



جامعة المنصورة
كلية التربية



فعالية برنامج إرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية

إعداد
الباحثة/ اسيمة صبري القرالة

إشراف

أ. د./ فواد حامد الموافي الشورى أ. د. / محمود مندوه محمد سالم
أستاذ الصحة النفسية المتفرغ أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة
كلية التربية-جامعة المنصورة ووكيل الكلية لخدمة المجتمع والتنمية البيئية
كلية التربية-جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة
العدد ١١١ – يوليو ٢٠٢٠

فعالية برنامج إرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية

اسيمة صبري القرالة

المستخلص

تهدف الدراسة الحالية إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية في محافظة الكرك، تم إجراء الدراسة وتنفيذ البرنامج الإرشادي خلال الفصل الدراسي الأول من العام (٢٠١٩-٢٠٢٠)، تكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، توزعت بشكل متكافئ (١٠) طالبات كمجموعة تجريبية، (١٠) طالبات كمجموعة ضابطة. تم تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية (أعداد: سليمان الريحاني، ١٩٨٥)، وبرنامج إرشادي، وتكون البرنامج من (١٤) جلسة، وبعد التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة تم تطبيق الدراسة على أفراد عينة الدراسة، وأسفرت نتائج الدراسة على ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأفكار اللاعقلانية. وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في مقياس الأفكار اللاعقلانية. عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين بين التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس الأفكار اللاعقلانية. الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي - الأفكار اللاعقلانية.

Abstract

That the current study is to verify the effectiveness of a counseling program in amending irrational thoughts among high school students in Karak Governorate, the study was conducted and the implementation of the pilot program during the first semester of the year (2019-2020), the study sample consisted of (20) female students of the stage students High school, (10) students were distributed equally as a pilot group, (10) students as a control group. The irrational thoughts scale was applied (numbers: Suleiman Rihani, 1985), and a pilot program, and the program consisted of (14) sessions, after which the psychometric properties of the study tools were applied to the study sample individuals, and the results of the study resulted in the following: There are statistically significant differences at the level of significance (0.01) between the mean levels of the scores of the members of the experimental and control groups on the scale of irrational thoughts. There are statistically significant differences between the mean scores of the members of the experimental group in the pre and post scale on the irrational thoughts scale. There were no statistically significant differences between the mean scores of the members of the experimental group in the two measurements between the two dimensional and consecutive applications of the irrational thoughts scale.

Key words: counseling program, irrational thoughts.

تعد مرحلة الثانوية من المراحل المهمة في حياة الطالب، حيث يمر الطالب في فترة نمائية مهمه وهي مرحلة المراهقة، حيث تعتبر هذه المرحلة من الأكثر المراحل حساسية في حياة الطالب، حيث تتميز بالتغيرات النمائية والتطوري في نضج بعض أعضاء الجسم التي تتأثر بالمتطلبات النفسية الداخلية، ويكون المراهق أكثر عرضة لتبني بعض الأفكار للاعقلانية، ونتيجة لتعرضه لأحداث الحياة المتلاحقة والمستمرة قد يقف عاجزاً أمام ضغوطها، التي تقوده لهذه الأفكار وتقاوم هذه الضغوطات مما يزيد المشكلة تعقيداً، واضطراباً نفسياً يتعس الطالب ويعرضه للشقاء، أما اذا استخدم الأفكار العقلانية لمواجهة الأحداث الحياة، تكون النتيجة السعادة والتعاؤل والرضا والأقبال على الحياة، وكانت ناجحة في الوصول بالطالب الى الصحة النفسية والتوافق النفسي السليم هو الهدف الاسمي للإرشاد النفسي، ذلك لان سيادة التفكير اللاعقلاني لدى الفرد، وتبنيه لأفكار اللاعقلانية، وغير منطقية من شأنهما أن يشوه أدراكه للأمور والأحداث والمواقف، التي يتعرض لها في حياته اليومية.

تباينت النظريات في الإرشاد والعلاج النفسي حيث أن كل نظرية تتمتع بجوانب قوة وجوانب ضعف إيجابيات وسلبيات، فلا توجد نظرية متكاملة، تقدم تصوراً متكاملاً شاملاً عن طبيعة السلوك الإنساني وتصلح لكل العملاء ولكل المشكلات والاضطرابات لذلك ظهر الأسلوب التكاملي (أكرم محمد طلعت، ٢٠١٨: ١٠٤).

ومما سبق يتضح أن الإرشاد يهدف الى مساعدة الفرد لتنمية الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية لدى، والقدرة على حل ومواجهة المشكلات، وتخفيف حدة الاضطرابات النفسية والانفعالية ومساعدة الفرد نحو إنجاز إمكاناته الإيجابية للوصول الى اقصى التوظيف الإنساني لها، وهذا ما يسعى اليه البحث الحالي من تفعيل برنامج إرشادي لتعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية.

مشكلة الدراسة

يعاني بعض الطلبة من الاضطرابات والسلوكيات غير السوية، ولعل ذلك يعود الى أسباب فسيولوجية، إذ يتعرض الفرد في هذه المرحلة الى طفرة في النمو الجسمي، وذلك يؤثر بالمجمل في حالة الفرد النفسية، والاجتماعية، والمعرفية ولكن قد تسود في هذه المرحلة بعض الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية، والتي قد تكون امتداداً لمراحل سابقة، خاصة مراحل الطفولة.

ولعل البيئة الأكثر مناسبة لظهور هذه الأفكار هي مرحلة المراهقة، ففي مرحلة المراهقة يتعرض طلبة لأشكال متباينة من المشكلات النفسية والانفعالية في مراحل دراستهم، ومنها ما يتصل

بطريقة التفكير، ومن إحدى طرق التفكير، التفكير اللاعقلاني إذ يعد نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يمكن أن يعاني منها طلبة هذه المرحلة، وكل ذلك ينعكس سلباً على مستوى الجسمي والانفعالي والاجتماعي والسلوكي لهؤلاء الطلبة (محمد حسن، ٢٠٠٥: ٥٦).

وقد أجريت بعض الدراسات القريبة من الدراسة الحالية حيث أجرى دراسة Bilgin, M. & (Akkapulu, E. 2007)، ودراسة محمد سليمان بني خالد (٢٠١٥)، ودراسة فراس ياسين القعدان (٢٠١٧)، ودراسة سحر عبدالغني عبود (2018)، إلى التعرف على مستوى كل من الأفكار العقلانية واللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية وكذلك معرفة العلاقة بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية لديهم، وتوصلت إلى مجموعة من النتائج مفادها مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بدرجة مرتفعة، في ضوء ما سبق يتضح عدم وجود دراسات - في حدود علم الباحثة - تناولت العلاقة بين البرنامج الإرشادي والأفكار اللاعقلانية، كما لم يوجد سوى عدد قليل جداً من الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة لدى طالبات المرحلة الثانوية، ومن هنا تم صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الآتي:

ما فعالية برنامج إرشادي لتعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

وتفرع من هذا التساؤل الرئيس التساؤلات الآتية:

١. هل توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأفكار اللاعقلانية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟
٢. هل توجد فروق داله احصائياً بين المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟
٣. هل توجد فروق داله احصائياً بين المقياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية؟

أهداف الدراسة

يتمثل هدف الدراسة الحالية في التحقق من فعالية البرنامج في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية بما يلي:

١. القاء الضوء على مفاهيم الدراسة (برنامج الإرشادي، الأفكار اللاعقلانية) لدى طالبات المرحلة الثانوية.

٢. وضع معايير للبرنامج الإرشادي وأهدافه والفنيات المستخدمة في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية.

٣. الكشف عن فعالية برنامج إرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية في المجموعة التجريبية لدى طالبات المرحلة الثانوية، مقارنة مع أعضاء المجموعة الضابطة من طالبات المرحلة الثانوية.

٤. متابعة الاستمرارية لأثر البرنامج الإرشادي بعد انتهاء فترة التطبيق وبين التطبيق التتبعي بعد شهر لدى أعضاء المجموعة التجريبية في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية.

