

الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية لدى عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس

عبد الحميد سعيد حسن* فوزية عبد الباقي الجمالي*

الملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة كلية التربية، وفيما إذا كانت درجة هذا الانتشار تختلف باختلاف الجنس أم لا، كما هدفت إلى التعرف على العلاقة بين طبيعة الأفكار اللاعقلانية وبعض الاضطرابات الانفعالية المتمثلة بـ (الاكتئاب، وسمة القلق، قلق الاختبار، الاغتراب)، وهل يمكن التنبؤ بحدوث الأفكار اللاعقلانية عند الطلبة من خلال هذه الاضطرابات.

وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٤) طالباً وطالبة، وتم تطبيق اختبار الأفكار اللاعقلانية للريحاني ١٩٨٥م، ومقياس بك للاكتئاب الذي أعدّه للبيئة العربية غريب ١٩٨٥م، ومقياس سمة القلق الذي أعدّه للبيئة العربية البحيري ١٩٨٤م ومقياس قلق الاختبار الذي أعدّه للبيئة العربية الزهار وهوسيفر ١٩٨٥م ومقياس الاغتراب الذي أعدّه للبيئة العربية أمير وحسن ١٩٨٩م. بعد اختبار صلاحيتها السيكومترية (صدقها وثباتها). وبعد إجراء المعالجات الإحصائية تم التوصل إلى النتائج الآتية:

(١) أن الأفكار اللاعقلانية تنتشر بين الطلبة بنسب تتراوح بين ١٠,٢٩% في حدّها الأدنى وبين ٤٨,٥% في حدّها الأعلى، وأن الذكور أكثر من الإناث في فكرة واحدة من الأفكار اللاعقلانية، بينما الإناث أكثر من الذكور في فكرتين من الأفكار اللاعقلانية.

* أستاذ مشارك / كلية التربية / جامعة السلطان قابوس.
** أستاذ مساعد / كلية التربية / جامعة السلطان قابوس.

(٢) غياب أثر الجنس على انتشار الأفكار اللاعقلانية بين الطلبة (الدرجة الكلية) وأن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات الانفعالية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.١ و فماً دون.

(٣) كشف تحليل الانحدار المتعدد عن إمكانية التنبؤ بحدوث الاضطرابات الانفعالية من خلال الأفكار اللاعقلانية، هذا وقد تم تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري للبحث، ثم الخروج بعدد من التوصيات والمقترحات.

المقدمة

برز في السنوات الأخيرة التوجه للتركيز على أهمية الجانب المعرفي من شخصية الأفراد في تقدير انفعالاتهم وفي تكيفهم وتوافقهم النفسي والاجتماعي، بحيث أصبح يحظى باهتمام العديد من الباحثين في المجال السيكولوجي بصفة عامة، وفي مجال الإرشاد والعلاج النفسي بصورة خاصة، ومن أبرز نظريات الإرشاد النفسي التي اهتمت بتوظيف الجانب المعرفي العقلي، وحاولت تفسير الاضطرابات الانفعالية في علاقتها بالتفكير اللاعقلاني نظرية A. Ellis والتي تعرف بنظرية العلاج العقلاني الانفعالي (محمد الشيخ، ١٩٩٠، ص ٢٦٥-٢٨٣). وتسعى هذه النظرية إلى تغيير المعارف لتعديل السلوك والتأثير على الانفعالات، انطلاقاً من الاعتقاد القوي بأن المعرفة تلعب دوراً أساسياً في إحداث الاضطرابات الوجدانية وعلاجها (Scott, 1991, p.120). وتقترح وجود أساس بيولوجي للسلوك الإنساني، كما ترى أن للناس نزعات غريزية قوية تجاه التمسك بالعادات والقصور الذاتي والبحث عن الإثارة والمزاجية السلبية، على نحو يتعارض مع التفكير المخطط والمنتج، ومع ذلك فإن الأشخاص يولدون مع وجود احتمال ليسلكوا إما بطريقة عقلانية أو طريقة لاعقلانية، وأن التفاعل مع الوالدين، وغيرهما من الراشدين يؤدي إلى تقوية وتعزيز الاتجاه اللاعقلاني وتعززه في التفكير لدى الصغار (Dryden, 1987, P.25; Gilliland, et. al, 1984, P.82).

ويرى إليس أن التفكير اللاعقلاني يتخذ شكل التشويه المعرفي، أو الإدراك المشوه، واللا واقعي للذات وللأحداث السلبية التي يتعرض لها الفرد، وأن النزعة للاتجاه العقلاني تظهر بوضوح في مرحلة الرشد وربما بعد ذلك، ويتطلب ذلك الكثير من الجهد من جانب الفرد الذي يحمل أفكاراً لاعقلانية، وربما يحتاج إلى مساعدة علاجية (Maddi, 1996, P.171-172).

ويمثل تغيير الأفكار اللاعقلانية للفرد عن طريق الإقناع العقلي جوهر العلاج العقلي الانفعالي الذي قدمه إيليس، والذي يرى أن الاختلال النفسي يرجع إلى الأفكار اللاعقلانية التي يحملها الفرد عن نفسه والعالم المحيط به، فالأحداث التي يتعرض لها الفرد لا تؤدي في حد ذاتها إلى الاضطراب النفسي، ولكن الطريقة التي يفسر بها الفرد هذه الأحداث والضغط البيئية هي التي تؤدي إلى ذلك. أي أن "إيليس" ينظر إلى الأفكار اللاعقلانية على أنها مصدر للاختلال الوظيفي العقلي، ويؤكد على أن هناك ثلاث فئات أساسية من الأفكار اللاعقلانية وكل فئة تؤدي إلى نتائج معينة:

(١) يجب أن أكون (كفئاً تماماً، منجزاً تماماً، محبوباً دائماً من الجميع)، وإلا كنت شخصاً لا قيمة له وهذه الفكرة اللاعقلانية من المتوقع أن تؤدي إلى الشعور بالهلع والقلق والاكتئاب.

(٢) يجب أن يعاملني الأشخاص المهمون في حياتي بلطف وعدالة ولا يعرضونني للإحباط وأن يراعوا مشاعري في كل الأوقات، وإلا فهم أشرار يجب أن يوجه إليهم اللوم والانتقام والعقاب الشديد لمعاملتهم البغيضة وغير الكريمة لي، وهذه الفكرة من المتوقع أن تؤدي إلى مشاعر الغضب والسلوك العدوانى والانتواء.

(٣) يجب أن تسير الأشياء والظروف دائماً في الاتجاه الذي أريده وأن تعطيني كل ما أريد بسهولة مع أقل قدر من الإحباط، وإلا فإن الحياة تصبح شاقة بغیضة لا تطاق، وهذه الفكرة من المحتمل أن تؤدي إلى الإشفاق على الذات، وانخفاض القدرة على تحمل الإحباط (Neal, Davidson; Haaga, 1996, P. 74-75).

وتشير هذه النظرية إلى أنه على الرغم من أن الأحداث الإنسانية ناتجة عن عوامل خارجية عن إرادة الإنسان، إلا أن لدى الإنسان القدرة على اتخاذ الإجراءات التي من شأنها أن تعدل وتضبط حياته في المستقبل، ويظهر هذا جلياً في نظريته في الشخصية التي نطلق عليها نظرية (A.B.C) حيث تشير (A) إلى الحوادث أو الخبرات (Acts) وتشير (B) إلى الأفكار والمعتقدات (Beliefs). أما (C) فتشير إلى النتيجة الانفعالية (Emotional Consequence).

ويرى إيليس أن شعور الفرد بحالة انفعالية معينة (C) كالحزن أو الخوف أو القلق يظهر وكأنه نتيجة لحادث ما (A) كالفشل في الدراسة مثلاً، إلا أن إيليس يرى عدم صحة

ذلك، ويؤكد أنه على الرغم من أنه يبدو أن (C) ناتجة عن (A) إلا أنها ليست نتيجة مباشرة لها، بل هي نتيجة لمعتقدات الفرد وأفكاره والأفكار (B) التي يستخدمها في وصف الحادثة (A) مثل أنها حادثة مخيفة، مؤلمة.. إلى غير ذلك من الأفكار والمعتقدات السلبية التي يصف بها الحادثة والتي تقوده إلى الشعور بالخوف أو القلق (C). وهكذا فإن نظام المعتقدات الذي يتبناه الفرد وترميزه للإحداث المواقف التي يمر بها. وتعريفه لها على أنها مخيفة، محزنة، أو مؤلمة هو المسؤول عن الاضطرابات العصبية التي يعاني منها وليست الأحداث نفسها (Ellis & Grieger, 1977, P. 27; Kendall & Hammen, 1995, P.59).

ولهذا نرى أن نظرية إليس في العلاج تؤكد على الارتباط الوثيق بين السلوك والانفعال والتفكير الإنساني المضطرب، إذ ترى أن الإنسان هو الذي يخلق إلى حد كبير مشكلاته الانفعالية بطريقة اللاعقلانية في التفكير، وبالتالي هو قادر على التقليل من حدة هذه المشكلات؛ كما تشير إلى أن الاضطراب الانفعالي وخاصة العصاب لا يتأثر فقط بالتفكير اللاعقلاني بل أيضاً بالعوامل الأسرية والاجتماعية والبيولوجية (Dryden, 1995, P. 8-11).

وأن هذا التأكيد على الارتباط الوثيق بين الفكر والانفعال قد عززه دون بك Beck & Emeny, 1979 الذي يمثل الاتجاه المعرفي، إذ يرى أن القلق والاكتئاب ليسا اضطراب في الوجدان بقدر ما هما اضطراباً في التفكير، فالانفعال يظهر مع تنشيط الخوف الذي يعد تفكيراً معبراً عن تقويم أو تقدير لخطر محتمل (Peterson, 1996, P. 25-28) أما الاكتئاب فهو نتاج لمجموعة من الأفكار السلبية التي يحملها الشخص عن نفسه ومستقبله وبيئته الاجتماعية المحيطة به، وهذه الأفكار السلبية وما يطلق عليه الثالوث السلبي يلزم المريض نتيجة لاستخدامه الأساليب غير المنطقية في التفكير، لذلك فإن العلاج يتلخص في تغيير هذه الأفكار السلبية لدى الفرد والاتجاه نحو العقلانية والمنطقية في التفكير (Peterson, 1996, P. 277).

ويُعد القلق من الاضطرابات العصبية الشائعة في العصر الحديث، ولايكاد يخلو مجتمع من المجتمعات من هذه الظاهرة؛ نظراً لزيادة الأزمات والضغوط النفسية ومطالب الحياة المتعددة في هذا العصر (إبراهيم عبد الستار، صص، ١٩٩٤) الأمر الذي دفع الباحثين للاهتمام بدراسته، لما له أثر في عملية التكيف وسلامة المجتمع.

وقد ميّز سبليبرجر (Spielberger, 1983) بين حالة القلق (State) وسمة القلق (Trait) فحالة القلق تشير إلى وضع نفسي ينطوي على التوثيق والخوف الذي يصاحبه تغيرات فسيولوجية وحركية تختلف في شدتها من موقف إلى آخر، وهذه الحالة مؤقتة وترتبط بموقف معين سرعان ما تنتهي عند شعور الفرد بزوال الخطر، أما سمة القلق؛ فتشير إلى صفة شخصية ملازمة تعكس الفروق الفردية في ردود فعل الأفراد نحو مواقف التوتر (Alzghoul & Masten, 1998, p.38).

وتؤكد نظرية العلاج العقلي - العاطفي (Rational -Emotive Therapy) على ثلاثة أشكال رئيسية من القلق النفسي العائد إلى اللاعقلانية وهي:

- (١) أنه من المرعب والمخيف أن لا أعمل ما يجب علي عمله.
- (٢) أنا لا أستطيع فهم ذلك، أنا لا أستطيع أن أتحمّل أموراً حدثت لي، ويجب أن لا تحدث لي.
- (٣) أنا شخص لا قيمة له وغير مرغوب فيه إذا لم أعمل جيداً وأكسب استحسان الآخرين.

هذا ويمكن تعريف القلق (Anxiety)، من وجهة النظر العقلانية الانفعالية بأنه الانشغال بخوف مبالغ فيه، وينشأ من الانشغال الكبير لما يفكر به الآخرون تجاه الفرد، وهذا الخوف يصبح قاهرًا للذات، إلا أن الفرد يستطيع التغلب على هذا القلق وضبطه عن طريق التفكير بطريقة عقلانية، ذلك أن القلق ينتج أساساً عن الفكرة اللاعقلانية، وهي أن الأخطاء والمخاوف أموراً تستدعي الانشغال والاهتمام الدائم بها (Ellis & p.25, 1975). (Harper. 1975).

