

الأفكار الّاعقلانية وعلاقتها بالصّحة النّفسيّة لدى عيّنة من طّلاب المرحلة الثّانوية بمدينة المسيلة.

أ.د محمد بودرّالة ، دليّة بوضياف جامعة مسيلة

المخلص

هدفت الدّراسة الحاليّة إلى التّعريف على العلاقة بين الأفكار الّاعقلانية والصّحة النّفسيّة لدى تلاميذ المرحلة الثّانوية، وسعت للإجابة على الأسئلة الآتية:

- ما مستوى انتشار الأفكار الّاعقلانية لدى طّلاب المرحلة الثّانوية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في الأفكار الّاعقلانية تُعزى لمتغيّر الجنس؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائيّة بين الأفكار الّاعقلانية وأبعاد الصّحة النّفسيّة؟

وللإجابة عن أسئلة الدّراسة، تمّ تطبيق مقياس الأفكار العقلانية والّاعقلانية الذي أعدّه الدّكتور سليمان الرّيحاني، ومقياس الصّحة النّفسيّة من إعداد كلّ من: عبد المطّلب أمين القريطي، وعبد العزيز السّيد الشّخص على عيّنة قوامها 353 تلميذا وتلميذة بالمرحلة الثّانوية بمدينة المسيلة، وتوصّلت الدّراسة إلى الإجابة على التّساؤلات التي انطلقت منها.

الكلمات المفتاحيّة: الأفكار الّاعقلانية، الصّحة النّفسيّة.

مقدمة:

أولى كثير من علماء النفس حماسا شديدا واهتماما كبيرا لدراسة الظروف البيئية والثقافية والعوامل المعرفية، ودورها في تشكيل وصياغة سلوك الإنسان، فهي المجال الذي ينشأ فيه الأفراد ويؤثر تأثيرا كبيرا في نموهم العقلي، فالوليد البشري لديه إمكانات هائلة، وتلعب العوامل المعرفية دورا مؤثرا في تحويل هذه القوى والإمكانات إلى واقع حي وسلوك وشخصية، ذلك لأن المكونات المعرفية للفرد، هي المحور الرئيسي لشخصيته، وهي التي تؤثر في مشاعره وسلوكه¹.

وقد أكد (ألبرت أليس Albert Ellis) أن التفكير الالاعقلاني، ينشأ في مرحلة الطفولة المبكرة عن طريق التعلم المبكر، خلال التنشئة الاجتماعية من قبل الأسرة والمجتمع، والتفكير الالاعقلاني له تأثير بالغ الأهمية على الصحة النفسية والتكيف. ومن خلال الدراسات والأبحاث في مجال الأفكار الالاعقلانية، وُجد أن هناك انتشار واسع للأفكار الالاعقلانية التي تحدث عنها (ألبرت أليس) في نظريته حول العلاج العقلي العاطفي، بين طلبة المدارس والجامعات في بيئتنا العربية، (الشريدي وصادق، 2000) و(الموسوي، 2005) وهي أيضا أكثر قوة في إرتباطها بالاضطرابات النفسية والعصائية التي تواجه الأفراد في بيئتنا العربية².

وفي هذا البحث نحاول تناول الأفكار الالاعقلانية ومدى انتشارها في مدينة المسيلة، مستهدفين مرحلة المراهقة باعتبارها فترة محممة من حياة الإنسان، حيث ارتأينا أن تكون دراستنا حول طلاب المرحلة الثانوية.

الإشكالية

تنبه الفلاسفة اليونانيون منذ القدم إلى أن الطريقة التي ندرك بها الأشياء وليس الأشياء في ذاتها، هي التي تجعل سلوكنا سويا أو متسا بالاضطراب، وفي هذا الصدد يقول (ايقورس): "لا يضطرب الناس من الأشياء، ولكن من الآراء التي يحملونها عنها"³.

وتعد المعرفة هي وسيلة الإنسان؛ كي يفهم ذاته والعالم من حوله، والتوصل إلى حقائق الأشياء؛ بل هي أساس نمو العقل الإنساني، وسبيله للسيطرة على الأشياء، وقد أكد ذلك (أوجست كونت) في قوله: "إذا عرفت استطعت"، ورغم أن المعرفة – كما أكد (فرويد) – هي جزء هام في الطريق إلى الشفاء، إلا أنها عندما تضطرب لا تصبح هي الشفاء؛ بل تصبح هي المرض والشفاء، وقد ذهب الفيلسوف الروائي (ابكتيوس) إلى أن إزالة الأفكار الخاطئة من العقل أجدى بكثير من إزالة الأورام⁴.

فالجانب الفكري من الاضطرابات، يشير ببساطة إلى مجموعة الأفكار والمعتقدات والحجج، ورتباً القيم التي يتبنّاها الشخص نحو ذاته، ونحو بيئته، وهذه الأفكار والمعتقدات غير العقلانية تكاد تكون عامّة، وعندما يتمّ تقبّلها وتدعيمها عن طريق التلقين الذاتي تؤدي إلى الاضطراب أو إلى العصاب.⁵ وأعتقد (أليس) بأنّ التفكير والإنفعال، لا يشكّلان وظيفتين مستقلّتين، إذ الانفعال يصاحب التفكير، والانفعال في الواقع هو تفكيرٌ متميّزٌ ذاتيٌ وشخصيٌ وغير عقلائيّ⁶؛ لذا فهو يعرّف العصبيّ بأنه: " فردٌ فقد حالة الفهم والاستبصار في فهمه، وهو يؤدي نفسه والآخرين لأسبابٍ غير عقلانيّة، فهو معاقق انفعالياً ولا يعرف كيف يفكّر بوضوح".⁷

