

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

arasrojyar@gmail.com

أ.م.د. محمد سعيد محمد

Drmizori06@gmail.com

مستخلص البحث:

هدف البحث التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين الأفكار غير العقلانية والتوافق النفسي، وتعرف نسبة انتشار الأفكار غير العقلانية لدى أفراد عينة البحث، وتعرف درجة التوافق النفسي لديهم، وكذلك معرفة الفروق بين متوسط درجات طلبة الجامعة على مقياس الأفكار غير العقلانية ومقياس التوافق النفسي تبعاً لمتغير السنة الدراسية، تكونت عينته من (374) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الأساسية وكلية العلوم، طبق عليهم مقياس رتيب (2001) للأفكار غير العقلانية، أما المقياس الثاني (التوافق النفسي) فقد اعده الباحثان وذلك بعد التحقق من صدقهما وثباتهما واستعانا بالوسائل الإحصائية من خلال برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وتوصلاً للنتائج الآتية: .

- نسبة انتشار الأفكار غير العقلانية لدى الذكور (20.78%)، ولدى الإناث (28.06%)، ولدى العينة الكلية (24.59%).

- وجود توافق نفسي بدرجة متوسطة لدى طلبة عينة البحث.
 - وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة على مقياس الأفكار غير العقلانية ودرجاتهم على استبانة التوافق النفسي.
 - وجود فروق بين متوسط درجات الطلبة على مقياس الأفكار غير العقلانية تُعزى إلى متغير السنة الدراسية لصالح الطلبة في السنة الأولى.
 - وجود فروق بين متوسط درجات الطلبة على استبانة التوافق النفسي تُعزى إلى متغير السنة الدراسية لصالح الطلبة في السنة الرابعة.
- الكلمات المفتاحية:** الأفكار غير العقلانية، التوافق النفسي، طلبة جامعة دهوك.

أولاً- مقدمة البحث:

تُعد دراسة جوانب الشخصية الإنسانية بنواحيها المتعددة من الدراسات المهمة جداً ولا سيما الجانب النفسي إذ تبحث في ومدى توافق الفرد مع ما يحيط به من أفكار ومعلومات وخبرات، فأفكار الفرد وطبيعتها ونوعها، تؤدي دوراً مهماً في مستوى توافقه النفسي من عدمه، الدور الذي تؤديه الأفكار في حدوث الاضطرابات النفسية فقد درس عدد من العلماء منهم ألبرت أليس في نظريته في العلاج العقلاني الانفعالي، إذ ذكر في نظريته أن الأفكار غير العقلانية Irrational Beliefs تسهم في إصابة الفرد بنوع من التوتر إذ إنها تؤثر في انفعالاته، وذلك لأن الأفكار غير العقلانية أو غير منطقية تعد بمثابة فكرة أو معلومة يتبناها الفرد، ونظراً لكونها غير منطقية فإن الفرد في هذه الحالة يعد كأنه يسعى إلى سراب. "ويرى المعرفيون أن وراء التصرفات الانفعالية السلبية مجموعة من التصورات والمعتقدات غير العقلانية، التي من خلالها ينظر الفرد إلى الحياة، وتحكم تفاعله مع الآخرين" (ابراهيم، 199: 1980) "يعتقد إيليس Ellis أن الأفراد المضطربين يعانون من التعاسة، لأنهم لا يستطيعون تحقيق أمنياتهم بسبب ما يفرضون على أنفسهم من أفكار ترتبط بعبارة مثل: (ينبغي، ويجب، ومن المفروض)" (Ellis, 2006, 123)، وعليه فإن هذه الأفكار غير العقلانية لها

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة

جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

آثار سلبية في شخصية الفرد وفي صحته النفسية، ومن ثم قد تؤثر هذه الأفكار على توافق طلبة الجامعة في البيئة التي يعيشون فيها.

"ويدل التوافق النفسي Psychological Adjustment على الصحة النفسية إذا كانت أهداف الفرد تتفق مع قيم المجتمع ومعاييرها، وإشباعها بسلوك مقبول، ويدل على ضعف الصحة النفسية إن لم تتفق مع أهداف المجتمع، أو كانت سلوكياته تثير سخط الناس عليه، ويعني توافق الفرد مع نفسه رضاه عنها وعن ماضيها وحاضرها ومستقبلها، وتقبله لقدراتها وصفاتها وحاجتها وسعيه إلى تنميتها، أما توافق الفرد مع المجتمع فيقصد به رضاه عن الناس الذين يعيش معهم وعن عاداتهم وتقاليدهم وشعوره بالتقبل والحب والتعاون معهم ورغبته بقواعد السلوك السائدة في مجتمعه" (الحكمي، 2003: 87).

يرى الباحثان حياة الإنسان تمضي في سلسلة من العمليات التوافقية بعضها تتحقق فيها أهداف الفرد بسهولة، وبعضها الآخر يخفق فيه الفرد في تحقيق ما يصبو إليه، وينعكس سلباً على ما يتخذه من قرارات. وتعد مرحلة الدراسة الجامعية من أهم المراحل في حياة الطلبة، إذ تتبلور فيها شخصيتهم وتصفّل بما يُعانونه من مشاكل قد تؤثر على توافقهم النفسي، لذا فإن البحث الحالي يعد محاولة للكشف عن نسبة انتشار الأفكار غير العقلانية، وعلاقة هذه الأفكار بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك.

ثانياً- مشكلة البحث ومبرراته:

يعد التوافق النفسي لدى الطالب في حياته الجامعية أمراً مهماً وضرورياً في نجاحه وتفوقه الدراسي، ويؤثر على مستوى هذا التوافق والتكيف النفسي عوامل عدة: مثل الأفكار والمعتقدات التي يتبناها الطالب الجامعي، والممارسات التي يبيدها مع محيطه الجامعي والقرارات التي يتخذها بناءً على نوع وطبيعة الأفكار التي يتبناها ومدى العقلانية في هذه الأفكار من غير العقلانية، ومن خلال عمل الباحثين في التدريس الجامعي، واحتكاكهم مع الطلبة في الحرم الجامعي، لاحظنا ظهور بعض مظاهر قلة التوافق لدى الطلبة، والذي قد يكون ناجم عن قلة التوافق مع الذات ومع الآخرين، ونتيجة لأهمية الصحة النفسية ودورها الكبير الذي تؤديه في تحصيل الطلبة، أي أن التفكير غير العقلاني يعد محدداً أساسياً للاضطرابات الانفعالية والسلوكية ومن ثم قد يؤثر ذلك على التوافق النفسي لدى الطلبة، وتبعاً لذلك قام الباحثان بإجراء بحث استطلاعي على عينة مكونة من (25) طالباً وطالبة من طلبة جامعة دهوك عن مدى انتشار الأفكار غير العقلانية بين الطلبة وعلاقتها بمستوى التوافق النفسي لديهم، إذ بينت النتائج وجود مستويات مختلفة من التوافق النفسي لدى الطلبة وتنوع في الأفكار غير العقلانية لديهم، وهذا ما أكدته نتائج بعض الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة فقد وجدت نتيجة لذلك أن هناك اختلافاً كبيراً في نتائج كل من الدراسات الأجنبية والدراسات العربية، إذ أشارت دراسة النابلسي (2009)، إلى أن الطلبة في المستوى الدراسي الأعلى يكون توافقهم النفسي أعلى من الطلبة في السنوات الدنيا من الدراسة الجامعية إذ توصلت إلى نتائج مختلفة ومنها دراسة ياو وآخرون (yao.et.al, 2012)، ودراسة يوسف (Yusoff, 2012).

