الافكار اللا عقلانية لدى طلبة كلية الآداب

بحث مقدم الى مجلس قسم علم النفس كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في علم النفس

من قبل

أسعد خلد مردان ، رزاق عباس رزاق

تحت اشراف

أ. م . د علي حسين عايد

٢٠١٨ م ١٤٣٩ هـ

أولا: مشكلة البحث

تعد حياة الفرد سلسلة من الأحداث والمواقف التي تتطلب التفكير، مما دعا البعض إلى القول بأننا لا نستطيع ذلك وعليه فإننا نمارس العديد من أشكال ومها ا رت التفكير التي تندرج في مستوياتها من البسيطة إلى المركبة ،وعليه فإن في جميع معالجاتنا العقلية نسعى إلى التغلب على المشكلة أو مواجهة موقف ما ، الأمر الذي يدعونا إلى اتخاذ العديد من القرارات الحيوية والهامة في حياتنا اليومية والتي تختلف في سهولتها أو صعوبتها ، إضافة إلى اختلافها من حيث درجة نجاحها أو فشلها (الريماوي ، 2004، 317).

كما يعد التفكير أعلى مراتب المعرفة وأرقاها ولا ترجع أهميته إلى كونه أداة لتقدم الإنسان فحسب، بل اعتباره ضرورة وجود واستمرار بقاء الإنسان على الأرض لأن الانسان منذ وجوده لو لم يكن مفك ا ر في طرق معيشته المختلفة وأساليب دفاعه عن نفسه لما كتب البقاء وما استطاع أن يحقق ما حققه من تقدم ورقي ، وفي العصر الحالي هناك اهتمام خاص بالتفكير وبأساليبه وطرقه وذلك بالنظر للإدارك المتنامي لأهميته في تطوير الفرد .ولعل من أبرز المشكلات التي تواجه المجتمعات البشرية والنامية تحديدا انتشار الأفكار اللاعقلانية التي تعطل سعيها الحثيث نحو البحث العلمي وتعطيل استخدام أساليبه العلمية، فالفكر الأسطوري والخرافي القديم الذي كان يستخدمه الإنسان في تفسير ظواهر الحياة وأحداثها مازالت أثاره الى الآن في هذه المجتمعات مما يشكل تحديا للعلم والتطور فيها. فضلا عن ذلك أن العقل البشري قد واجه اتهامات عدة على أنه أداة محدودة في كشف الظواهر وعاجزة أحيانا في الوصول إلى الحقيقة. وتعد مرحلة الشباب من المراحل التي تتعرض لمثل هذه الأفكار التي قد تصل أحياناً إلى أزمات حادة تؤدي إلى اضطرابات سلوكية تؤثر في بناء شخصياتهم وحفظ توازنها، وأن التغييرات الحضارية والتكنولوجية غالباً ما ينعكس تأثيرها سلباً على الوضع النفسي للشباب. ومن المعروف أن الطلبة الجامعيين يشكلون العصب الرئيس في عملية التطوير والتحديث في المجتمع وهم على وشك التخرج كهيئات علمية متخصصة يقف عليها تنفيذ خطط التنمية القومية ولأهمية هذه الفئة يفترض أن يجري التعامل معهم بشكل يدل على دراية بتكوينهم النفسي مما يدفعهم إلى العمل البناء بأقصى طاقاتهم (السلمان، ١٩٩٠: ٤٣).

فضلاً عن ذلك أنهم في مرحلة الإعداد لمواقف اجتماعية وقيادية مستقبلية تتطلب أن تكون شخصياتهم متزنة وخالية من الاعتقادات الخاطئة والأفكار اللاعقلانية مما ينبغي الاستعداد لها كي يمكن الحد من تأثيراتها السلبية (سعيد،١٩٩٩: ٦).

وفي ضوء التراث النفسي المتعلق بهذه المشكلة يرى الباحثان أن هذه الأفكار قد تلعب دورا مهما في اكتساب الأفراد عددا من الخبرات والأساليب السلبية بما فيها الاعتقاد بالأفكار اللاعقلانية

مما ينعكس سلبا على ضبط سلوكياتهم وخصائص شخصياتهم وادائم وقدرتهم على الانجاز سواء أكان ذلك الضبط داخليا أم خارجيا.

لذا فأن مشكلة البحث الحالي تحاول الإجابة عن التساؤلات الآتية: ما مستوى درجة الأفكار اللاعقلانية طلبة كلية الآداب ؟وهل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجتي الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة كلية الآداب تبعا لمتغير الجنس (ذكور–اناث) ؟ وما طبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين لدى طلبة الجامعة .

ثانيا: أهمية البحث

يعد الإنسان الكائن الوحيد الذي خصه الله سبحانه وتعالى بنعمة التفكير ، وبفضل هذا التفكير استطاع أن يكون خليفة الله في الأرض وان يستحق نعمة الله سبحانه وتعالى ، فالإنسان يسعى إلى استخدام الأفكار لوضع أهداف والسعي إلى تحقيقها وعندما يمر الإنسان بأحداث معينة لا يستطيع عن طريقها تحقيق هذه الأهداف فانه يشعر بالضيق، ومن بين ما يحمله الأفراد من معتقدات حول هذه الأحداث تنعكس المشاعر والسلوكيات النابعة لديهم، ويبدو أن الأحداث بحد ذاتها لا تخلق المشاعر، وإنما المعتقدات حول هذه الأحداث هي التي تسهم في تشكيل المشاعر وإظهارها على نحو محدد. ويعد موقع الضبط الداخلي و الخارجي متغيراً حيويا لتفسير السلوك البشري في مواقف الحياة المختلفة إذ شغلت دراسة موقع الضبط علماء النفس لما لهذا المفهوم من أهمية بوصفه سمة شخصية تساعد الفرد على ان ينظر إلى انجازاته من نجاح أو فشل في ضوء ما لديه من استعدادات وقدرات (علي، ٢٠٠١: ٢).