هذا وقد تحدثت نظرية أليس عن ثلاثة أنواع من القلق تم ملاحظتها في المدرسة وهي:

- (١) قلق التفاعلات الشخصية والخوف من الرفض.
- (٢) قلق الامتحان.
- (٣) قلق التحدث والخوف من الفشل (Bernard & Joyce, 1984, p.42).

ويؤكد (Oliver & Rose, 1975, p.11). أن سبب قلق الامتحان هو العبارات التي يقولها الفرد لذاته بناءً على معتقدات لا عقلانية متنوعة تخلق لديه القلق.

وأن الطفل الذي يخاف من أخذ الامتحان يكون لديه عادة قلق حول ما سيحدث له إذا فشل في الامتحان، كأن يرفض من زملائه ويشعر بالكآبة، ويرفض من والديه وهذه النتيجة المفزعة بالنسبة له سوف يرافقها شعور بأنه عديم الثقة، وهذا الشعور يعتقد أنه يخيفه أكثر من تجربة الامتحان نفسها (Bamber, 1979, p.50).

- وقد تبين كذلك أن الأفراد الذين يعانون من قلق الامتحان - الذي له تأثيره على التكيف الأكاديمي للطالب - لديهم أفكار هدامة للذات مثل:
- (١) يجب أن أكون "محبوباً" دائماً من الآخرين، وإلا فأنا شخص غير مرغوب فيه.
 - (٢) يجب أن أكون ناجحاً وإذا فشلت أو رسبت فأنا إنسان فاشل وهذا أمر محزن ومخيف بالنسبة لي.
 - (٣) من الأمور المستحيلة بالنسبة لي أن أواجه وأتحكم بأي موقف بنجاح.
 - (٤) لا أستطيع أن أتحمّل أي نوع من الضعف أو الذل.
 - (٥) يجب أن أنزعج حول أي أمر مجهول أو مشكوك به في المستقبل (Bamber, 1979, p.51).

وفي هذا الاتجاه يرى (Morris & et al., 1981, p.53) الذي طور أداة لقياس قلق الاختبار أن قلق الاختبار يحتوي على مكونين اثنين وهما جانب الانزعاج أو الهم (Worry) ويشير إلى العناصر العقلية أو المعرفية من خبرة القلق مثل توقع الفشل بالتفكير بالذات وبالموقف الحالي وبحساب الوقت وفي التوابع المحتملة للفشل والانشغال بالتفكير بالذات، أما الجانب الثاني فهو الإنفعالي (Emotinal) الذي يشير إلى التغيرات الفسيولوجية - العاطفية المصاحبة لخبرة القلق كالتوتر والعصبية.

وبهذا الصدد تشير (Tryon, 1980 و161) إلى أن الإرشاد والعلاج النفسي الموجه للجانب المعرفي من قلق الاختبار أكثر فاعلية من الجهود التي تركز فقط على الجانب العاطفي والانفعالي من خبرة القلق، وقد أدى ذلك إلى اعتبار أن الاضطرابات الانفعالية والسلوكية التي تظهر لدى من يعاني من قلق الاختبار إنما هي ناتجة عن الاعتقادات اللامنتطقية والأفكار اللاعقلانية لديهم والتي تتمركز حول الذات وحول موقف الاختبار.

وحين يتقبل الفرد تلك الأفكار اللاعقلانية فإن ذلك يؤدي به إلى أن يصبح متهوراً وعدوانياً ودفاعياً وشاعراً بالذنب وعدم الكفاءة والقصور وعدم القدرة على الضبط، كما

يشعر بالتعاسة والشقاء، وأما إذا استطاع أن يتخلص من تلك الأفكار اللاعقلانية، فإنه ليس من السهل أن يقع فريسة الاضطراب أو أن يستمر في حالة الاضطراب طويلاً على فرض حدوثه (Paterson, 1980, p.26).

والاكتئاب هو واحد من أقدم الاضطرابات الانفعالية، وقد وجد أن واحداً من (١٠) أشخاص يعانون من بعض هذه الأمراض الانفعالية من خلال الحياة (Kendall & Bemis, 1986, p.91).

ويُعد الاكتئاب اضطراباً نفسياً يظهر على شكل نوبات عصبية تتمثل في استجابات انفعالية تثيرها خبرة مؤلمة، كالفشل في علاقة؛ أو خيبة أمل؛ أو فقدان عزيز أو شيء مهم؛ أو وفاة شخص؛ أو وجود مشكلات يعاني منها الفرد. وعادة ما يحدث لفترات قصيرة قد لا تزيد عن أسبوعين، وفي أغلب الأحيان يكون مرتبطاً بالموقف الذي أثاره (عبد الستار، ١٩٩٨، ص ٨٥؛ Beck, Steer & Broun, 1996, p.125).

وقد يتطور الاكتئاب ليشكل حالة مرضية، بحيث يصبح أكثر حدة ويدوم لفترات طويلة، الأمر الذي يعيق الفرد عن مزاولته نشاطه المعتاد، وتمتاز الأعراض المصاحبة له بالشدة، وفي مثل هذه الحالة غالباً ما تكون أسبابه واضحة. وبشكل عام فإن الأعراض الناتجة عن الاكتئاب تتمثل في اليأس والتشاؤم والأرق والشعور بالذنب وفقدان الشهية والقلق والبكاء المتكرر وانعدام الثقة بالذات والانطوائية (عبد الستار، ١٩٩٨، ص ٨٧؛ Costing & Draguns, 1989, p.82).

وينطلق بك Beck في تفسيره للاكتئاب من وجهة نظر معرفية، علماً بأنه كان تحليلياً في بداية معالجته للحالات التي تعاني من اكتئاب، إلا أنه ترك الأسلوب التحليلي بسبب عدم اقتناعه بالنتائج ووجه اهتمامه نحو العمليات العقلية الواعية أكثر من اللاواعية (Gelder, 1985, p.20) وقد وضع نموذج المعرفة حول الأفكار اللاعقلانية من خلال الملاحظات العيادية المنظمة ومن خلال الملاحظات التجريبية (Beck & Emery, 1979, p.76).

أما الاغتراب فيشير إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية للانتشار أو للضغط أو للانهياب، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع. من هذا المنطلق فإن حالات الاضطراب النفسي أو التناقضات تشكل صورة من صور الأزمة

الاغترابية التي تعترض الشخصية (علي وطفة، ١٩٩٨، ص ص ٢٤١-٢٨٠). وقد تعترى المغترب لحظات حالكة السواد في غربته فيلجأ لعملية التنفيس الذاتي بالبكاء والانطواء وفقدان الشهية وعدم الاهتمام بما حوله، وكل هذه أعراض لمرض الاكتئاب (عزت الطويل، ١٩٨٥، ص ١٨٧).

ولم يعد الاغتراب قاصراً على مجرد الشعور بالعجز، ولكنه يرتبط بعدة عوامل ويختلف من ثقافة إلى أخرى، وينظر إليه على أنه يحتاج إلى العديد من القوى اللا شخصية (اللا فردية) في بناء المجتمع، حيث تبرز هوية الذات Self identity، وتتأثر بهذه القوى إيجاباً أو سلباً طبقاً لطبيعة هذه القوى، وفي حالة التأثير السلبي يحدث نوع من التناقض بين مشاعر الفرد، وبالتالي التنشيط Fragmentation الذي يصاحبه العديد من المشاعر المؤلمة وفقدان الوعي بالذات، وفقدان سيطرة الفرد على أفعاله وسلوكه، والشعور بأن الحياة لا معنى لها (Schmitt, 1991 p.215).

ومن خلال الاستعانة بمفهوم الذات Self- Concept باعتباره يشير إلى البناء المعرفي المنظم من خبرات الفرد الذاتية؛ يمكن القول بأن الاغتراب يشير إلى أن العناصر المتضمنة في مفهوم الذات (ومن بينها المعتقدات والقيم) ليست متطابقة مع واقعية الذات (Mc David & Harri, 1974, p.63).

ومن الخصائص النفسية والاجتماعية المميزة للإنسان المغترب الثنائية الوجدانية Ambivalence، حيث ازدواج الوعي والاتجاهات والولاء المزدوج وافتقاد الانتماء والثقة بالنفس، والقلق الزائد بشأن المستقبل والشعور بالعزلة والوحدة والدونية والتسلطية والشعور بالعجز والتشاؤم (محمد الدسوقي، ١٩٩٧، ص ص ٥٤٥-٦٢١). فخبرات الفرد عما يريده ويتمناه، وما يحققه في الواقع الفعلي تؤثر على بنائه النفسي من حيث سلامته واضطرابه (Hebel, 1991, 102).

إن فالاغتراب موجود طالما كانت هناك فجوة بين الفرد والمجتمع، وكلما غاب المجال الذي تظهر فيه العلاقة المعبرة عن الذات، وما دام للفرد نزعة أو ميل للتفكير اللاعقلاني نتيجة للثقافة التي يعيش فيها وتلعب الأسرة والضغوط الاجتماعية دوراً في ذلك.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها

مما تقدم نستنتج إن التراث السيكولوجي يؤكد على الارتباط بين الوجدان والمعرفة، وبين كل من القلق والاكتئاب والفقر في المهارات الاجتماعية (الاغتراب). وإن التمييز على المستوى النظري بين القلق والاكتئاب كاضطرابين نفسيين مختلفين واضح إذ ينطوي كل منهما على مجموعة أعراض مميزة (Kremen, 1996 p.209-242) إلا أن هذا الفرق لم يكن واضحاً على المستوى التجريبي (Crowley & Emerson, 1996, p.139-146)، وبما أن التشويه المعرفي من السمات المميزة للاكتئاب والقلق وفقاً لنظرية بك، فهل نتوقع وجود علاقة دالة بين الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة كلية التربية جامعة السلطان قابوس وكل من الاضطرابات النفسية (سمة القلق وقلق الاختبار والاكتئاب والاغتراب)، باعتبار أن هذه الأفكار تمثل نوعاً من التشويه المعرفي، بالإضافة إلى إن هذه الاضطرابات النفسية تحتاج في كثير من الأحيان إلى تضافر جهود وخبرات الكثيرين ممن لهم علاقة بالفرد من أقرباء وأصدقاء وزملاء ومدرسين ومختصين، وبما أن الباحثان يعملان في التدريس الجامعي، في قسم علم النفس، فقد لاحظا بنفسهما وجود الأعراض النفسية لدى بعض الطلبة المترددين إلى القسم الذي يعمل به والتي تبدو في: الاكتئاب، القلق، قلق الاختبار، الاغتراب، ... الخ.

- وأراء ذلك أنبثق موضوع الدراسة الحالية، للنتبؤ بحدوث هذه الاضطرابات الانفعالية من خلال الأفكار اللاعقلانية التي تنص عليها نظرية العلاج العقلي الانفعالي لـ (إليس)، كما تتمثل المشكلة في محاولة البحث عن إجابة التساؤلات الآتية:
- (١) ما درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية عند الطلبة؟.
 - (٢) هل تختلف درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة كلية التربية باختلاف الجنس؟.
 - (٣) هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين الأفكار اللاعقلانية، وكل من الاكتئاب وقلق الاختبار وسمة القلق والاغتراب؟.
 - (٤) هل يمكن التنبؤ بحدوث المتغيرات الانفعالية (الاكتئاب والقلق الظاهري وقلق الاختبار والاغتراب) من خلال الأفكار اللاعقلانية كما تنص عليه النظريات والدراسات المختلفة.