وهذا الاختلاف في نتائج الدراسات السابقة فضلاً عن ندرة الدراسات العربية والأجنبية التي تقوم بدراسة كلا المتغيرين هي من أهم الأمور التي دفعت الباحثان بدراسة مشكلة تستحق تقصي نسبة انتشار الأفكار غير العقلانية، وتقصي درجة التوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك، ومحاولة معرفة فيما إذا كان هناك فروق بين الطلبة في الأفكار غير العقلانية والتوافق النفسي تبعاً لاختلاف السنة الدراسية وانطلاقاً مما سبق فإن مشكلة البحث الحالي تتحدد في الإجابة عن السؤال الآتي:

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

"هل هناك علاقة ارتباطية بين الأفكار غير العقلانية والتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك؟"

ثالثاً- أهمية البحث:

تظهر أهمية البحث فيما يأتي:

- 1-3- أهمية موضوع البحث المتعلق بدراسة الأفكار غير العقلانية وطبيعتها ومدى انتشارها بين طلبة جامعة دهوك ومدى علاقتها بمستوى التوافق النفسي لديهم.
- 2-3- قد يسهم هذا البحث في الخروج بنتائج ومقترحات تساعد في تحقيق توافق نفسي لدى طلبة الجامعة، وفي تحسين الجوانب المسؤولة عن قلة التوافق.
- 3-3- يمكن أن يستفيد المسؤولون عن رعاية طلبة الجامعة من نتائج هذا البحث في التخطيط لبرامج إرشادية تساعدهم في دعم مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة، ورفع مستوى توافقهم النفسي.
- 4-3- قد يستفاد من نتائج هذا البحث في توجيه الطلاب من أجل التفكير بالعقلانية أكثر.
- 5-3- حث بعض التربويين والمشتغلين في علم النفس لإجراء دراسات أخرى في ميدان الأفكار غير العقلانية والتوافق النفسي.
- 6-3- يمكن أن تسهم نتائج هذا البحث في فهم أفضل للعوامل المؤدية إلى التفكير غير العقلاني، وذلك لكونها تعد عوامل مؤثرة في النجاح الشخصي والمهني والأكاديمي.

رابعاً- أهداف البحث: يهدف البحث إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

س1/ ما العلاقة بين الأفكار غير العقلانية والتوافق النفسي لدى عينة البحث؟

س2/ ما درجة التوافق النفسي لدى عينة البحث؟

س3/ ما نسبة انتشار الأفكار غير العقلانية لدى أفراد عينة البحث الكلية، ولدى كلٍ من الذكور والإناث.

س4/ هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في الأفكار غير العقلانية والتي قد تعزى إلى متغير السنة الدراسية؟

س5/ هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في التوافق النفسي والتي قد تعزى إلى متغير السنة الدراسية.

خامساً- تحديد المصطلحات :

1-5- الأفكار غير العقلانية . Irrational Beliefs

يعرفها الموسوي (2005) بأنها "نمط من أنماط التفكير، يستخدم فيها الفرد تعبيرات مطلقة لا تتوافق مع الحقيقة الواقعية للذات والآخرين، ويتجلى هذا التفكير في شعور الإنسان بالقلق الزائد، وميله إلى التعصب لأرائه الصارمة، وتجنب المشكلات والابتعاد عن المسؤولية والمجازفة واسترضاء الناس، وطلب التأييد والقبول منهم". (الموسوي، 2005: 96)

يعرف الباحثان الأفكار غير العقلانية إجرائياً بأنها: عبارة عن مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب من خلال الإجابة عن استبانة الأفكار غير العقلانية المستخدمة في البحث الحالي والتي تتضمن الأفكار الإحدى عشرة التي طرحها ألبرت أليس في أربعة أبعاد أساسية، وهي: المطالبة- الرعب- عدم القدرة على التحمل- الإدانة.

2-5- التوافق النفسي: Psychological Adjustment

يعرف بلان وآخرون (2005) التوافق النفسي بأنه: "نوع من تبادل الأثر والتأثير بين الفرد وبيئته، بحيث أن الفرد لا يتأثر فقط بالظروف التي يعيش فيها، ولكنه كذلك يسهم بشكل أساس في تعديل هذه الظروف ومحاولة السيطرة عليها". (بلان وآخرون، 2005: 24)

يعرف الباحثان التوافق النفسي إجرائياً بأنه: عبارة عن مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب من خلال الإجابة عن استبانة التوافق النفسي المستخدمة في البحث الحالي والتي تتضمن ثلاثة أبعاد أساسية وهي: التوافق مع الذات- والتوافق مع الآخرين- والتكيف مع الحياة الاجتماعية.

سادساً- حدود البحث:

1-6- الحدود المكانية: الكليات العلمية والانسانية في جامعة دهوك .

2-6- الحدود الزمنية : السنة الدراسية (2019- 2020).

3-6- الحدود البشرية: عينة من طلبة جامعة دهوك .

سابعاً- الإطار النظري للبحث:

1-7- الأفكار غير العقلانية:

■ الأفكار غير العقلانية: ميز إليس بين نوعين من المعتقدات وهي:

1- المعتقدات غير العقلانية: "وهي المعتقدات والأفكار الواقعية والمنطقية التي تساعد في حصول الشخص على أهدافه، وهي ذات مضمون نسبي وليس حتمي، وهي تفضيلية وليست وجوبية، ويصاحب هذه المعتقدات غير العقلانية نتائج انفعالية وسلوكية إيجابية وسوية، أما كلمة غير العقلانية من وجهة نظر الإرشاد العقلاني لا تعني عدم الانفعالية، بل الأشخاص العقلانيون قد يكونون انفعاليين لدرجة عالية فقد يشعرون بالإحباط أو الانزعاج أو الندم عندما لا تحدث الأمور بشكل جيد في حياتهم" (Palmer & Dryden, 2002: 7)

2- المعتقدات غير العقلانية: "وهي تلك المعتقدات والأفكار غير الواقعية وغير المنطقية الخاطئة والتي تعيق تحقيق الشخص لأهدافه، ويصاحب هذه المعتقدات نتائج سلوكية وانفعالية سلبية وغير سوية" (الفرخ وتيم، 1999: 73)

■ تصنيف المعتقدات غير العقلانية

توجد المعتقدات غير العقلانية بكثرة واسعة الانتشار تؤدي إلى العديد من أشكال الاضطراب النفسي، وتم تصنيف هذه المعتقدات بطرائق مختلفة وفي البداية اقترح إليس عشر معتقداً غير عقلاني يرتبط مع الاضطراب النفسي وهي:

1- ضرورة ان يكون الشخص محبوباً ومقبولاً في بيئته من كل المحيطين به.