وقد قدم روتر (Rotter) هذا المفهوم مستندا الى نظريته في التعلم الاجتماعي والتي قام بتقديمها عام (١٩٥٤) ويهتم هذا المفهوم باختلاف الأفراد في إدراكهم لمصادر تدعيم سلوكهم فقد يأتي التعزيز لبعض الأفراد من داخل أنفسهم بينما ياتي من الخارج لدى بعضهم الاخر (سليمان، ١٩٩٦: ٩٦).

اذ يصف (روتر) موقع الضبط بكونه أحد التوقعات المعممة وهو ادراك الفرد لقدراته على التحكم في مجريات الأحداث في حياته فاذا ادرك الفرد ان الحوادث التي تحصل له بسبب الحظ والصدفة أو نفوذ الاخرين وليس لسبب ذاتي فان هذا الفرد يكون موقع ضبطه خارجيا، أما إذا أدرك الشخص ان هذه الحوادث انما هي نتيجة لسلوكه الشخصي وسيطرته الشخصية، فان هذا الفرد يكون موقع ضبطه داخليا. وبذلك نرى أن موقع الضبط الخارجي يعبر عن العوامل الخارجية الموجودة في البيئة المحيطة ولا دخل للإنسان بها ويعتقد الفرد بأنها المسؤولة عن نتائج سلوكه، أما موقع الضبط الداخلي فهو يعبر عن العوامل الكامنة في الانسان ويعتقد بأنها المسؤولة عما يحققه من نجاح أو فشل.

وعندما يوصف موقع الضبط بأنه داخلي – خارجي فهذا لا يعني ان شخصية الفرد تكون اما داخلية فقط أو خارجية فقط بل ان الأشخاص يتسمون بدرجات مختلفة من التوجه نحو الضبط الداخلي أو الخارجي أو كليهما معا أي يكون الاختلاف بين الأفراد بالدرجة وليس في نوع الضبط (McCarty, 2001: 93).

ويرى جيلمور (Gilmor) ان الفروق القائمة بين الأفراد في موقع الضبط قد تعزى في جزء منها إلى الخبرات المكتسبة فاذا كانت خبرات الفرد المكتسبة تشتمل على تعزيزات غير متوقعة أو عفوية من جانب الآخرين فانه يطور اتجاهات ضبط خارجية لسلوكه، واذا كانت الخبرات المطورة تشتمل على مكافآت تشجع النشاط الذاتي للفرد فانها تنمي لديه موقع ضبط داخلي (قطامي، ١٩٩٤: ٥٠).

وموقع الضبط بوصفه من متغيرات الشخصية له تأثير على نوع تفكير الفرد، فالفرد الذي يعد نفسه مسؤولا عما يحدث له يكون ذا تفكير سليم وارادة قوية على عكس الفرد الذي يلقي المسؤولية على غيره، ومن ثم يرتبط موقع الضبط بقدرة الفرد على التفكير الجيد والمستقل وعدم قبول ما هو شائع دون نقد وتمحيص، ويحاول الفرد الذي يتمتع بضبط داخلي ان يخلق ويبتكر ما هو جديد (المنيزل، ١٩٩٥: ٣٥٠٧).

وينزع هذا الفرد إلى بذل الجهد والاصرار والمثابرة على تتبع الأهداف بعيدة المنال ومقاومة محاولات الآخرين للتأثير عليه (دافيدوف، ١٩٨٨: ٧٤).

فضلا عن ذلك أن الأفراد الذين يتميزون بموقع ضبط داخلي يكونون أكثر مرونة تحت ظروف الضغط الشديد في حين ان الأفراد ذوي موقع الضبط الخارجي يشعرون انهم في حالة تعاطف وتراحم مع ظروف البيئة ويتأثرون بسهولة (Sprinthal & Others, 1994: 500).

وتشير انستازي (١٩٧٦) إلى ان ذوي موقع الضبط الخارجي يعتقدون بوجود قوة ايجابية وسلبية تسبب الأحداث وأسباب هذه المواقف اما الصدفة، أو الحظ، أو القدر، أو بسبب اثارة وسيطرة أناس آخرين من ذوي القدرة والمكانة (Anstasi, 1976: 555).

ويرى ليفكورت (١٩٧٥) ان مفهوم موقع الضبط الداخلي – الخارجي لا يعد خاصية يجب اكتشافها، بل انه أداة فاعلة في نظرية التعلم الاجتماعي تتيح المجال لتفسير الملاحظات التي يصرح بها الناس في إجاباتهم عن أسئلة حول التوقع والسببية (Lefcourt, 1976:118).

فالخبرات السابقة التي يمر بها الفرد ربما تتطرف بتوقعها في امكانية الضبط، إذ يعتقد بعض الأفراد أن بإمكانهم السيطرة على نتائج بعض الأفعال التي هي في الحقيقة تعود إلى الحظ (Chance)وتعرف هذه الظاهرة بوهم الضبط (The illusion of control) وذلك عندما تتوفر عوامل مثل المناقشة (Competition) والاختيار (Choose) والألفة (Familiarly) والمشاركة (involerment) (التميمي، ١٩٩٩: ٢٠٥).

وقد أوضح ليفكورت (1982) Lefcourt ان هناك علاقة بين موقع الضبط وبين المرض النفسي، إذ ان معظم الأطباء النفسيين يعملون على زيادة موقع الضبط الداخلي لدى المرضى المترددين عليهم، فقد وجد ليفكورت ان عملية تعلم كيفية التوافق مع مواقف الضغط ومحاولة التفاعل مع المشكلات التي يواجهها الفرد في حياته تتضمن في واقع الأمر تنمية لموقع الضبط الداخلي وهذه هي الخاصية التي تحاول طرق العلاج النفسي مساعدة الأفراد على تحقيقها(سليمان: ١٩٩٦: ١٠٠).

ومما سبق يلخص الباحثان أهمية البحث الحالي بالمسوغات الآتية:

١- لم تتناول الكثير من الدراسات السابقة العلاقة بين متغيري البحث الحالي مما يضفي نوعاً من الحداثة والجدية والأولوية للبحث.

٢- بما أن متغيري البحث قد تم دراستهما في العراق كلا على حد إلا أن أهمية البحث الحالي تكمن حسب حدود(علم الباحثان) انه أول بحث في العراق يتناول علاقة الأفكار اللاعقلانية بموقع الضبط لدى طلبة الجامعة.