وينشأ التفكير اللاعقلانيّ من التعلّم غير المنطقيّ المبكّر، فالفرد لديه الاستعداد لذلك التعلّم بيولوجيًّا، كما أنّه يكتسب ذلك من والديه خاصّة، ومن المجتمع الذي يعيش فيه، ومن خلال عمليّة التمو يتعلّم الطفل التفكير والشعور بأشياءٍ معيّنة بالنسبة لنفسه، وبالنسبة للآخرين كذلك.⁸ ويشير (مخيمر) " أنّ المراهقة هي الميلاد الوجوديُّ للكائن البشريّ من حيث أنّه يعي ذاته التي تريد أن تتحدّد في مواجهة الذات الأخرى."⁹

ويؤكد علماء النفس على أنّ هذه المرحلة إذا لم تكنفها الرعايَةُ والتنشئة الصّالحة، تعدُّ من أكثر المراحل التي يتوافر فيها كلّ مقومات إظهار العدوان والعنف؛ وذلك لاصطدام المراهق بالمجتمع و من حوله، لبحثه الدائم عن ذاته وكيانه، مما يجعل العنف والعدوان هما وسائل دفاعه عن ذاته، ومحاولته إثبات وجوده.¹⁰

وقد أشار الباحثون كذلك إلى أنّ انخفاض تقدير الذات، يُعدُّ أحدَ العوامل المؤدّية إلى الأفكار اللاعقلانية، ضف إلى ذلك الشعور بالتقص، وعدم الراحة، ومشاعر الإحباط.¹¹ هذا، وقد أسفرت نتائج دراسة (مواري) عن وجود علاقة بين المعتقدات غير العقلانية والانفعالات المحبطة للذات، الممثّلة في القلق والعداء والاكْتئاب لدى المراهقين، وأنّ هذه الانفعالات تزداد بتمسُّك هؤلاء الأفراد بمعتقداتهم اللاعقلانية.¹²

ويصاحب المعتقدات اللاعقلانية سوء تكيف، واضطرابات نفسيّة، تدفع الطلاب في المرحلة الثانوية إلى ارتكاب السلوكيات العدوانية، ويرجع ذلك إلى عدم التوافق مع الواقع، واضطراب التفكير، فالطريقة التي يفكّر بها الإنسان تنعكس على سلوكه، فلقد أوضحت العديد من الدراسات وجود علاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات النفسية؛ بمعنى أنّ الأفكار اللاعقلانية تؤدي إلى حدوث

الاضطراب النفسي¹³، وبالتالي فإن المرحلة الثانوية من المراحل الهامة التي يكون فيها الطلاب في سن المراهقة، إذ تعتبر فترة هامة جدا من حياة الإنسان، بل هي أهم فترات الحياة إطلاقا، فالتغيرات التبادلية، والمشكلات المختلفة التي يتعرض لها المراهق، تؤرق الأهل والعاملين في المجال التربوي، وكل من له اهتمام خاص بالمراهقين، وهي تبرز المراهق من أعماقه¹⁴.

لهذا يرى علماء النفس والتربية، أن الصحة الجسدية والتفسيّة للإنسان، تتوقفان على اجتيازه فترة المراهقة بأمان واطمئنان، فالتمو بأشكاله الجسميّة والعقلية والاجتماعية والانفعالية يتسارع في مرحلة المراهقة.

التساؤلات التالية:

- ما مستوى إنتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وأبعاد الصحة النفسية؟

فرضيات البحث:

- مستوى إنتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية مرتفع.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير الجنس.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وأبعاد الصحة النفسية.

أهداف البحث:

- التعرف على مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوية.
- التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية
- التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية و أبعاد الصحة النفسية.

تحديد مصطلحات البحث:

1- **الأفكار اللاعقلانية:** مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية، التي تتصف بعدم الموضوعية، وهي مبنية على توقعات وتنبؤات وتعميمات خاطئة، ومن خصائصها أنها تعتمد على الظن والتنبؤ والمبالغة والتحويل بدرجة لا تتفق مع الإمكانيات العقلية للفرد.¹⁵

وبرى باآرسون(1980) أنّ الأفكار الالاعقلانية هي المفاهيم والمعتقدات التي يآبناها الفرد عن الأحداث والظروف الالارجية، والتي ترجع نشأتها إلى التعلّم المبكر غير المنطقي.¹⁶

ويميّز المعالجون السلوكيون المعرفيون المعاصرون بين نوعين من المعتقدات والأبئية الفكرية:
- إعتقادات منطقية تصاحبها في الغالب أنواع من السلوك والنشاط، وحالات وجدانية ملائمة للصحة النفسية، ويفترض أنّ مثل هذه الاعقادات، تدفع الإنسان إلى مزيدٍ من التضج الالفعالي ومزيدٍ من الالاستفادة الالخبرة، ومزيدٍ من العمل البناء والنشاط الإيجابي، بعبارة أخرى يتوقّف وصف الاعقادات وأساليب التفكير بالمنطقية والاعقلانية بمدى انسجامها مع أهدافنا العامة في الحياة، وقيمتها في تسيير وتحقيق السعادة الشخصية والفاعلية الالاجتماعية، والإبداع، والإيجابية. - إعتقادات لا منطقية، وبناء فكريّ لالاعقلاني، مرتبط بالاضطرابات الإلفاعلية المرضية كالعصاب والذهان والاضطراب التلسي والالاجتاعي، فضلا عمّا تثيره من شعور سريع بالإحباط وعزوف عن مواصلة نشاطاتنا الإليجابية، المرتبطة بالجوودة في العمل والالاستمرار في الإنتاج.¹⁷