2- ينبغي أن يكون الشخص على درجة عالية من الكفاية والمنافسة والإنجاز حتى يكون شخصاً ذا قيمة وجديراً بكل شيء.

3- بعض الناس يتصفون لا قيمة لهم ولذلك فهم يستحقون اللوم والتوبيخ.

4- من النكبات المؤلمة ألا تسير الأمور على غير ما يريده المرء لها.

5- تنتج التعاسة عن ظروف خارجية لا نملك القدرة على التحكم بها.

6- الأشياء الخطرة أو المخيفة تُعد سبباً للانشغال الدائم للفكر، وينبغي أن يتوقعها الفرد دائماً وأن يستعد لمواجهتها.

7- من الأسهل تجنب الصعوبات والمسؤوليات الشخصية على أن نواجهها .

8- يجب أن يعتمد الإنسان على الآخرين، وأن يكون دائماً إلى جانبه شخص أقوى منه، يعتمد عليه.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة

جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

9- إن الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك الحاضر والمؤثرات الماضية لا يمكن استبعادها.

10- ينبغي على الفرد أن يحزن لما يصيب الآخرين من اضطراب ومشكلات.

11- هناك دائماً حل صحيح أو كامل لكل مشكلة، وهذا الحل يجب التوصل إليه وإلا فان النتائج سوف تكون مؤلمة" (بلان وآخرون، 2005: 207)

7-2- التوافق النفسي: Psychological Adjustment

التكيف مفهوم مستمد أساساً من علم البيولوجيا على نحو ما حددته نظرية تشارلس دارون المعروفة بنظرية النشوء والارتقاء (1859)، ويشير هذا المفهوم عادة إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء (فهمي، 1995: 19)، ثم أصبح هذا المفهوم يصف سلوك الإنسان كردود أفعال لعديد من المطالب، والضغوط البيئية التي يعيش فيها كالمناخ وغيره من عناصر البيئة الطبيعية، وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف واستخدم في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التوافق، ومن الطبيعي أن ينصب اهتمام علم النفس على البقاء السيكولوجي والاجتماعي للفرد أكثر مما ينصب على البقاء الطبيعي والبيولوجي، والتوافق مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير لأنه يرتبط بالنظرة للطبيعة الإنسانية ووجود نظريات وأطر ثقافية متباينة، وربما كان أحد أسباب غموض هذا المصطلح هو الخلط بين المفاهيم، ففي الإنجليزية نجد كلمات وفي العربية نجد، Accommodation - Adjustment - Conformity - Adaptation كلمات: توافق، تكيف، تلاؤم، مسايرة، مجازاة. (مصطفى، 2010: 69)

التوافق والصحة النفسية: ارتبط التوافق النفسي ببعض المفاهيم إلى درجة الخلط بينها، ولعل هذا الخلط ناجم عن ارتباط هذه المفاهيم ببعضها البعض، ومن أمثلة التعاريف التي ربطت بين التوافق والصحة النفسية:

تعريف فهمي (1998) الذي يرى فيه أن الصحة النفسية هي: "علم التكيف أو التوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية، ووحدها، وتقبل الفرد لذاته، وتقبل الآخرين له بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة والراحة النفسية" (فهمي، 1998: 18). ويرى القريطي (2003) ان الصحة النفسية حالة عقلية انفعالية ايجابية، مستقرة نسبياً، تعبر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة، وتوازن القوى الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في مجتمع، ووقت ما، ومرحلة نمو معينة، وتمتعه بالعافية النفسية والفاعلية الاجتماعية". (القريطي، 2003: 28)

مظاهر التوافق النفسي:

حدد علماء النفس مجموعة من الصفات يمكن من خلالها الحكم على ما إذا كانت الشخصية متوافقة نسبياً أم غير متوافقة، أشار إليها كل من: (فهمي، 1998؛ موسى، 2001؛ محمد، 2004) وتمثل فيما يأتي:

1- صورة الذات الجيدة.	6- تحمل المسؤولية.	10- النجاح في العمل.
2- حقيق الذات.	7- الشعور بالسعادة.	11- الراحة النفسية.
3- مواجهة الأزمات.	8- اتخاذ أهداف واقعية.	12- الخلق الرفيع.
4- التوافق الاجتماعي.	9- القدرة على التضحية.	14- السلامة من الأمراض الجسمية.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. ارأس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

ثامناً- دراسات سابقة:

8-1- دراسات عربية:

8-1-1- دراسة رتيب (2001) .

اجريت هذه الدراسة في سوريا وهدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين الأفكار غير العقلانية والقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة وفقاً لمتغير الجنس والسنة الدراسية، وتكونت عينة الدراسة من (686) طالب وطالبة من طلبة جامعة دمشق، واستخدمت الباحثة مقياس الأفكار غير العقلانية ومقياس القلق الاجتماعي وكلاهما من إعدادها، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين الأفكار غير العقلانية والقلق الاجتماعي، كما توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأفكار غير العقلانية تبعاً لمتغير الجنس، والسنة الدراسية.

8-1-2- دراسة نوري (2006)

اجريت هذه الدراسة في جامعة الموصل وهدفت الدراسة التعرف على الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة في جامعة الموصل، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، مستخدمة مقياسين وهما: مقياس الأفكار غير العقلانية ومقياس التكيف النفسي - الاجتماعي، كأدوات للدراسة، طبقت على عينة مكونة من (400) طالب وطالبة. وكانت من أهم نتائج الدراسة ما يأتي:

- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الأفكار غير العقلانية والتكيف النفسي الاجتماعي لدى عينة البحث.

- هناك فروق بين متوسط درجات الطلبة على مقياس الأفكار غير العقلانية وفقاً لمتغير الجنس.

8-1-3- دراسة العويضة (2008).