٣- يعد موضوع البحث الحالي من الموضوعات ذات الأهمية في حاضر عالمنا الملئ بالتناقضات والتغيرات السريعة، والتعرض إلى الأزمات والحروب مما يؤدي إلى نشوء الاعتقادات والأفكار الخاطئة لدى الأفراد التي تؤثر على شخصياتهم وعدم استقرارها.

٤- تسهم معرفة الأفكار اللاعقلانية وموقع الضبط من ذوي الاختصاص وضع خطة إرشادية في مجال البحث العلمي، وذلك لمواجهة مشكلات الطلبة في الجامعات العراقية.

ثالثا: أهداف البحث: يستهدف البحث الحالي تعرف:

١- الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة بابل.

٢- دلالة الفروق في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير الجنس.

رابعا: حدود البحث

١-يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية الآداب و للعام الدراسي(٢٠١٧ – ٢٠١٨).

خامسا: تحديد المصطلحات

أولا:الأفكار اللاعقلانية:عرفها كل من:

١- أليس (Ellis, 1994-1988)

أ- مجموعة من المعتقدات اللاعقلانية التي يستخدمها الشخص لتغيير الميزات والخبرات التي يتلقاها الفرد من البيئة المحيطة، وتؤدي الى الشعور بالحزن (Ellis, 1988:73).

ب- هي الأفكار التي تخلو من المنطق السليم والتي يتبناها الأفراد كأهداف غير واقعية مستحيلة، وغالباً ما تتصف بالكمال (Ellis, 1994:172).

٢- **باترسون (Patterson, 1980)** :هي المعتقدات والمفاهيم التي يتبناها الفرد من الأحداث والظروف الخارجية، والتي ترجع نشأتها إلى التعلم المبكر غير المنطقي (Patterson, 1980:22).

٣- **الريحاني وحمدي (١٩٨٩)**:هي الأفكار التي ترتبط بالميل نحو تعظيم الأمور، والتأكيد والكمال، وتجنب تحمل المسؤولية في مواجهة الصعاب (الريحاني وحمدي، ١٩٨٩: ٣٧).

٤- **نمير (١٩٩٢)**:هي تلك الأفكار اللامنطقية، يحكم الفرد خلالها على الأحداث تتمثل بالقبول المطلق، والكفاية التامة، وعدم التسامح، وتعظيم الأمور والسلبية والحساسية الزائدة، والانهزامية، والاتكالية، والعجز والتخلص من الماضي والاهتمام الزائد بالآخرين، والمثالية(نمير، ١٩٩٢: ٣٣).

٥- **شوبو (١٩٩٥)**:هي أفكار لا منطقية التي يحكم الفرد بها على الأحداث في أغلب الظروف، تتمثل بالقبول والمحبة بين أفراد المجتمع والاتكال على الآخرين (شوبو، ١٩٩٥: ٨).

عند مراجعة التعريفات لاحظ الباحثان أن تعريف(الحسيني،٢٠١٠) الذي عرفه : "بأنها مجموعة من الافكار الخاطئة وغير المنطقية التي تتصف بعدم الموضوعية"، هو الانسب لتغير طبيعة المتغير الذي يحاولان دراسته.

أما **التعريف الإجرائي للأفكار اللاعقلانية:** "فهي الدرجة الكلية التي يحصل عليها افراد العينة عند إجابتهم عن فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية المعتمد في البحث الحالي".

الأفكار اللاعقلانية:

يعد مفهوم الأفكار اللاعقلانية من المفاهيم التي أثارت جدلاً ونقاشاً مُوسعاً بين جمهور المفكرين، والفلاسفة، وعلماء النفس، حيث يُعد من المفاهيم التي لها عمر طويل جداً، ويعود بجذوره إلى آراء الفلاسفة في الحضارة اليونانية القديمة، لكنه كمفهوم علمي له تاريخ قصير جداً.

ويعد البرت اليس(Albert Ellis)من رواد نظرية العلاج العقلاني الانفعالي والتي طورها عام(١٩٥٥)،اذ أكد فيها أن الاضطرابات النفسية تولدها أفكارنا، وأنها لا تتولد عن الخبرات والحوادث التي يمر بها الناس وإنما سببها المعتقدات التي يحملها الناس عن هذه الحوادث قد تكون لاعقلانية، وبالتالي تؤدي الى اضطراب الناس وقلقهم وجعلهم أناس غير فعالين وغير سعداء، فإذا ما تحرروا من هذه الأفكار اللاعقلانية فانه من الصعب عليهم ان يقعوا فريسة سهلة للاضطرابات العاطفية، أو على الأقل فأنها لا تدوم.ويشير كورسيني (Corsini) إلى دور المعتقدات والأفكار اللاعقلانية في اضطرابات الشخصية والذي يتضح في أنموذجه المعروف باسم (ABC)، ويقصد بالرمز (A) الخبرة الناشطة أو الحدث (Activting event)، أما الرمز (B) فيقصد به الأفكار والمعتقدات (Beliefes)، اما الرمز (C) فيعني به النتائج الانفعالية (Emotion Consequences)، التي تنتج من الفرد بالحدث (A)،فتفسير الفرد للأحداث والخبرات التي مر بها ومعرفته بها على أنها محزنة هو المسؤول عن اضطراب شخصيته وليس الحدث نفسه (هياجنه، ١٩٩٧، ٢٧-٢٨).

ويرى (اليس) أن نظام المعتقدات(B) لدى الفرد يتألف من معتقدات عقلانية Rational (Beliefs) ومعتقدات لا عقلانية (Irrational Beliefs) فالمعتقدات العقلانية هي تقييمات ترتبط عما هو مثبت تجريبياً وتكون صحيحة وواقعية ومنطقية ليست مطلقة وذات هدف واقعي وتعود إلى عواطف مناسبة ومنسجمة.أما المعتقدات اللاعقلانية فهي تعميمات مستمدة من افتراضات غير مثبتة تجريبياً وتظهر بلغة مطلقة باستخدام كلمات الحاجة (Need) ويجب (Must) وعبارات ملحة وأفكار مدمرة تمثل التفكير المطلق (اللاذقاني، ١٩٩٥:١٧-١٨).

