كلية البنات للأداب والعلوم والتربية

الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالأمن النفسي وجودة الحياة لدي طلاب الجامعة

دراسة مقدمة من البـــاحـــثـــة /

راندا حسيني عبد الرازق متولي

للحصول علي درجة الماجستير في التربية

(تخصص علم نفس تعليمي)

إشراف /

أ.م.د/عـــواطف إبراهيم شوكـــت

أستاذ علم النفس المساعد

كلية البنات – جامعةعين شمس

أ.م.د/هـــيـــام صابر شـــاهـــيـــن

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية البنات - جامعة عين شمس

2018 -2017

قال الله تعالى

إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ
حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ

(الرعد: ١١)

شكر وتقدير

اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ قَيِّمُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ الْحَقُّ، وَوَعْدُكَ الْحَقُّ، وَقَوْلُكَ الْحَقُّ، وَلِقَاؤُكَ حَقٌّ، وَالْجَنَّةُ حَقٌّ، وَالنَّارُ حَقٌّ وبعد .... فإنه من تمام النعمة شكر كل صاحب فضل والثناء عليه حيث يقول الله تعالي " (لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ). [سورة إبراهيم الآية:٧] ، ويقول رسول الله صل الله عليه وسلم [من لم يشكر الناس لم يشكر الله] وإن كنت وفقت بفضل من الله في إتمام هذا العمل فلا يسعني إلا أن أتقدم بأسمي أيات الشكر والتقدير لكل من ساهم في إتمام هذا العمل .

ومن هذه المنطلق أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلي أستاذتي الفاضلة **الأستاذة الدكتورة / عواطف إبراهيم شوكت** أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات جامعة عين شمس علي تفضلها بقبول الإشراف علي هذه الدراسة والتى لم تدخر من بحر علمها وفيض عطائها شيئآ ، فقد منحتنى من وقتها وجهدها الكثير ، ومن علمها الوفير ، منذ أن كانت هذه الدراسة فكرة فلها منى خالص الحب والإحترام والشكر والتقدير ، وبارك الله فيها ، وجزاها عنى خير الجزاء .

ويطيب لي أن أتوجه بخالص الشكر والتقدير إلي أستاذتي الفاضلة **الأستاذة الدكتورة / هيام صابر شاهين** أستاذ الصحة النفسية المساعد بكلية البنات جامعة عين شمس علي تبنيها هذا العمل وتفضلها الكريم بقبول الإشراف عليه فكانت نعم المرشد والقدوة حيث كانت لمراجعتها الدقيقة ونصائحها القيمة الأثر البليغ في أن يخرج هذا العمل بهذا الشكل ولهذا فأني أحمل لها باقات من الحب والتقدير والعرفان علي جهدها الكبير معي وجزاها الله عني خير الجزاء .

كما أتقدم بعظيم شكري وإمتناني إلي أستاذتي الفاضلة **الأستاذة الدكتورة / ماجي وليم يوسف** أستاذ علم النفس المساعد بكلية البنات جامعة عين شمس علي تفضلها بقبول مناقشة هذه الرسالة رغم ما لديها من إلتزامات أخري وذلك خدمة للبحث العلمي فلها مني عظيم الشكر ووافر التقدير والإحترام وجزاها الله عني خير الجزاء .

كما يسعدني ويشرفني أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلي أستاذتي الفاضلة **الأستاذة الدكتورة / وفاء محمد فتحي** أستاذ علم النفس بكلية الدراسات الإنسانية جامعة الأزهر علي تفضلها بقبول مناقشة هذه الرسالة وإثرائها بملاحظاتها القيمة فلها مني عظيم الشكر والتقدير وجزاها الله عني خير الجزاء .