اجريت هذه الدراسة في الاردن وهدفت الدراسة إلى تعرف نسبة انتشار الأفكار غير العقلانية، ومستويات الصحة النفسية، وإيجاد العلاقة بينهما، وكذلك الكشف عن الفروق في الأفكار غير العقلانية تبعاً لمتغيرات الجنس، والجنسية والسنة الدراسية، وبلغت عينة الدراسة من (181) طالب وطالبة من طلبة جامعة عمان الأهلية، وتم استخدام مقياس الأفكار غير العقلانية من إعداد الريحاني (1985)، ومقياس غولد بيرغ للصحة النفسية. وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في الأفكار غير العقلانية تعزى لمتغيري الجنس في حين وجدت فروق لصالح طلبة السنة الدراسية الأولى من الجامعة. (العويضة، 2008)

8-1-4- دراسة صابر (2009).

اجريت هذه الدراسة في السعودية وهدفت الدراسة إلى كشف الأفكار غير العقلانية كونها عوامل مؤشرة بالذهانية المأخوذة من مقياس الشخصية لأيزنك، والشعور بالوحدة، وباضطراب الشخصية، وبلغت عينة الدراسة (214) طالب وطالبة من طلبة الجامعات السعودية، ولقد تم استخدام مجموعة من الأدوات وهي من إعداد الباحث لقياس متغيرات الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في بعض الأفكار غير العقلانية، إذ أوضحت النتائج أن الذكور أكثر ميلاً للاستنتاجات السلبية، والقبول، والرضا المطلق عن الجميع، والتأويل الشخصي للأمور، كما بينت الدراسة أن الطلبة الأصغر سناً لديهم أفكار عقلانية أكثر من الطلبة ذوي العمر الأكبر.

8-1-5- دراسة النابلسي (2009) .

اجريت هذه الدراسة في سوريا وهدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين أداء الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بحسب متغيرات البحث (الجنس، السنة الدراسية، السكن). وتكونت عينة الدراسة من (696) طالب وطالبة من السنة الأولى والرابعة ومن الذكور

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة

جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

والإناث المقيمين مع أسرهم ومن المقيمين في المدينة الجامعية. وقامت الباحثة ببناء استبانة لقياس التوافق مع الحياة الجامعية، كما بنت استبانة لقياس المساندة الاجتماعية واستبانة لقياس الضغوط النفسية. وتوصلت الباحثة إلى النتائج الآتية: وجود فروق لصالح الإناث على بعد التوافق الشخصي والعاطفي، كما كانت الفروق لصالح طلاب السنة الرابعة على بعد التوافق الشخصي والعاطفي والاجتماعي.

2-8- دراسات أجنبية:

1-2-8- دراسة سيروش. (Ciarrochi, 2004)

اجريت هذه الدراسة في استراليا وهدفت وهدفت الدراسة إلى معرفة أثر اختلال المعتقدات غير العقلانية في المؤشرات الايجابية، والسلبية للسعادة، وبلغت عينة الدراسة من (457) طالب من طلاب جامعة ولونجونج، استراليا. ولقد قام الباحث باستخدام مقياس للأفكار غير العقلانية وهو من إعداد، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى السعادة مرتبط بالمعتقدات الذاتية المرتبطة بالنجاح، والاستحسان، كذلك هناك بعض التوقعات القابلة للتغيير.

2-2-8- دراسة بياس. (Biase, 2011)

اجريت هذه الدراسة في امريكا وهدفت الدراسة إلى التعرف على كيفية بناء الكمالية وعلاقتها بالأفكار غير العقلانية، وتكونت عينة الدراسة من (198) طالب وطالبة من جامعة كميونتي، استخدمت الدراسة اختباراً متعدد الأبعاد للكمالية واختبار المعتقدات الشخصية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين المتغيرين، كما تبين أن الإناث لديهن أفكار العقلانية أكثر من الذكور. (Biase, 2011)

3-2-8- دراسة يوسف. (Yusoff, 2012)

اجريت هذه الدراسة في ماليزيا وهدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين كل من التأثير الذاتي والدعم الاجتماعي والتوافق النفسي لدى عينة من الطلبة الأجانب في المعهد العالي للتربية في ماليزيا. وتكونت عينة الدراسة من (185) طالب وطالبة يدرسون في ماليزيا، وقد استخدم الباحث مقياس فعالية الذات لسيسورزار وجير سالم (Schwarzer & Jerusalem, 1995)، ومقياس الدعم الاجتماعي وهو من إعداد زيميت وآخرون (Zimet et al., 1988) ومقياس التوافق النفسي وهو من إعداد دينر وآخرون (Diener et al., 1985)، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين فعالية الذات والتوافق النفسي والدعم الاجتماعي كما أشارت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق بين الأفراد ذوي المستوى الدراسي الأدنى والأعلى في التوافق النفسي. (Yusoff, 2012)

4-2-8- دراسة ياو وآخرون. (yao.et al, 2012)

اجريت هذه الدراسة في هون كونغو هدفت الدراسة إلى كشف الفروق بين الذكور والإناث في التوافق الأكاديمي والاجتماعي والنفسي. وتكونت عينة الدراسة من (256) طالب وطالبة من خمس جامعات في هون كونغ. واستخدم الباحثون في الدراسة استبانة لكشف مستوى التوافق النفسي لدى الأفراد عينة البحث، ولقد أظهرت النتائج أن التوافق النفسي لدى الذكور أعلى منه لدى الإناث كما أشارت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق بين الأفراد ذوي المستوى الدراسي الأدنى والأعلى في التوافق النفسي والاجتماعي. (yao.et al, 2012)

3-8- تعقيب على الدراسات السابقة:

يلاحظ من عرض الدراسات السابقة أن الأفكار غير العقلانية والتوافق النفسي قد درسا لدى طلبة الجامعة، وقد تمت دراستهما في ضوء متغير الجنس ومتغيرات أخرى مثل المستوى الدراسي والتخصص والحالة الاجتماعية، إذ ظهرت في كثير من المواقع اتفاقاً في النتائج، وفي بعضها الآخر

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

اختلافاً. وقد تم الاستفادة من الدراسات السابقة في تفسير النتائج ومعرفة القوانين الإحصائية المستخدمة، وفي اختيار استبانة الأفكار غير العقلانية وتصميم استبانة التوافق النفسي، كما إن قلة الدراسات التي تناولت الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي شكلت منحنى من أجل الدراسة في هذين المتغيرين معاً من أجل الوصول إلى فهم أفضل لهذا الموضوع.

تاسعاً- منهج البحث:

ان المنهج الوصفي التحليلي "يهتم بوصف ظاهرة أو مشكلة محددة، وتصويرها كميّاً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقيّنة عن الظاهرة أو المشكلة، وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة" (ملحم، 2007: 370)

واستخدام المنهج الوصفي التحليلي هو الذي يحقق لتحقيق أهداف البحث إذ استخدم الباحثان الاجراءات المنهجية التي يتطلبها في تحديد مجتمع البحث واختيار عينته، وخطوات إعداد أدواته وطرائق التحقق من صدقها وثباتها، وتحديد الوسائل الإحصائية سواء أكانت في إجراءاته أم في تحليل نتائجه.