وتقوم نظرية (اليس) على عدة افتراضات فلسفية متعلقة بالإنسان وطبيعة الاضطرابات التي يعاني منها الفرد، ان التفكير اللاعقلاني يرجع في نشأته إلى التعلم المبكر الذي يتلقاه الطفل من والديه والبيئة الثقافية التي يعيش فيها وان الطفل يولد ولديه الاستعداد البيولوجي لهذا التعلم (الشناوي، ١٩٩٤: ٩٦-٩٧).

وهناك مجموعة من الأفكار ترتكز عليها نظرية (اليس) وهي إحدى عشرة فكرة لاعقلانية يعتقد بها بعض الناس، فتجعلهم مضطربين وبعضهم عدوانيين وشريرين أي أفكارهم تعبر عن منطق لاعقلاني وتتصف بالكمال والمثالية وعدم تحمل المسؤولية. وتعظيم الأمور (نزيه وأبو طالب، ١٩٩٨: ٢٣١-٢٣٤).

عرض أليس بعض أساليب الأفكار اللاعقلانية وهي:

١_المطالبة Demandingness::

يرى إليس Eills وجود علاقة ارتباطيه بين رغبات الفرد ومطالبة الدائمة واضطرابه الانفعالي، مثل ان يصر الفرد على إشباع مطالبة، وان ينجح دائما في عمل ما دون أية إخفاق، وتحدث الاضطراب عندما يحدث الفرد نفسه بتلك المطالب ويفرضها على نفسه كالحصول على درجة كاملة في الامتحان وعندما لا تتحقق يحدث لدية اضطراب انفعالي ويحكم على نفسه انه فاشل. ويقرر إليس ellis انة ينبغي التقليل من ترديد تلك الكلمات وخفض مستوى المطالب الغير العقلانية

٢_التعميم الزائد:Over_Generalization :

يرى إليس ellis أن الفرد قد يلجأإلى تعميم النتائج التي لاتعتمد على تفكير دقيق والتي يقوم على الملاحظة الفردية مثل الطالب الذي يفشل في اختبار ما فانه يحكم على نفسه انه لايملك مقومات النجاح.

٣-التقدير الذاتى Self_Rating ؛ :

يقرر إليس ellis ان التقدير الذاتي يعد من أشكال التعميم الزائد وان نمط التفكير الخاطئ يوثر في تقدير الشخص لذاته ويتأثر بثلاث عوامل وهي :

أ_الميل إلى التركيبات الخاطئة.

ب_المطالبة غير الواقعية.

ج_التعارض مع الأداء.

لذلك ينبغي للفرد أن يعدل من فلسفته نحو مشكلة الشخصية من خلال تقبل الذات بدلا من تقييم الذات.

٤_أخطاء التفسير أو العزو:Attribution :

حيث يميل الفرد إلى أن ينسب أخطاءة إلى الآخرين وهذا يوثر على إدراكه للحوادث الخارجية وانفعاله وسلوكه وإلى اللوم المستمر للذات والآخرين.

٥_ اللاتجريب :nti_empiricism A :

أن الأفكار اللاعقلانية في الغالب لاتكون مستمدة من خلال الخبرة أو التجربة الشخصية للفرد، ويحأول إليس ellis من خلال العلاج العقلاني الانفعإلى أن يعلم العميل أن يستمد افكارة

من تجاربه الدقيقة ، ورؤيته المنطقية وأن الأفكار التي لاتستند إلى خبرة منطقية تسبب السلوك المضطرب للفرد

٦_ التكرار :Repetition :

يقرر إليس أن الأفكار اللاعقلانية تكرر بأسلوب لاشعوري ،وان الضغوط الدجلية تجعل لدى الفرد ميل تجاه الأفكار الخاذلة للذات.

٧_التفكير المتطرف (كل شيء أو لاشيء) : Absolutistic (all_or_thinking nothing) :

يميل بعض الإفراد لأدراك الأشياء إما بيضاء أو سوداء أو حسنة أو سيئة أو صحيحة أو خاطئة ، دون لأدراك إن الشيء الواحد قد يبدو في ظاهر الأمر سيئا لكن قد يكون فيه أشياء ايجابية ،أو قد يودى إلى نتائج ايجابية ،والعكس صحيح . (عبداللة،١٩٩٠: ٣٦_٥٨).

ويرى الباحثان من المخطط أعلاه أن هذه النظرية تهدف إلى مساعدة الأفراد في تعديل أفكارهم اللاعقلانية المسببة في اضطراب الشخصية مما يؤدي إلى فقدن السيطرة أو الضبط عليها إلى أفكار عقلانية تحقق لهم مستوىً مناسباً من الاتزان والضبط . ويشير (إليس) إلى أن نسق الاعتقادات لدى الفرد يتكون من جزأين، وهما: الأفكار العقلانية، والأفكار اللاعقلانية، فالأفكار العقلانية تتصف بجملة من الخصائص، منها أنها: أفكار منطقية، وواقعية، وحياتية، أي متسقة مع الواقع، وتساعد الفرد على تحقيق أهدافه والتوافق النفسي، والتحرر من الاضطرابات الانفعالية، وتؤدي بالفرد إلى الإبداع والإيجابية والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، كما أنها ليست أفكاراً مطلقةً، فضلاً عن أنها تزيد من مشاعر المتعة والسعادة، ويصبح تحقيق الأهداف أسهل منالاً . في حين النسق الثاني من الاعتقادات، فهو على النقيض في خصائصه من النسق الأول، اذ إن الأفكار اللاعقلانية هي المسؤولة عن إحداث الاضطرابات في الشخصية وعدم ضبطها فضلا عن أنها تسيطر على تفكيره وتوجه سلوكه، فهي أفكار غير واقعية، وغير منطقية. ويشير باترسون (Patterson) إلى أن نظرية إليس تقوم على مجموعة من الافتراضات، وهي:

١- العقلانية – اللاعقلانية لها أساس ولادي، أي أن الفرد يُولد ولديه استعداد لأن يكون عقلانياً ممثلاً لذاته، أو لاعقلانياً في سلوكه وهازماً لذاته. فالفرد عندما يفكر ويسلك بطريقة عقلانية، فإنه يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة.