وأتوجه بالشكر والتقدير والثناء إلي من أحاطتني بحنانها ، وضحت من أجلي بالكثير، وعلمتني أن أطمح وأن أجد وأجتهد دون كلل أو ملل ، علمتني أن اتحمل المسئوليه وأقف صامدة قوية أمام صعوبات الحياة .. إلي أغلي من عرفها قلبي وأول من نطق بها لساني إلي أمي الغالية **الدكتورة / عواطف عبد الرحمن السمنودي** علي ما قدمته لي من دعم ومساندة فجزاها الله الخير الكثير وبارك الله لي فيها ورزقها الصحة والعافية والعمر المديد .

كما أتوجه بالثناء والشكر والدعاء إلي **والدي الحبيب / حسيني عبد الرازق** الذي كنت أتمني أن يكون بجواري في هذه اللحظة ولكن قضاء الله كان أسرع من أمانينا ، أسأل الله أن يتغمده بواسع رحمته وعظيم مغفرته وأن يجعلني من بين أعماله التي لا تنقطع إنه سميع قريب مجيب الدعاء .

وكل الحب والشكر والتقدير والعرفان **لإخواتي الفضليات** المهندسة **رانيا حسيني** وزوجها الأستاذ **أحمد سمير** والدكتورة **ريم حسيني** وزوجها الأستاذ **محمود علام** ، وأولادهم **جني وعبد الرحمن وكريم** على ما قدموه لى من دعم ومساندة فبارك الله فيهم ، وجزاهم عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري إلي كل من : **الأستاذ / إسلام رشاد ، والمعالج السلوكي / محمد سيد عبد الحميد** لما قدموه لي من دعم ومساندة وتشجيع طوال فترة إعدادي لهذه الدراسة فبارك الله فيهم وجزاهم الله عني خير جزاء.

وشكري العميق وتقديري إلي أصدقائي الذين أكن لهم كل الحب والتقدير والعرفان وهم : **راندة عبد القوي - إبتسام الشافي - ريهام محمد – غني زين العابدين** فقد كانو عوناً لي علي الكثير من المشكلات التي واجهتني طوال فترة إعدادي لهذه الدراسة فلهم منى خالص الشكر والتقدير والعرفان .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلي مفحوصي الدراسة فلولاهم بعد رعاية الله وتوفيقه لي ما كانت هذه الدراسة بين ايدي سيادتكم بهذه الصورة الأن .

هؤلاء من ذكرتهم فشكرتهم أما من نسيتهم عن غير قصد فهم أولي الناس بالشكر والتقدير .

وأخيراً فإن هذا جهدي أقدمه لسيادتكم فإن كنت قصرت فمن نفسي فقوموني وإن كنت وفقت فمن الله وعلي يد أساتذتي فأعينوني .. ربنا عليك توكلنا وإليك أنبنا وإليك المصير .. والحمد لله رب العالمين .. والسلام عليكم ورحمه الله وبركاته ....

البـاحـــثـــــــة ....