أهمية الدراسة

١. لقاء الضوء على فئة مهمة من فئات المجتمع وهي فئة طالبات المرحلة الثانوية باعتبارها ثروة حقيقية لأي مجتمع وركيزة التي يعتمد عليها المجتمع في التقدم والازدهار.

٢. التقدم بتصوير لإرشاد طلبة المرحلة الثانوية في تعديل الأفكار اللاعقلانية لديهم.

٣. أهمية المرحلة العمرية التي تناولتها الدراسة وهي المرحلة المراهقة والتي تمثل أكبر المراحل النمائية في الحياة الفرد بما تحمله من تغيرات فسيولوجية وضغوط وضوابط وصراعات نفسية.

٤. كما يمكن أن تفيد نتائج هذه الدراسة في إمكانية تطبيق المدخل الإرشادي في تنمية جوانب أخرى مثل الرضا عن الحياة والسعادة النفسية وتقدير الذات ومهارات الاجتماعية.

المصطلحات الإجرائية الدراسة

البرنامج الإرشادي: تعرف الباحثة البرنامج الإرشادي إجرائياً بأنه مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أسسها على نظريات الإرشاد النفسي وفنائه ومبادئه، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة، والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي، وتساعدهم في التغلب على مشكلاتهم الحياتية.

الأفكار اللاعقلانية: عرف سليمان الريحاني (١٩٨٥) الأفكار اللاعقلانية هي أنماط من التفكير غير السوي والبعيد عن المنطق والذي يؤدي بالطالبات إلى سوء التكيف، وتعتبر عن الدرجة التي تحصل عليها الطالبة من أفراد عينة الدراسة على مقياس الأفكار اللاعقلانية المستخدم في الدراسة.

محددات الدراسة

- **محددات البشرية:** تكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية لمدرسة مؤتة الثانوية للبنات ومدرسة زين الشرف الثانوية للبنات حيث تراوحت أعمارهم من (١٤-١٤)

١٨) سنة والذين حصلوا على درجة منخفضة على مقياس الأفكار اللاعقلانية، وتم تقسيم العينة عشوائياً إلى مجموعتين.

- **مجموعة الضابطة:** وتكونت من (١٠) طالبات من المرحلة الثانوية من مدرسة زين الشرف الثانوية للبنات لم يتلقى البرنامج، والمجموعة التجريبية: وتكونت من (١٠) طالبات الثانوية من مدرسة مؤته الثانوية من تلقوا البرنامج.

- **محددات المكانية:** مدرسة مؤته الثانوية، حيث تم تنفيذ جلسات البرنامج بإحدى القاعات الدراسية المجهزة في الأدوات اللازمة لنجاح البرنامج.

- **محددات الزمانية:** تم تطبيق البرنامج الإرشادي على الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) وقد استغرق تطبيق البرنامج شهر وأسبوعين بواقع جلستين أسبوعياً، واستخدمت الباحثة مقياس الأفكار اللاعقلانية (أعداد: سليمان الريحاني: ١٩٨٥)، كما أعدت الباحثة البرنامج الإرشادي.

ثانياً: (الإطار النظري والدراسات السابقة)

أولاً: البرامج الإرشادية

مفهوم البرنامج الإرشادي:

تشير نجود عبدالجليل عارف (٢٠٠٣: ٢٤٩) بأن " البرنامج الإرشادي يعمل وفق نظريات الإرشاد النفسي على مساعدة وتبصير الأفراد، في فهم مشكلاتهم التي تؤدي بهم إلى سوء التوافق، ومن ثم على حل هذه المشكلات بما يحقق سعادة الفرد مع الآخرين، بحيث يصل الفرد إلى أفضل مستوى من التوافق والرضا والصحة النفسية.

كما تعرفه شادية احمد عبد الخالق (٢٠٠٢: ٨٧) بأنه "مجموعة من الخطوات المنظمة والقائمة على أسس علمية، وتهدف إلى تقديم الخدمات لمساعدة الفرد، أو الجماعات لفهم مشاكلهم والتوصل إلى حلول بشأنها وتنمية مهاراتهم وقدراتهم، لتحقيق النمو السوي في شتى مجالات حياتهم، ويتم في صورة جلسات منظمة في إطار من علاقة متبادلة بين المرشد والمسترشد.

تعرف الباحثة البرنامج الإرشادي انه مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أسسها على نظريات الإرشاد النفسي وفتياته ومبادئه، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكيات واكتساب مهارات جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على مشكلاتهم الحياتية.

الحاجة إلى البرامج الإرشادية:

يلخص فوزي جبل، (٢٠٠٠: ٢٥٩) أبرز النقاط الهامة للبرامج الإرشادية: تساعد الفرد بأن يكون متوافقاً مع نفسه ومع مجتمعه الذي يعيش فيه، وتقديم الخدمات الإرشادية لمختلف الفئات والمراحل التي يمر بها الفرد، وإخراج الفرد من دائرة التمرکز حول الذات، والوصول لحلول للمشكلات والصراعات، ويفيد في حياة الأفراد الذين لا يجدي معهم الإرشاد الفردي، والقدرة على تعديل السلوكيات والاتجاهات.

أسس البرامج الإرشادية:

يرتكز البرنامج الإرشادي على مجموعة من الأسس والقواعد:

١. الأساس العام: قابلية السلوك للتعديل، وأن سلوك الفرد والجماعة قابل للتوجيه والإرشاد.
٢. الأساس الاجتماعي: الذي يتمثل في الاهتمام بالفرد باعتباره عضو في جماعة.
٣. الأساس الفلسفي: ويكون من خلال نظرة الإنسان إلى الحياة من منطلق أخلاقياته ورؤيته.
٤. الأساس النفسي والتربوي: ويشمل احتياجات المراحل النمائية المتعاقبة، والفروق بين الجنسين.
٥. الأساس الإداري: من خلال الإعداد والتخطيط والتنفيذ ومن ثم الإشراف، ثم المتابعة.
٦. تكامل أهداف الإرشاد مع الأهداف التربوية: لأن أهدافها تؤدي إلى حل المشاكل بطريقة مناسبة في مراحل النمو (أحمد الزعبي، ٢٠٠٣: ١٨٧).

خدمات البرامج الإرشادية:

- يتفق كل من (حامد عبد السلام زهران، ١٩٩٨: ٥٠٢) و(محمد جواد الخطيب، ٢٠٠٤: ١٩٨) و(رمضان محمد القذافي، ٢٠٠١: ١٨٩) على أبرز الخدمات التي تقدمها البرامج الإرشادية:
١. الخدمات الإرشادية: وتشمل خدمات التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي والمهني، وتستهدف كل من الفرد والجماعة، ويكون هدفها إما نمائي أو وقائي أو علاجي.
 ٢. الخدمات النفسية: وهي التي تُقدم للأفراد المسترشدين، من أجل تشخيص مشاكلهم النفسية، وتكون من خلال التعرف على استعداداتهم وقدراتهم واتجاهاتهم وميولهم.
 ٣. خدمات اجتماعية: والتي تهدف لتعزيز علاقة الفرد بالآخرين، من خلال تدعيم العلاقة بالمحيطين، وتقديم خدمات تساعدهم في حل مشاكلهم النفسية والاجتماعية.
 ٤. الخدمات التربوية: والتي تُوجه للطلبة في المدارس، لتحقيق حسن التوافق النفسي والاجتماعي، وتتناول هذه الخدمات عدة فئات منها: الأفراد المتأخرين دراسياً، وذوي الاحتياجات الخاصة، والموهوبين.