وقد أوضح (أليس) في هذا الصدد إحدى عشرة فكرة أو قيمة- غير عقلانية أو خرافية وغير ذات معنى، ولكنها رغم ذلك شائعة لدى المجتمعات الإنسانية، وهي تؤدي بالضرورة إلى انتشار العصاب.¹⁸ وهذه الأفكار هي:

- **الفكرة الأولى:** هناك ضرورة ملحة لأن يكون الشخص البالغ محبوبا ومستحسننا من كلّ فرد آخر هامّ في مجتمعه (طلب الإلستحسان)
- **الفكرة الثانية:** ينبغي أن يكون الفرد كفوّا تماما، وأن ينجز في جميع الالجوانب الممكنة حتى يعتبر نفسه ذا قيمة، وجدير بالاهتمام (إبتغاء الكمال الشخصي)
- **الفكرة الثالثة:** بعض الناس سيؤوّن وشريرون وعلى درجة عالية من الخسة والتذالة ولذا يجب أن يلاموا ويعاقبوا (اللوم القاسي للذات والآخرين)
- **الفكرة الرابعة:** إنّه لمن المصيبة الفادحة أن تأتي الأمور على غير ما يمتّى الفرد. (توقع الكوارث)
- **الفكرة الخامسة:** تنشأ تعاسة الفرد عن ظروف خارجية، لا يستطيع السيطرة عليها أو التلحّم بها (التهور الالفعالي)
- **الفكرة السادسة:** الأشياء الخيفة أو الخطرة، تستدعي الالاهتمام الكبير، والالانشغال الدائم في التفكير بها، وبالتالي فإنّ احتمال حدوثها يجب أن يشغل الفرد بشكل دائم. (القلق الزائد)

- **الفكرة السابعة:** من السهل أن نتجتب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلا من أن نواجهها. (تجنب المشكلات)

- **الفكرة الثامنة:** يجب أن يكون الشخص معتمدا على الآخرين، ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه. (الإعتمادية)

- **الفكرة التاسعة:** إنّ الخبرات والأحداث الماضية تقرّر السلوك الحاضر، وأنّ تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه. (الشعور بالعجز)

- **الفكرة العاشرة:** ينبغي أن يزرع الفرد أو يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات. (الانزعاج لمشاكل الآخرين)

- **الفكرة الحادية عشر:** هناك دائما حلّ مثاليّ وصحيح لكلّ مشكلة وهذا الحلّ لا بدّ من إيجادهِ وآلا فالنتيجة تكون مفاجئة.¹⁹ (إبتغاء الحلول الكاملة)

وقد أضاف سليمان الزيجاني (1975) فكرتين أساسيتين تعتبر كل منهما لاعقلانية وشائعة في مجتمعنا العربي، هما:

- ينبغي أن يتسم الفرد بالرسمية والجديّة في تعامله مع الآخرين، حتى تكون له قيمة أو مكانة محترمة بين الناس.

- لا شك أنّ مكانة الرجل تعدّ هي الأهمّ فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة.²⁰

إجرائيا: الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس الأفكار اللاعقلانية والعقلانية لسليمان الزيجاني.

2- الصحة النفسية: عزف دستور منظمة الصحة العالمية لعام (1992) الصحة النفسية على أنّها حالة كاملة من العافية الجسميّة والعقليّة والاجتماعيّة وليس مجرد غياب المرض أو الإعاقة، وينظر للصحة النفسية أيضا أنّها حالة إيجابية توجد لدى الفرد وتظهر في مستوى قيام وظائفه النفسية بمهتها بشكل حسن ومتناسق في وحدة الشخصيّة.²¹

ويعرفها الفريطي والشخص (1992): "هي تمتع الفرد ببعض الخصائص الإيجابية، التي تساعد على حسن توافقه مع نفسه، ومع بيئته الاجتماعية والمادّية، وكذلك تحرره من تلك الصفات السلبية أو الأعراض المرضية." وقد حدّد الخصائص والصفات التي يجب أن تتوفر في الفرد المتمتع بالصحة النفسية في الآتي:²²

- أ. الشّعور بالكفاءة والثّقة في النفس: ويعني إحساس الفرد بقيمته، وتوفّر ما لديه من إمكانيات تجعله قادرا على العطاء ومواجهة الصّعاب والتّحدّيات.
 - ب. القدرة على التفاعل الاجتماعي: ويقصد به مقدرة الفرد على عقد الصّدقات وتبادل الزيارات، وتكوين علاقات إنسانية مشبعة والإسهام بدور إيجابي في المناسبات والأنشطة.
 - ج. التضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس: ويعني المقدرة على مواجهات الصّراعات التفسّية والسيطرة على الانفعالات والتعبير عنها بصورة مناسبة ومقبولة اجتماعيا.
 - د. القدرة على توظيف الطّاقات والإمكانيات في أعمال مشبعة: ويعني سعي الفرد إلى تحقيق ما لديه من طاقات، والاستفادة ممّا لديه من إمكانيات في أعمال مثمرة لا تتعارض مع مصالح الآخرين وتشعره بالرضا والإشباع.
 - هـ. التحرر من الأعراض العصائية: ويعني خلوّ المرء من الأنماط السلوكية الشاذة المصاحبة للاضطرابات والأمراض التفسّية والعقلية، وانتفاء كلّ ما يعوق مشاركته في الحياة الاجتماعية، ويحدّ من تفاعله مع الآخرين.
 - و. البعد الإنساني والقيمي: ويقصد به تبني المرء لإطار قيميّ، يهتدي به ويوجّه سلوكه ويراعي فيه مشاعر الآخرين، ويحترم مصالحهم وحقوقهم.
 - ز. تقبّل الذات وأوجه القصور العضوية؛ أي تقبّل الفرد لذاته كما هي على حقيقتها ورضاؤه عنها بما تشتمل عليه، وعدم التفور أو الخجل ممّا تنطوي عليه من معوّقات جسميّة.²³
- إجرائيا: الصّحة التفسّية هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ على مقياس الصّحة التفسّية.**

منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة: أعتمد في هذه الدراسة على المنهج الوصفيّ لمناسبتة طبيعة الدراسة. **مجتمع الدراسة وعينتها:** يتكوّن مجتمع الدراسة من جميع طّلاب المرحلة الثانوية، باختلاف الجنس (ذكورا، وإناثا) و إختلاف تخصصاتهم (الأدبية، والعلمية) من الصّفوف التراسية (الأول، الثاني، الثالث) الملتحقين بالمدارس الحكومية في مدينة المسيلة للعام 2016/2015 والبالغ عددهم حسب مديرية التربية 7891 طالبا منهم 2957 بالصفّ الأول و 2379 بالصف الثاني و 2555 بالصف الثالث. واختيرت لإنتقاء العينة خمس ثانويات بمدينة المسيلة، حيث روعي في ذلك الإختيار أن تكون حسب مواقعها الأصليّة لمدينة المسيلة (الشمال، الجنوب، الشرق، الغرب، الوسط)، كما روعي أن

تكون في أحياء تضم مستويات اقتصادية واجتماعية متنوّعة، وقد بلغ أفراد العينة 353، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقيّة (السنة، الجنس، التخصص) وتتراوح أعمار أفراد العينة ما بين 15-21 عاما، ومتوسط مقداره 17.19، وانحراف معيار مقداره 1.52. ويبيّن الجدول رقم(1) مواصفات عينة البحث على حسب المتغيرات الديمغرافية.

إسم الثانوية	موقعها	المتغيرات	الحالة	التكرار	النسب المئوية
صلاح الدين الأيوبي	الشمال	المرحلة التعليمية	أولى ثانوي	132	37%
عثمان بن عفان	الجنوب		ثانية ثانوي	106	30%
عبد المجيد علام	الشرق		ثالث ثانوي	115	33%
محمد الشريف مساعدي	الغرب	التخصص	علمي	225	64%
			أدي	128	36%
إبراهيم بن الأغلب التميمي	الوسط	الجنس	ذكر	146	41%
			أنثى	207	59%
المجموع				353	100%

أدوات الدراسة: اعتمدت الدراسة الحالية على أداتين هما:

- مقياس الأفكار العقلانية والالاعقلانية من إعداد سليمان التريخاني(1985)

- مقياس الصحة النفسية من إعداد أمين القريطي وعبد العزيز السيد الشخص (1992)

أولاً- مقياس الأفكار الالاعقلانية والعقلانية: لقياس الأفكار الالاعقلانية قمنا بالإعتماد على مقياس الأفكار الالاعقلانية للتريخاني، الذي تم بناؤه في (1985)، ويتكوّن هذا المقياس، في صورته الأجنبية، من إحدى عشرة فكرة غير عقلانية، وضعها(ألبرت أليس)، وقام الدكتور سليمان التريخاني عام 1985 بترجمة هذا المقياس، وتقنينه على البيئة الأردنية، وأضاف فكرتين غير عقلانيتين، يرى أنّها منتشرتان في المجتمعات العربية، وبذلك يتكوّن هذا المقياس من 13 فكرة، وكلّ فكرة لها أربع فقرات، ليصبح عدد الفقرات، على الاختبار ككلّ 52 فقرة، تكون الإجابة عنها ب(نعم) أو (لا)

- القيمة (02) للإجابة التي تدلّ على قبول الطالب للفكرة الالاعقلانية التي تقيسها الفقرة.

- القيمة (01) للإجابة التي تدلّ على رفض الطالب للفكرة الالاعقلانية التي تقيسها الفقرة.

أ- **صدق المقياس:** قام الزيجاني(1985) بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس، وبلغت نسبة الاتفاق 90%، وقد دلّت نتائج التحليل التمييزي على أنّ جميع أبعاد الاختبار الثلاث عشرة (13) تتمتع بقدرة على التمييز بين الأسوياء والعصائين حيث تراوحت قيم (ف) بين (3.94) و(18.30) بمستوى دلالة تراوحت بين (0.05) و(0.01).

ولحساب صدق المقياس في الدراسة الحالية، تمّ الإعتماد على الصدق التمييزي (أسلوب المقارنات الطّرفية)، فبعد أن تمّ ترتيب درجات العينة الإستطلاعية تصاعدياً، والتي ضمت 50 تلميذا وتلميذة من طلاب المرحلة الثانوية، بثانوية أحمد بن محمد يحيى المقرزي بمدينة المسيلة، منهم 28 أنثى و22 ذكورا، تمّ إختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، حيث سحبت 27% من التلاميذ من طرفي التوزيع، فصارت لدينا مجموعتان متطرفتان متناقضتان تساوي كل منهما 13 فردا، إحداها يطلق عليها مجموعة "عليا" من حيث إرتفاع درجاتها والثانية يطلق عليها مجموعة "دنيا" من حيث انخفاض درجاتها، ثمّ أستخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وحسبت قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطين حسابيين لعيتين متساويتين مستقلتين متجانستين. حيث بلغت قيمة "ت" (12.39) وهي دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) مما يشير إلى صدق الأداة.