مستخلص الدراسة باللغة العربية

هدفت الدراسة الحالية إلي الكشف عن الفروق بين كل من الأفكار اللاعقلانية والأمن النفسي وجودة الحياة لدي طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية (النوع ، التخصص ، العمر ، المرحلة الدراسية ، مكان الإقامة) ، الكشف عن علاقة الأفكار اللاعقلانية بكل من الأمن النفسي ، وجودة الحياة لدي طلاب الجامعة . وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠: ١٤٥ ذكور ، ١٥٥ إناث) من طلاب جامعة (بنها ،عين شمس) متوسط أعمارهم (٢٢.٢٣) ، وإنحرافها المعياري (١.٥٥) . وإستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الإرتباطي ، كما تم الإستعانة بالأدوات التالية وذلك بعد التحقق من الصدق والثبات لها : مقياس اللأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحثة) ، مقياس الأمن النفسي لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحثة) . مقياس جودة الحياة لدي طلاب الجامعة (إعداد الباحثة). وتوصلت نتائج الدراسة إلي وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس الأفكار اللاعقلانية في إتجاه الذكور ، كما توجد فروق بين الذكور والإناث على مقياس الأمن النفسي في إتجاه الإناث ، كما لا توجد فروق بين الذكور والإناث علي مقياس جودة الحياة ومكوناته ، ولا توجد فروق بين مجموعتي (العلمي، الأدبي) على مقياس الأفكار اللاعقلانية ، كما لا يوجد فروق بين مجموعتي التخصص (العلمي، الأدبي) على مقياس الأمن النفسي ، كما لا يوجد فروق بين مجموعتي التخصص (العلمي ، الأدبي) علي مقياس جودة الحياة ، ويوجد فروق بين الطلاب تعزي لمتغير العمر (١٨-٢٠ سنة، ٢١-٢٣ سنة) على مقياس الأفكار اللاعقلانية في إتجاه الطلاب ذوي المرحلة العمرية (١٨-٢٠ سنة) ، كما يوجد فروق بين مجموعتي الطلاب تعزي لمتغير العمر (١٨-٢٠سنة، ٢١-٢٣ سنة)على مقياس الأمن النفسي في إتجاه الطلاب ذوي المرحلة العمرية (٢١-٢٣ سنة) ، كما أشارت نتائج الدراسة إلي وجود فروق بين مجموعتي الطلاب تعزي لمتغير العمر (١٨-٢٠سنة، ٢١-٢٣ سنة) على مقياس جودة الحياة في إتجاه الطلاب ذوي المرحلة العمرية (٢١-٢٣ سنة) ، ويوجد فروق بين مجموعتي (الفرقة الأول ، الفرقة الرابعة) علي مقياس الأفكار اللاعقلانية في إتجاه طلاب الفرقة الأولي، ، وأشارت نتائج الدراسة إلي عدم وجود فروق بين مجموعتي (الفرقة الأول، الفرقة الرابعة) على مقياس الأمن النفسي ، مقياس جودة الحياة لدي طلاب الجامعة ، وتوجد فروق بين طلاب الجامعة تعزي لمتغير مكان الإقامة (ريف ، حضر) علي مقياس الأفكار اللاعقلانية في إتجاه الطلاب الذين يسكنون في الأماكن الريفية ، ووجود فروق بين طلاب الجامعة تعزي لمتغير مكان الإقامة (ريف،حضر) علي مقياس الأمن النفسي في إتجاه الطلاب الذين يسكنون في المناطق الحضرية ، كما توجد فروق بين طلاب الجامعة تعزي لمتغير مكان الإقامة (ريف، حضر) علي مقياس جودة الحياة في إتجاه الطلاب الذين يسكنون في المناطق الحضرية ، ووجود إرتباط سلبي بين الأفكار اللاعقلانية وكلا من الأمن النفسي وجودة الحياة لدي طلاب الجامعة ، بينما يوجد إرتباط موجب بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدي طلاب الجامعة .

الكلمات المفتاحية : الأفكار اللاعقلانية ، الأمن النفسي ، جودة الحياة ، طلاب الجامعة

Research Abstract

This study aims to detecting the differences between the irrational beliefs , The psychological security and the quality of life of the university students in light of some demographic variables (type, specialization, age, school stage, place of residence), and search the relationship of irrational thoughts with psychological security and quality of life I have university students. It's consisted of (300:145 male & 155 female) of university students their mean age (22.23 & S.D 1.55). The tools were irrational beliefs , Psychological security and quality of life scales (designed by research).

The study indicated that there were statistically significant differences between (male and female) of the total degree at irrational beliefs & its components towards male, There were statistically significant differences between (male and female) of the total degree at psychological security & its components towards Female , There were no statistically significant differences between(male and female) of the total degree at quality of life scales, There were no statistically significant differences between (scientific and literary) of the total degree at irrational beliefs, There were no statistically significant differences between (scientific and literary) of the total degree at psychological security & quality of life scales, There were statistically significant differences between (18-20 years, 21-23 years) of the total degree at irrational beliefs scales & its components towards (18-20 years),There were statistically significant differences between (18-20 years, 21-23 years) of the total degree at quality of life scales & its components towards (21- 23 years), There were statistically significant differences between (1st and 4th grades) of the total degree at irrational beliefs scales & its components towards(1st grades), There were no statistically significant differences between (1st and 4th grades) of the total degree at psychological security & quality of life scales, There were statistically significant differences between (Rural, urban) of the total degree at irrational beliefs scales & its components towards Rural areas, There were statistically significant differences between (Rural, urban) of the total degree at psychological security scales & its components towards urban areas , There were statistically significant differences between (Rural, urban) of the total degree at quality of life scales & its components towards urban areas, there were negative correlation