٥. خدمات التدريب أثناء الخدمة: وهي مجموعة خدمات تُقدم للعاملين في مجال التوجيه والإرشاد وخاصة الجدد منهم، كوسائل وفتيات الإرشاد، ودراسة الحالة، وطرق جمع المعلومات. لذلك كانت الأهمية الشديدة التي أولتها الباحثة للبرنامج في تعديل الأفكار اللاعقلانية، حيث لم يطبق عليهم أي من البرامج الإرشادية التي تهتم بنمو شخصيتهم النفسية والاجتماعية والسلوكية. مصادر بناء محتوى البرنامج الإرشادي:

يتم استقاء محتوى البرنامج من مصادر عدة منها على سبيل المثال الإطار النظري الذي استهلت الباحثة منه مادتها العلمية حول الموضوع هدف البرنامج، والدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات الصلة بموضوعها والبرنامج، والمقاييس والأدوات المستخدمة في دراستها وفي غيرها من الدراسات التي لها علاقة بدراستها، والدراسة الاستطلاعية الميدانية التي تتم من خلال الاستبيان المفتوح والتقارير الذاتية لأفراد العينة الاستطلاعية، وأيضاً تحليل محتوى البرامج الإرشادية التي تم تطبيقها من قبل والاستفادة منها في عمل جلسات البرنامج الإرشادي، مع الأخذ بعين الاعتبار أن محتوى البرامج الإرشادية يختلف باختلاف المشكلة والأهداف والعمر الزمني لأفراد العينة (طه عبدالعظيم حسين، ٢٠٠٤: ٢٨٦).

إجراءات تطبيق البرنامج الإرشادي:

وهي المرحلة التي تتضمن تنفيذ وتطبيق خطة العمل المنصوص عليها في البرنامج الإرشادي قبل التنفيذ وقد حددها صديق في كتابه دليل المرشد النفسي، على النحو التالي:

أولاً: الإجراءات التمهيدية

حيث الترتيبات النهائية التي يقوم بها المرشد قبل البدء في تنفيذ البرنامج، وذلك من خلال: تدريب القائمين على التنفيذ، تحديد ميزانية البرنامج ووجهة التمويل، إعداد التجهيزات اللازمة.

ثانياً: التطبيق الفعلي

حيث يبدأ في تطبيق البرنامج على النحو المنصوص عليه في التصميم وبالأسلوب الذي تم اختياره وحددته يشمل مسبق وذلك كما يلي:

١. الأسلوب المباشر وغير المباشر: حيث يتم توجيه مادة البرنامج إلى أفراد المجموعة الإرشادية

مباشرة أو بطريقة غير مباشرة، باستخدام بعض الأساليب والفتيات المستخدمة.

٢. التطبيق الجماعي أو الفردي للبرنامج: بحيث يوجه المرشد مادة برنامجه إلى عينة البرنامج

بشكل جماعي أو فردي وفقاً لطبيعة المشكلة لأنه من المفيد العمل مع جماعات خاصة في

المشكلات التي تطلب حلها تفاعلاً ومشاركة بين الأفراد، في حين تحتاج بعض المشكلات الأخرى إلى التطبيق الفردي أما اختيار الفنيات الإرشادية المستخدمة في البرنامج فإنها تخضع لمجموعة الشروط التالية: الخلفية العلمية للمرشد، خصائص وطبيعة المشكلة التي يتعرض البرنامج لحلها، طبيعة وخصائص المجموعة الإرشادية في البرنامج (محمد صديق، ٢٠٠٥: ٥٩).

محددات البرنامج الإرشادي

يحرص المرشد على مراعاة مجموعة من الشروط عند وضع خطة العمل الخاصة بالبرنامج الإرشادي حتى يضمن تحقيق أفضل نتائج عند التطبيق وهذه الشروط هي:

١. مراعاة الأسس العلمية لبرنامج الإرشاد النفسي: حيث يلتزم المرشد بالخطوط العريضة للأسس الفلسفية والتربوية والاجتماعية التي حددت الخلفية النظرية والإطار العام للبرنامج.
٢. التنظيم: حيث يتم تحديد الخطوات التي تتبع في التصميم والتطبيق والتقييم في تسلسل ضمن تحقيق أهداف البرنامج على أفضل وجه.
٣. التكامل: حيث يتم التأكيد من أن جميع العناصر المكونة للبرنامج تتكامل فيما بينها لتحقيق أهداف البرنامج الإرشادي دون تناقض أو تناقض.
٤. الدقة والتحديد: يتحرى المرشد الدقة في صياغة البرنامج بحيث لا تحمل مفردات أو مصطلحاته معان غامضة أو ملتبسة (محمد صديق، ٢٠٠٥: ٥٧ - ٥٨).

تقييم البرنامج الإرشادي:

يهدف التقييم إلى التحقق من مدى نجاح خطوات البرنامج، وأنها سارت كما هو متوقع لها، ويعتبر التقييم إجراءً فنياً يعتمد على قياس التغيرات التي تحدث نتيجة الإجراء العملي المحدد، وبناءً على ذلك فهو يتم وفق أربع خطوات هي: قياس التغيرات التي يمكن أن تحدث، وقياس التغيرات التي حدثت فعلاً، وتقدير مدى فاعلية هذه التغيرات أو الرغبة في حدوثها، أو كليهما معاً، واقتراح إجراءات عملية جديدة لتصويب الوضع (صالح الخطيب، ٢٠٠٣: ١٧١).

خطوات تقييم البرامج الإرشادية:

من أهم خطوات تقييم البرامج الإرشادية ما يلي:

١. تحديد أسئلة التقييم والإجابة عنها من خلال وضع استمارة خاصة معدة من قبل لغرض التقييم مراعية أهداف التقييم.
٢. تحديد معايير التقييم وتقدير وضع البرنامج اعتماداً عليها.

-
٣. تحديد طرق التقييم ووسائله واستخدامها لتحديد مدى فاعلية البرنامج وتحقيق لأهدافه.
٤. تحليل نتائج عملية التقييم وتفسيرها واستقصاء العلاقات بين جوانبها المختلفة لمعرفة الإيجابيات لتدعيمها والسلبيات لتصحيحها.
٥. اقتراح خطوات تقييم وإصلاح للبرنامج في ضوء النتائج لتحديد ما ينبغي دعمه أو تطويره أو تعديله من عناصر البرنامج (محمد سعفان، ٢٠٠٣: ٢١٩).

ثانياً: الأفكار اللاعقلانية:

مفهوم الأفكار اللاعقلانية:

يعرف أليس "Ellis" الأفكار اللاعقلانية بأنها الأفكار غير المنطقية التي تتميز بالمبالغة والتهويل في تفسيرها للحدث والتي تعيق الفرد في حياته اليومية وتسبب له اضطراباً نفسياً (زكريا الشرييني، ٢٠٠٥: ٥٤٠)

كما يعرف باترسون (1980) Petterson الأفكار اللاعقلانية بأنها هي المفاهيم والمعتقدات التي يتبناها الفرد عن الأحداث والظروف الخارجية، والتي ترجع نشأتها إلى التعلم المبكر غير المنطقي (طاهر شوبو، ١٩٩٥: ٦).

ويعرف محمد غنيم (١٩٩٨: ١٨٢) الأفكار اللاعقلانية بأنها الأفكار غير المنطقية وغير الواقعية التي تتميز بعدم موضوعيتها، وتكون على درجة عالية من المبالغة في تقدير الفرد لكفاءته والنظرة السلبية للآخرين، والقلق الزائد على الذات وعلى مشاكل الآخرين، مع الاهتمام بتعظيم وتضخيم الأمور نتيجة التكوين المعرفي للفرد وتفسيره للأحداث بما لا يتفق مع إمكانيات الفرد الفعلية.

ويعرف سليمان الريحاني (١٩٨٥: ٧٧) الأفكار اللاعقلانية بأنها رموز لفظية تشمل عبرت هادمة للذات حددها أليس "Ellis" في إحدى عشر فكرة.

من خلال التعريفات السابقة تعرف الباحثة الأفكار اللاعقلانية بأنها أنماط من التفكير غير السوي والبعيد عن المنطق ويتميز بالمبالغة والتهويل والذي يؤدي بصاحبه إلى سوء التكيف والاضطراب النفسي.