عشرأ- مجتمع البحث وعينته:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة دهوك، وقد اختار الباحثان عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة بلغ عددها (374) طالب وطالبة من الكليات الانسانية والعلمية.

جدول (1) توزع أفراد عينة البحث من طلبة جامعة دهوك

المجموع	السنة الرابعة			السنة الأولى			الكليات
	المجموع	إناث	ذكور	المجموع	إناث	ذكور	
163	69	37	32	94	49	45	العلمية
211	91	49	42	120	61	59	الانسانية
374	160	86	74	214	110	104	المجموع الكلي

الحادي عشر- أدوات البحث وصدقها وثباتها:

لتحقيق أهداف البحث، تبنى الباحثان الاداة الاولى، واعداد الاداة الثانية على النحو الآتي :

1-11- استبانة الأفكار غير العقلانية:

1-1-11- اختيار الأداة:

بعد اطلاع على المقاييس المستخدمة لقياس الأفكار غير العقلانية، تبنى الباحثان مقياس الباحثة رتيب (2001) للأفكار غير العقلانية، وذلك لأنها طبقت على المجتمع الاصلي نفسه، وتتكون الاستبانة من (57) عبارة تعتمد على الأفكار الإحدى عشرة التي طرحها ألبرت أليس في أربعة أبعاد أساسية، وهي: المطالبة- الرعب- عدم القدرة على التحمل- الإدانة، والاستبانة مخصصة للراشدين، والإجابة عنها تكون بـ(أوافق بقوة- أوافق- حيادي- أعارض نوعاً ما- أعارض بشدة).

ولقد استخرج الباحثان الخصائص السيكومترية لهذه الاستبانة والتي تمثلت بالآتي:

2-1-11- صدق الأداة:

1-2-1-11- صدق المحتوى:

عرضت الأداة الى عدد من أساتذة كلية التربية والتربية الأساسية في جامعتي دهوك وزاخو، للتأكد من مدى ملاءمة الأداة للهدف الذي وضع من أجله، ومدى ملاءمة مفردات الاستبانة للطلبة، ووضوح المفردات، وسلامة الصياغة اللغوية، وفي ضوء آراء المحكمين تم تعديل أو حذف أي بند من بنود الأستبانة.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

11-1-2-2- صدق الاتساق الداخلي:

اختار الباحثان عينة من طلبة جامعة دهوك بلغت (53) طالباً وطالبة وهي من خارج عينة البحث الأساسية، للتحقق من الاتساق الداخلي لفقرات، وإيجاد معاملات الثبات، إذ جرى التأكد من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين مجموع درجة كل عبارة من عبارات الاستبانة مع الدرجة الكلية للإستبانة كما هو موضح في الجدول (2).

جدول (2) معاملات ارتباط عبارات استبانة الأفكار غير العقلانية مع الدرجة الكلية

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	0.40**	16	0.45**	31	0.40**	46	0.40**
2	0.55**	17	0.68**	32	0.55**	47	0.53**
3	0.33**	18	0.41**	33	0.50**	48	0.39**
4	0.48**	19	0.31**	34	0.63**	49	0.47**
5	0.38**	20	0.55**	35	0.58**	50	0.39**
6	0.51**	21	0.46**	36	0.56**	51	0.54**
7	0.55**	22	0.35**	37	0.65**	52	0.59**
8	0.54**	23	0.42**	38	0.64**	53	0.57**
9	0.42**	24	0.40**	39	0.47**	54	0.42**
10	0.39**	25	0.66**	40	0.45**	55	0.79**
11	0.48**	26	0.31**	41	0.47**	56	0.58**
12	0.43**	27	0.35**	42	0.63**	57	0.49**
13	0.35**	28	0.67**	43	0.55**	(**) دال عند مستوى دلالة 0,01	
14	0.54**	29	0.56**	44	0.42**		
15	0.47**	30	0.43**	45	0.54**		

ظهر من خلال الجدول (2) أن معاملات الارتباط كلها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يعني أن الاستبانة تتصف باتساق داخلي، مما يدل على صدقها البنيوي.

11-1-3- ثبات الاداة:

استُخرج الثبات اداة الأفكار غير العقلانية بالطرائق الآتية:

11-1-3-1- الثبات بالإعادة:

لحساب ثبات استبانة الأفكار غير العقلانية بطريقة إعادة الاختبار طبق الباحثان الاستبانة على عينة قوامها (53) طالباً وطالبة من طلبة جامعة دهوك، وبفاصل زمني مقداره (15) يوماً بين التطبيقين، وقد جرى استخراج معاملات الثبات للدرجة الكلية عن طريق حساب معامل ارتباط (بيرسون pearson) بين التطبيق الأول والثاني، كذلك أُستخرج معامل ثبات التجزئة النصفية على العينة نفسها من التطبيق الأول باستخدام معادلة سييرمان - براون، كما تم حساب معامل الاتساق الداخلي للعينة نفسها باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، والجدول الآتي يبين معاملات الثبات الخاصة باستبانة الأفكار غير العقلانية:

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

جدول (3) الثبات بالإعادة والتجزئة النصفية وألفا كرونباخ			استبانة الأفكار غير العقلانية
ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	الثبات بالإعادة	
0.63	0.67	**0.76	

(**) دال عند مستوى دلالة 0.01

يتبين مما سبق انفا أن معاملات ثبات استبانة الأفكار غير العقلانية جميعها تُعد جيدة ومقبولة لأغراض البحث, وهذا ما يجعل الاستبانة تتصف بدرجة جيدة من الصدق والثبات, مما يجعلها صالحة للاستخدام كأداة للبحث الحالي.

تكميم الاداة :

اعطاء الصفة الرقمية إذ تكونت الاداة من (57) فقرة وكانت البدائل (أوافق بقوة- أوافق- حيادي- أعارض نوعا ما- أعارض بشدة) إذ تم اعطاء الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي وبهذا بلغت درجات الاداة محصورة ما بين (285 و 57) درجة .

11-2- استبانة التوافق النفسي:

11-2-1- إعداد الاستبانة:

تم الحصول على عبارات الاستبانة من مصدرين اساسين : أولهما يتمثل في الكتابات والآراء الانسانية التي تناولت التوافق بشكل عام والتوافق النفسي بشكل خاص والتعريفات الخاصة بهما, أما المصدر الثاني فهو يتمثل بالمقاييس العربية والأجنبية التي وضعت للاستخدام في قياس التوافق النفسي منها: اختبار هيل (2006) للتوافق مع الحياة الجامعية, ومقياس الشربيني (1998) للتوافق النفسي, واستبانة النابلسي (2009) للتوافق مع الحياة الجامعية. وبعد ذلك أعد الباحثان استبانة التوافق النفسي مستفيدين من المقاييس السابقة.