between irrational beliefs and (psychological security & quality of life) among university students, there are indicated that there were a positive correlation between psychological security and quality of life among university students .

Keywords: irrational Beliefs, Psychological Security, Quality of life, University Students

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
شكر وتقدير	أ
مستخلص الدراسة بالعربية	ج
مستخلص الدراسة بالإنجليزية	د
قائمة المحتويات	و
قائمة الملاحق	ز
قائمة الجداول	ح
قائمة الأشكال	ي
الفصل الأول : مدخل إلي الدراسة	
مقدمة	١
مشكلة الدراسة	٢
أهداف الدراسة	٦
أهمية الدراسة	٦
مصطلحات الدراسة	٧
محددات الدراسة	٧
الفصل الثاني : الإطار النظري لمفاهيم الدراسة	
المحور الأول : الأفكار اللاعقلانية	١٠
المحور الثاني : الأمن النفسي	٢٦
المحور الثالث : جودة الحياة	٤٥
المحور الرابع : طلاب الجامعة	٥٩
الفصل الثالث : الدراسات السابقة	
المحور الأول : دراسات تناولت الأفكار اللاعقلانية وبعض المتغيرات النفسية لدي طلاب الجامعة	٦٤
المحور الثاني :دراسات تناولت الأمن النفسي وبعض المتغيرات النفسية الأخري لدي طلاب الجامعة	٦٧
المحور الثالث :دراسات تناولت جودة الحياة وبعض المتغيرات النفسية الأخري لدي طلاب الجامعة	٦٩
المحورالرابع: دراسات تناولت الأفكاراللاعقلانية وعلاقتها بجودة الحياة لدي طلاب الجامعة	٧٢
تعليق علي الدراسات السابقة	٧٣
فروض الدراسة	٧٥
الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الحالية	
أولا : منهج الدراسة	٧٧
ثانيا : مجتمع الدراسة	٧٧
ثالثا : عينة الدراسة وخصائصها	٧٧
رابعا : الأدوات المستخدمة في الدراسة	٧٩
خامسا : الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	١١١
الفصل الخامس: نتائج الدراسة وتفسيراتها	
نتائج فروض الدراسة ... تفسيرها	١١٢
الفرض الأول وتفسيره	١١٣
الفرض الثاني وتفسيره	١١٦

الفرض الثالث وتفسيره	١٢٠
الفرض الرابع وتفسيره	١٢٤
الفرض الخامس وتفسيره	١٢٧
الفرض السادس وتفسيره	١٣١
الفرض السابع وتفسيره	١٣٣
الفرض الثامن وتفسيره	١٣٦
توصيات الدراسة	١٣٨
الدراسات المقترحة	١٣٨
مراجع الدراسة	
أولاً المراجع العربية	١٤٠
ثانياً المراجع الأجنبية	١٤٨
ملخص الدراسة باللغة العربية	١٨٩
ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	١٩٤

ملاحق الدراسة

رقم الملحق	الملحق	الصفحة
١	إستبانة الأفكار اللاعقلانية لدي طلاب الجامعة	١٥٤
٢	مقياس الأفكار اللاعقلانية في صورته الأولية	١٥٦
٣	مقياس الأفكار اللاعقلانية في صورته النهائية	١٦٢
٤	إستبانة الأمن النفسي لدي طلاب الجامعة	١٦٧
٥	مقياس الأمن النفسي في صورته الأولية	١٧٠
٦	مقياس الأمن النفسي في صورته النهائية	١٧٥
٧	إستبانة جودة الحياة لدي طلاب الجامعة	١٧٩
٨	مقياس جودة الحياة في صورته الأولية	١٨١
٩	مقياس جودة الحياة في صورته النهائية	١٨٥