أعراض الأفكار اللاعقلانية:

يمكن تقسيم أعراض الأفكار اللاعقلانية إلى:

١. أعراض مزاجية: حزين- مكتئب- غير سعيد- منخفض المعنوية- قلق- سهل الاستثارة وفقد المتعة والبهجة والرضا عن الحياة.

جرى (Marcotte,D (1996) دراسة لمعرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاكنتاب في مرحلة المراهقة، وقد دلت نتائج الدراسة على عدم وجود استقرار في الدرجات الكلية للأفكار اللاعقلانية.

أكما هدفت دراسة (Janmohammadi, B & Abedi, G (2015) الى التعرف للعلاقة بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلبة، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب، حيث أن الأفكار اللاعقلانية لدى الطلاب ذوي مستوى التحصيل المتدني أعلى مما هي عليه لدى طلاب ذوي مستوى التحصيل المرتفع.

٢. أعراض معرفية: فقدان الاهتمام- صعوبة التركيز- انخفاض الدافع الذاتي- الأفكار السلبية- التردد-الشعور بالذنب- الأفكار الانتحارية- الهلوس- الأوهام.

دراسة (Lorcher. P.s (2002) هدفت الى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق. وأشارت نتائج الدراسة الى أن القلق ارتبط بشكل كبير ببعض الأفكار اللاعقلانية، وهي وجوب أن يكون الفرد محبوباً ومقبولاً من المجتمع، وأن ماضي الفرد هو المحدد لسلوكه في الحاضر، وأنه من المربك أن تأتي الأمور على غير ما يتوقع الفرد.

هدفت دراسة (Boyacioglu,N& Kucuk,L(2011)الى تحديد مدى التنبؤ بقلق الاختبار من خلال المعتقدات اللاعقلانية للطلاب،وقد أشارت نتائج الى وجود ارتباط بين قلق الاختبار والدرجة الكلية للمعتقدات اللاعقلانية. كما أشارت النتائج الى أن معتقدات الطالب غير العقلانية حول طلب النجاح وطلب الراحة كانت المنبئة بصورة دالة بقلق الاختبار لدى الطلاب.

٣. أعراض سلوكية: تأخرردود الأفعال السيكوحركية أوزيادتها- البكاء- الانسحاب الاجتماعي- الاعتماد على الغير- الانتحار.

٤. أعراض بدنية: اضطرابات النوم- الإرهاق- زيادة أو نقص الشهية- زيادة أو نقص الوزن- الألم- الاضطرابات المعوية- نقص الرغبة الجنسية(احمد عبد الخالق، مايسة النيال،١٩٩٦:٢٢)

بدراسة (Flett, G. Hewitt, P & Cheng, W (2008) توجهت الدراسة الى فحص العلاقة بين كل من الكرب النفسي وبين الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين. وأظهرت النتائج الى أن الأفكار اللاعقلانية ترتبط بالكرب النفسي لدى المراهقين.

وترى الباحثة من خلال الأعراض السابقة أن الأفكار اللاعقلانية تؤثر سلباً على كل الجوانب المزاجية والمعرفية والسلوكية والبدانة، وتعتبر هذه الأفكار اللاعقلانية إحدى المصادر المسئولة عن الاضطرابات النفسية التي تصاحب الفرد في حياته.

سمات الأفكار اللاعقلانية: أشار (نشوة دردير، ٢٠١٠: ٣٠) إلى السمات التي تتسم بها كل من الأفكار اللاعقلانية على النحو الآتي: متطرفة، تؤدي إلى الاضطراب النفسي، لا تساعد على تحقيق وإنجاز الأهداف، خطأ، غير منطقية.

بالإضافة إلى ما سبق ذكره من سمات الأفكار اللاعقلانية، فقد أشار ويندي "Windy" إلى أنها تعتمد على أربعة أفكار رئيسية وهي كالتالي:

١. **المطالبة:** وهي تعني أن مطالب الفرد ورغباته تأخذ شكل المطالب الواجبة يجب وينبغي، وعند عدم حصوله على ما يريد فإن ذلك يسبب له الاضطراب الانفعالي، وبالتالي تسيطر على الفرد غير العقلاني فكرة أن كل ما يريده يجب وحتماً أن يتحقق.

قام (Marius, M. Stanciu (2014) بدراسة هدفت الى الكشف العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والتحصيل الأكاديمي ومستوى القلق بين المراهقين. حيث أشارت النتائج الى وجود إثر هام وعلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والتحصيل الدراسي حيث إشارة الى علاقة الأفكار اللاعقلانية والنتائج السيئة للطلاب.

٢. **الإفكار المرعبة:** عندما لا تنفذ المطالب الصارمة، فإنها تجعل الفرد يشعر أن شيئاً خطيراً سيحدث.

وأجرى بريل Pearl. H (1992) دراسة تهدف الى التعرف على طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وأساليب التنشئة الوالدية، وكان من أهم النتائج للدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أساليب المعاملة الوالدية والأفكار اللاعقلانية التي يتبنوها الأبناء.

٣. **فكرة انخفاض تحمل الإحباط:** ويتبنى الفرد صاحب الأفكار اللاعقلانية فكرة أساسية، وهي أنه ليس لديه قدره على تحمل الإحباط، أو أن قدرته على تحمله منخفضة.

وفي دراسة قام بها Esther, C & Olge, C (2005) خلصت النتائج الى أن الذكور اعلى على المعتقدات اللاعقلانية من الإناث.

٤. **فكرة انخفاض القيمة:** ويعتقد الفرد اللاعقلاني أنه منخفض القيمة، أي أنه يشعر بانعدام الثقة بالنفس.

هدفت هناء سلوم (2016) إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وإلى تعرف الفروق في الأفكار اللاعقلانية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث). وقد أظهرت الدراسة النتائج التالية الى وجد علاقة بين الأفكار اللاعقلانية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، لا توجد فروق في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير الجنس، لا توجد فروق في استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس.

يرى أحمد محمود فيران (٢٠١٣) في دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المحرومين من الرعاية الوالدية والكفاءة الذاتية المدركة. وقد كانت تقديرات المفحوصين على مقياس الكفاءة الذاتية متوسطة وظهرت فروقات لتقديرات أفراد الدراسة على اختبار الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير الجنس والتحصيل الدراسي ونوع الرعاية. وعدم وجود فروق لتقديرات أفراد الدراسة على مقياس الكفاءة الذاتية المدركة تعزى إلى متغيرات الجنس والتحصيل الدراسي، ونوع الرعاية، ووجود علاقة ارتباطية لتقديرات أفراد الدراسة بين كل من اختبار الأفكار اللاعقلانية ومقياس الكفاءة الذاتية المدركة.

أساليب التفكير وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية:

حدد بيك "Beck" أساليب التفكير التي ينشأ عنها الأفكار اللاعقلانية في ما يلي:

١. التهويل والمبالغة؛ حيث يضيف الفرد دلالات مبالغ فيها عن الموضوعات المحايدة.
٢. التعميم؛ بمعنى تعميم خبرات سلبية منعزلة عن الذات ككل.
٣. الكل أو لا شيء، حيث يدرك الأشياء إما سيئة تمامًا أو لا شيء.
٤. عزل الأشياء عن سياقها؛ بمعنى الانتقاء السلبي.
٥. التفسير السلبي لما هو إيجابي.
٦. القفز إلى الاستنتاجات.
٧. قراءة المستقبل سلبياً وحتمياً.
٨. التأويل الشخصي للأمور (Abela, J,&D Allesando, D (2002:114)

وترى الباحثة أن الفرد يكتسب تلك الأفكار اللاعقلانية منذ الصغر حين يكون الطفل غير قادر على التفكير بشكل واضح، ويستمد حقائقه من تخيله للعديد من المخاوف، ويعتمد على الآخرين لتخطيط حياته، وكذلك من موروث المحيطين به عن الخرافات والاتجاهات التعصبية التي يتعلموها مباشرة من الأسرة.