ب - **ثبات المقياس:** قام الزيجاني (1985) بحساب الثبات عن طريق إعادة الاختبار، وتراوحت معاملات الثبات ما بين (0.45) و(0.83)، وبلغ معامل الثبات للدرجة الكلية للاختبار (0.85) وفي الدراسة الحالية قمنا بحساب ثبات المقياس على عينة مكونة من 50 تلميذ وتلميذة بالمرحلة الثانوية عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ بإستعمال النظام الإحصائي SPSS19 حيث بلغ معامل الثبات (0.76) وهذه القيمة دالة إحصائيا، وتبين وجود ثبات مقبول لأداة الدراسة. **ثانيا- مقياس الصّحة النفسية:** لقد قام بإعداد هذا المقياس كلٌّ من أمين القريطي وعبد العزيز السيد الشّخص (1992)، حيث يقيس مدى تمتع الفرد ببعض الخصائص الإيجابية، التي تساعد على حسن التوافق مع نفسه وبيئته ومجتمعه، وكذلك تحرّره من تلك الصّفات السّلبية التي تعيق هذا التوافق، وتحتوي البنود على سبعة محاور هي: الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس، المقدرة على التفاعل الاجتماعي ، والتضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس، المقدرة على توظيف الطّاقات والإمكانيات في آمال

متشعبة ، والتحرر من الأعراض العصبية، والبعد الإنساني القيمي، وتقبل الذات وأوجه القصور العضوية.

وتعطي إستجابة المفحوص (نعم) درجة واحدة، و(لا) لا تعطي أي درجة، وذلك للعبارات الموجبة و التي أرقامها هي: (2، 4، 6، 9، 11، 13، 16، 18، 20، 23، 25، 27، 30، 32، 34، 37، 39، 41، 44، 46، 51، 53، 55، 58، 60، 62، 65، 67، 69، 72، 74، 79، 81، 83، 86، 88، 90، 93، 95، 97، 100، 102، 104)، وتعطي استجابة المفحوص ب(نعم) درجة واحدة، و(لا) لا تعطي أي درجة، وذلك للعبارات السالبة، والتي أرقامها هي: (1، 3، 5، 7، 8، 10، 12، 14، 15، 17، 19، 21، 22، 24، 26، 28، 29، 31، 33، 35، 36، 38، 40، 42، 43، 45، 47، 48، 49، 50، 52، 54، 56، 57، 59، 61، 63، 64، 66، 68، 70، 71، 73، 75، 78، 80، 82، 84، 85، 87، 89، 91، 92، 94، 96، 98، 101، 103، 105) وبذلك يتراوح مدى الدرجات بين (0-105) درجة، حيث تعبر الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بمستوى مرتفع من حيث النتيجة التفسية والعكس صحيح.

أ- **صدق المقياس:** اختبر هذا المقياس بإجرائه على عينة قوامها (400) طالب وطالبة بجامعة الملك سعود من القسمين (الأدبي والعلمي) للتحقق من صدقه في البيئة السعودية، وذلك بإستخراج معاملات ارتباط البنود الممثلة للأبعاد المختلفة بالدرجة الكلية لهذه الأبعاد حيث تراوحت ما بين (0.29) و(0.66) وجميع المعاملات دالة عند مستوى (0.01) ومن ثم إستخراج معاملات الارتباط البيئية بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس حيث تراوحت ما بين (0.29) و(0.81) وجميع المعاملات دالة عند مستوى (0.01).

وفي الدراسة الحالية تم التأكد من صدق المقياس عن طريق المقارنة الطرفية فبعد أن تم ترتيب التوزيع من أعلى درجة إلى أقل درجة لعينة ضمت 50 تلميذ وتلميذة بالمرحلة الثانوية، تم إختيار مجموعتين من طرفي التوزيع تمثل إحداها 27% من الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات، وثانيها 27% من الذين حصلوا على أدنى الدرجات، وكان حجم كل مجموعة 13 تلميذ ثم أستخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وحسبت قيمة "ت" للفروق بين المتوسطات حيث بلغت (12.52) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين "العليا" و"السفلى" وبالتالي فإن استبيان الصحة النفسية صادق.

ب- **ثبات المقياس:** تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق الإختبار، حيث طبق مرتين على عينة قوامها 100 طالب وطالبة بجامعة الملك سعود، بينها فارق زمني ثلاث أسابيع ومن ثم حساب معاملات الارتباط بين الدرجات لأفراد العينة في المراتين، بالنسبة لكل بعد من أبعاد المقياس، فكانت جميع المعاملات دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث تراوحت ما بين (0.57) و(0.81) مما يشير إلى التمتع بدرجة عالية من الثبات. وفي الدراسة الحالية تم حساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات على عينة مكونة من 50 تلميذ وتلميذة بالمرحلة الثانوية، حيث وُجد أن قيمة ألفا كرونباخ تساوي (0.82) وهذا يدل على أن معامل الثبات مرتفع ودال إحصائياً.

الأساليب الإحصائية: تمنا بمعالجة البيانات وتحليلها باستخدام الحاسب الآلي، من خلال برنامج (SpssVER.19)، وتمثلت المعالجات التي تمت للبيانات في الإحصائيات الآتية:

- 1- معامل الارتباط البسيط (ليرسون).
- 2- الإنحراف المعياري والمتوسط الحسابي.
- 3- إختبار T-test لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات

نتائج الدراسة:

النتائج المتعلقة بالفرض الأول: نص الفرض الأول على أن مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية مرتفع، وللتحقق من صحة الفرضية، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وحساب التكرارات والنسب المئوية للأفكار اللاعقلانية، والجدول يوضح ذلك: جدول رقم (3) التكرارات والنسب المئوية للأفكار اللاعقلانية وترتيبها لأفراد العينة.