واستخرج الباحثان الخصائص السايكومترية للاداة بالآتي:

11-2-2- صدق الاستبانة:

11-2-2-1- صدق المحتوى:

تم ذلك بعرض الاستبانة على عدد من أساتذة كلية التربية والتربية الاساسية في جامعة دهوك للتأكد من مدى ملاءمة الاستبانة للهدف الذي وضعت من أجله, ومدى ملاءمة مفردات الاستبانة للطلاب ووضوح المفردات وسلامة الصياغة اللغوية, وفي ضوء آراء المحكمين تم حذف الفقرات التي حازت نسبة اتفاق بين المحكمين والتي بلغت أقل من (80%) وكان عددها ثلاث فقرات, وبذلك أصبح العدد النهائي لفقرات الاستبانة (36) موزعة على ثلاثة أبعاد.

11-2-2-2- الدراسة الاستطلاعية:

تم تطبيق الاستبانة في صورتها النهائية على عينة استطلاعية قوامها (53) طالباً وطالبة, وهي من خارج عينة البحث الأساسية, وذلك بهدف معرفة مدى ملاءمة فقرات الاستبانة لدى الطلبة, وفي ضوء نتائج العينة الاستطلاعية تم تعديل بعض المفردات التي لم تكن واضحة من الطلبة.

11-2-2-3- صدق الاتساق الداخلي:

تم اختيار عينة من طلبة جامعة دهوك بلغت (53) طالباً وطالبة وهي من خارج عينة الدراسة الأساسية, للتحقق من صدق الاتساق الداخلي لفقرات وأبعاد الاستبانة, وإيجاد معاملات الثبات, إذ جرى التأكد من الاتساق الداخلي للاستبانة بحساب معاملات الارتباط بين مجموع درجة كل بُعد من أبعاد الاستبانة مع الأبعاد الأخرى ومع الدرجة الكلية للاستبانة كما هو موضح في الجدول (4).

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

جدول (4) معاملات ارتباط أبعاد استبانة التوافق النفسي مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية

الدرجة الكلية	بعد التكيف مع الحياة الاجتماعية	بعد التوافق مع الآخرين	بعد التوافق مع الذات	البعد والدرجة الكلية
			1	بعد التوافق مع الذات
		1	**0.78	بعد التوافق مع الآخرين
	1	**0.66	**0.69	بعد التكيف مع الحياة الاجتماعية
1	**0.82	**0.83	**0.81	الدرجة الكلية

(**) دال عند مستوى دلالة 0.01

يتبين من الجدول (4) أن معاملات الارتباط كلها دال احصائياً عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يعني أن الاستبانة تتصف باتساق داخلي، مما يدل على صدقها البنيوي.

11-2-3- ثبات الاستبانة:

استخرج الثبات الخاص استبانة التوافق النفسي بالطرائق الآتية:

11-2-3-1- الثبات بالإعادة:

لحساب ثبات استبانة التوافق النفسي بطريقة إعادة الاختبار طبق الباحثان الاستبانة على عينة قوامها (53) طالباً وطالبة من طلبة جامعة دهوك، وبفاصل زمني مقداره (15) يوماً بين التطبيقين، وقد جرى استخراج معاملات الثبات للأبعاد المختلفة والدرجة الكلية عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون (pearsoon) بين التطبيق الأول والثاني.

11-2-3-2- ثبات التجزئة النصفية :

كذلك استخرج معامل ثبات التجزئة النصفية على العينة نفسها من التطبيق الأول باستخدام معادلة سيبرمان – براون.

11-2-3-3- ثبات الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ :

تم حساب معامل الاتساق الداخلي للعينة نفسها باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، وفيما يأتي يبين الجدول (5) نتائج معاملات الثبات.

جدول (5) الثبات بالإعادة والتجزئة النصفية وألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	الثبات بالإعادة	أبعاد الاستبانة ودرجتها الكلية
0.66	0.65	**0.74	بعد التوافق مع الذات
0.63	0.62	**0.71	بعد التوافق مع الآخرين
0.64	0.69	**0.75	بعد التكيف مع الحياة الاجتماعية
0.83	0.81	**0.83	الدرجة الكلية للإستبانة

(**) دال عند مستوى دلالة 0.01

بالنظر إلى الجدول (5) يتبين أن معاملات ثبات الإعادة تراوحت بين (0.71) في بعد التوافق مع الآخرين إلى (0.83) في الدرجة الكلية للإستبانة، وهذه المعاملات تعد جيدة ومقبولة لأغراض البحث. أما معاملات ثبات التجزئة النصفية، فقد تراوحت بين (0.62) في التوافق مع الآخرين إلى (0.81) في الدرجة الكلية للإستبانة، وتعد معاملات ثبات التجزئة النصفية جيدة ومقبولة لأغراض البحث.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

أما معامل الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ، فقد تراوحت بين (0.63) في بعد التوافق مع الآخرين إلى (0.83) في الدرجة الكلية للإستبانة، وهي أيضاً تعد معاملات ثبات جيدة ومقبولة لأغراض البحث.

ويتضح مما سبق انفا أن استبانة التوافق النفسي تتصف بدرجة جيدة من الصدق والثبات، مما يجعلها صالحة للاستخدام كأداة للبحث الحالي.

11-2-4- تصحيح الاستبانة:

لقد صممت الاستبانة على وفق طريقة ليكرت Likart وذلك بوضع سلم تقدير (أوافق بقوة- أوافق- حيادي- أعارض نوعاً ما- أعارض بشدة)، وتأخذ الدرجات (5, 4, 3, 2, 1) ويدور مضمونها حول بعد التوافق مع الذات تتمثل بالبنود من (1) إلى (13)، وبعد التوافق مع الآخرين ويتمثل بالبنود من (14) إلى (25)، وبعد التوافق مع الحياة الاجتماعية ويتمثل بالبنود من (26) إلى (36). وتتراوح الدرجة الكلية للإستبانة بين (36 – 180)، وبذلك تكون أدنى يحصل عليها المفحوص عند إجابته على بنود الاستبانة جميعها (36) وأعلى درجة يحصل عليها المفحوص عند إجابته عن بنود الاستبانة جميعها (180) درجة

11-2-5- معيار تصحيح الاستبانة:

لوضع معيار لتصحيح الاستبانة جرى حساب المتوسط الحسابي لدرجات الطلاب، إذ تم تقسيم الدرجات إلى ثلاثة مستويات وذلك على الدرجة الكلية للاستبانة وهي على النحو الآتي:

جدول (6) فئات قيم المتوسط الحسابي والقيم الموافقة لها

فئات قيم المتوسط الحسابي	التقدير في الأداة	معيار التصحيح	مستوى التوافق النفسي
1.8 – 1	لا أوافق بقوة	36- 64.8	منخفض جداً
2.60 – 1.81	لا أوافق	64.9- 93.6	منخفض
3.40 – 2.61	حيادي	93.7- 122.4	متوسط
4.20 – 3.41	أوافق	122.5- 151.2	مرتفع
5 – 4.21	أوافق بشدة	151.3- 180	مرتفع جداً

الثاني عشر- عرض النتائج ومناقشتها .