انطلاقاً من الأدبيات النظرية والدراسات السابقة وفي حدود علم الباحثة تمت صياغة
فروض الدراسة الحالية الاتي:

١. توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس
الأفكار اللاعقلانية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

٢. توجد فروق داله احصائياً بين المجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية قبل وبعد
تطبيق البرنامج الإرشادي.

٣. توجد فروق داله احصائياً بين المقياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس
الأفكار اللاعقلانية.

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة:

تنتمي الدراسة الحالية الى فئة البحوث التجريبية، بحيث تعتمد على المنهج التجريبي التي
تهدف الى الكشف عن أثر المتغير المستقل (برنامج إرشادي)، على المتغير تابع (تعديل الأفكار
اللاعقلانية)، لدى طلبة المرحلة الثانوية، ولذى فقد تم تقسيم عينة الدراسة الى مجموعتين:
المجموعة التجريبية: وهي التي تتلقى برنامج إرشادي تكاملي، المجموعة الضابطة: وهي التي لا
تتلقى البرنامج وذلك لمعرفة الفروق بين المجموعتين.
ثانياً: مجتمع الدراسة:

تتكون عينة الدراسة من جميع طالبات الصفوف (الأول ثانوي والثاني ثانوي) في مدارس
محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية، في الفصل الدراسي الأول من عام (٢٠١٩-٢٠٢٠).
ثالثاً: عينات الدراسة:

فُسمت عينة الدراسة إلى عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة،
والعينة الأساسية.

١. العينة السيكومترية: تكونت عينة التحقق من الخصائص السيكومترية من (٣٠) طالبة من
طالبات مدرسة مؤتة الثانوية للبنات، وذلك بغرض حساب الخصائص السيكومترية لمقياس
الأفكار اللاعقلانية، بالطرق الإحصائية المختلفة.

٢. عينة الدراسة الأساسية: تكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية
لمدرسة مؤتة الثانوية للبنات ومدرسة زين الشرف الثانوية للبنات، حيث تراوحت أعمارهم من
(١٤-١٨) سنة، وبعد التحقق من مستوى الأفكار اللاعقلانية لديهم؛ تم اختيار (٢٠) طالبة
من طالبات المرحلة الثانوية لمدرسة مؤتة الثانوية للبنات ومدرسة زين الشرف الثانوية للبنات،

وهن اللواتي سجلن أقل الدرجات على مقياس الأفكار اللاعقلانية، وتم تقسيم العينة عشوائياً إلى مجموعتين، مجموعة الضابطة: وتكونت من (١٠) طالبات من المرحلة الثانوية لم يتلقوا البرنامج، ومجموعة تجريبية: وتكونت من (١٠) طالبات من المرحلة الثانوية يتلقوا البرنامج. ٣. **التكافؤ بين المجموعات:** لقد تم التكافؤ بين أفراد المجموعتين (التجريبية- الضابطة) من حيث التكافؤ العمر الزمني ومتغيرات الدراسة.

رابعاً: أدوات الدراسة: من خلال الدراسة الحالية تم الاعتماد على أدوات الدراسة وتتمثل بما يلي:

١. مقياس الأفكار اللاعقلانية (أعداد: سليمان الريحاني، ١٩٨٥).

٢. برنامج إرشادي (أعداد: الباحثة).

١. مقياس الأفكار اللاعقلانية (أعداد: سليمان الريحاني، ١٩٨٥)

استخدمت الباحثة مقياس ألبرت اليس وتكون من إحدى عشر فكرة لا عقلانية في نظرية العلاج المعرفي الانفعالي، والذي تم تطويره من قبل سليمان الريحاني (١٩٨٧)، وذلك بإضافة فكرتين (الفكرة الثانية عشر والفكرة الثالثة عشرة) واعتبرتاً خاصتان بالمجتمع العربي.

الخصائص السيكومترية لمقياس الأفكار اللاعقلانية:

وقد تم تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية على أفراد العينة الاستطلاعية المكونة من (٣٠) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، وتم حساب صدق وثبات هذا المقياس على نحو التالي:

١. **الصدق الظاهري:** للتحقق من الصدق لمقياس الأفكار اللاعقلانية ومدى ملاءمتها لتحقيق

أهداف الدراسة الحالية، تم عرض هذه الأدوات بصورتها الأولية على مجموعة المحكمين من أساتذة الجامعات السعودية والجامعات الأردنية من ذوي الخبرة والاختصاص بمجال الإرشاد والتربية الخاصة، والقياس والتقويم، حيث قدم لهم المقياس مسبقاً تعليمات توضح لهم ماهية واستخدام المقياس، وطبيعة العينة، قامت الباحثة بتفريغ ملاحظات ومقترحات السادة المحكمين حول المفردات المختلفة مع قبول المفردات التي تمثل نسبة الاتفاق (٨٠%) فما فوق لإبقاء مفردات واقل من ذلك لحذفها أو تعديلها، وقد تم الأخذ بمقترحات المحكمين وإجراء التعديلات المطلوبة، وقد تضمنت المقاييس في صورتها النهائية (٥٢) لمقياس الأفكار اللاعقلانية، وهكذا تكون الباحثة قد استبعدت (١٣) من الصورة المبدئية لمقياس الأفكار اللاعقلانية ليصبح عدد مفردات المقياس في صورة الأولية (٣٩).

٢. الصدق التمييزي لمقياس الأفكار اللاعقلانية: تم حساب الدرجات الكلية لأفراد العينة التقنينة الذي أجرى عليهم التطبيق الأولي للأداة والبالغ عددهم (٣٠) طالبة، بعد تم ترتيب الدرجات لأفراد العينة الاستطلاعية، والتعامل مع اعلى (٣٣%) من الدرجات الكلية، واعتبر الأفراد الذين حصلوا على هذه الدرجات أفراد الفئة العليا، في حين اعتبر الأفراد الذين حصلوا على أدنى (٣٣%) من الدرجات هم أفراد الفئة الدنيا، ثم تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة لفحص الفروق بين متوسط المجموعتين على الدرجات الكلية كمؤشر لدرجة تحقيق الصدق التمييزي لمقياس الأفكار اللاعقلانية، كما في الجدول الآتي (١):

جدول (١)

نتائج اختبار (t) لمتوسط الفئتين العليا والدنيا على مقياس الأفكار اللاعقلانية

المقياس	الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	مستوى الدلالة
الأفكار اللاعقلانية	العليا	10	68.60	10.52	4.971	٠,٠٠٠
	الدنيا	10	59.70	1.25		

يتبين من الجدول (٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠١ بين الفئة العليا والفئة الدنيا، وهذا يعني أن مقياس الأفكار اللاعقلانية قادر على التمييز بين أفراد الفئة العليا وأفراد الفئة الدنيا، ويتمتع بالصدق التمييزي.

٣. ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية: في الدراسة الحالية تم التحقق من ثبات المقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) طالبة من داخل مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، ثم إعادة تطبيق المقياس مرة أخرى على العينة الاستطلاعية وبفارق زمني بلغ (١٥) يوماً، وذلك بهدف حساب ثبات الاستقرار، وقد بلغ معامل الاستقرار للمقياس الكلي (٠,٨٨). وقد بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٩١)، وبذلك تتكون الصورة النهائية من المقياس في صورة نهائية (٣٩) مفردة.