ثانيا قائمة الجداول

رقم الجدول	محتوي الجدول	الصفحة
١	عدد أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية	٧٨
٢	عدد أفراد عينة الدراسة الفعلية	٧٨
٣	ملخص مقاييس الأفكار اللاعقلانية السابقة	٨٣
٤	العبارات المقتبسة من المقاييس السابقة بالنسبه للأفكار اللاعقلانية	٨٥
٥	تحليل مكونات المقاييس السابقة للأفكار اللاعقلانية	٨٥
٦	نتائج تحليل إستبانة الأفكار اللاعقلانية	٨٦
٧	العبارات المقتبسة من المقاييس السابقة وتعديلها	٨٨
٨	معاملات ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية باستخدام طريقة التجزئة النصفية بمعامل ارتباط بيرسون ، معامل إرتباط ألفا كرونباخ	٨٩
٩	حساب قيم معاملات الإرتباط بين درجة المفحوصين علي البند والدرجة الكلية علي مكونات مقياس الأفكار اللاعقلانية	٩٠
١٠	قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين الكلية على المكون والدرجة الكلية للمقياس	٩١
١١	مكونات مقياس الأفكار اللاعقلانية والفقرات التي تمثل كل مكون	٩٢
١٢	ملخص مقاييس الأمن النفسي السابقة	٩٥
١٣	العبارات المقتبسة من المقاييس السابقة بالنسبه للأمن النفسي	٩٥
١٤	تحليل مكونات المقاييس السابقة للأمن النفسي	٩٦
١٥	تحليل نتائج إستبيان الأمن النفسي	٩٦
١٦	العبارات المقتبسة من المقاييس السابقة وتعديلها	٩٨
١٧	معاملات ثبات مقياس الأمن النفسي بإستخدام طريقة التجزئة النصفية بمعامل ارتباط بيرسون ، معامل إرتباط ألفا كرونباخ	٩٨
١٨	حساب قيم معاملات الإرتباط بين درجة المفحوصين علي البند والدرجة الكلية علي مكونات مقياس الأمن النفسي	١٠٠
١٩	قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين الكلية على المكون والدرجة الكلية للمقياس	١٠٠
٢٠	مكونات مقياس الأمن النفسي والفقرات التي تمثل كل مكون	١٠١
٢١	ملخص مقاييس جودة الحياة السابقة	١٠٥
٢٢	العبارات المقتبسة من المقاييس السابقة بالنسبه لجودة الحياة	١٠٦
٢٣	تحليل مكونات المقاييس السابقة جودة الحياة	١٠٦
٢٤	تحليل نتائج إستبيانة جودة الحياة	١٠٧
٢٥	العبارات المقتبسة من المقاييس السابقة وتعديلها	١٠٨
٢٦	معاملات ثبات مقياس جودة الحياة بإستخدام طريقة التجزئة النصفية بمعامل ارتباط بيرسون ، معامل إرتباط ألفا كرونباخ	١٠٩
٢٧	حساب قيم معاملات الإرتباط بين درجة المفحوصين علي البند والدرجة الكلية علي مكونات مقياس جودة الحياة	١١٠
٢٨	قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين الكلية على المكون والدرجة الكلي للمقياس	١١٠
٢٩	مكونات مقياس جودة الحياة والفقرات التي تمثل كل مكون	١١١
٣٠	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأفكار اللاعقلانية علي الأداه الكلية تعزي لمتغير النوع (ذكور – إناث)	١١٣