أهمية الدراسة

يختلف المتعلمون عن بعضهم البعض، في أفكارهم وطرق تفكيرهم، لذلك فإن البحث في الأفكار اللاعقلانية عند المتعلم والتعرف على آثارها يُعد مهماً لما لهذه الأفكار من تأثير على سوء التكيف والاضطراب الذي يصيب حياتهم، وهذا ما أكد عليه (إليس) من خلال نظرية العلاج العقلي والانفعالي، إذ قال "إن الإنسان هو كائن عقلائي ولا عقلائي في آن واحد لذلك فهو عندما يفكر ويتصرف على نحو عقلائي سيكون سعيداً أو فعلاً، أما عندما يفكر ويتصرف على نحو لا عقلائي، فإن النتيجة تكون الشعور بالقلق والاكتئاب والاضطراب النفسي" (سليمان الريحاني، ١٩٨٧، ص ٧٨-٧٩)، لذلك فإن البحث في الأفكار اللاعقلانية والعلاقة التي تربط هذه الأفكار بكل من الاكتئاب والقلق الظاهري وقلق الاختبار والاعتراب، يُعد امتداداً للدراسات العديدة السابقة التي أجريت وحاولت التعرف على العلاقة التي تربط هذه الأفكار بالمتغيرات المختلفة التي تؤثر في شخصية الفرد، كما يستمد هذا البحث أهميته من الندرة النسبية للدراسات في مجال البحث لمثل هذه المتغيرات في علاقتها مع بعضها البعض على عينة عُمانية من طلبة الجامعة أو غيرها، على الرغم من انتشار بعض الأفكار اللاعقلانية واللامنطقية لدى البعض من المجتمع العماني وتدعيم الأمثال الشعبية لها كجزء من المعايير الاجتماعية، وكذلك خطورتها على السلوك والشخصية وخاصة ما تتصف به من الثبات النسبي لفترة طويلة قد تصل إلى مرحلة الرشد وربما إلى أبعد من ذلك، وبالإضافة إلى ذلك قد تكتسب الدراسة أهميتها من مساهمتها في دراسة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاعتراب لندرتها في المجال العربي، والاستفادة من نتائج هذه الدراسة في الوقاية والعلاج من الاضطرابات النفسية التي أشارت إليها هذه الدراسة ضمن أهدافها.

المصطلحات والمفاهيم الإجرائية

- **الأفكار اللاعقلانية:** رموز لفظية ذاتية تشمل عبارات هازمة للذات حددها أليس في إحدى عشرة فكرة وأضاف إليها الريحاني فكرتين خاصتين بالمجتمع الأردني تؤكد من وجودها في البيئة العمانية في الدراسة الحالية، وتقاس من خلال اختبار الأفكار العقلانية - اللاعقلانية الذي أعده للبيئة العربية (سليمان الريحاني، ١٩٨٥، ص ٧٧-١٠٥).

- **الأفكار العقلانية:** رموز لفظية ذاتية تهاجم العبارات الهازمة للذات وتعمل على إعادة تنظيمها عند الفرد وتقاس من خلال اختبار الأفكار العقلانية - اللاعقلانية الذي أعده للبيئة العربية (سليمان الريحاني، ١٩٨٥، ص ٧٧-١٠٥).

- **الاكتئاب:** اضطراباً نفسياً يظهر على شكل نوبات عصابية تتمثل في استجابات انفعالية تثيرها خبرة مؤلمة: كالفشل في علاقة، أو خيبة أمل، أو فقدان عزيز أو شيء مهم، أو وفاة شخص، أو وجود مشكلات يعاني منها. وعادة ما يحدث لفترات قصيرة قد لاتزيد عن أسبوعين، وفي أغلب الأحيان يكون مرتبطاً بالموقف الذي أثاره (Beck, Steer & Brown, 1996) وقد حدد الاكتئاب في هذه الدراسة وفقاً لهذا التعريف وهو نفسه الذي وضعه بك في قائمه الاكتئاب والتي أعدت للبيئة العربية من قبل (غريب عبد الفتاح، ١٩٨٥، ص ٢).
- **قلق الاختبار:** الحالة التي يصل إليها الطالب نتيجة الزيادة في درجة التوتر أو الخوف في أداء الاختبار وما يصاحب هذه الحالة من اضطرابات لديه في النواحي العاطفية والمعرفية والفيسيولوجية فضلاً عن التمرکز السلبى للمعرفة المضطربة وذلك نتيجة خدمتهم السابقة التي تؤثر على انتباههم وتتداخل مع تركيزهم أثناء الامتحان، والتي حددت في هذه الدراسة وفقاً لقائمة الاختبار التي أعدها (نبيل عبدالزهار ودنيس هوسفر، ١٩٨٥، ص ٢).
- **سمة القلق:** صفة شخصية ملازمة تعكس الفروق الفردية في ردود الأفعال نحو مواقف التوتر، وتنشأ من صراعات الدوافع وكبت الرغبات، والكف، والتحكم الوالدي وكبت الأنا، وقد حددت في الدراسة الحالية في ضوء درجات الطلبة الذين حصلوا على درجات عالية في سمة القلق على الاختبار الذي أعده للبيئة العربية (عبد الرقيب البحيري، ١٩٨٤، ص ٣).
- **الاغتراب:** حالة نفسية تعكس الحرمان من حياة عاطفية مرضية، الشكوك والحساسية. والقلق والشعور بعدم تقبول لدى الآخرين، والإحساس بعدم السيطرة على أحداث الحياة، ومشكلات مع الآخرين والعزلة، مع احتمال وجود أفكار شاذة غير عادية، كما حددت بمقياس الغربة في اختبار المسح السيكولوجي لـ (ريتشارد لينون) والذي قننه للبيئة الكويتية (طه أمير وحسن يحيى، ١٩٨٩، ص ١١).

الدراسات السابقة

تعددت الدراسات السابقة التي بحثت طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وبعض المتغيرات الانفعالية، حيث اشتملت على عينات مختلفة من الأفراد العاديين،

واستخدمت مقاييس مختلفة للأفكار اللاعقلانية والاضطرابات الانفعالية ، ومن الدراسات التي أجريت لمعرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاكنتاب في مرحلة المراهقة على عينة من (٤٢٠) طالباً وطالبة من المدارس الأساسية والثانوية، دراسة (Marcotte , 1996 : pp. 935-945) وقد توصلت إلى عدة نتائج من أهمها: تزداد الأعراض الإكتئابية من بداية مرحلة المراهقة حتى نهايتها، إن الإناث أظهرن مستوى مرتفعاً من الاكنتاب بينما الذكور يصبحون أقل اكتئاباً مع دخولهم مرحلة المراهقة، عدم وجود استقرار في الدرجات الكلية للأفكار اللاعقلانية. وفي دراسة أخرى تحمل نفس الهدف ولكن على عينة من الراشدين من طلبة البكالوريوس والدراسات العليا قام بها هاي سلب وآخرون (Hayslip, et al., ١٩٩٤ : pp 307-327) وقد اشتملت العينة على (١١٨) طالباً من مرحلة الرشد المبكر، (١٠٧) طالباً في مرحلة الرشد المتأخر، وقد توصلت إلى عدة نتائج من أهمها: توجد علاقة ارتباطية دالة بين فكرتي توقع الكوارث (التحكم الخارجي) والاعتمادية وبين المظاهر المعرفية والوجدانية للاكنتاب في الرشد المبكر، أما في مرحلة الرشد المتأخر فقد كانت فكرة الاعتمادية هي الفكرة الوحيدة التي ارتبطت بالأعراض الجسمية والوجدانية للاكنتاب. ولمعرفة فاعلية برنامج إرشادي لخفض الاكنتاب عن طريق مراجعة الأفكار اللاعقلانية، أجرت (ندى أديب الطيب ١٩٩٥ : ص ص (ب،ج) دراسة على عينة من (٥٠) طالبة حصلن على أعلى الدرجات على اختبار بك للاكنتاب وتم توزيع أفراد العينة على (٤) مجموعات تجريبية ومجموعة ضابطة، وقد خضعت الطالبات لبرنامج إرشادي جمعي يتعلق بمراجعة الأفكار اللامنطقية لديهن وبواقع مرتين أسبوعياً ولمدة (٨) أسابيع وبمعدل (٤٥) دقيقة لكل لقاء، وقد أظهرت النتائج أن الطالبات أظهرن تحسناً ملحوظاً من حيث انخفاض الاكنتاب وذلك بمقارنتهن بالمجموعة الضابطة. وبهدف التعرف على الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاكنتاب لدى طلبة الجامعة الأردنية، أجرى (سليمان الريحاني ونزيه حمدي وصابر أبو طالب ١٩٨٩ : ص ص ٣٦-٥٦) وقد بلغت عينة الدراسة (٥٥٩) طالباً وطالبة، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الأفراد المكتئبين على الدرجة الكلية لاختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية .

ومن الدراسات التي أجريت لمعرفة تأثير العلاج العقلي الانفعالي في خفض قلق الاختبار لدى طلبة الكلية ، أجرى (Wine, 1983) دراسة تم بها تقسيم الطلبة إلى مجموعتين ، تلقت المجموعة الأولى معالجة عقلانية انفعالية لمدة ست ساعات وتخللها استبصار بالأفكار اللاعقلانية والنمذجة وتكرار الجمل الذاتية العقلانية، أما المجموعة الثانية فقد تلقت علاجاً عقلانياً انفعالياً واستبصاراً بأفكارهم اللاعقلانية دون إعطاء بدائل

عقلانية، وأظهرت النتائج أن المعالجة التي تلقفتها المجموعة الأولى كانت أكثر فعالية في خفض قلق الامتحان من المعالجة للمجموعة الثانية: (Gilliland, et. al, 1984 :p126) وفي نفس المنحى ولكن لإيجاد العلاقة بين قلق الاختبار والأفكار اللاعقلانية واللاعقلانية لدى عينة تكونت من (٢٩٢) طالباً وطالبة من طلبة الثانوية العامة في أريد، أجرى (عدنان فرح وعدنان غوم ونصر العلي، ١٩٩٣: ص ص ٢٦-٣٢) دراسة استخدم بها مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية الذي أعده الريحاني، بالإضافة إلى مقياس سوين لقياس قلق الاختبار، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات قلق الاختبار بين الطلبة ذوي الأفكار العقلانية والطلبة ذوي الأفكار اللاعقلانية.

ولمعرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من حالة القلق وسمة القلق، أجرى (محمد السيد عبد الرحمن ١٩٩٤: ص ص ٤٣٥-٤٧٢) دراسة أجريت على عينة قوامها (٤٢٨) طالباً من المراحل الابتدائية والإعدادية والثانوية وتوصلت إلى النتائج الآتية: تنبئ بعض الأفكار اللاعقلانية بكل من حالة وسمة القلق وإن اختلفت الأفكار المنبئة من مرحلة لأخرى، توجد فروق دالة لصالح الذكور في فكريتي توقع الكوارث - والانزعاج لمشاكل الآخرين فقط، يوجد تأثير دال إحصائياً لتفاعل عاملي السن والجنس في فكرة القلق الزائد فقط.

ومن الدراسات التي أجريت بهدف التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية، وكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب على عينة من طلبة المرحلتين الثانوية والجامعة بلغت (٢١٧) طالباً وطالبة، دراسة (عبد المنعم حسيب، ٢٠٠٠: ص ص ٤٣-٧٣٧) واستخدم بها مقياس السيد عبد الرحمن ومعتز سيد عبد الله ١٩٩٤ لمعرفة الأفكار اللاعقلانية واختبار الوحدة النفسية ترجمة الباحث نفسه وإعداده، وقد 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، وهناك تأثير دال إحصائياً لعامل الجنس والاكتئاب والتفاعل بينهما على الأفكار اللاعقلانية. كما أجرى كل من (Erikson, Chairs & et. al., 1991: pp. 88-102) دراسة تحققت من مشكلات العميل التي تنتج من التفكير اللاعقلاني عموماً أو من أفكار لا عقلانية معينة، وقد أجريت الدراسة على عينة من طلبة المدارس العليا بلغ حجمها (٩٥) طالباً طبقت عليهم مقاييس الأفكار اللاعقلانية وتقدير الذات والاكتئاب والقلق والعصابية والانبساط، وقد توصلت

إلى عدة نتائج من أهمها (طلب الاستحسان والقلق الزائد من الأفكار اللاعقلانية المنبئة بانخفاض مستوى تقدير الذات، تنبئ بعض الأفكار اللاعقلانية بالمشكلات المختلفة للعميل والتي تشمل انخفاض مستوى تقدير الذات والاكتئاب والقلق والعصابية). كما أجرى (Wright & Cough, 1984: pp.160-171) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية عند إليس وكل من الحساسية والاكتئاب والقلق والعصابية، وقد أجريت الدراسة على (٦٠٠) طالباً جامعياً وقد توصلت إلى عدة نتائج من أهمها توجد علاقة دالة إحصائياً بين ست من الأفكار اللاعقلانية وكل من القلق والعصابية والاكتئاب. وفي دراسة أخرى أجراها (Mckibben, 1995 : p. 3319) هدفت معرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من الاكتئاب والقلق وردود الأفعال اليائسة والتجنب والانعزال، على عينة تكونت من (٢٦٨) شخصاً من الطلاب وغير الطلاب، توصلت إلى وجود علاقة بين ست أفكار لا عقلانية مع كل من الاكتئاب والقلق والانعزال والتجنب واليأس.