الانحراف المعياري	المتوسط	النسب المئوية	التكرارات	الأفكار اللاعقلانية
0,876	7	%75	262	1- طلب الاستحسان
0,898	7,01	%73	259	2- ابتغاء الكمال الشخصي
0,894	6,97	%73	261	3- اللوم القاسي للذات والآخرين
0,924	6,97	%72	256	5- التهؤور الانفعالي
0,954	6,96	%70	247	11- ابتغاء الحلول الكاملة

0,973	6,9	%70	249	6-القلق الزائد
0,964	6,81	%70	230	10-الانزعاج لمشاكل الآخرين
0,897	6,84	%66	236	12-الجديّة والرسمية
1,011	6,8	%64	226	4-توقع المصائب والكوارث
0,896	6,68	%60	212	13-علاقة الرجل بالمرأة
0,944	6,58	%52	187	7-تجنب المشكلات
0,948	6,48	%50	177	9-الشعور بالعجز
0,945	6,52	%49	173	8-الاعتمادية
5,917	88,51	%68	240	المجموع الكلي للأفكار اللاعقلانية

ويتضح من الجدول رقم (3) أن النسب المتوقعة تراوحت بين (75%) في حدّها الأعلى وذلك للفكرة اللاعقلانية (1)؛ طلب التأييد والاستحسان، و (50%) في حدّها الأدنى وذلك للفكرة (9) وهي الشعور بالعجز، وهي نسبة مرتفعة تدلّ على انتشار للأفكار اللاعقلانية، وبناء على ما تقدّم فإنّه يمكن القول أنّ الفرضية الأولى تحققت.

ثانيا: النتائج المتعلقة بالفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير الجنس، وللتحقّق من صحّة هذه الفرضية تمّ حساب قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في الأفكار اللاعقلانية بين أفراد الجنسين والنتائج الخاصّة بذلك موضّحة في الجدول رقم (4).

جدول رقم (4) قيمة "ت" لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية.

ت	درجة الحزبية	أنثى=207		ذكر=146		العينة
		ع	م	ع	م	
0,98	351	0,82	6,96	0,93	7,05	1-طلب الاستحسان
0,02	351	0,89	7,00	0,91	7,01	2-إبتغاء الكمال الشخصي
-1,82	351	0,86	7,04	0,92	6,86	3-اللوم القاسي للذات والآخرين

-1,39	351	0,99	6,86	1,03	6,71	4-توقع المصائب والكوارث
-1,43	351	0,90	7,03	0,94	6,89	5- التهور الانفعالي
-	351	0,87	7,05	1,05	6,67	6-القلق الزائد
3,69**						
0,02	351	0,93	6,58	0,96	6,58	7- تجتّب المشكلات
-0,01	351	0,99	6,52	0,87	6,52	8- الإعتادية
0,12	351	0,96	6,47	0,92	6,49	9- الشعور بالعجز
0,12	351	0,96	6,80	0,96	6,82	10- الإنزعاج لمشاكل الآخرين
-,430	351	0,90	6,98	1,02	6,93	11- إبتغاء الحلول الكاملة
-1,91	351	0,86	6,92	0,93	6,73	12- الجدّية والرسمية
2,39	351	0,88	6,58	0,90	6,82	13- علاقة الرجل بالمرأة
-2,07	351	5.67	89.07	6.18	87.75	المجموع الكلي للأفكار اللاحقانية

بالنظر إلى الجدول السابق، يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الأفكار اللاحقانية، باستثناء الفكرة اللاحقانية السادسة، إذ تبين أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث، حيث بلغت قيمة الإحصائي (ت) (-3,697) عند مستوى التالة (0.01). وعند مقارنة متوسطي المجموعتين نجد أن متوسط الذكور (6,67)، بينما بلغ متوسط الإناث (7,05) مما يشير أن الفروق على هذه الفكرة في اتجاه الإناث، كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على الدرجة الكلية للأفكار اللاحقانية حيث بلغت (-2,07) وهي قيمة غير دالة، ومنه تحققت صحة الفرضية جزئياً.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالفرض الثالث: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين (الدرجات الخام للأفكار اللاحقانية) و(الدرجات الخام لأبعاد الصحة النفسية)، وللتحقق من صحة الفرضية تم حساب معامل الارتباط "بيرسون" بين الدرجات الخام للأفكار العقلانية، والدرجات الخام لأبعاد الصحة النفسية. والنتائج موضحة في الجدول رقم (5).

جدول (5) معاملات الارتباط "لبيرسون" بين درجات رتب هوية الأنا الكلية ودرجات الصحة النفسية وأبعادها لدى طلبة المرحلة الثانوية.

الأفكار اللاعقلانية	أبعاد الصحة النفسية
-0,03	الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس
0,14**	المقدرة على التفاعل الاجتماعي
-0,11*	التضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس
0,17**	المقدرة على توظيف الطاقات والإمكانات
-0,10*	التحرر من الأعراض العصائبة
0,11*	البعد الإنساني والقيمي
-0,10*	تقبل الذات وأوجه التصور العضوية
-0,01	الدرجة الكلية للصحة

**دالة عند مستوى (0.01) *دالة عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية، وبعُد التفاعل الاجتماعي بلغ معامل الارتباط (0.14) وهو دالٌّ عند مستوى الدلالة (0.01)، والبعد الإنساني و القيمي حيث بلغ معامل الارتباط (0.11)، وهو دالٌّ عند مستوى الدلالة (0.05). وارتبط سلبياً مع كلٍّ من بعُد التضج الانفعالي حيث بلغ (-0.11) وبعد التحرر من العصاب حيث بلغ معامل الارتباط (-0.10)، وبعُد تقبل الذات حيث بلغ (-0.10)، وجميع المعاملات دالة عند مستوى (0.05)، بينما لم يرتبط ببعُد الشعور بالثقة حيث عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مقياس الأفكار اللاعقلانية والدرجة الكلية للصحة النفسية، ومنه تحققت صحة الفرضية جزئياً.

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الأول والثاني:

➤ مستوى إنتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية مرتفع.