تصحيح مقياس الأفكار اللاعقلانية:

عدد مفردات المقياس (٣٩) فقره: الأوزان:

- القيمة (٢) للإجابة التي تدل على قبول الطالب لفكرة اللاعقلانية التي تقيسها الفقرة.
 - والقيمة (١) للإجابة التي تدل على رفض الطالب لفكرة اللاعقلانية التي تقيسها الفقرة.
- العلامة الكلية على المقياس تتراوح بين (٣٩-٧٨):

- الحد الأدنى (٣٩) تعبر عن رفض الطالب لجميع الأفكار اللاعقلانية التي يمثلها المقياس أو تعبر عن درجة عليا من التفكير العقلي.
- الحد الأعلى (٧٨) وهي تعبر عن قبول الطالب لجميع الأفكار اللاعقلانية التي يمثلها المقياس أو تعبر عن درجة عليا من التفكير اللاعقلاني.
- العلامة الكلية (٥٨,٥) درجة عليا في العقلانية - (٧١,٥) خط النمط العام.
- العلامات الفرعية على المقياس عددها (١٣) علامة.
- وهي تقيس أبعاد الاختبار الثلاثة عشر. تتراوح العلامة على كل بعد بين (٣-٦) علامات:

- الحد الأدنى (٣) تعبر عن درجة عليا من التفكير العقلاني.
- الحد الأعلى (٦) تعبر عن درجة عليا من التفكير اللاعقلاني.
- العلامة الفرعية من (٥-٦) لا عقلانية ومن (٣-٤) الميل إلى العقلانية.
- العلامة (٤,٥) التآرجح بين العقلانية واللاعقلانية.

مثال: المفردات رقم (١، ١٤، ٢٧) تقيس الفكرة الأولى.

٢. البرنامج الإرشادي (أعداد: الباحثة)

يعد البرنامج الإرشادي الحالي القائم على " فعالية برنامج إرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية، وبذلك اعتمدت على فنيات الإرشاد النفسي، وقد مر أعداد البرنامج بعدة مراحل، بدايةً بمصادر أعداد البرنامج مروراً بخطوات البناء (التخطيط- التنفيذ- التقويم) وصولاً إلى الصورة النهائية.

١- التخطيط العام للبرنامج:

اعتمدت الباحثة لبناء البرنامج الإرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية، على طرق وفنيات علاجية متعددة الوسائل، حيث لا يعتمد الإرشاد على نظرية محددة بذاتها واستفادة الباحثة من الدراسات والبحوث التي تناولت برامج إرشادية ذات صلة بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية، ومنها دراسة داليا يوسف البيسي (٢٠١٠)، ودراسة مروة فريج محمد عبد القوي (٢٠١٧)، ودراسة فداء أحمد إسماعيل أبو كاس (٢٠١٨)، ودراسة أماني

سمير محمد علي (٢٠١٧)، ودراسة فاتن حسين محمد المتولي (٢٠١٨)، ودراسة سارة طه عبد السلام السيد حسن (٢٠١٨).

٢. أهداف البرنامج

أولاً: الهدف العام للبرنامج: يهدف البرنامج إلى تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى الطالبات المرحلة الثانوية.

ثانياً: الأهداف الإجرائية (السلوكية) للبرنامج: تتبثق تلك الأهداف من الهدف العام وتحقق مباشرة من خلال جلسات البرنامج وهي كالتالي:

١. التعرف بين الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية كخطوه أولى لبناء العلاقة الإرشادية الناجحة.

٢. تعريف أعضاء المجموعة الإرشادية على البرنامج الإرشادي.

٣. تعريف أعضاء المجموعة على طبيعة مرحلة المراهقة والتغيرات المصاحبة لها.

٤. تعرف أعضاء المجموعة الإرشادية إلى الأفكار اللاعقلانية، والكشف عن آثارها في السلوك غير المقبول، واكتساب الأفكار البديلة عنها.

٥. التعرف إلى الأفكار اللاعقلانية، والكشف عن آثارها في السلوك، واكتساب الأفكار البديلة عنها.

٦. تعرف أعضاء المجموعة الإرشادية إلى الأفكار اللاعقلانية، والكشف عن آثارها في السلوك، واكتساب الأفكار البديلة عنها.

٧. تعرف أعضاء المجموعة الإرشادية على الانهزام والالتكالية في ضوء الأفكار اللاعقلانية والكشف عن آثارها في السلوك، واكتساب الأفكار البديلة عنها.

٨. تعرف أعضاء المجموعة على الإصرار على القبول التام في ضوء الأفكار اللاعقلانية والكشف عن آثارها في السلوك، واكتساب الأفكار البديلة عنها.

٩. تعرف أعضاء المجموعة إلى فنيات تحديد المعتقدات والأفكار اللاعقلانية التي تقف وراء السلوكيات غير المقبولة وكيفية تعديلها.

١٠. تعرف أعضاء المجموعة إلى فنيات تحديد المعتقدات والأفكار اللاعقلانية التي تقف وراء السلوكيات غير المقبولة، وكيفية تعديلها.

١١. تعرف أعضاء المجموعة على خفض التوتر والقلق باستخدام الاسترخاء والتنفس العميق.

١٢. تعرف أعضاء المجموعة على التعبير عن المشاعر.

١٣. تقييم أثر البرنامج الإرشادي موضوعياً وذاتياً.

١٤. متابعة أثر البرنامج الإرشادي موضوعياً وذاتياً.

٢. ملخص جلسات البرنامج الإرشادي:

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	رقم الجلسة	عنوان الجلسة
1	تعارف	7	الإصرار على القبول التام
2	التعريف بالبرنامج الإرشادي	8	إعادة البناء المعرفي
3	مرحلة المراهقة وطبيعتها	9	تعديل الأفكار اللاعقلانية
4	الأفكار اللاعقلانية	10	خفض التوتر والقلق باستخدام الاسترخاء والتنفس العميق
5	السلبية	11	التعبير عن المشاعر
6	الانهزام والانتكالية	12	تقييم البرنامج

إجراءات البحث:

جاءت إجراءات البحث على النحو التالي :

١. إعداد أدوات البحث والتأكد من دلالات صدقهما وثباتهما بالطريقة العلمية المناسبة.
 ٢. تحديد العينة الاستطلاعية من مجتمع الدراسة وخارج عينتها لأغراض التأكد من دلالة الصدق والثبات.
 ٣. تحديد عينة البحث وذلك باختيار (٢٠) طالبة وتقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة.
 ٤. تطبيق البرنامج الإرشادي المستخدم في هذه البحث على أفراد المجموعة التجريبية.
- أولاً: نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها: نتائج الفرض الأول: للتحقق من الفرض الأول والذي ينص على أنه: "توجد فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح المجموعة التجريبية".

قامت الباحثة باستخدام اختبار مان ويتني (Mann-Whitney Test) للمجموعات المستقلة للكشف عن مدى دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية، ويوضح الجدول (٢) نتائج الفرض الأول.

جدول (٢)

يوضح نتائج اختبار مان ويتني لحساب الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الأفكار اللاعقلانية بعد تطبيق البرنامج

المقياس	المجموعة	ن	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي	مجموع الرتب	مان ويتني U	معامل W	قيمة Z	مستوى الدلالة
الأفكار اللاعقلانية	تجريبية	10	15.30	64.40	153.00	2.000	57.000	-3.634	0,00
	ضابطة	10	5.70	45.70	57.000				

يتضح من الجدول (٢) ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياس البعدي، وبمقارنة متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأفكار اللاعقلانية في القياس البعدي، وجد أن متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي (١٥,٣٠)، ومتوسط رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي (٥,٧٠)، وبالتالي يصبح الفرق لصالح المتوسط الأكبر وهو متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية، وهو ما يعني تحسين مستوى مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى أعضائها بعد تطبيق البرنامج الإرشادي عن نظرائهم أفراد المجموعة الضابطة.

وفي ضوء ذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح المجموعة التجريبية، وتشير هذه النتيجة إلى فاعلية البرامج الإرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية، ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن البرنامج الإرشادي راعى خلال إعداده وبناءه الأسس والمعايير السليمة التي ينبغي أن يقوم عليها، فقد تم تحديد أهداف البرنامج بحيث تتطابق مع أهداف الإرشاد والتي عملت على تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى الطالبات، بالإضافة إلى مناسبة البرنامج لأعضاء المجموعة الاسترشادية المطبق عليها، حيث أنهم في مرحلة المراهقة وبداية مرحلة النضوج، كما أن البرنامج جمع بين الطابع العلمي النظري والطابع العملي التطبيقي.