تحليل الدراسات السابقة

يتضح من عرض الدراسات السابقة ما يلي:

- (١) ندرت الدراسات العربية التي تناولت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية، والاعتراب في حدود علم الباحثين، ولكن هناك دراسة واحدة تناولت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والشعور بالوحدة النفسية وهي دراسة (حسيب، ٢٠٠٠).
- (٢) الدراسات التي تناولت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من الاكتئاب وسمة القلق وقلق الاختبار كشفت عن إيجاد علاقة بين بعض هذه الأفكار والمتغيرات التابعة السابقة الذكر.
- (٣) الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في الأفكار اللاعقلانية محدودة، ومعارضة النتائج فقد أكدت دراسة (حسيب، ٢٠٠٠؛ السيد وعبد الله، ١٩٩٨، Hoglund & Collison, 1984) عن غياب الفروق الدالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية، بينما كشفت دراسة (Marcotte, 1996) عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في الأفكار اللاعقلانية.
- (٤) لا توجد دراسة من بين الدراسات السابقة تناولت إمكانية التنبؤ في (الاكتئاب والقلق العصابي وقلق الاختبار والاعتراب). من خلال الأفكار اللاعقلانية.

إجراءات الدراسة أولاً: العينة

اشتملت الدراسة على عينة بلغ عددها (٢٠٤) طالباً وطالبة بكلية التربية جامعة السلطان قابوس، تم اختيارهم عشوائياً طبقاً من أقسام اللغة العربية والإنجليزية والكيمياء والرياضيات الفصل الدراسي (٨،٧) بكلية التربية جامعة السلطان قابوس عام ٢٠٠٢/٢٠٠١م وبواقع (١٠٢ ، طالبة، ١٠٢ طالب) حيث شكلت العينة ما نسبته ٤٧,٦ % من مجتمع الأقسام الثلاثة لهذين الفصلين البالغ عددهم (٤٣١) طالبا وطالبة. وتوزع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي بنسب ٣٨,٢% للفصل السابع و ٦١,٨% للفصل الثامن . وكان ٣٠,٩% منهم من التخصصات العلمية و ٦٩,١% للتخصصات الإنسانية . ويبين الجدول (١) توزيع أفراد العينة حسب التخصص والجنس والمستوى الدراسي .

جدول (١)

توزيع أفراد العينة حسب التخصص والجنس والمستوى الدراسي

المجموع	الفصل الثامن		الفصل السابع		الأقسام
	إناث	ذكور	إناث	ذكور	
٣٧	١٧	٧	٨	٥	لغة عربية
١٠٤	٢٩	٣٥	٢٠	٢٠	لغة إنجليزية
٦٣	١٨	٢٠	١٠	١٥	رياضيات وكيمياء
٢٠٤	٦٤	٦٢	٣٨	٤٠	المجموع

ثانياً: الأدوات

استخدم في جميع بيانات البحث خمسة مقاييس وهي:

(١) اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية:

استخدم الباحثان هذا المقياس بهدف التعرف إلى الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية لدى أفراد العينة، ويتكون الاختبار الذي قام بتطويره الربحاني (١٩٨٥) من (٥٢) فقرة تعبر عن إحدى عشرة فكرة لا عقلانية هي الأفكار اللاعقلانية التي اقترحها (Albert Ellis) في نظرية العلاج

العقلاني الانفعالي، بالإضافة إلى فكرتين أضافهما الريحاني (الفكرة الثانية عشرة والفكرة الثالثة عشرة)، واعتبرتاً خاصيتين بالمجتمع العربي، وتكون الإجابة عن فقرات المقياس بـ "نعم" عند قبول الفقرة، والتي تمثل قبولاً للفكرة اللاعقلانية، وتعطي هذه الإجابة علامتين، أو بـ "لا" عند رفض الفقرة والتي تمثل رفضاً للفكرة اللاعقلانية، وتعطي هذه الإجابة علامة واحدة، وبذلك تكون الدرجة العليا التي يمكن أن يحصل عليها المفحوص على كل بعد من أبعاد المقياس الثلاثة عشر هي ثماني درجات وهي تمثل درجة عالية من التفكير اللاعقلاني، أما الدرجة الدنيا فهي أربع درجات وهي قيمة تعبر عن درجة عالية من التفكير العقلاني. أما الدرجات التي يمكن الحصول عليها على الاختبار ككل فهي (١٠٤) درجات في حدّها الأعلى وتعبر عن قبول المفحوص لجميع الأفكار اللاعقلانية التي يمثلها الاختبار (٥٢) درجة في حدّها الأدنى، وتعبر عن رفض المفحوص لجميع الأفكار اللاعقلانية التي يمثلها الاختبار (الريحاني، ١٩٨٧)، وفيما يلي الأفكار اللاعقلانية الثلاثة عشرة التي يقيسها هذا الاختبار:

- ١- من الضروري أن يكون الشخص محبوباً أو مرضياً عنه من كل المحيطين به، وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٤٠،٢٧،١٤١).
- ٢- يجب أن يكون الفرد على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة وأن ينجز ما يمكن أن يُعد نفسه بسببه ذا قيمة وأهمية، وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٤١،٢٨،١٥،٢).
- ٣- بعض الناس شر وأذى وعلى درجة عالية من الخسة والجبن والندالة وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ، وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٤٢،٢٩،١٥،٣).
- ٤- إنه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد، وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٤٣،٣٠،١٧،٤).
- ٥- تعود أسباب المصائب والتعاسة إلى الظروف الخارجية والتي ليس للفرد سيطرة عليها. وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٤٤،٣١،١٨،٥).
- ٦- الأشياء الخطرة أو المخيفة هي أسباب الهم الكبير والانشغال الدائم للفكر، وينبغي أن يتوقعها الفرد دائماً وأن يكون على أهبة الاستعداد لمواجهةها والتعامل معها. وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٤٥،٣٢،١٩،٦).
- ٧- من الأسهل للفرد أن يتجنب بعض المسؤوليات وأن يتحاشى مواجهة الصعوبات وهذه تتمثل بالفقرات رقم (٤٦،٣٣،٢٠،٧).

- ٨- يجب أن يعتمد الشخص على الآخرين ويجب أن يكون هناك شخص أقوى منه لكي يعتمد عليه. وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٤٧،٣٤،٢١،٨).
- ٩- الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك الحاضر، والمؤثرات الماضية لا يمكن استئصالها. وهذه الفكرة تتمثل بالفقرات رقم (٤٨،٣٥،٢٢،٩).
- ١٠- ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات. وهذه الفكرة تتمثل بالفقرات رقم (٤٩،٣٦،٢٣،١٠).
- ١١- هناك دائماً حل لكل مشكلة وهذا الحل يجب التوصل إليه وإلا فإن النتائج ستكون خطيرة، وهذه الفكرة تتمثل بالفقرات رقم (٥٠،٣٧،٢٤،١١).
- ١٢- ينبغي أن يتسم الشخص بالرسمية والجدية في تعامله مع الآخرين حتى تكون له قيمة أو مكانة محترمة بين الناس، وهذه الفكرة ترتبط بالفقرات رقم (٥١،٣٨،٢٥،١٢).
- ١٣- لا شك في أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة. وتتمثل هذه الفكرة بالفقرات رقم (٥٢،٣٩،٢٦،١٣).

صدق الاختبار

قام الريحاني باستخراج دلالة الصدق المنطقي للاختبار عن طريق استخدام أسلوب التحكم وذلك باتفاق ٩٠% من المختصين في علم النفس والإرشاد. كما وجد أن الاختبار يتصف بدلالات صدق تجريبية تمثلت في قدرة الاختبار على التمييز بين الأسوياء والعصابين، دلت نتائج تحليل التباين على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بمستوى (٠,٠٠٠١) بين متوسط الأسوياء ومتوسط العصابين على الدرجة الكلية للاختبار. أما بالنسبة للصدق العملي فقد تمثلت بنتائج التحليل العملي لأبعاد الاختبار، وقد أمكن إستخلاص أربعة عوامل فسرت معظم تباين أجزاء الاختبار (٠,٥٥) (الريحاني، ١٩٨٧). وفي الدراسة الحالية تم استخراج عن طريق عرضه على (٦) محكمين من أساتذة علم النفس، وقد حصل على نسبة اتفاق ١٠٠% بما فيها الفقرات التي أضافها الريحاني إلى الاختبار الأصلي.

ثبات الاختبار

فيما يتعلق بثبات الاختبار فقد تم استخراج معامل الثبات بطريقة الاختبار وإعادةه حيث تراوحت قيمة معاملات الثبات لأبعاد الاختبار الثلاثة عشر ما بين (٠,٤٥) و (٠,٨٣) وبمتوسط قدره (٠,٧٠)، كما حسب معامل ثبات الاختبار على

أساس الدرجة الكلية وبلغ (٠,٨٥)، كذلك تم حساب معاملات الثبات بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ - ألفا، وتم الحصول على معاملات ثبات لأبعاد الاختبار تراوحت قيمتها بين (٠,٥٤) و (٠,٩١)، وبمتوسط بلغت قيمته (٠,٧٩)، كما بلغت قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية على الاختبار (٠,٩٢)، وهي قيمة تدل على ثبات الاختبار (الريحاني، ١٩٨٧). وفي الدراسة الحالية حسب ثبات الاتساق الداخلي للدرجة الكلية حيث بلغت قيمة كرونباخ ألفا ٠,٥٢ وهي قيمة دالة إحصائياً.

(٢) اختبار (بك) للاكتئاب (خ د):

هذا الاختبار أعد صورته العربية (عبدالفتاح غريب: ١٩٨٥)، ويزود هذا المقياس الباحث أو المعالج والطبيب النفسي بتقدير سريع وصادق لمستوى الاكتئاب وعمقه لدى المفحوص، ويتألف هذا الاختبار في صورته الحالية من (١٣) مجموعة من العبارات هي: (الحزن، التشاؤم، الشعور بالفشل، عدم الرضا، الشعور بالذنب، عدم حب الذات، إيذاء الذات، الانسحاب الاجتماعي، التردد، تغيير صورة الذات، صعوبة العمل، التعب، فقدان الشهية).

وتتضمن كل مجموعة أربع عبارات متدرجة من (صفر-٣)، ولتصحيح المقياس يتم جمع الدرجات التي يحصل عليها في المجموعات الثلاث عشرة لتصل إلى الدرجة الكلية. وتتراوح الدرجات على الاختبار من درجة (صفر) التي تمثل عدم وجود اكتئاب تقريباً إلى درجة (٣٩) وهي الحد الأقصى الذي يمكن أن نصل إليه باستخدام المقياس، وهي تشير إلى شدة الاكتئاب. وبالنسبة لمعايير الاختبار، فإن هذا الاختبار لا يتبع فيه أسلوب المعايير التقليدية وتحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية، وإنما أسلوب الدرجات الفاصلة، وهو الأسلوب المتبع لتقدير وجود الاكتئاب من عدمه، وشدة الاكتئاب وعمقه.

صدق الاختبار

اعتمد الباحثان على الصدق الذي أعده "غريب" والذي اعتمد فيه على الصدق الإمبريقي التلازمي، حيث وجد ارتباطاً بين درجات (٤٣) شخصاً على اختبار (بك) للاكتئاب، ومقياس الاكتئاب لمقياس الشخصية المتعدد الأوجه (MMPI) (٠,٦٠).

وعلى الرغم من أن المقياس، قد تم استخراج صدقه من قبل معده، وكونه معداً للبيئة المصرية، قام الباحثان بعرضه على خمسة مختصين في القياس والتقويم وعلم النفس التربوي، للحكم على مدى مناسبة فقراته ووضوح لغته، وقد حصل على موافقة ٨٠% من المحكمين وقد عد هذا الاتفاق معياراً لقبوله.