٣١	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأمن النفسي علي الأداه الكلية تعزي لمتغير النوع (ذكور – إناث)	١١٤
٣٢	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية لجودة الحياة علي الأداه الكلية تعزي لمتغير النوع (ذكور – إناث)	١١٤
٣٣	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأفكار اللاعقلانية علي الأداه الكلية تعزي لمتغير التخصص (علمي - أدبي).	١١٧
٣٤	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأمن النفسي علي الأداه الكلية تعزي لمتغير التخصص (علمي – أدبي).	١١٧
٣٥	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية لجودة الحياة علي الأداه الكلية تعزي لمتغير التخصص (علمي – أدبي).	١١٨
٣٦	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأفكار اللاعقلانية علي الأداه الكلية تعزي لمتغير العمر (١٨-٢١سنة ،٢١-٢٣سنة).	١٢١
٣٧	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الأمن النفسي علي الأداه الكلية تعزي لمتغير العمر (١٨-٢١سنة ،٢١-٢٣سنة).	١٢١
٣٨	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية جودة الحياة علي الأداه الكلية تعزي لمتغير العمر (١٨-٢١سنة ،٢١-٢٣سنة).	١٢٢
٣٩	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأفكار اللاعقلانية علي الأداه الكلية تعزي لمتغير المرحلة الدراسية (الفرقة الأولي ، الفرقة الرابعة)	١٢٥
٤٠	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأمن النفسي علي الأداه الكلية تعزي لمتغير المرحلة الدراسية (الفرقة الأولي ، الفرقة الرابعة)	١٢٥
٤١	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية لجودة الحياة علي الأداه الكلية تعزي لمتغير المرحلة الدراسية (الفرقة الأولي ، الفرقة الرابعة)	١٢٦
٤٢	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية للأفكار اللاعقلانية علي الأداه الكلية تعزي لمتغير مكان السكن (الريف ، الحضر)	١٢٨
٤٣	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الأمن النفسي علي الأداه الكلية تعزي لمتغير مكان الإقامة (الريف ، الحضر)	١٢٨
٤٤	نتائج إختبار (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية جودة الحياة علي الأداه الكلية تعزي لمتغير مكان الإقامة (الريف ، الحضر)	١٢٩
٤٥	معاملات الإرتباط بين مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس الأمن النفسي	١٣١
٤٦	معاملات الإرتباط بين مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس جودة الحياة	١٣٣
٤٧	معاملات الإرتباط بين مقياس الأمن النفسي ومقياس جودة الحياة	١٣٦

قائمة الأشكال

محتوي الشكل	الصفحة
العلاقة بين ABCDE	٢١
النموذج المعرفي عند بيك	٢٣
رسم تخطيطي لمقومات الأمن النفسي	٣٠
العوامل المؤثرة علي الأمن النفسي	٣٣
أساليب تحقيق الأمن النفسي	٣٥
مكونات الشخصية عند فرويد	٣٧
هرم ماسلو للأمن النفسي	٤١
مؤشرات جودة الحياة	٤٩
المناحي المفسرة لجودة الحياة	٥٢
مجالات جودة الحياة	٥٥

الفصل الأول
مدخل إلي الدراسة

مقدمة

مشكلة الدراسة

أهداف الدراسة

أهمية الدراسة

مصطلحات الدراسة

محددات الدراسة

الفصل الأول
مدخل إلي الدراسة

مقدمة :

عندما يواجه الفرد أي موقف ؛ فإنه ينظر إليه، ويتعامل معه وفق معتقداته وأفكاره، فيشعر بالتهديد أوالطمأنينة ، بالسلام ،أو الرغبة في مناصبته العداء، بالحب أو الكراهية ،بالقلق أو الهدوء وفقاً لما تمليه عليه معتقداته وأفكاره ، ومجموع وجهات نظره ، وتوقعاته عن الحياة والآخرين.