ومما ساعد على تفوق طالبات المجموعة التجريبية على طالبات المجموعة الضابطة الاهتمام بظروف تطبيق البرنامج ومراعاة خصائص واتجاهات الطالبات، فقد حرصت الباحثة في تقييم استعداد أفراد العينة التجريبية ومدى قابليتهم لتلقي الخدمات الإرشادية المناطة بها في الجلسات الإرشادية، وذلك من خلال مقابلتهم قبل بدء جلسات البرنامج والحصول على موافقتهم في الاشتراك بالبرنامج، كما حرصت الباحثة على تكوين علاقة طيبة مع أفراد العينة، فالعلاقة بين الباحثة والمسترشدين إذا اتسمت بالود والحب واستيعاب مشاعرهم وعدم التفرقة بينهم في المعاملة، واحترام حق كل منهم في التعبير عن راية بحرية فإن ذلك يعزز من فعالية البرنامج الإرشادي؛ وكذلك

التفتيس الانفعالي بشكل إيجابي، فضلاً عن عدم إغفال الجانب القيمي والأخلاقي عند إعداد البرنامج.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (نشوة درير، ٢٠١٠) التي أظهرت فاعلية برنامج للإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية.

نتائج الفرض الثاني: للتحقق من الفرض الثاني والذي ينص على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح القياس البعدي".

قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الأفكار اللاعقلانية في التطبيقين القبلي والبعدي، والجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الأفكار اللاعقلانية في التطبيقين القبلي

والبعدي (ن=١٠)

التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		مقياس الأفكار اللاعقلانية
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
8.47	64.60	4.64	45.70	

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروق بين التطبيق القبلي والبعدي وكانت لصالح التطبيق البعدي (الفرق الأكبر) وذلك عائد لفاعلية البرنامج الذي تم تطبيقه وأثره على أفراد المجموعة التجريبية. وللتحقق من دلالة هذه الفروق واختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية

جدول (٤)

الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي

على مقياس الأفكار اللاعقلانية

المتغير	اتجاه الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (z)	مستوى الدلالة
الأفكار اللاعقلانية	سالبة	0	0.000	0.000	-2.670	0.008
	موجب	9	5.000	45.00		
	متساوي	1				

يتضح من الجدول (٤) ما يلي: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على المستوى الكلي لمقياس الأفكار اللاعقلانية عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وبمقارنة متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على المستوى الكلي لمقياس الأفكار اللاعقلانية، وجد أن المتوسط الحسابي لدرجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي (٦٤,٦٠)، والمتوسط الحسابي لدرجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي (٤٥,٧٠)، وبالتالي يصبح هذا الفرق لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية، مما يشير إلى ارتفاع درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي على المستوى الكلي لمقياس الأفكار اللاعقلانية، بعد تطبيق البرنامج.

وفي ضوء ذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح القياس البعدي ، وتشير هذه النتيجة إلى فاعلية البرامج الإرشادي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالأردن، وهذا التحسن الملحوظ والدال إحصائياً الذي طرأ على أفراد المجموعة التجريبية بحيث أثر في تعديل الأفكار اللاعقلانية يؤكد على مراعاة البرنامج الإرشادي التكاملية لخصائص الطلبة واتجاهاتهم وميولهم، فقد حرصت الباحثة على تقديم تهيئة مناسبة قبل البدء بإعداد البرنامج، من خلال مقابلتهم، وتكوين علاقة طيبة مع أفراد العينة، والتي قامت على أساس من الود والحب واستيعاب مشاعرهم وعدم التفرقة بينهم في المعاملة، واحترام حق كل منهم في التعبير عن رايه بحرية وكذلك التنفيس الانفعالي بشكل إيجابي ، فضلاً عن عدم إغفال الجانب القيمي والأخلاقي عند أعداد البرنامج.

كما أنّ هناك العديد من الأساليب التي اتبعت في تنفيذ البرنامج ساهمت في تعديل الأفكار اللاعقلانية عند الطلبة، -على سبيل المثال- استراتيجية لعب الأدوار التي تعود الطلبة على ضبط النفس وغرس الثقة فيهم من خلال إثارة مواقف في جلسات الإرشاد بطرق التخيل ويكون من شأنها إثارة الغيظ أو الغضب أو الإحباط، وعن طريقها يقوم المرشد بتدريب المسترشد على إظهار استجابة ملائمة، ومن ثم فهو سيدخل المواقف الحية بثقة أكبر، فضلاً عن هذه المشاعر الإيجابية التي تسيطر عليه بعد أن يتقن بتمثيل الدور بطريقة انفعالية سلوكية ملائمة، فالاضطراب يتولد من التفكير في الأمور أكثر مما يتولد عن تلك الأمور ذاتها.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (نشوة درير، ٢٠٠٩) التي أظهرت فاعلية برنامج للإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية.

نتائج الفرض الثالثة: للتحقق من الفرض الخامسة والذي ينص على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح القياس التتبعي".

قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الأفكار اللاعقلانية في التطبيقين البعدي والتتبعي، والجدول (٥) يوضح ذلك:

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الأفكار اللاعقلانية في التطبيقين البعدي والتتبعي (ن=١٠)

التطبيق التتبعي		التطبيق البعدي		مقياس الأفكار اللاعقلانية
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
8.90	64.10	8.47	64.60	

يتضح من الجدول السابق أن هناك لا توجد فروق واضحة بين التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي وهذا عائد لفائدة البرنامج المطبق ومدى تأثيره في أفراد عينة الدراسة. ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الأفكار اللاعقلانية، ويوضح جدول (٦) هذه النتائج.

جدول (٦)

الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الأفكار اللاعقلانية (ن=١٠)

المقياس	اتجاه الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (z)	مستوى الدلالة
الأفكار	سالبة	5	5.10	25.50	-1.098	0.272

		10.50	3.50	3	موجب	اللاعقلانية
				2	متساوي	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس الأفكار اللاعقلانية.

وفي ضوء ذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الأفكار اللاعقلانية، وتشير هذه النتيجة إلى فاعلية البرامج الإرشادي في تعديل وتحسين الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالأردن، وهذا التحسن المستمر يشير إلى فاعلية وقوة البرنامج الإرشادي مما يعني انتقال أثر البرنامج إلى المجموعة التجريبية واستمرار هذا الأثر ولم يتأثر البرنامج بمرور فترة زمنية، كما يشير إلى صلاحية البرنامج الإرشادي وأن تأثيره ليس وقتياً.

ثانياً: توصيات الدراسة:

- استخدام البرنامج الإرشادي المقترح مع طالبات المرحلة الثانوية.
 - عمل ندوات ومحاضرات تثقيفية لدى طالبات حول الأفكار اللاعقلانية وكيفية التصدي لها.
 - تطبيق البرنامج المستخدم في الدراسة على كافة الطالبات في مدارس الأردن ليتم الاستفادة منه في مواجهة الأفكار اللاعقلانية.
 - إجراء المزيد من الدراسات في مجال الأفكار اللاعقلانية وربطها بمجالات أخرى من التوافق النفسي.
 - عمل برنامج تدريبي للمعلمات من أجل اكتساب المهارات والخبرات اللازمة في عملهم مع طالبات المرحلة الثانوية.
- ثالثاً: بحوث مقترحة:
- الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية وعلاقتها في بعض المتغيرات.
 - فاعلية برنامج إرشادي وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية.
 - فاعلية برنامج إرشادي تكاملي في تخفيف القلق والتشاؤم والعجز المتعلم لدى طالبات المرحلة الثانوية.
 - مقارنة بين فاعلية برنامج إرشادي وآخر سلوكي معرفي للطلاب المرحلة الثانوية.
- قائمة مراجع
١. احمد الزعبي (٢٠٠٣): التوجيه والإرشاد (اسسه- نظريات- طرائقه -مجالات- برامج)، عمان، مكتبة الراشد.