ثبات الاختبار

سبق لمعد المقياس أن استخراج ثباته بطريقتين هما: التجزئة النصفية وقد بلغ معامل الارتباط (٠,٩٣)، وفي طريقة الاتساق الداخلي، وتبين أن جميع فقرات الاختبار ترتبط ارتباطاً موجباً ودالاً إحصائياً مع الدرجة الكلية للاختبار. وفي الدراسة الحالية استخرج ثباته بطريقة التجزئة النصفية، وذلك بسحب (٤٠) استمارة بصورة عشوائية من إجابات الطلبة على الاختبار. وقبل استخراج الثبات أراد الباحثان أن يتأكدوا مما إذا كان يوجد اختلاف بين تباين النصفين باستخدام معادلة النسبة الثانية (T-ratio) (Raouf: 1981, p.71). وذلك لبيان ما إذا كان بالإمكان استخدام معادلة (سبيرمان/ براون) لتصحيح الاختبار للحصول على الثبات الكلي أو معادلة جتمان. وظهر أنه لا يوجد اختلاف في تباين النصفين حيث كان مستوى دلالة الفروق (٠,٠٥)؛ لذلك تم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان / براون. وقد تبين أن معامل الثبات (٠,٨٠)، وهو معامل ثبات مقبول مقارنة بالميزان العام لتقويم دلالة معامل الارتباط (جابر وخيري، ١٩٧٣).

(٣) اختبار حالة وسمة القلق للكبار:

ضع هذا الاختبار في الأصل من قبل (شارلز د. سيلبرجر، ريتشارد ل. جورش، روبرت ي. لوشين)، وأعدده للبيئة العربية (عبدالرقيب أحمد البحيري: ١٩٨٤). ويشمل على مقياسين منفصلين يعتمدان على أسلوب التقدير الذاتي، وذلك لقياس مفهومين منفصلين للقلق: الأول (حالة القلق (State Anxiety)، والثاني: (سمة القلق (Trait Anxiety). ويستخدم هذا الاختبار أداة بحثية لدراسة ظاهرة القلق لدى البالغين الأسوياء منهم والمرضى المصابين بأمراض نفسية عصبية أو عضوية، أو الذين ستجري لهم عمليات جراحية إلى آخر المواقف الضاغطة التي تثير في النفس البشرية مشاعر القلق.

وقد ميّر سبيلبرجر وآخرون بين مفهوم حالة القلق، ومفهوم سمة القلق، والاختبار يميز بين المفهومين، ويستخدم مفهوم سمة القلق أداة بحثية للتمييز بين الأفراد الذين يختلفون في استجاباتهم للضغوط النفسية بشكل ثابت نسبياً، والذين يكون لديهم قابلية أو تهيؤ للإصابة بالقلق. أما في حالة القلق فإنه يستخدم في العمل الكلينيكي كمؤشر حساس لتحديد مستوى القلق الدقيق باعتباره حالة شعورية يخبرها الفرد أو المريض في أثناء مواقف معينة، مثل مواقف التقويم أو مرور الوقت واختلاف المواقف التي يتعرض لها الفرد. ويطبق الاختبار فردياً وجماعياً، كما يمكن للفرد أن يطبقه على نفسه.

أما في البحث الحالي فقد استخدم اختبار (سمة القلق)، الذي يتكون من (٢٠) عبارة، ويجب المفحوصون عن كل عبارة من الاختبار بأسلوب التقدير الذاتي على متصل مكون من (٤) نقاط هي: ١- مطلقاً. ٢- أحياناً. ٣- غالباً. ٤- كثيراً؛ وهناك نوعان من العبارات، الأول: يشير التقدير المرتفع فيه إلى قلق عال، وتكون أوزان التدرج في هذا النوع كالآتي (١، ٢، ٣، ٤) أما الثاني: فيشير فيه التقدير المرتفع إلى قلق منخفض، ومن ثم تكون أوزان العبارات في هذا النوع معكوسة كالآتي (١، ٢، ٣، ٤) لاختبار تعليمات خاصة، ويستغرق الإجابة عنه (١٥) دقيقة، كما أن للاختبار مفتاح تصحيح ومعايير خاصة.

صدق الاختبار

حسب بطرق عديدة من أبرزها الصدق التلازمي مع اختبار كاتل (للقلق)، واختبار أيزنك للعصابية الصورة (ب). وتراوح معامل الصدق لعينة طلاب الجامعة لسمة القلق بين (٠,٥٠، ٠,٦٢)، وللطالبات لسمة القلق بين (٠,٦١، ٠,٧٠)، ولحالة القلق للطلاب بين (٠,٢٥، ٠,٣٨)، وللطالبات (٠,٢٣، ٠,٤٤).

وفي البحث الحالي تمت مراجعة الاختبار في البيئة العربية العمانية لتوضيح بعض الصياغات اللغوية التي تتناسب مع المفاهيم المحلية، ثم أستخرج بطريقة الصدق التلازمي، مع اختبار كاتل (للقلق)، وقد بلغ معامل الصدق لسمة القلق (٠,٥٩).

ثبات الاختبار

حسبه معده بعدة طرق منها: الاختبار وإعادة، وقد بلغ بالنسبة لطلاب الجامعة لسمة القلق (٠,٨١)، وللطالبات لسمة القلق (٠,٨٠)، واستخرج في البحث الحالي، بطريقة الاختبار إعادة الاختبار، وبفترة أسبوعين من تطبيقه الأول، وقد بلغ للطلاب (٠,٧٨) وللطالبات (٠,٨٢).

(٤) مقياس (الغربة):

صمم هذا المقياس من ضمن خمسة مقاييس تمثل اختبار المسح السيكولوجي الذي أعده ريتشارد لينون وقفنه على البيئة الكويتية (د. طه أمير، ود. حسن عيسى، ١٩٨٩)، ويتكون المقياس من (٢٠) فقرة تعبر عن الشعور بالعزلة والوحدة مع احتمال وجود أفكار شاذة غير عادية مع فترات من القلق والشعور بالحرمان من الحياة العاطفية والشعور بعدم السيطرة على أحداث الحياة، وأن الحصول على درجات مرتفعة على هذا المقياس تدل على قدر من التشابه بين المستجيب والمرضى النفسيين. وقد تم استخراج صدقه من خلال مقارنته بين العينة المعيارية وعينة من المرضى العقلين ونزلاء السجون وآخرين يعكسون أفضل صورة عن ذواتهم، وقد لوحظ أن هذه العينات تزيد عن متوسط درجات عينة التقنين المحلية بحوالي انحراف معياري واحد. أما في البحث الحالي فقد تم استخراجه من خلال عرضه على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس في قسم علم النفس/ جامعة السلطان قابوس، والذي حصل على موافقة ٨٠% على صلاحية استخدامه .

أما بالنسبة للثبات فقد حسب بطريقة إعادة التطبيق وبلغ ٠,٨٧ و بطريقة كودر- ريتشاردسون للاتساق الداخلي وقد بلغ ٠,٤٣، أما في البحث الحالي فقد استخرج عن طريق الاختبار وإعادة وقد بلغ ٠,٧٥.

(٥) قائمة قلق الاختبار:

أعد هذه القائمة (Spilberger, 1978)، وقام (نبيل الزهار ودينيس هوسفر، ١٩٨٥)، بنقلها وإعدادها للبيئة العربية، وقد تضمنت القائمة في صورتها المعربة (٢٠) فقرة يقابلها أربعة احتمالات للإجابة تعكس الشعور بالقلق، وأعطيت لها القيم (٤,٣,٢,١) على الترتيب ما عدا العبارة رقم (١) من القائمة نجد (نادراً) تمثل قلقاً عالياً و(دائماً) تشير إلى القلق المنخفض،

وقد تحقق من صدق القائمة بأربعة أساليب كما تحقق من ثباتها بثلاثة طرق، وفي الدراسة الحالية تم استخراج الصدق التجريبي إذا استطاعت القائمة التمييز بين فئتين من الطلبة ذوي القلق المرتفع وذوي القلق المنخفض؛ حيث كانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية أقل من (0,05)، كما بلغ معامل ثبات الاتساق الداخلي بطريقة كرونباخ ألفا (0,77).

ثالثاً: الأساليب الإحصائية:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية من الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss نظراً لملاءمتها لطبيعة البيانات وهي: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية اختبار "ت" (T. Test) للمقارنة بين المتوسطات تبعاً للجنس، اختبار (كا²) لمعرفة فيما إذا كان للجنسين أثر على انتشار الأفكار اللاعقلانية بين الطلبة، معامل الارتباط بطريقة بيرسون لاستخراج ثبات الاختبار بطريقة الإعادة بالإضافة لاستخراج العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والمتغيرات التابعة في هذه الدراسة، معامل الانحدار المتعدد لمعرفة أثر المتغيرات (الاكتئاب، القلق الظاهري، قلق الاختبار، الاغتراب)، على الأفكار اللاعقلانية.

نتائج البحث

فيما يلي عرض للنتائج التي تم التوصل إليها تبعاً لتسلسل أسئلة الدراسة:

أولاً: النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول (ما درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة كلية التربية؟):

للإجابة عن هذا السؤال، حسب التوزيع التكراري والنسب المئوية للطلبة الذين يمكن اعتبارهم لا عقلانيين من حيث موقفهم من كل بعد من أبعاد الاختبار الثلاثة عشر وهي الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية التي يشملها الاختبار والتي ذكرت في الإطار النظري، أما العلامة التي يحصل عليها الطالب المفحوص على كل بعد من أبعاد الاختبار الثلاثة عشر تتراوح بين (4) علامات في حدها الأدنى و(8) علامات في حدها الأعلى على أساس أنها تمثل متصلاً حده الأدنى يمثل العقلانية وحده الأعلى يمثل اللاعقلانية وقد عدت الدرجة الفرعية (7) معياراً يمثل موقفاً لا عقلانياً أو اتفاقاً مع الفكرة اللاعقلانية التي تعبر عنها تلك الدرجة على اعتبار أن هذه الدرجة (7) تمثل الإجابة بالموافقة على ثلاث فقرات من الفقرات الأربع التي تمثلها كل فكرة، أي ما يعادل 75% من الفقرات التي تمثل تلك الأفكار اللاعقلانية،

وعلى أساس هذا المعيار فقد حسبت الأعداد والنسب المئوية لأفراد العينة ممن حصلوا على الدرجة (٧) على الأقل وعلى كل الأفكار اللاعقلانية الثلاثة عشرة والتي يمثلها الاختبار. والجدول (١) بين تلك الأعداد والنسب المئوية.

جدول (٢)

الأعداد والنسب لأفراد العينة ممن اعتبروا لاعقلانيين والذين حصلوا على (٧) درجات فرعية

النسبة المئوية	العدد	الأفكار اللاعقلانية
٤٨,٥	٩٩	١
٢٦,٤٧	٥٤	٢
٣٦,٢٧	٧٤	٣
٣٠,٨٨	٦٣	٤
٣٣,٣٣	٦٨	٥
٢١,٥٧	٤٤	٦
١٦,١٧	٣٣	٧
١٠,٢٩	٢١	٨
٣٨,٣١	٧٧	٩
١٥,١٩	٢٦	١٠
٢٥,٤٩	٥٢	١١
٤١,٦٧	٨٥	١٢
٣١,٣٧	٦٤	١٣

يتضح من جدول (٢) أن النسب المئوية لجميع أفراد العينة ممن يتبنون أفكاراً لا عقلانية تتراوح ما بين (١٠,٢٩%) في حدّها الأدنى وذلك فيما يتعلق بالفكرة اللاعقلانية (٨) المتمثلة بأنه يجب أن يكون الشخص معتمداً على الآخرين، ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه، وبين (٤٨,٥%) في حدّها الأعلى وذلك فيما يتعلق بالفكرة اللاعقلانية (١) المتمثلة بأنه من الضروري أن يكون الشخص محبوباً أو مرضياً عنه من كل المحيطين به.

ويتضح من الجدول أيضاً أن سبعة من الأفكار اللاعقلانية قد زادت نسبة المتفقين معها عن (٣٠%) من أفراد العينة وهي نسبة عالية قد تدل على انتشار واضح للأفكار والمعتقدات اللاعقلانية بين عينة طلبة كلية التربية جامعة السلطان قابوس.