ويري(**محمد محروس الشناوي ،١٩٩٤: ١٠٤**) أن الأفكار اللاعقلانية وتأثيراتها علي السلوك الإنساني حظيت بإهتمام العديد من العلماء والباحثين وذلك لإرتباطها بالبيئة علي أختلاف اشكالها سواء كانت إجتماعية او أسرية او نفسية ...الخ ، ويشير(**Maddi,1996 :Pp17**) إلي أنها تتخذ شكل التشوه المعرفي، أو الإدراك المشوه، واللاواقعي للذات وللأحداث السلبية التي يتعرض لها الفرد، وأن النزعة للإتجاه العقلاني تظهر بوضوح في الرشد وربما بعد ذلك، ويتطلب ذلك الكثير من الجهد من جانب الفرد الذي لديه أفكاراً لاعقلانية.

وأضاف (**محمد صهيب مزنوق ، ١٩٩٦: ٣١**) أن البنية المعرفية الداخلية للفردُتعتبر أحد المتغيرات الأساسية في معرفة الحالة النفسية له ، حتى أصبح الشعار اليوم " قل لي ما محتوى أفكارك ، وبأي طريقة تفكر ؛ أقل لك من أنت " . فالمعرفة هي محتوى الأفكار وطريقة تفكير الفرد في بيئته المحيطة وما هو بداخل نفسه ، وتلعب الأفكار اللاعقلانية دورًا مهما في إحداث الإضطراب النفسي ؛ فالفرد يفكِر ، وحينما يفكِر ينفعل ، فإذا كان تفكيره صحيحًا كان سعيدًا ، أما إذا كان تفكيره خاطئًا كان تعيسًا .

حيث أن تفكير الفرد وإنفعاله كما يشير (**Ellis , 1977 B :Pp20**) ليس مجرد عمليتين منفصلتين ، بل إنهما عمليتين متكاملتين ، فالمعارف تتوسط بين المثيرات والإستجابات ، وما يطلق عليه سلوك أو إنفعال لا ينشأ من استجابات الفرد لظروف البيئة التي يعيش فيها فقط ، بل من أفكاره نحو البيئة ، فالذي يسبب الإضطراب للفرد ليست الأحداث نفسها ، بل حكم الفرد على هذه الأحداث .

كما أشار(**Ellis , 1987A : Pp367**) إلي أن بعض الأفراد يواجهون الأحداث التي يتعرضون لها كل يوم بتفضيلات Preferences ورغبات Desires للأداء بنجاح ولكسب تأييد الناس المهمين ، والسيطرة على أنفسهم وعلى الأحداث التي يواجهونها ، وليكونوا مرتاحين جسدياً وقادرين على التعامل مع الأخطار بشكل َفعال ، إلا أن بعضًا من الأفراد يصعدون من رغباتهم وتفضيلاتهم ويحولونها إلى ضروريات Necessities مطْلقة وينبغيات Musts وأوامر Commands ومطالب Demands غير مشروطة فهم يرون أن عليهم في جميع الأوقات أن يصِلوا إلى درجة الكمال في إنجاز أعمالهم ، وأن يكونوا محبوبين من جميع الناس .

وأوضح (**زكريا أحمد الشربيني ، ٢٠٠٥ :٥٣٢**) أن ميل الأفراد إلى تصعيد رغباتهم وتفضيلاتهم إلى معتقدات تعكس مطالِب ملحة وأوامر ، تعكس تفكيرًا غير واقعي أو لا عقلانيًا ، وهذا التفكير يؤدي بهم إلى مشاعر سلبية

وسلوك غير َفعال و يُقود إلى القلق والعدوانية وقد يصل الأمر إلى تدني قيمة الذات . وقد أوضحت الكثير من الدراسات وجود إرتباط بين الأفكار اللاعقلانية والإضطرابات الإنفعالية كالقلق والعدوان والإكتئاب ، فقد أشارت دراسة **(عايد محمد الحموز ، ٢٠٠٦)** إلي وجود إرتباط سلبي بين الأفكار اللاعقلانية والقلق كحالة وسمة والتوجه الشخصي ، كما توصلت دراسة **(عبد الحميد سعيد،وأخرون،٢٠٠٣)** إلي وجود إرتباط سلبي بين الأفكار اللاعقلانية والإضطرابات الإنفعالية ، كما يمكن التنبؤ بحدوث الإضطرابات الإنفعالية من خلال الأفكار اللاعقلانية.