٢- وجود علاقة تكاملية بين الإدراك والتفكير والانفعال والسلوك، ولكي نفهم السلوك المدمر للذات، يتطلب فهم كيفية إدراك الفرد وتفكيره، وانفعاله، وسلوكه، فما الاضطرابات النفسية إلا نتاج التفكير اللاعقلاني.

٣- التفكير اللاعقلاني من حيث المنشأ يعود بجذوره إلى التعلم المبكر غير المنطقي، والذي يكتسبه الفرد من أطراف عملية التنشئة الاجتماعية.

٤- الإنسان هو كائن عاقل، ومدرك، ومفكر، ومنفعل، وناطق. فالتفكير واللغة متلازمان، حيث يتم التفكير من خلال استخدام الرموز اللفظية، وطالما أن التفكير يصاحب الانفعال والاضطراب الانفعالي، لذا

يستمر الاضطراب الانفعالي لاستمرار التفكير اللاعقلاني. وهذا ما يُميز الشخص المضطرب بأنه يحتفظ بسلوكه غير المنطقي بسبب الحديث الداخلي أو الذاتي الذي يتكون عادةً من تفكير لاعقلاني.

٥- استمرار الاضطراب الانفعالي الناتج عن الألفاظ الذاتية لا تتقرر فقط بالظروف والأحداث الخارجية فحسب، بل ويتأثر بإدراكات الفرد وتفكيره واتجاهاته نحو هذه الأحداث المسببة لهذا الاضطراب.

٦- ينبغي مهاجمة الأفكار والانفعالات السلبية المدمرة للذات عن طريق إعادة تنظيم المعتقدات والاتجاهات التي يتبناها الفرد نحو تلك الأحداث بدرجة يصبح معها الفرد منطقياً وعقلانياً (Patterson, 1980:89).

وبناء على ما مره ذكره من خلفية نظرية للأفكار اللاعقلانية يستنتج الباحثان أن الأفراد يتأثرون بأفكار الآخرين وبالعواطف السلبية (القلق، والشعور بالذنب ،الحقد) بدرجة كبيرة، كما أنه لا يمكن أن نلوم أي فرد على أي سلوك يقوم به، ولكن كل فرد مسئول عن سلوكه، فضلا عن ذلك يميل الأشخاص الى تقدير أعمالهم وسلوكهم على أنها جيدة أو سيئة ويقدرون أنفسهم كأشخاص جيدين أو سيئين على أساس انجازاتهم، وبالتاي فان تقدير ذاتهم قد يؤثر على الضبط والسيطرة على سلوكياتهم، كما أن الأحداث الخارجية ليست المسئولة بشكل مباشر عن السلوكيات، ولكن تفكيرنا تجاهها هو عن ذلك.

***مجتمع البحث:**

تكوّن مجتمع البحث الحالي من جميع طلبة كلية الآداب في جامعة القادسية البالغ عددهم (٢٦٠٥) بواقع (١٢٤٩) طالبا من الذكور و(١٣١١) من الطالبات الاناث في الاقسام العلمية التابعة لكلية الآداب للعام الدراسي ٢٠١٧ –٢٠١٨ ، وجدول (١) يوضح توزيع مجتمع البحث لطلبة كلية الآداب على وفق متغير النوع :

جدول(١)

اعداد طلبة كلية الآداب على وفق متغير النوع

الاقسام	عدد الطلبة		المجموع
	ذكور	إناث	
قسم علم النفس	٣٠٠	٣٥١	٦٥١
قسم علم الاجتماع	٤٠٣	٤١٣	٨٦١
قسم الجغرافية	٢٦٨	٢٥٢	٥٢٠
قسم اللغة العربية	٢٧٨	٢٩٥	٥٧٣
المجموع	١٢٤٩	١٣١١	٢٦٠٥

***عينة البحث :**

بعدها قام الباحثان بسحب عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتساوي من مجتمع طلبة كلية الآداب في جامعة القادسية والتي بلغت (١٠٠) طالبا من الذكور والاناث مثلت ٣٥ % من مجتمع البحث ، بواقع (٥٠) طالبا من الذكور و(٥٠) طالبة من الاناث. وجدول (٢) يوضح توزيع عينة البحث على وفق متغير النوع :

جدول(٢)

اعداد عينة البحث على وفق متغير النوع

الاقسام	عدد الطلبة		المجموع
	ذكور	إناث	
قسم علم النفس	١٢	١٣	٢٥
قسم علم الاجتماع	١٢	١٣	٢٥
قسم الجغرافية	١٣	١٢	٢٥

قسم اللغة العربية	١٢	١٣	٢٥
المجموع	٥٠	٥٠	١٠٠

*** أداة البحث:**

تبنى الباحثان مقياس الافكار اللاعقلانية للباحث **(الحسيني،٢٠١٠)** ويتكون المقياس من(٣٦) فقرة يجاب عنها بخمسة بدائل (**دائما، غالبا، احيانا، قليلا، ابدا)** ، وعلى الرغم من ان القياس يتسم بالصدق والثبات إلا ان الباحثون قام بمجموعة من الخطوات الاجرائية من اجل تكييف المقياس على عينة البحث الحالي ، وكالاتي :

*** صلاحية المقياس :**

من اجل التعّرف على مدى صلاحية المقياس وتعليماته وبدائله ، قام الباحثان بعرض مقياس **الافكار اللاعقلانية** المكون من (**٣٦**) فقرة وبخمسة بدائل التي تتمثل بـ (**دائما، غالبا، احيانا، قليلا، ابدا).** على مجموعة من المختصين والخبراء الذين لديهم كفاية في علم النفس والبالغ عددهم (١٠) خبراء (الملحق/ ٢)، لبيان آرائهم وملاحظاتهم فيما يتعلق بمدى صلاحية المقياس ، ومدى ملائمته للهدف الذي وضع لأجله ، وبعد جمع آراء الخبراء وتحليلها حول فقرات المقياس اعتمد الباحثون نسبة اتفاق (٨٠%) فاكثر من أجل تحليل التوافق بين تقديرات المحكمين (عودة ، ١٩٨٥ ، ص١٥٧) وتم حذف أثر هذا الاجراء (١٢) فقرة من فقرات من المقياس ، لحصولها على اقل نسبة اتفاق وجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣)