س1/ ما العلاقة بين الأفكار غير العقلانية والتوافق النفسي لدى عينة البحث؟

للإجابة عن هذا السؤال، رتب الباحثان أفراد عينة البحث على مقياس الأفكار غير العقلانية ترتيباً تنازلياً من الأدنى إلى الأعلى، ثم قسمت العينة إلى ربيعيات، وأخذ الربع الأعلى على مقياس الأفكار غير العقلانية باعتبار أن زيادة الدرجة تعني الاتجاه نحو غير العقلانية، ثم قام الباحثان بحساب النسبة المئوية، وذلك كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (7) النسبة المئوية لانتشار الأفكار غير العقلانية لدى أفراد عينة البحث الكلية، ولدى كلٍ من الذكور والإناث

النسبة المئوية	عدد الطلبة الذين لديهم أفكار غير العقلانية حسب الربع الرابع	العينة	الجنس
20.78%	37	178	الذكور
28.06%	55	196	الإناث
24.59%	92	374	العينة الكلية

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دھوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

يتبين من الجدول (7) أن عدد الذكور الذين حصلوا على درجة مرتفعة في مقياس الأفكار غير العقلانية (حسب الربع الرابع) بلغ (37) ذكراً، من أصل (178)، وبنسبة قدرها (20.78%)، وبلغ عدد الإناث اللواتي حصلن على درجة مرتفعة في مقياس الأفكار غير العقلانية (حسب الربع الرابع) (55) أنثى، من أصل (196)، وبنسبة قدرها (28.06%)، كما بلغ عدد أفراد عينة البحث الكلية الذين حصلوا على درجة مرتفعة في مقياس الأفكار غير العقلانية (حسب الربع الرابع) (92) طالباً وطالبة، من أصل (374)، وبنسبة قدرها (24.59%). يرى الباحثان أنه على الرغم من اختلاف النسب بين الذكور والإناث، إلا أنها نسب متقاربة ومرتفعة، لأن أفراد عينة البحث كانوا من الأسوياء. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه المغربل (2010) في أن الأفكار غير العقلانية تتكون وتتمو في بيئة اجتماعية مشبعة بمفاهيم ومقولات قلما يتم التشكيك فيها، للتأكد من مدى ملاءمتها للواقع الفعلي لسير الأحداث اليومية، ومدى انسجامها مع إيقاع العصر الذي يفرض على الفرد رؤية الأشياء والأحداث من منظور نسبي، ومواكبة التغيرات المستمرة التي تطرأ على المفاهيم، والتي تلبها إلى نقيضها. (المغربل، 2010، 126) فضلا عن ذلك أن الأفكار غير العقلانية على الرغم من أنها خاطئة في ضوء المنطق والعقل السليم؛ إلا أن كثرة استخدامها في تبرير الأحداث وارتباطها بها قد تبدو للطالب الجامعي وسيلة فعالة للتغلب على المشاكل من ناحية، ومن ناحية أخرى يرى الموسوي (2005) أن الأفكار غير العقلانية تتحول إلى معايير مرجعية يستند إليها الطالب في الحكم على الأحداث من منظور يبتعد عن متطلبات التطور التقني والعلمي، وينطلق نحو فضاء الأحلام الوهمية بمجتمع فاضل لا مكان فيه للخطأ وال فشل وممارسة الأشياء البيغضة للذات، فصورة الفرد لدى الآخرين، وكسب محبة المجتمع، ورضاهم هي الأمور الأكثر أهمية التي يحاسب الفرد عليها في المجتمع في نهاية المطاف .

س2/ ما درجة التوافق النفسي لدى عينة البحث؟

لاختبار هذا السؤال، حسب الباحثان المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلاب على استبانة التوافق النفسي، ومن ثم مقارنتها مع معيار التقييم المحدد بالجدول رقم (8).

جدول (8) درجة التوافق النفسي لدى أفراد عينة البحث

الدرجة الكلية للاستبانة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقييم
	374	98.60	42	توافق نفسي بدرجة متوسطة

يتبين من الجدول (8) فإن قيمة المتوسط الحسابي تساوي (98.60) ومن خلال مقارنتها مع معيار التقييم المحدد بالجدول (6) فإن التوافق النفسي لدى طلبة جامعة دھوك يقع ضمن المستوى المتوسط، ويعزو الباحثان هذا الأمر إلى أن الطالب قادر على السيطرة على عواطفه، وهو كذلك يشعر بالارتياح والاستقرار النفسي، نتيجة أنه قد شق أولى الخطوات لبناء مستقبله، وذلك بدخوله فرع جامعي معين، إذ ان دخوله هذا الفرع قد رسم في مخيلته كيف سيكون في مستقبله وما العقبات التي سيواجهها وما إلى ذلك من أمور، كما أن الطالب قد يشعر بالسعادة نتيجة شعوره بالانتماء في داخل الجماعة التي يتفاعل معها في داخل الجامعة أو خارجها، لأن أساس السعادة هو إحساس الفرد بانتمائه إلى جماعته، وهذا ما قد يفسر سبب كون التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة كان ضمن المدى المتوسط. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة النابلسي (2009)، إذ أشارت إلى أن توافق العينة كان يقع ضمن المدى المتوسط.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

أ.م.د. محمد سعيد محمد

م.د. اراس فاضل ابوزيد

س3/ ما نسبة انتشار الأفكار غير العقلانية لدى أفراد عينة البحث الكلية, ولدى كلٍ من الذكور والإناث.

للإجابة عن هذا السؤال حسب الباحثان معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث على استبانة الأفكار غير العقلانية واستبانة التوافق النفسي، وكانت النتائج على النحو الآتي:
جدول (9) معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات الطلبة في استبانة الأفكار غير العقلانية واستبانة التوافق النفسي

القرار	مستوى الدلالة	معامل ارتباط بيرسون	الأفكار غير العقلانية* التوافق النفسي
دال احصائيا	0.00	-0.63**	معامل ارتباط بيرسون
		374	العدد

يتبين من الجدول (9) فإن قيمة (ر=0.63 **) وهو يعني ارتباط مرتفع سلبي وهذا يعني انه توجد علاقة ارتباطيه عكسية سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة على استبانة الأفكار غير العقلانية ودرجاتهم على استبانة التوافق النفسي عند مستوى الدلالة (0.01).