حيث أشارت التكرارات والنسب المئوية للأفكار في جدول (3) إلى أنّ الأفكار اللاعقلانية موجودة بنسب متفاوتة، حيث تراوحت بين (75%) في حدّها الأعلى وذلك للفكرة اللاعقلانية (1) طلب التأييد والاستحسان، و (49%) في حدّها الأدنى وذلك للفكرة (8) وهي الاعتمادية، وهي نسبة مرتفعة تدلّ على انتشار للأفكار اللاعقلانية، وتتفق هذه الدراسة مع العديد من الدراسات، منها دراسة الزيجاني (1988) والتي كان من نتائجها

انتشار الأفكار اللاعقلانية في المجتمع الأردني بنسبة (40%)، وإن كانت الدراسة الحالية تشير إلى ارتفاع نسبة الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة المسيلة، بالإضافة إلى دراسة إبراهيم (1990)، الشيخ (1990)، مزونق (1996)، حسن والجمالي (2003)، الصائغ (2004)، العريضة (2008)، وإن انتشارها له تأثير على صحة الفرد، كما يرى (أليس) أن التفكير اللاعقلاني يتشكل لدى الفرد في تعلمه المبكر الذي تلقاه من الوالدين والبيئة الثقافية التي يعيش فيها، بالإضافة أن الآباء يطالبون الأبناء بطموحات لا تصل إلي إمكانياتهم وخاصة أنهم في مرحلة الثانوية وعلى أبواب تحدّد مصيرهم الدراسي والمهني، مما يزيد من توترهم وانفعالاتهم ويميلون إلى التفكير المتطرف.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الثاني

➤ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية

حيث جاءت هذه النتائج متفقة مع العديد من الدراسات منها دراسة التريخاني (1987)، وإبراهيم (1990) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الأفكار اللاعقلانية، عدا فكرة الاعتمادية التي جاءت لصالح الإناث، و دراسة الزهراني (2010) التي توصلت إلى عدم وجود الفروق بين الجنسين عدا فكرة اليوم الزائد للذات والآخرين لصالح الذكور، وفكرة الحلول الكاملة لمصلحة الإناث، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة عبد الفتاح (2007)، التي أوردت أنه توجد فروق لصالح الذكور، ودراسة محمود التي توصلت إلى فروق لصالح الإناث، ويرجع عدم وجود الفروق إلى أن مرحلة المراهقة هي مرحلة البحث عن الهوية الذاتية، وذلك خلال محاولته اكتشاف ما يناسبهم من مبادئ ومعتقدات وأهداف وأدوار وعلاقات اجتماعية ذات معنى أو قيمة على المستوى الشخصي والاجتماعي، وأمّا فيما يتعلق بشيوع فكرة القلق الزائد لدى الإناث، ففي هذه المرحلة تشعر الفتاة بكثير من القلق والخوف بسبب التغيرات التائية، بالإضافة إلى طريقة التنشئة التي تولّد لديهنّ نوعاً من الشعور بالتقص وأنّ الفتاة أكثر عرضة للخطر من الذكر، مما يدفعهن إلى تحقيق الكمال في ذواتهنّ وفي تعليمهنّ وفي أعمالهنّ المستقبلية، ويؤدي هذا إلى شعورهنّ بالقلق الزائد والخوف من الفشل في عدم تحقيق أهدافهنّ أولاً ، ومن خطر مجهول يعترض حياتهنّ ثانياً.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الثالث:

➤ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وأبعاد الصحة النفسية

- وجود علاقة إرتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين كلٍّ من بُعد التضج الاعفالي والتحرز من العصاب وتقبل الذات وتتفق هذه النتيجة مع الإطار النظري، واتفقت مع نتائج العديد من الدراسات منها: دراسة مواري (1982) عن وجود علاقة بين المعتقدات غير العقلانية والانعفالات المحبطة للذات، المتمثلة في القلق والعداء والاكئاب لدى المراهقين، وأن هذه الانعفالات تزداد بتمسك هؤلاء الأفراد بمعتقداتهم الالاعقلانية، وكذلك دراسة الشمسان (1997) عن وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الالاعقلاني والأعراض المرضية لدى طالبات جامعة الملك سعود. واتفقت مع دراسة تشامبر (1980) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة إرتباطية بين الأفكار غير العقلانية كما حددها (أليس) وبين مستوى الانعفالات الحاذلة للذات.

- وجود علاقة إرتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الأفكار الالاعقلانية وكلٍّ من بُعد التفاعل الاعفالي والبعد الإنساني والقمي وتوظيف الطاقات، ونفسر ذلك أن المراهق يفترض أن الآخرين يفكرون في سلوكه ومظهره، وهذا ما يكون التمرکز حول الذات وبالتالي يرغبون في إظهار أنفسهم من خلال علاقاتهم الشخصية (جماعات الرفاق وتبادل التأثير بينهم والولاء لبعضهم) وبالوصول على نسبة عالية مما يسميه (آدler) الاهتمام الاعفالي أو الميل الاعفالي، ويطمح المراهق الوصول للذات المثالية مما يؤدي إلى المبالغة في تقدير الذات ومستوى القدرات لديه، بالإضافة إلى طموحه ومدى بعده أو قربه من طاقاته وإمكاناته، مما يؤدي إلى التعلق بالمثالية والتطلع للكمال، وبالتالي يعجز عن تطوير إمكاناته ومواهبه ويتميها على نحو منظم ليمح حياته شيئا من الاستقرار، بل إنه يتجه بدلا من ذلك إلى التطور بنفسه بطريقة تخلو من الاتساق وعدم الانتظام، فتتأرجح حياته بشدة بين صورته المثالية عن نفسه وإمكاناته وواقعه الحقيقي وإمكاناته الفعلية.