ومن أجل التعرف على الأفراد العقلانيين والأفراد اللاعقلانيين في عينة الدراسة من الذكور والإناث على اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية ككل، فقد حسبت الأعداد والنسب المئوية للطلبة الذين يمكن اعتبارهم لا عقلانيين من حيث موقفهم من المعتقدات اللاعقلانية التي يشملها الاختبار والذين حصلوا على (٧) درجات على الأقل على كل فكرة من الأفكار اللاعقلانية (ليس بشرط أن تكون من الأفكار التي حصلت على نسبة ٣٠% من أفراد العينة وإنما من جميع الأفكار)، ويوضح الجدول (٢) هذه الأعداد والنسب.

جدول (٣)

الأعداد والنسب المئوية لأفراد العينة ممن اعتبروا عقلانيين ولا عقلانيين على اختبار الأفكار اللاعقلانية ككل

نوع التفكير	العدد	النسبة المئوية
عقلاني	١٢٥	٦١%
لا عقلاني	٧٩	٣٩%
المجموع	٢٠٨	١٠٠%

يتضح من الجدول (٣) أن عدد الأفراد العقلانيين من عينة الدراسة الذين أجابوا عن الاختبار قد بلغ (١٢٥) طالب وطالبة بنسبة (٦١%) من أفراد العينة، بينما بلغ عدد الأفراد اللاعقلانيين (٧٩) طالباً وطالبة بنسبة (٣٩%) من أفراد العينة ، وتعد نسبة الأفراد اللاعقلانيين عالية وتدل على انتشار واضح للأفكار والمعتقدات اللاعقلانية بين عينة طلبة كلية التربية في جامعة السلطان قابوس.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

(هل تختلف درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة كلية التربية باختلاف الجنس؟)

من أجل التعرف على الأفراد اللاعقلانيين في عينة الدراسة من الذكور والإناث على اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية ككل، فقد حسبت الأعداد والنسب المئوية للطلبة الذين يمكن اعتبارهم لا عقلانيين من حيث موقفهم من الأفكار اللاعقلانية والذين حصلوا على (٧) درجات فما فوق على كل فكرة من الأفكار اللاعقلانية، كما حسبت قيمة (كا) لمعرفة فيما إذا كان للجنس أثر على انتشار الأفكار اللاعقلانية بين أفراد العينة، ويوضح الجدول (٤) الأعداد والنسب المئوية وقيمة (كا) للذكور والإناث ممن اعتبروا عقلانيين ولا عقلانيين على اختبار الأفكار اللاعقلانية باعتباره كلا واحداً.

جدول (٤)

أعداد أفراد العينة ممن اعتبروا عقلانيين ولا عقلانيين من الذكور والإناث على اختبار الأفكار اللاعقلانية ككل

كا ^٢	لا عقلاني	عقلاني	العدد الكلي	نوع التفكير
				الجنس
٠,٥٦٤	٣٧	٦٥	١٠٢	ذكور
	٤٢	٦٠	١٠٢	إناث
	٧٩	١٢٥	٢٠٤	المجموع

يتضح من الجدول (٤) أن قيمة (كا^٢) المحسوبة والتي تساوي (٠,٥٦٤) عند مقارنتها مع (كا^٢) الحرجة والتي تساوي (٣,٨٤) أنها ليست ذات دلالة إحصائية مما يدل على غياب العلاقة الدالة بين الجنس وانتشار الأفكار اللاعقلانية.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث:

(هل توجد علاقة بين درجة الأفكار اللاعقلانية مجتمعة وكل من الاكتئاب وسمة القلق، وقلق الاختبار والاعتراب عند طلبة كلية التربية؟)

ومن أجل الإجابة عن هذا السؤال فقد تم أولاً حساب معاملات الارتباط بين درجة الأفكار مجتمعة وبين الاكتئاب والقلق العام وقلق الاختبار والاعتراب عند طلبة كلية التربية، والجدول رقم (٥) الآتي يوضح ذلك.

جدول (٥)

يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للأفكار العقلانية والإكتئاب والقلق العام وقلق الاختبار والاعتراب

الأفكار اللاعقلانية	الاضطرابات الانفعالية
** ٠,٣٠١	الاكتئاب
** ٠,٢١٥	سمة القلق
** ٠,١٩١	قلق الاختبار
** ٠,١٨٧	الاعتراب

** ذات دلالة إحصائية عند مستوى $0,01 = **$

يتضح من جدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١ ، ٠,٠٥) مما يدل على وجود ارتباط موجب بين الأفكار اللاعقلانية وكل من الاكتئاب وسمة القلق وقلق الاختبار والاعتراب.

كما تم حساب معاملات الارتباط بين الأفكار اللاعقلانية الثلاث عشرة وبين متغيرات الاضطراب الانفعالي، والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين الأفكار اللاعقلانية الثلاث عشرة وبين الاكتئاب والقلق العام وقلق الاختبار والاعتراب عند طلبة كلية التربية

الاختراب	قلق الاختبار	سمة القلق	الاكتئاب	الفكرة اللاعقلانية
** ٠,٣٢٧	٠,١٠٢	** ٠,٢١٥	** ٠,٣٢١	١
** ٠,٢٥٣	** ٠,٣١٦	* ٠,١٤٨	** ٠,٢٢٩	٢
٠,٠٣٨	٠,٠٦٣	٠,٠٩٧	* ٠,١٥٨	٣
* ٠,١٦٦	* ٠,١٧٥	* ٠,١٦٥	** ٠,٢٧١	٤
* ٠,١٥٩	** ٠,٢١٢	٠,١٣٥	* ٠,١٧٨	٥
٠,٠٥١	٠,١١٢	٠,١٣٣	٠,٠٥٧	٦
٠,٠٩٣	* ٠,١٥١	٠,٠٧٥	٠,١٠٤	٧
٠,١١٤	٠,١٢١	٠,١١٩	٠,٠٧٣	٨
** ٠,٢١٦	** ٠,٣١٠	* ٠,١٤٣	** ٠,٢٦١	٩
* ٠,١٧٢	٠,٧٢	* ٠,١٣٩	* ٠,٢٢٩	١٠
٠,١١٥	٠,١٠١	٠,١١٢	٠,٠٦٧	١١
٠,٠٨١	٠,٠٥٣	٠,١١١	٠,١٢٨	١٢
٠,٠٦٩	٠,٠٩٣	٠,٠٩٥-	٠,١١٨	١٣

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط دال إحصائياً بين الفكرة اللاعقلانية رقم (١) المتمثلة: بأنه من الضروري أن يكون الشخص محبوباً و مقبولاً من كل فرد من أفراد بيئته، وبين الاكتئاب والقلق الصريح والاعتراب، كما يتضح من نفس الجدول وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين الفكرة اللاعقلانية رقم (٢) المتمثلة: بأنه يجب أن يكون الفرد على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة وأن ينجز ما يمكن أن يُعد نفسه بسببه ذا قيمة وأهمية وبين الاكتئاب وسمة القلق والاعتراب، كذلك يوجد ارتباط ذي دلالة إحصائية بين الفكرة العقلانية (٣) المتمثلة: بأن بعض الناس شر وأذى وعلى درجة عالية من الخسة والجبن والندالة وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ وبين الاكتئاب فقط. كما يتضح أيضاً وجود ارتباط دال إحصائياً بين الفكرة العقلانية (٤) المتمثلة: بأنه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد، وبين كل من الاكتئاب وسمة القلق وقلق الاختبار والاعتراب. وأيضاً يوجد ارتباط ذي دلالة إحصائية بين الفكرة (٥) المتمثلة: بأن تعاسة الفرد تنشأ عن ظروف خارجية لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم بها وبين الاكتئاب وقلق الاختبار والاعتراب. ويشير الجدول (٦) أيضاً إلى وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين الفكرة العقلانية (٧) المتمثلة: بأنه من السهل أن يتجنب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلاً من أن نواجهها وبين قلق الاختبار. كما يتضح أيضاً وجود ارتباط دال إحصائياً بين الفكرة العقلانية (٩) المتمثلة: بأن الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك الحاضر والمؤثرات الماضية لا يمكن استئصالها وبين الاكتئاب والقلق الصريح وقلق الاختبار والاعتراب كذلك يوجد ارتباط ذي دلالة إحصائية بين الفكرة العقلانية (١٠) المتمثلة: بأنه ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات وبين الاكتئاب والقلق الصريح والاعتراب. ويشير الجدول أيضاً إلى أن الأفكار اللاعقلانية (١٣،١٢،١١،٨،٦،٣) كان ارتباطها مع الاكتئاب والقلق الصريح وقلق الاختبار والاعتراب ضعيفاً وغير دال إحصائياً.

رابعاً: النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الخامس:

(هل يمكن التنبؤ بحدوث حالات الاكتئاب والقلق كسمة وقلق الاختبار والاعتراب من خلال انتشار الأفكار اللاعقلانية؟)

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام تحليل الانحدار المتدرج على اعتبار الأفكار اللاعقلانية كمتغير مستقل وكل من الاكتئاب، وسمة القلق، وقلق الاختبار

والاعتراب كمتغيرات تابعة وذلك على العينة الكلية بصرف النظر عن متغير الجنس . والجدول (٧) يلخص نتائج هذا السؤال.

جدول (٧)

يوضح الأفكار اللاعقلانية المنبئة بالاكنتاب لدى أفراد العينة

الفكرة اللاعقلانية المنبئة	R ²	نسبة R ² المساهمة	قيمة بيتا	B	القيمة الفائية	مستوى الدلالة
١	٠,١٠	٠,١٠	٠,٣٢	٠,٧٩	٢٢,٩٥	٠,٠١
٢	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٢٣	٠,٤٢	١٣,٠٢	٠,٠١
٤	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٢٧	٠,٦٩	٦,٦٥	٠,٠٥
٩	٠,٠٧	٠,٠٣	٠,٢٦	٠,٢٦	١٨,٨٢	٠,٠١

قيمة الثابت : ٨,١٩

يتضح من الجدول السابق إمكانية التنبؤ بالاكنتاب من خلال الأفكار اللاعقلانية الأربعة (٩,٤,٢,١)، ونسبة مساهمة إيجابية قدرها (٠,١٠ ، ٠,٠٤ ، ٠,٠٥ ، ٠,٠٣) على التوالي. ومن الممكن كتابة معادلة التنبؤ كما يلي:

$$\text{الاكنتاب} = ٨,١٩ + ٠,٧٩ (\text{الفكرة الأولى}) + ٠,٤٢ (\text{الفكرة الثانية}) + ٠,٦٩ (\text{الفكرة الرابعة}) + ٠,٢٦ (\text{الفكرة التاسعة})$$

جدول (٨)

يوضح الأفكار اللاعقلانية المنبئة بقلق الاختبار لدى أفراد العينة

الفكرة اللاعقلانية المنبئة	R ²	نسبة R ² المساهمة	قيمة بيتا	B	القيمة الفائية	مستوى الدلالة
٢	٠,١٠	٠,٠٨	٠,٣٢	٠,٦٦	٣٧,٠٣	٠,٠٠١
٥	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٢٢	٠,٩٨	٢١,٥	٠,٠١
٩	٠,١٠	٠,٠٩	٠,٣١	٠,٥١	٢٥,٤	٠,٠١

قيمة الثابت: ٣٣,٩١

يتضح من الجدول السابق أن فكرة (٢، ٥، ٩) تتبئ بحدوث القلق لأفراد العينة بنسبة مساهمة إيجابية قدرها (٠,٠٨، ٠,٠٤، ٠,٠٩) على التوالي، ومن الممكن كتابة معادلة التنبؤ كما يلي :

$$\text{قلق الاختبار} = ٣٣,٩١ + ٠,٦٦ (\text{الفكرة الثانية}) + ٠,٩٨ (\text{الفكرة الخامسة}) + ٠,٥١ (\text{الفكرة التاسعة})$$

جدول (٩)

يوضح الأفكار اللاعقلانية المنبئة بسمة القلق لدى أفراد العينة

الفكرة اللاعقلانية المنبئة	R ²	نسبة R ² المساهمة	قيمة بيتا	B	القيمة الفائية	مستوى الدلالة
١	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٢٢	١,٢	٣٠,٩٥	٠,٠١
٤	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,١٧	٠,٥٣	٢٤,١٢	٠,٠١
١٠	٠,٠٢	٠,٠١	٠,١٤	٠,٧٥	٤٤,٥	٠,٠٠١