٢. احمد عبد الخالق ومايسة النيال (١٩٩٦): سن اليأس وعلاقته بكل من الاكتئاب والقلق والمخاوف لدي عينتين من العاملات وغير العاملات. *مجلة علم النفس*، العدد (٥): ٧-٣٦.
٣. احمد محمود فيران (٢٠١٣): الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المحرومين من الرعاية الوالدية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة، رسالة دكتوراه، جامعة عمان العربية، عمان.
٤. أكرم محمد طلعت (٢٠١٨): الاضطرابات الانفعالية في ضوء المتغيرات المعاصرة، القاهرة، دار الفكر العربي.
٥. أماني سمير محمد علي (٢٠١٧): برنامج إرشاد تكاملي لخفض بعض الاضطرابات الانفعالية لدى عينة من شباب الجامعة، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٦. حامد عبد السلام زهران (١٩٩٨): التوجيه والإرشاد النفسي، الطبعة (٣)، القاهرة، عالم الكتب.
٧. داليا يوسف البيسي (٢٠١٠): برنامج إرشادي لتنمية فعالية لدى التلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي المودعين بالمؤسسات الايوائية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة.
٨. رمضان محمد القذافي (٢٠٠١): التوجيه والإرشاد النفسي، الطبعة (٣)، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.
٩. رياض نايل العاسمي (٢٠١٦): العلاج النفسي، كلية التربية، منشورات جامعة دمشق.
١٠. زكريا الشربيني (٢٠٠٥): الأفكار اللاعقلانية وبعض مصادر اكتسابها دراسة على عينة من طالبات الجامعة، *مجلة الدراسات النفسية*، ١٥(٤): ٥٣١-٥٦٧.
١١. سارة طه عبدالسلام السيد حسن (٢٠١٨): برنامج إرشادي تكاملي لتصحيح الصورة الذهنية المتبادلة بين الأزواج وأثره على تحسين الشعور بجودة الحياة الزوجية لدى عينة من حديثي الزواج، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.
١٢. سحر عبدالغني عبود (٢٠١٨): برنامج انتقائي تكاملي لتنمية السلوك الإيثاري وأثره على تنمية الأمن النفسي لدى أطفال الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، *مجلة الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس - مركز الإرشاد النفسي، العدد (٥٣): ١ - ٩١.
١٣. سليمان الريحاني (١٩٨٥): تطوير اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية. *مجلة دراسات (العلوم التربوية)*، ١٢ (١١): ٧٧-٩٥.

١٤. شادية احمد عبد الخالق (٢٠٠٢): إثر برنامج إرشادي في خفض العدوان بين الأشقاء، ورقة بحث مقدمه الى مؤتمر التاسع لمركز الإرشاد النفسي، مصر، جامعة عين شمس.
١٥. صالح الخطيب (٢٠٠٣): الإرشاد النفسي في المدرسة أسسه-نظرياته - تطبيقاته، دار الكتاب الجامعي، الإمارات العربية المتحدة.
١٦. طاهر شوبو (١٩٩٥): الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وعلاقتها بالضغوط النفسية وأساليب التعامل معها. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
١٧. طه عبد العظيم حسين (٢٠٠٤): الإرشاد النفسي: النظرية - التطبيق - التكنولوجيا، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع.
١٨. فانتن حسين محمد متولي (٢٠١٨): فعالية برنامج إرشادي لتنمية الطاقة النفسية وأثره على فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى المراهقات ضعاف السمع. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة.
١٩. فداء احمد إسماعيل أبو الكاس (٢٠١٨): فعالية العلاج المعرفي السلوكي لتنمية التفاؤل لدى المراهقين من أبناء الشهداء في المحافظة الوسطى، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
٢٠. فراس ياسين القعدان (٢٠١٧): الأفكار العقلانية واللاعقلانية وفق نظرية البرت أليس وعلاقتها بالكفاءة الذاتية والهوية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس محافظة جرش. مجلة البحث العلمي في التربية، العدد الثامن عشر (٤٧٢).
٢١. فوزي جبل (٢٠٠٠): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الإسكندرية، المكتبة الجامعية.
٢٢. لبنى أحمان (٢٠٠٥): الكف المناعي المكتسب وعلاقته بكل من المعتقدات اللاعقلانية وأسلوب الاستقلال/ الاعتماد على المجال الإدراكي، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الحاج لخضر، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الجزائر.
٢٣. محمد جواد الخطيب (٢٠٠٤): التوجيه والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق، الطبعة (٣)، غزة، مكتبة آفاق.
٢٤. محمد حسن (٢٠٠٥): مرحلة المراهقة بين المسؤولية الأسرة ودور المجتمع، مجلة التربية، (١٥٢): ٥٦.
٢٥. محمد سغفان (٢٠٠٣): دراسات في علم النفس والصحة النفسية، القاهرة، دار الكتاب الحديث.

٢٦. محمد سليمان بني خالد (٢٠١٥): الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة المراهقين في مرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية، *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، مجلد الثالث عشر، العدد (٢).
٢٧. محمد صديق (٢٠٠٥): دليل المرشد النفسي، مطبعة كلية العلوم ببني سويف، مصر.
٢٨. محمد غنيم (١٩٩٨): أثر المعتقدات اللاعقلانية والتحصيل الأكاديمي على الضغط النفسي للمعلمين. *المجلة التربوية*، مجلد ١٦ (٦٤): ١٧٥-٢١٣.
٢٩. مروة فريخ محمد عبد القوي (٢٠١٧): فعالية برنامج إرشادي تكاملي لتنمية الصلابة النفسية والتفاؤل لدى عينة من المعلمات. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٣٠. نجود عبدالجليل عارف (٢٠٠٣): برنامج إرشادي مقترح لتحسين التواصل اللفظي بين الأزواج، *مجلة الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس، العدد (٣٠): (٢٠٩-٣٠٣).
٣١. نشوة ديرير (٢٠١٠): فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه، جامعة القاهرة.
٣٢. هناء سلوم (2016): الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية في مدينة دمشق، *مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية*، جامعة البعث، مجلد (٣٧)، العدد (٢١)، 147 - 115.
33. Abela, J, & D Allesandro, D. (2002): Becks cognitive theory of depression: The diathesis-stress and causal mediation components. **British Journal of Clinical Psychology**, 41:111-128.
34. Bilgin, M. & AkkPULU, E. (2007): Some Variables Predicting Social-Efficacy Expeectation. **Social Bahaviour and Personality**. 35 (6): 777-788.
35. Boyacioglu, N.& Kucuk L, (2011): Irrationl beliefs and test anxiety in Turkish school adolescents. **J Sch Nurs**. 27(6):447-54.
36. Esther, C, Olge, C (2005): Gender Differences in Cognitive Vulnerability to Depression and Behavior Problems in Adolescents. **Journal of Research in Personality**, Vol. 17, 357-397.
37. Flett, G. Hewitt,,P .& Cheng W.(2008): Perfectionism, Disterss, and irrational beliefs in high school student: Analyses with an abbreviated survey of personal beliefs for adolescents. **Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy**, 26, (3), 194-205.
38. Janmmohmmadi, B & Abedi, G (2015): Study of relation between Level of academic success and irrational beliefs of the student of Karaj

-
- Branch, Islamic Azad University. **Indian Journal of Fundamental and Applied Life Science**, 5 (S1),1204-1218.
- 39.Lorcher. Phoenixy. S (2002): Worry and Irrational Beliefs Preliminary Investigation. **Individual Differences Research**. Vol, (1),147.
- 40.Marius, M. Stanciu. (2014): The Connection between Gender, Academic Performance, Irrational Beliefs, Depression and Anxiety among Teenagers and Young Adults. **Romanian Journal of Cognitive Behavioral Therapy and Hypnosis**. volume 1 Issue 2, April- June.
- 41.Marrcotte, D. (1996): Irrational beliefs and Depression in Adolescence, **Journal of Adolescence**, 31 (124), 935-954.
- 42.Pearl, H. (1992). Chinese College students Perceived Childbearing Attitudes and Their Relationship to irrational beliefs. **Dissertation Abstracts International**, Vol 53 (9). P 31-38.