إن الشخص ذو الأفكار اللاعقلانية غالباً ما يتبنى إتجاهات وتوقعات عن النفس والحياة لا يقوم عليها دليل منطقي كالتسلطية، والجمود العقائدي ؛ مما يحول بينه وبين الحكم المستقل، وإستخدام المنطق بدلاً من الإنفعالات ، وكذلك الشخص الفاقد للأمن النفسي غالباً ما يشعر بالقلق والخوف والتشاؤم الدائم، ويتوقع حدوث الأسوأ، ويغلب عليه سوء الظن حيث يرى أن الآخرين عدوانين ، ويشعر بأنه شخص غير محبوب، وأن الآخرين يعاملونه بقسوة. وكل هذا يجعله فاقد لقيمة وجودة الحياة التي يريد ان يعيشها **(وفاء محمد القاضي ، ٢٠٠٩ : ١٧)** .

وعلي الرغم من قيام الباحثين بدراسة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وبعض المتغيرات الأخري كالقلق والخوف والإكتئاب والإضطرابات الإنفعالية المختلفة الإ أن هناك ندرة – في حدود إطلاع الباحثة - في بحث العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والأمن النفسي وجودة الحياة . الأمر الذي دفع الباحثة القيام بدراسة هذه العلاقة ومعرفة تأثير الأفكار اللاعقلانية علي الأمن النفسي وجودة الحياة .

مشكلة الدراسة :

يعيش الإنسان اليوم ظروفاً حياتية تنوعت وسائلها ، وتعقدت أساليب العيش فيها، إذ أصبح التغيير السريع المتلاحق سمة أساسية من سمات العصر ، إن لم يكن من أبرز ملامحه . والإنسان المعاصر يعيش في دوامة هذا التغيير السريع الذي يكون له تأثير سريع على عاداته ومعتقداته وأفكاره ،ونتيجة لذلك أصبح الإنسان مهيأ بحكم طبيعة هذا التغيير للمعاناة من المشكلات ، والإضطرابات النفسية ، تلك المشكلات التي لا يوجد أحد لم يعاني من أحدها في وقت ما ، ولاسيما طلاب الجامعة الذين يرون في تلك التغيرات تهديداً صارخاً لمستقبلهم .

إن طبيعة الإدراك لدي الفرد وطريقة تفكيره سواء العقلاني أو اللاعقلاني والتي يتبناها الفرد هي التي يفسر بها الأحداث من حوله ، وتؤثر علي ذاته ومستقبله ، ويرى البرت إليس أن "هناك مجموعة من الأفكار اللاعقلانية وما يلحق بها من إفتراضات تكون هي المسؤولة عن معظم الإضطرابات النفسية **(شايع مجلي ، ٢٠١١ :١٩٧)**.
فقد أوضح **(زكريا أحمد الشربيني، ٢٠٠٥ :٥٣٣)** أن الإضطرابات الإنفعالية والنفسية هي نتيجة أساليب التفكير الخاطئة. وأكدت دراسة **(سامي محمد موسى، ١٩٩٧ : ٦٤)** أن الأفكار اللاعقلانية تسبب الإضطرابات الإنفعالية لدى الفرد المتبني لهذه الأفكار اللاعقلانية .

وفي هذا الصدد أضاف **(عبد الستار إبراهيم، ١٩٩٤ : ٢٦٠)** أن الأفكار العقلانية يصحبها حالات وجدانية ملائمة للموقف وتؤدي إلى مزيد من النضج الإنفعالي والعمل البنَّاء ، أما الأفكار اللاعقلانية فيصحبها سوء تكيف وإضطرابات، وتكون الأفكار عقلانية حينما تتفق مع الأهداف العامة للفرد وحينها تحقق له السعادة ، وتكون