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار الالاعقلانية وكلٍّ من الشعور بالثقة والدرجة الكلية للصحة النفسية واختلفت هذه النتيجة مع دراسة الحياني(2012) في وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الأفكار الالاعقلانية والصحة النفسية، و لربما يرجع إلى تعایش الفرد مع هذه الأفكار الالاعقلانية كجزء من المجتمع وأن معظم هذه الأفكار الالاعقلانية يغرس أو يؤكد بفعل التربية والقائمين عليها كالأبوين والمدرسين والاتصال بالثقافة وما تبثه وسائل الإعلام.

التوصيات

بناء على ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج، تقدم الإقتراحات الآتية:

- 1- ضرورة توفر الجو النفسي والبيئي المناسب للتنشئة السليمة داخل المنزل والمدرسة.
- 2- إعداد برامج إرشادية وتثقيمية من خلال وسائل الإعلام للآباء والمربين لتبصيرهم بكيفية التعامل مع أبنائهم وتوعيتهم بأساليب التنشئة الاجتماعية العقلانية.
- 3- إجراء دورات ومحاضرات للأخصائين النفسائيين والتربويين حول الأفكار اللاعقلانية ورصدها لدى التلاميذ والعمل على استبدالها بأخرى عقلانية من خلال توعيتهم بها وأيضاً استعمال الطرق العلاجية المختلفة.
- 4- إستغلال الفراغ لدى التلاميذ من خلال توفير وتطوير المؤسسات سواء كانت رياضية ثقافية أو مهنية، ومن خلالها يُستغل أثر جاعة الرفاق في سلوك المراهق؛ أي ما يحدث من تفاعل وتأثير متبادل بينهم.
- 5- تتفق مع ما ذكره العبادي (2013) حول ضرورة إدخال مادة علم نفس الطفولة والمراهقة في المدارس لمساعدة الأطفال والمراهقين على اكتشاف إمكانياتهم واستثمارها استثماراً بناءً وصولاً لتحقيق هوياتهم، وتحديد رؤية واضحة للحياة.

- 1- ألفت كحلة (2009): العلاج المعرفي السلوكي والعلاج السلوكي عن طريق التحكم الذاتي لمرضى الاكتئاب، دار إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع، مصر، ص 2
- 2- محمد أحمد شاهين، محمد نزيه حمدي (2008): العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة الجامعات في فلسطين وفاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في خفضها، مجلة جامعة القدس المفتوحة، العدد14، القدس، ص16.
- 3- عبد الستار إبراهيم(1994): العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث أساليبه وميادين تطبيقه، دار العربية للنشر والتوزيع، مصر، ص272.
- 4- عصام عبد اللطيف(2001): سيكولوجية العدوانية وترويضها، دار غريب، القاهرة، ص16.
- 5- عبد الستار إبراهيم (1978): العلاج النفسي الحديث، عالم المعرفة، الكويت، ص65.
- 6- جلال كايد ضمرة (2008):الاتجاهات النظرية في الإرشاد، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ص82
- 7- سعيد جاسم الأسدي، عطاري محمد السعيد (2014): الصحة النفسية، ط1، دار الرضوان، عمان، ص280.
- 8- باترسون(1981): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفتحي، الجزء الأول، الكويت، دار القلم، ص176.
- 9- صالح حسن الداھري(2008): مبادئ علم النفس الارتقائي ونظرياته، ط1، دار الصفاء للطباعة والنشر عمان، ص98.
- 10- بلعسلة فتيحة (2013): فعالية برنامج إرشاد جماعي معرفي سلوكي في تنفيذ الأفكار اللاعقلانية الداعمة للعدوان وتعديل السلوك العدواني عند المراهق المتدرب، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، ص3.
- 11- علي إبراهيم (1995): العلاقة بين التفكير العقلائي واللاعقلاني وتقدير الذات لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة قطر، جامعة المنيا، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، العدد 1، المجلد 5
- 12- Murray, P. (1982): Relationship between specific irrational beliefs and hostility, anxiety, and¹²-depression in behaviorally disordered adolescents, Diss, Abst, Int, 43 (2), 531.
- 13- حمزة مالكي، شهاب الرشيد(2012): علاقة الأفكار اللاعقلانية بالسلوك العدواني لدى طلاب الثانوي، مجلة كلية التربية بالزقازيق، العدد88، ص221
- 14- أحمد محمد الزغبى(2015): سيكولوجية المراهقة، ط1، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان، الأردن. ص11.

- ¹⁵- حسن بن علي الزهراني (2010): الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بإدارة الوقت، رسالة دكتوراه ، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية، ص9.
- ¹⁶- طاهر شويو عبد الله (1995): الافكار اللاعقلانية لدي طلبة الجامعات وعلاقتها بالضغوط النفسية وأساليب التعامل معها ، كلية التربية جامعة المستنصرية، بغداد، ص6.
- ¹⁷- عبد الستار إبراهيم (2009): عين العقل دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الايجابي، ط1، دار الكاتب للطباعة والنشر، مصر، ص76.
- ¹⁸- سامي محمد ملحم(2013): علم نفس الشواذ، ط1، الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ص100
- ¹⁹ - Ellis,A.(1962).Reason and emotion in psychotherapy.Secaucus,NJ:Citadel Press.p61
- ²⁰- هشام ابراهيم عبد الله (2009) :العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي، دار الكتاب الحديث للنشر والتوزيع، ص63.
- ²¹- نفس المرجع السابق، ص63.
- ²²- عبد المطلب أمين القريطي وعبد العزيز السيد الشخص (1992): مقياس الصحة النفسية للشباب، مكتبة الأنجلو، القاهرة، ص9.
- ²³- مرزوق بن أحمد عبد المحسن العمري(2012): الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي ومستوي الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، ص45.