النسبة المئوية لموافقة المحكمين على فقرات مقياس الافكار اللاعقلانية

تسلسل الفقرات	الموافقون		المعارضون	
	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية
١،٦،٩،١٠،١١،١٣،١٤،١٥،١٦،١٧،١٨،٢٠،٢١،٢٢ ٢٥،٢٧،٢٨،٢٩،٣٠،٣١،٣٢،٣٤،٣٥،٣٦	١٠	%١٠٠	٠	%٠
٢،٣،٤،٥،٧،٨،١٢،١٩،٢٣،٢٤،٢٦،٣٣	٩	%٩٠	١	%١٠

، وبهذا اصبح المقياس بعد عرضه على الخبراء مكون من (٢٤) فقرة.

*** التطبيق الاستطلاعي الأول للمقياس:**

قام الباحثان بالتطبيق الاستطلاعي الأول لمقياس **الافكار اللاعقلانية** على مجموعة من طلبة كلية الآداب في جامعة القادسية ،من غير عينة التطبيق الاصلي وذلك لمعرفة مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته وبدائله ووضوح لغته ،فضلاً عن حساب الوقت المستغرق للإجابة ، وذلك على عينة عشوائية مكونة من (١٠) طالبا وطالبة من طلبة كلية الآداب. وتبين للباحث أن التعليمات كانت واضحة والفقرات مفهومة ، وان الوقت المستغرق في الإجابة يتراوح بين (١٥-٧) دقيقة وبمتوسط (٨.٩) دقيقة .

***تصحيح المقياس:**

استعمل الباحثان طريقة ليكرت في الاجابة ، فبعد قراءة الطالب للفقرة ، يطلب منه الاجابة عنها ، على وفق ما يراه ويقيمه ، فإذا كانت أجابته عن فقرة المقياس بـ (**دائما**) تعطى له (خمسة درجات) في حين اذا كانت أجابته عن فقرة المقياس بـ (**ابدا**) تعطى له (درجة واحدة) .

*** التطبيق الاستطلاعي الثاني (عينة تحليل الفقرات)** : قام الباحثون باستخراج القوة التمييزية للمقياس بعد تطبيقه مقياس **الافكار اللاعقلانية**(ملحق/٣) على عينة عشوائية من طلبة كلية الآداب في جامعة القادسية مكونة من (١٠٠) طالبا وطالبة . ويقصد بالقوة التمييزية للمقياس هو مدى قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد المتميزين في الصفة التي يقيسها الإختبار وبين الأفراد الضعاف في تلك الصفة (Gronlund , 1971 , P. 250) . وتمّ استخراج تمييز الفقرة عن طريق علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس Internal Consistency Method يعد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشر لصدق الفقرة ، هذا يعني ان الفقرة تسير بنفس الاتجاه الذي يسير فيه المقياس ككل (Anastasi,1976,p.28) ولتحقيق ذلك اعتمد الباحثون في استخراج صدق فقرات المقياس على معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، إذ تم تطبيقه على ذات العينة المؤلفة من (١٠٠) طالبا وطالبة ، واظهرت النتائج ان جميع معاملات الارتباط دالة على وفق معيار نللي .(Nunnally , 1994) إذ تكون الفقرة ذات ارتباط جيدا عندما يكون معامل ارتباطها (0,20) فاكثر ، كذلك مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة ٠.٠٥ وبدرجة حرية(٥٢) وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول(٥)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الافكار اللاعقلانية

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	0.00	٩	0.72	١٧	0.17
٢	0.23	١٠	0.37	١٨	0.54
٣	0.03	١١	0.49	١٩	0.49
٤	0.34	١٢	0.89	٢٠	0.61
٥	0.97	١٣	0.32	٢١	0.84
٦	0.43	١٤	0.29	٢٢	0.09
٧	0.85	١٥	0.60	٢٣	0.15
٨	0.67	١٦	0.65	٢٤	0.33

*** مؤشرات صدق المقياس:**

يعد الصدق من الخصائص اللازمة في بناء المقاييس لكونه يشير الى قدرة المقياس على قياس الخاصية التي وضع من اجل قياسها (فرج، ١٩٨٠، ص٣٦٠) واستخرج للمقياس الحالي المؤشرات الآتية :

١-**الصدق الظاهري Face Validity**:يشير ايبل (Ebel) إلى ان افضل طريقة للتحقق من الصدق الظاهري تتمثل في عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين للحُكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها (Ebel, 1972, P.55) . وتحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء بشأن صلاحية المقياس وملائمته لمجتمع الدراسة .

٢ . مؤشرات صدق البناء Construct Validity : وتحقق ذلك من خلال استخدام علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

*** مؤشرات الثبات :**

ينبغي أن تكون الأداة المستخدمة في البحث متصفة بالثبات ، أي أنها تعطي النتائج ذاتها – أو قريبة منها – أذا أعيد تطبيقها على إفراد العينة في وقتين مختلفين (الزوبعي،١٩٨١ ،ص٣٠). وقد طبق الباحثون المقياس على عينة بلغت (١٠٠) طالبا وطالبة من طلبة كلية الاداب في جامعة القادسية .من غير العيتة الاصلية وأستعمل الباحثون في ايجاد الثبات بطريقة اعادة الاختبار وكالاتي :

اعادة الاختبار تقوم هذه الطريقة على اعادة تطبيق المقياس على عينة البحث في التطبيق الاول لمرة ثانية بعد فترة زمنية معينة، وبهذا قام الباحثون بتطبيق مقياس **الافكار اللاعقلانية** على عينة الثبات ، ومن ثم أعادة تطبيق المقياس على العينة ذاتها وبفاصل زمني بلغ (٢١) يوماً من

التطبيق الأول، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات الأفراد في التطبيقين ظهر ان معامل الثبات في اعادة الاختبار(٠،٧٥) و هو معامل ثبات جيد

*** المقياس بصيغته النهائية:**

اصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من (٢٠) فقرة يستجيب في ضوئها الطالب على خمسة بدائل ، وبذلك فأن المدى النظري لأعلى درجة للمقياس يمكن ان يحصل عليها الطالب هي (٥) وادنى درجة هي (١) وبمتوسط فرضي (٦٠).

