). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بموقع الضبط لدى طلبة الجامعة، **مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية**، جامعة بابل فبراير العدد (١٩) ص ٢٥-٤٥.
- المقبالي، سعيد بن خميس (٢٠١٧). **مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالقيم الأخلاقية والدينية لدى طلاب التعليم ما بعد الأساسي في مدارس محافظة جنوب الباطنة بسلطنة عمان**، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة تونس، تونس .

- Dalsgaard, Christian (2011) Social networking sites: Transparency in online education. Institute of Information and Media Studies. University of Aarhus, Helsingforsgade 14, 8200 Aarhus N. Denmark, cndimv.au.dk
- *Janmohammadi, B & Abedi, G.(2015) .Study of relation between level of academic success and rational and irrational beliefs of the students of Karaj Branch, Islamic Azad University.Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences, 5 (S1) , 1204-1218.*
- Peltzer, K (2003). Magical Thinking and Paranormal Beliefs Among Secondary and University Students in South Africa
-