قيمة الثابت ٣١,٦

يتضح من الجدول السابق ان فكرة (١، ٤، ١٠) تتبئ بحدوث قلق الاختبار لدى أفراد العينة بنسبة مساهمة إيجابية قدرها (٠,٠٤، ٠,٠٣، ٠,٠١) على التوالي. ومن الممكن كتابة معادلة التنبؤ كما يلي:

$$\text{سمة القلق} = ٣١,٦ + ١,٢ (\text{الفكرة الأولى}) + ٠,٥٣ (\text{الفكرة الرابعة}) + ٠,٧٥ (\text{الفكرة العاشرة})$$

جدول (١٠)

يوضح الأفكار اللاعقلانية المنبئة بالاغتراب لدى أفراد العينة

الفكرة اللاعقلانية المنبئة	R ²	نسبة R ² المساهمة	قيمة بيتا	B	القيمة الفائية	مستوى الدلالة
١	٠,١١	٠,١٠	٠,٣٣	٠,٥٧	٤١,٢٦	٠,٠٠١
٩	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٢٢	٠,٨١	٦٤,٥	٠,٠٠١

قيمة الثابت : ٣٢,١٢

يتضح من الجدول السابق أن فكرة (١، ٩) تنبئ بحدوث الاغتراب لدى أفراد العينة بنسبة مساهمة إيجابية قدرها (٠,١٠، ٠,٠٢) على التوالي. ومن الممكن كتابة معادلة التنبؤ كما يلي:

$$\text{الاعتراب} = ٣٢,١٢ + ٠,٥٧ (\text{الفكرة الأولى}) + ٠,٨١ (\text{الفكرة التاسعة})$$

مناقشة النتائج

اتضح من النتائج أن هناك نسبة عالية نسبياً من الأفكار اللاعقلانية في عينة الدراسة إذ تراوحت النسبة على كل بعد من أبعاد الاختبار الثلاثة عشرة ما بين ١٠,٢٩% في حدّها الأدنى و ٤٨,٥% في حدّها الأعلى. وأن (٧) من الأفكار اللاعقلانية قد زادت نسبة المتفقين معها عن (٣٠%) من أفراد العينة وهي نسبة عالية قد تدل على انتشار واضح للأفكار والمعتقدات اللاعقلانية بين طلبة كلية التربية، كما أظهرت النتائج أيضاً أن النسبة المئوية لأفراد العينة الذين تبنوا أفكاراً لا عقلانية بشكل منطرف والذين حصلوا على (٧) درجات فرعية على كل فكرة من الأفكار اللاعقلانية هي ٣٩% وهي نسبة عالية نسبياً. وتتفق هذه النتيجة مع النتائج التي توصل إليها (الريحاني، ١٩٨٥؛ ١٩٨٧؛ ١٩٨٧ب؛ Smith, 1984؛ Hoglund & Collison, 1989؛ الريحاني وأبو طالب، ١٩٨٩). ويمكن تفسير ارتفاع الدرجة في بعض الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة إلى افتقار الجامعة إلى برامج إرشادية أو علاجية لهؤلاء الطلبة، ومن ثم هذه الأفكار الخاطئة قد تثبت وترسخ بمرور الوقت، ومن ثم تصبح أكثر خطراً وتلعب دوراً واضحاً في حدوث الاضطراب النفسي ..

أما بالنسبة للنتائج التي كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير الجنس بالرغم من ارتفاع نسبة عدد أفراد العينة من الجنسين بالأفكار اللاعقلانية، يمكن تفسير ذلك إلى أن عينة الدراسة بنوعها (الذكور والإناث) قد يمرون بظروف متشابهة في درجة تأثيرهم بالأفكار اللاعقلانية، وقد يرجع ذلك إلى أن كلا الجنسين يستجيبون للمواقف الضاغطة بنفس الطريقة نظراً لتجانس العمر والبيئة الثقافية لأفراد هذه الدراسة، وقد يعود ذلك إلى التربية الخاطئة أو وسائل الإعلام، وتتفق هذه النتيجة مع النتائج التي توصل إليها (الريحاني، ١٩٨٧)، كما تتفق مع النتيجة التي توصل إليها (Houglund, 1989) التي كشفت عن غياب الفروق الهامة بين الجنسين. وعلى الرغم من عدم الفروق بين الجنسين على الأفكار اللاعقلانية مجتمعة إلى

أن الإناث تأثرن بشكل أكثر من الذكور، بالفكرة رقم (٥، ٦)، إذ أن الفكرة (٥) التي ترتبط بمظاهر القلق والإحباط والتي تتمثل في أن تعاسة الفرد تنشأ عن ظروف خارجية لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم بها، ويفسر (Wheeler & Nezick, 1995) هذا الاتجاه لدى الإناث برده إلى اعتمادهن على العلاقات الاجتماعية للتعامل مع الظروف الخارجية وتقلباتها وضغوطها لحاجتهن إلى الدعم الأسري والاجتماعي. وترتبط الفكرة رقم (٦) باللاعقلانية المرتبطة بالقلق والإحباط أيضاً وتتمثل في أن الأشياء المخيفة أو الخطرة تستدعي الاهتمام الكبير والانشغال الدائم في التفكير بها، وهذا يفهم في ضوء الشعور بالضعف والخوف والقلق الذي تبعثه التربية الأسرية في مجتمعنا عند الفتاة منذ نعومة أظافرهما. واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (حسيب ٢٠٠٠).

أما الفكرة اللاعقلانية التي تأثر بها الذكور أكثر من الإناث فكانت الفكرة رقم (١٣) وترتبط بالعلاقات الشخصية وتتمثل بأن مكانة الرجل لا شك أنها هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة، وهذا التمايز قد يفهم في ضوء الثقافة الاجتماعية العمانية والعربية التي تؤكد على مكانة الرجل أكثر مما تؤكد على مكانة المرأة في العديد من المواقف والمجالات الحياتية، إذ أن الثقافة في مجتمعنا ثقافة أبوية تعطي الرجل مكانة شبه مطلقة داخل بيته ويدعم ذلك ظروف الدخل والملكية التي غالباً ما تتمركز بيد الرجل، بالإضافة إلى العادات والتقاليد التي تعطي الرجل مكانة بارزة داخل الأسرة.

إما بالنسبة للعلاقة الدالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية وكل من الاكتئاب وسمة القلق وقلق الاختبار والاعتراب فإنها تدل على وجود ارتباط وبالتجاه الإيجابي بين الأفكار اللاعقلانية وهذه الاضطرابات الوجدانية، وهذا يعني أنه كلما زاد تبني الفرد للأفكار اللاعقلانية ازدادت اضطراباته الوجدانية والعكس صحيح.

وهذه النتيجة تتفق مع مجمل الدراسات السابقة التي عرضت ومنها دراسة (حسيب، ٢٠٠٠؛ Marcotte & Daine, 1996؛ Hayslip & at al, 1994؛ Erickson, Chairs, et al. 1991؛ الطيب، ١٩٩٠؛ الريحاني، ١٩٨٧؛ Wright & Mckibben, 1987؛ Cough, 1985) والتي أشارت نتائجها إلى أن العينة التي تتبني أفكاراً لا عقلانية ترتفع نسبة الاكتئاب لديها. ومما يؤكد ذلك هو العلاقة الدالة إحصائياً بين بعض الأفكار اللاعقلانية والاكتئاب مثل: فكرة (١٠،٩،٥،٤،٣،٢،١)، وبعض الأفكار والقلق وهي (٤،٢،١،١٠،٩)، والتي ترتبط باللاعقلانية المرتبطة بالقلق والإحباط والمثالية، والانعزال، والأحداث الماضية، الظروف الخارجية. ويمكن تفسير هذه النتيجة

في ضوء ما كشفت عنه الدراسات، إذ توصلت إلى أن نظام المعتقدات الخاص بالفرد هو المقرر الأساسي للاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق والعصاب والانعزال وعدم الثقة بالنفس والاعتقاد بعدم أهمية الفرد في الحياة وبدوره السلبي فيها، وبالتالي يظهر هذا الفرد من أنماط السلوك ما يدل على الاضطراب.

ومما يؤكد العلاقة كذلك ارتباط الأفكار ذوات الأرقام (٩،٧،٥،٤،٢) بقلق الاختبار، والمتعلقة بإيمان الفرد بأن يسعى دائماً لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال، ولا يستطيع أن يقبل نتائج تأتي على غير ما متوقع، ويفضل تجنب الصعوبات بدلاً من مواجهتها وإيمانه بأن الماضي يقرر سلوك الإنسان في الحاضر والمستقبل، واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Wine, 1983 ؛ عدنان وأخرون، و، ١٩٩٣).

ويؤكد العلاقة كذلك ارتباط الأفكار ذوات الأرقام (١٠،٩،٥،٤،٢،١) بالاغتراب والتي ترتبط بالإحباط والشعور بالعزلة، وعدم القبول من الآخرين، وتعود الفرد على المصائب والتعاسة، الحزن لما يصيب الفرد من مشكلات واضطرابات، واتفقت هذه النتيجة مع بعض نتائج دراسة (Mckibben 1990).

ويمكن تأكيد هذه العلاقة من خلال ما أظهرته نتائج معاملات الانحدار المتعدد الخطي المترج في الدراسة الحالية، إذ أن تنبئ الأفكار اللاعقلانية الأربعة وهي (٩،٤،٢،١) بالاكتئاب بنسبة مساهمة قدرها ٠،١٠، ٠،٠٥، ٠،٠٤، ٠،٠٣ على التوالي، أما الأفكار اللاعقلانية الثلاثة وهي (١٠،٤،١) فقد تنبأت بسمة القلق بنسبة مساهمة قدرها (٠،٠٤، ٠،٠٣، ٠،٠١) على التوالي، أما الأفكار اللاعقلانية الثلاثة وهي (٩،٥،٢) فقد تنبأت بقلق الاختبار بنسبة مساهمة قدرها ٠،٠٨، ٠،٠٤، ٠،٠٦ على التوالي، وتنبأت فكرتا : طلب الاستحسان وهي فكرة رقم (١) والشعور بالعجز بالاغتراب وهي الفكرة رقم (٢) بنسبة مساهمة قدرها ٠،١٠، ٠،٠٢ على التوالي.

كما تدعم النتائج بصفة خاصة افتراض العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاكتئاب، حيث إن هذه الأفكار تسيطر على نظام المعتقدات لدى الفرد وتؤدي إلى أن يفسر الشخص خبراته اليومية من خلالها. وتتفق مع النظرية المعرفية للاكتئاب عند بك الذي يربط بين المعرفة والاكتئاب حيث يؤكد على أن الاكتئاب، ينشأ نتيجة تفاعل بين المستويات الثلاثة للنشاط المعرفي، وهي: (الثالث السلبي): أي وجهة نظر الشخص السلبية المتشائمة نحو الذات، والبيئة الاجتماعية المحيطة، والمستقبل. و(التشويه المعرفي): أي استخدام

أساليب خاطئة مثل الاستدلال الخاطئ . وأخيراً (الأفكار السلبية الخاطئة) التي يكتسبها من خلال الأحداث والخبرات الحياتية السلبية التي تعرض لها . (Neal, 1998 ; comer, 1998) (Davidson & Hagga, 1996) وتدعم هذه النتائج كذلك الافتراضات الأساسية لنظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي لا لبرت إليس والذي يعتبر الأفكار اللاعقلانية التي يحملها الفرد مفتاح الاكتئاب .

وهذه النتائج تضيف دعماً للتفسير النظري الذي يقدمه (Ellis, 1977) لأسباب الاضطرابات النفسية، إذ يرى أن المسلمات الخاطئة والمعتقدات اللاعقلانية تكمن وراء العديد من هذه الاضطرابات، وقد تبدو منطقية في ضوء مشاعر القلق، والصورة السلبية للذات الناتجة عن سيطرة الأفكار اللاعقلانية البغيضة على تفكير الفرد، وخاصة مع تأكيد الاتجاه المعرفي عموماً سواء عند "إليس" أو "بك" على الارتباط الحميم بين الفكر والوجدان.

وبناء على هذه العلاقة بين المتغيرات الأربعة والأفكار اللاعقلانية، وانطلاقاً من أن الاضطرابات الوجدانية ما هي إلا نتاج للتشويه المعرفي والتفكير اللاعقلاني واللاتكيفي، فإنه يمكن التنبؤ بالاكتئاب والقلق والاعتراب من خلال بعض الأفكار اللاعقلانية التي حددها إليس في نظرية العلاج العقلي الانفعالي.