ثانيا. مقياس الافكار اللاعقلانية

*** التطبيق النهائي :**

بعد أن استوفى الباحثان شروطهما النهائية من الصدق والثبات ، طبقا على عينة قوامها( ) طالبا وطالبة وبواقع من الذكور و من الاناث من كلية الآداب في جامعة القادسية للدراسات الصباحية .

*** الوسائل الإحصائية :**

لمعالجة بيانات البحث الحالي ، استعمل الباحثون مجموعة من الوسائل الأحصائية و هذه المعادلات هي :

١ .الاختبار التائي لعينة واحدة لغرض تعرف دلالة الفرق الاحصائي بين المتوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي.

٢.الاختبار التائي لعينتين مستقلتين واستعمل في حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس وتكافؤ نصفي المقياس .

٣. معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Cofficient استعمل في حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية والعلاقة الارتباطية بين .

٤ . معادلة سبيرمان براون التصحيحية لاستخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية لكلا المتغيرين.

*** الهدف الاول : تعرف على الافكار اللاعقلانية لدى طلبة كلية الاداب في جامعة القادسية.**

ظهر المتوسط الحسابي لدى مقياس الافكار اللاعقلانية (76,78) وانحراف معياري قدره (46,35) ، فيما كان المتوسط الفرضي (٧٢) وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي للمقياس وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة . ظهر ان القيمة التائية (0,10) وهي أصغر من القيمة الجدولية (1,98) وتشير تلك النتيجة الى وجود فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05)و بدرجة حرية (99) ، مما يشير الى وجود أفكار اللاعقلانية لدى الطلبة وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول(٧)

الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الافكار الاعقلانية

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١٠٠	76,78	46,35	٧٢	٩٩	0,10	1,98	٠,٠٥

ويمكن تفسير هذه النتيجة على ان بعض الطلبة لديهم شر وأذى وعلى درجة عالية من الخسة والنذالة وهم بذالك يستحقون العقاب والتوبيخ.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (أبوشعر،٢٠٠٧) و التي اشارت الى وجود على مقياس الافكار اللاعقلانية.

*** الهدف الثاني : تعرف دلالة الفرق في الافكار اللاعقلانية لدى كلية الاداب في جامعة القادسية على وفق متغير النوع (ذكور ،إناث)**

ظهر المتوسط الحسابي الذكور على مقياس الافكار اللاعقلانية (75,26) وبتباين (42,44) ، في حين ظهر المتوسط الحسابي للإناث (78,3) وبتباين (46,5) . وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (2,28) وهي أكبر من القيمة الجدولية (1,98) عند مستوى دلالة (0,05). مما يشير الى أنه يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطي مقياس الافكار اللاعقلانية (الذكور والاناث) ،مما يشر أن الإناث لديها أفكار لاعقلانية أكثر من الذكور وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

الموازنة على مقياس الافكار اللاعقلانية على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	التباين	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	٥٠	75,26	42,44	٩٨	2,28	1,98	٠,٠٥
الإناث	٥٠	78,5	46,5				

ويمكن تفسير هذه النتيجة ان الطلبة ينتمون لبيئة اجتماعيه واحدة يسود فيها عادات المجتمع الشرقي، بتقاليده الموروثة وبالتالي فمن البديهي ، يتوقع المرء تجانس الرؤى لديهم بشأن المسائل العامة، وخاصة تلك المسائل التي تتعلق بالمعتقدات المتأصلة لديهم وترسخت في منظومة القيم الاجتماعية والدينية التي أكدوا على احترامها منذ سنوات الطفولة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الحجري،٢٠١٣) ودراسة (عبد الله،٢٠١٢) التي اشارت الى عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية بين الذكور والاناث على مقياس الافكار اللاعقلانية.

التوصيات:

- ضرورة تبني برامج تثقيفية في الجامعات حيال الافكار اللاعقلانية من خلال محاضرات تثقيفية و وسائل الاعلام المختلفة.
- قيام مراكز ارشاد أكاديمي في الجامعات دورات متخصصة لأعضاء الهيئة التدريسية في الكشف عن التفكير اللاعقلاني لدى طلبة الجامعات.
- محاولة رصد الافكار اللاعقلانية للطلبة والعمل على استبدالها بأفكار عقلانية اخرى من خلال طرق إرشادية وعلاجية مختلفة.

المقترحات:

- دراسة الافكار اللاعقلانية لدى طلبة الاعدادية.
- دراسة الافكار اللاعقلانية ونمط الشخصية لدى طلبة الممارسين النشاط الرياضي.

المصادر

- رضوان ، محمد نصر الدين (٢٠٠٦) : **المدخل الى القياس في التربية البدنية و الرياضية** ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- الزوبعي ، عبد الجليل و آخرون (١٩٨١) الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل، الموصل.
- عودة، احد سليمان (١٩٨٥)، **القياس والتقويم في العملية التدريسية** المطبعة الوطنية، اربد.
- فرج ، صفوت . (1980) . **القياس النفسي** . القاهرة . دار الفكر العربي.
- Anastasi , A (1990) : **Psychological testing** , New York : Macmillan
- Ebel, R.L.(1972) . **Essentials of Educational measurement** , New , Jersey , prentice Hall Inc
- Nunnally J. Bernstein (1994) **Psychometric theory**. McGraw Hill, New York.

ملحق(١)

أسماء الخبراء وفق الالقاب العلمية

ت	الاسم	العنوان
١	أ.د. عبد العزيز حيدر	كلية التربية/جامعة القادسية
٢	أ.د. حسين جدوع مظلوم	كلية التربية/جامعة القادسية
٣	أ.د. علي صكَر	كلية التربية/جامعة القادسية
٤	أ.م.د. سلام هاشم حافظ	كلية الآداب/جامعة القادسية
٥	أ.م.د. طارق محمد بدر	كلية الآداب/جامعة القادسية
٦	م.د. أحمد عبد الكاظم جوني	كلية الآداب/جامعة القادسية
٧	م.د. فارس هارون رشيد	كلية الآداب/جامعة القادسية
٨	أ.م. نغم هادي حسن	كلية الآداب/جامعة القادسية
٩	أ.م. زينة علي صالح	كلية الآداب/جامعة القادسية
١٠	م. حسام محمد منشد	كلية الآداب/جامعة القادسية

محلق(٢)

مقياس لاستبيان أراء الخبراء

جامعة القادسية – كلية الاداب

قسم علم النفس

الاستاذ الفاضل .....المحترم

تحية طيبه

يروم الباحثان دراسة (**الافكار اللاعقلانيه لدى طلبة كلية الاداب في جامعة القادسية**) من اجل تحقيق هذا الهدف قام الباحثان ببناء مقياس **الافكار اللاعقلانيه** وفقا للنظريه (**الحسيني ، ٢٠١٠**) الذي عرفه بانها **مجموعة من الافكار الخاطئة وغير المنطقية والتي تتصف بعدم الموضوعية .** (**عبدالرحمن ،١٩٩٤**)

ونظرا لما تتمتعون من خبره ودرايه علميه في هذا المجال . نتوجه اليكم راجين ابدا ارائكم وملاحظاتكم بالشان الاتي :

*مدى صلاحية كل فقره من فقرات المقياس .

*تعديل اي فقره ترون انها غير مناسبه .

علما ان بدائل الفقرات في المقياس المتبني هي (**دائما ، غالبا ، احيانا ، قليلا ، ابدا**)

والان بين يديك استاذي الفاضل المقياس وفقراته . يرجى قراتها . و وضع علامة (**صح**) تحت حقل صالحه ان ارتايتم انها صالحه لقياس ما وضعت لاجله . وان كانت غير صالحه فارجوا وضع العلامة نفسها تحت حقل (**غير صالحه**) . اما اذا ارتايتم اعادة صياغة الفقره فارجوا ان يتم ذلك في حقل التعديل .

مع فائق الشكر والتقدير

الباحثان

اسعد خالد مردان

رزاق عباس رزاق

ت	الفقرات	صالحه	غير صالحه	تعديـل
١	لا اتردد ابدا بالتضحيه بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الاخرين.			
٢	اومن بان كل شخص يجب ان يسعى دائما الى تحقيق اهدافه باقصى ما يمكن من الكمال.			
٣	افضل السعي وراء اصلاح المسيئين بدلا من معاقبتهم او لومهم.			
٤	لا استطيع ان اقبل نتائج اعمال تاتي على غير ما اتوقع .			
٥	اؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه .			
٦	يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بامكانية حدوث الكوارث والمخاطر.			
٧	افضل تجنب الصعوبات بدلا من مواجهتها .			
٨	من المؤسف أن يكون الانسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل .			
٩	أؤمن بأن ماضي الانسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل .			
١٠	يجب ان لا يسمح الشخص لمشكلات الاخرين ان تمنعه من الشعور بالسعاده .			
١١	اعتقد ان هناك حل مثلي لكل مشكله لابد من الوصول اليه .			

١٢	ان الشخص الذي لا يكون جديا ورسميا في تعامله مع الاخرين لا يستحق الاحترام.			
١٣	اعتقد ان من الحكمه ان يتعامل الرجل مع المراة على اساس المساواة .			
١٤	يزعجني ان يصدرعني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الاخرين			
١٥	اومن بان قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من اعمال حتى وان لم تتصف بالكمال.			
١٦	افضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الاعمال الشريره حتى اتبين الاسباب .			
١٧	اتخوف دائما من ان تسير الامور على غير ما اريد .			
١٨	اومن بان افكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دور كبير في شعور بالسعاده او التعاسه .			
١٩	اومن بان الخوف من امكانية حدوث امر مكروه لايقلل من احتمال حدوثه .			
٢٠	اعتقد ان السعاده هي في الحياة السهله التي تخلو من تحمل المسئوليه ومواجهة الصعوبات			
٢١	افضل الاعتماد على نفسي في كثير من الامور رغم امكانية الفشل فيها .			
٢٢	لا يمكن للفرد ان يتخلص من تاثير الماضي حتى وان حاول ذلك .			
٢٣	من غير الحق ان يحرم الفرد نفسه من السعاده اذا شعره بانه غير قادر على اسعاد غيره ممن يعانون الشقاء.			
٢٤	اشعر باضطراب شديد حين افشل في ايجاد الحل الذي اعتبره حلا مثاليا لما اواجه من مشكلات .			

٢٥	يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له اذا اكثر من المرح والمزح .			
٢٦	ارفض بان اكون خاضعا لتاثير الماضي .			
٢٧	لا يمكن ان اتصور نفسي دون مساعدة من هم اقوى مني .			
٢٨	اومن بان الخط يلعب دور كبيرا في مشكلات الناس وتعاستهم .			
٢٩	يجب ان يكون الشخص حذرا ويقضا من امكانية حدوث المخاطر .			
٣٠	غالبا ما تؤرقني مشكلات الاخرين وتحرمني من الشعور بالسعاده .			
٣١	اومن بان رضا جميع الناس غاية لا تدرك .			
٣٢	اشعر بالضعف حين اكون وحيدا في مواجهة مسؤولياتي.			
٣٣	لا اتردد في لوم وعقاب من يؤذي الاخرين ويسئ اليهم .			
٣٤	اومن ان عدم قدرة الفرد على الوصول الى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته .			
٣٥	يسرني ان اواجه بعض المصاعب والمسئوليات التي تشعرني بالتحدي .			
٣٦	من غير الحق ان يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب .			

محلق(٣)

مقياس الافكار اللاعقلانية بالصيغة الاولية

محلق(٤)

مقياس الافكار اللاعقلانية بالصيغة النهائية