التوصيات والمقترحات

- في ضوء نتائج الدراسة الحالية يوصي الباحثان بما يلي:
- (١) التركيز على برامج إرشادية وقائية تهدف إلى تربية التفكير العقلاني والمنطقي بين الطلبة كجزء من برامج تربية الشخصية والصحة النفسية.
 - (٢) العمل على تطبيق النظرية العقلانية الانفعالية في الإرشاد وذلك من خلال التعرف على الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية واللامنطقية المسؤولة عن الاضطرابات النفسية، وإرشاد الطلبة الذين يتبنون مثل هذه الأفكار للطريقة المناسبة للتخلص منها.
 - (٣) إجراء دراسات مماثلة لهذه الدراسة مع استخدام أدوات قياس مقننة على البيئة العُمانية، وذلك نظراً لأهميتها في صقل التوجيه والإرشاد.

(٤) إجراء دراسات موازية لهذه الدراسة على شرائح اجتماعية مختلفة والخروج من عينة طلبة الجامعات إلى فئات اجتماعية أخرى، وضرورة تعديل الأمثال الشعبية التي تدعم مثل هذه الأفكار من خلال الحوار والإقناع العلمي.

المراجع

المراجع العربية

- إبراهيم عبد الستار (١٩٩٨). الاكتئاب: اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليبه علاجه، سلسلة عالم المعرفة ٢٣٩: ٨٥.
- إبراهيم عبد الستار (١٩٩٤). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث: أساليبه ومبادئ تطبيقه، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.
- سليمان الريحاني (١٩٨٥). تطوير اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية، مجلة دراسات، الجامعة الأردنية ١٢ (١١): ٧٧-١٠٥.
- سليمان الريحاني (١٩٨٧ أ). الأفكار اللاعقلانية عند طلبة الجامعة الأردنية، وعلاقة الجنس والتخصصات في التفكير اللاعقلاني، دراسات، ١٤ (٥): ١٠٣-١٢٤.
- سليمان الريحاني (١٩٨٧ ب). الأفكار اللاعقلانية عند الأردنيين والأمريكيين، دراسة عبر ثقافية لنظرية أليس في العلاج العقلي العاطفي، دراسات، ١٤ (٥): ٧٣-١٠٢.
- سليمان الريحاني ونزيه حمدي وصابر أبو طالب (١٩٨٩). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية، مجلة دراسات جامعية- العلوم الإنسانية، ١٦ (٦): ٣٦-٥٦.
- طه أمير و حسن عيسى (١٩٨٩). اختبار المسح السيكولوجي، دار القلم، الكويت.
- عبد الرقيب البحيري (١٩٨٤). اختبار حالة وسمة القلق للكبار، سلسلة الاختبارات السيسولوجية المعربة المقننة، الكتاب الثاني، دار المعارف، القاهرة.
- عبد المنعم عبد الله حسيب (٢٠٠٠). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لطلاب المرحلتين الثانوية والجامعية، مجلة العلوم التربوية، القاهرة، جامعة القاهرة، (١): ٤٣-٧٣.

- عبد الفتاح غريب (١٩٨٥). مقياس (د) للاكتئاب، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- عدنان فرح و عدنان عتوم و نصر العلي (١٩٩٣). قلق الاختبار والأفكار العقلانية، واللاعقلانية، مجلة علم النفس، ٢٦ (٧): ٢٦-٣٢
- عزت عبد العظيم الطويل (١٩٨٥). سيكولوجية الاكتئاب، دار المريخ للنشر، الرياض.
- علي وطفة (١٩٩٨). المظاهر الاغترابية في الشخصية العربية، مجلة عالم الفكر، ٢٧ (٢): ٢٤١-٢٨٠.
- محمد الدسوقي محمد (١٩٩٧). دراسة مقارنة بين المهمشين وغير المهمشين من طلاب الجامعة في أبعاد الاغتراب وبعض خصائص الشخصية، دراسات نفسية، ٧ (١١): ٥٤٥-٦٢١.
- محمد عبد الرحمن السيد (١٩٩٤) دراسات في الصحة النفسية، ج١، ج٢، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- محمد عبدا لعال الشيخ (١٩٩٠). الأفكار اللاعقلانية لدى الأمريكيين والأردنيين والمصريين: دراسة عبر ثقافية في ضوء نظرية أليس للعلاج العقلي الانفعالي، بحوث المؤتمر السادس لعلم النفس في مصر، القاهرة: من ٢٢-٢٤ يناير: ٢٦٥-٢٨٣.
- نبيل عبد الزهار، هوسفر، دنيس (١٩٨٥). قائمة قلق الاختبار، مطابع الناشر العربي، القاهرة.
- ندى أديب الطيب (١٩٩٥). دراسة لفاعلية برنامج إرشادي لخفض الاكتئاب عن طريق مراجعة الأفكار اللامنطقية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.

المراجع الإنجليزية

- Alzoughoul, E., & Masten, W., (1998). Empirical evidence for discriminating anxiety from depression in College Students. Paper Presented at the (44th) Annual Convention of Southwestern Psychological Association USA.
- Bamber, J.H., (1979). *The Fears of Adolescents*, Academic press, London.

- Beck, A.T., Steer, R.A., & Brown, G.K. (1990), *BDI-II: Beck Depression Inventory*, Harcourt Brace & Company.
- Beck, R., & Emery, S., (1979) *Cognitive Therapy of Depression*, The Guilford Press, New York.
- Bernard, M. E., & Joyce, M. R., (1984). *Rational Emotive Therapy with Children – and Adolescents: Theory, Treatment Strategies, Preventative Methods*, Awiley – Intercine publication, New York.
- Cash, T. F., (1984). The irrational Beliefs Test: Its Relationship with Cognitive Behavioral Traits and Depression. *Journal of Clinical Psychology*, 40, (6):
- Comer ,Roland ,(1998). *Abnormal Psychology* ,W.H.Freeman and Company, New York .
- Costing, F., & Draguns, J.G., (1989). *Abnormal Psychology: Patterns, issues, intervention*, John Wiley & Sons. Inc.
- Crowley, S.L., & Emerson, E. N., (1996). Discriminant Validity of Self-reported anxiety and depression in children: Negative affectivity or independent constructs, *Journal of Clinical Child Psychology*, 25, (2): 139-146.
- Dryden, W., (1987). *Current Issues in Ration Emotive Therapy*, Croom Helm, New York.
- Dryden, W., (1995). *Rational Emotive Behaviour Therapy*, SAGE Publications, London, First Published.
- Ellis, A., & Grieger, R., (1977). *Hand book of Rational Emotive Therapy*, Springer Company, New York.

- Ellis, A., & Harper, R. (1975). *A new Guide to Rational Living*, by Institute for Living, Inc.
- Erikson, C., & et al., (1991). On thinking and Feeling Bad: Do Client Problems Derive from a common Irrationality or specific Irrational Beliefs? *Paper Presented to the Annual Meeting of the American Psychology Association*, August: 16-20.
- Gilliland, E.B., & et. Al. (1984). *Theories and Strategies in Counseling and Psychotherapy* prentice – Hall, Inc, New Jersey.
- Hayslip, B., & et al., (1994). Irrational Beliefs and Depressive Symptoms among young and older Adults, International, *Journal of Aging and Human Development*, 38 (4): 307-326.
- Hebel, M., (1991). World – Views as the Emerged Property of Human Value Systems. *Research and Behavioral Science*, (16): 253–261.
- Hoglund, C., & Collison, B., (1989). Loneliness and Irrational Beliefs Among College Students, *Journal of College Student Development* 30(1): 53-58.
- Kendall, P., & Hammen, L., (1995). *Abnormal Psychology* Houghton Mifflin Company, New Jersey.
- Kendall, P.C., & Bemis, K.M., (1986). Thought and Action in Psychotherapy: The Cognitive, Behavioral Approach; in Herson, A. E. Kandall and A.S. Bellach, *The Clinical Psychology Hand book*, Pergmon Press, New York: 556-562.
- Kremen, A.M. (1996). Depression tendencies and susceptibility to anxiety Differential Personality, Correlates, *Journal of Personality*, 64, (1): 209-242.
- Maddi, S., (1996). *Personality Theories*, Broke, Cole Publishing Company, Six Edition, California.

- Marcotte, D., (1996). Irrational Beliefs and Depression in Adolescence, *Journal of Adolescence*, 31 (124): 935 – 954.
- McDavid, J.W., & Harri, H., (1974). *Psychology and Social Behavior*, New York: Harper & Rowpub.
- Mckibben, M.L., (1990) Rational –Emotive education for under producing gifted children: Effect on School adjustment factor, (Doctoral Dissertation, University of Oregon, 1989). *Dissertation Abstracts International*_(50): 3319-A.
- Morris, L. W., Davis, M.A., & Hutchings, C. H., (1981). Cognitive and Emotional Components of Anxiety: Literature Review and a Rivised Worry-emotionality Scale, *Journal of Educational Psychology*, 73(4); 541 – 555.
- Neal, S., Davidson, M., & Haaga, H., (1996). Exploring *Abnormal Psychology*, John Wiley and Sons. Inc. New York.
- Oliver, L., & Rose. R., (1975). Over coming Test Anxiety, *Rational Living*, 10,(1): 6-12.
- Patterson, C. H., (1980) *Theories of Counseling & Psychotherapy*, New York, Haper & Row Publisher.
- Peterson, C., (1996). *The Psychology of Abnormality*. Harcourt Brace College Publishing, New York.
- Raof, T.M.R., (1981) *The Construction of an Inventory of School Anxiety for High School Student in Iraq*, ph. D. University of Wales Unpublished Dissertation.
- Schmitt, R., (1991), *Alienation and Class*, Rochester : Schenkman Books Inc.

- Scott, S., (1991). Cognitive Behavior Therapy: Notes on Theory and Application with Children, *G. P. Opinion Papers* (120), New Jersey.
- Smith, T., & et al., (1984): Irrational Beliefs and Arousal of Emotional Distress, *Journal of counseling psychology*, 31 (2): 190-201.
- Tryon, G.S., (1980). The measurement and Treatment of Test Anxiety, *Review of Educational Research* 50(2): 343 – 372.
- Wheeler, L., Reis, H., & Nezlek, J. (1983). Loneliness and Social interaction. *Journal of personality and social psychology*, 45: 943-953.
- Wright, L., & Caush, D., (1984). An Empirical Evaluation of Elli's Rational Emotive Therapy, paper presented at the Annual Meeting of the South western *Psychological Association*, New Orleans, April: 19-21.

تاريخ ورود البحث : ٢٠٠٢/١٢/١١ م

تاريخ ورود التعديلات : ٢٠٠٣/٤/٢٩ م

تاريخ القبول للنشر : ٢٠٠٣/٦/١٦ م

Irrational Beliefs among Sultan Qaboos University Students and Their Relationship to Some Affective Variables

Abdoul-Hamid Hassan*

Fawzia El-Gamaly**

ABSTRACT

The purpose of the study was to identify the irrational beliefs in students at the College of Education and whether these irrational thoughts differ according to sex. The study also examined the relationship between irrational thoughts and certain emotional disorders including depression, anxiety trait, test anxiety and to determine whether you can make predictions about students irrational thought from these disorders.

The sample of the study consisted of 204 male and female students who completed the irrational thought Inventory Developed by Alreyhani in 1985, the Arabic version of Beck Inventory scale adapted, by Ghareeb 1985, the Arabic version of Anxiety Trait Inventory by alboheiri, the Anxiety Test scale by Alzahr and Hoster 1985 and the Arabic version of Alienation by Ameer and Hassan 1989.

Using several statistical analyses the results were as follows:

- (1) The prevalence percentage of irrational thought amongst students ranges from 10.29% ,at minimum level, to 48.5 , at maximum level, and that males were higher than females in only one irrational thought.
- (2) There was no sex difference in overall general irrational thoughts, but there was a statistically positive correlation between irrational thoughts and emotional disorders.

* Associate Professor, College of Education, Sultan Qaboos University.

** Assistant Professor, College of Education, Sultan Qaboos University.

Multiple Regression analysis indicated that irrational thought were significant predictors of all emotional disorder variables amongst students. Results were discussed in terms of review of literature.

Several recommendations and proposals were made.