ويعزو الباحثان هذه النتيجة أنه كلما استخدم الطالب الأفكار غير العقلانية زاد توافقه النفسي, وأن التفكير يؤدي دورا كبيرا في تحديد شخصية الفرد وسلوكه, ومتى كان تفكير الفرد تفكيراً إيجابياً عقلانياً, فإنه سيصل إلى السواء النفسي والتوافق الشخصي والاجتماعي, ومتى كان تفكيره سلبياً وغير عقلائي فإن النتيجة ستكون عدم توافقه النفسي والاجتماعي, "ويعد التفكير المنطقي العقلائي من أهم المهارات التكيفية إذ يستطيع الشخص من خلاله أن يضبط انفعالاته القوية, وأن يستخدم الأسلوب العلمي في حل المشكلات, فالأشخاص الذين يفكرون تفكير غير عقلائي سوف ينظرون إلى أنفسهم وإلى الأشخاص المحيطين بهم نظرة سلبية, كما أنهم سيتصرفون بما يتناسب مع هذه النظرة, ومن ناحية أخرى الأشخاص الذين لديهم مفاهيم إيجابية ويكون تفكيرهم عقلائي فإنهم سيحصلون على درجة جيدة من التوافق النفسي والاجتماعي وسيكون لديهم اهتمام بالآخرين ولا يتصرفون تصرفات هوجاء, فالطالب الذي تسيطر عليه الأفكار غير العقلانية ستختل علاقته بغيره من الأشخاص المحيطين به, وهذا ما يجعل الفرد يبني دفاعات حول ذاته غير مبرر لها, وهذا ما يؤدي إلى اختلال علاقة الشخص بذاته وبمن حوله, وهذا ما يبرر سبب أن الزيادة في سيطرة الأفكار غير العقلانية على الشخص ستؤدي إلى انخفاض التوافق النفسي لديه. وتتفق هذه نتيجة مع نتيجة دراسة رتيب (2001), والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الأفكار غير العقلانية والقلق الاجتماعي, ومن ثم يمكن القول بأن شيوع القلق الاجتماعي لدى الطلبة قد يؤدي إلى اضطراب التوافق النفسي لديهم, وكما تتفق نتيجة البحث الحالي مع نتيجة دراسة العويضة (2008) والتي أشارت إلى وجود علاقة بين الأفكار غير العقلانية, وبين مستويات الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة, إذ إن الصحة النفسية تؤدي دوراً كبيراً في التوافق النفسي لدى الطلبة, فالطالب الذي يمتلك مستوى جيد من الصحة النفسية فإنه يمكن أن يكون توافقه النفسي على درجة جيدة مقارنةً بالطالب الذي لا يمتلك مستوى جيد من الصحة النفسية, وكذلك الأمر في دراسة صابر (2009), والتي أشارت إلى قدرة الأفكار غير العقلانية على توليد حالة من اضطراب الشخصية ومن ثم يفقد هذا الأمر إلى عدم التوافق النفسي للطالب مع الوسط الذي يعيش فيه ومع نفسه ومع الآخرين.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

س4/ هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في الأفكار غير العقلانية والتي قد تعزى إلى متغير السنة الدراسية؟
للتحقق من صحة هذا السؤال حسب الباحثان الفروق بين متوسطات درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الأفكار غير العقلانية، والتي قد تعزى استناداً إلى متغير السنة الدراسية (الأولى-الرابعة)، وذلك باستخدام اختبار (ت)، وجاءت النتائج على النحو الآتي:
جدول (10) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث فيما يتعلق بالأفكار غير العقلانية تبعاً لمتغير السنة الدراسية

الأفكار غير العقلانية	متغير السنة الدراسية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	القرار
	السنة الأولى	214	171.74	33.05	10.73	0.01	دال
	السنة الرابعة	160	125.27	46.71			

يتبين من الجدول (10) أن قيمة (ت) قد بلغت (10.73) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا يعني أن الفروق في الدرجة الكلية في الأفكار غير العقلانية لصالح طلاب السنة الأولى، والذين ينتمون إلى شريحة عمرية تتراوح بحدود (19) سنة؛ إذ يقع هذا العمر ضمن مرحلة المراهقة المتأخرة، ومن الطبيعي أن يكون التفكير غير ناضج في هذه المرحلة كما يجب، فضلاً عن ذلك أن هذه الأفكار ترتبط بالنمو النفسي والاجتماعي لطلاب هذه المرحلة العمرية، وما تمثله لهم من اختبار صعب، وكذلك لاتساع دائرة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، والضعف في الإمكانيات المادية، وعدم القدرة على تحقيق الاستقلال النفسي عن الوالدين على الرغم من أنه مطلب اساس وهذه العوامل جميعها تعد مهياً للأفكار غير العقلانية لدى طلاب السنة الأولى، أكثر من طلاب السنة الرابعة الذين نتيجةً للسنوات الطويلة التي قضاها في الجامعة فإنه أصبح لديهم رصيد من الخبرة في التعامل مع مشاكل الحياة ومع المواقف المختلفة ومن ثم يكسبهم هذا شئنا من الواقعية والتفكير العقلاني المبني على إدراك حقيقي للواقع وما فيه من إيجابيات ومصاعب لا بد من التكيف معها بشكل إيجابي.
وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة العويضة (2008) ودراسة صابر (2009) في أن الأفكار غير العقلانية تقل مع التقدم بالسن، فهذه الأفكار متعلمة، وتنشأ من التعليم المنطقي المبكر، والذي يكون الفرد مهياً له من الناحية البيولوجية، والذي يكتسبه بصفة خاصة من والديه، ومن المجتمع، ومن خلال عملية النمو والتعلم تقل هذه الأفكار.

وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة رتيب (2001) والتي أشارت إلى أنه لا توجد فروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس الأفكار غير العقلانية تبعاً لمتغير السنة الدراسية.
س5/ هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في التوافق النفسي والتي قد تعزى إلى متغير السنة الدراسية.

للتحقق من هذا السؤال حسب الباحثان الفروق بين متوسطات درجات الطلبة أفراد عينة البحث على استبانة التوافق النفسي، والتي قد تعزى إلى متغير السنة الدراسية (الأولى-الرابعة)، وذلك باستخدام اختبار (ت)، وجاءت النتائج على النحو التالي:

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

جدول (11) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث فيما يتعلق بالتوافق النفسي تبعاً لمتغير السنة الدراسية

التوافق النفسي	متغير السنة الدراسية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	القرار
	السنة الأولى	214	73.62	23.10	16.60	0.01	دال
	السنة الرابعة	160	131.53	39.34			

يتبين من الجدول (11) أن قيمة (ت) قد بلغت (16.60) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا يعني أن الفروق في التوافق النفسي كانت لصالح طلبة السنة الرابعة، وذلك لأن طلبة السنة الرابعة قد ألفوا الحياة الجامعية بكل ما فيها من عقبات ومصاعب، وأصبحت لديهم خبرة ودراية في آلية التعامل مع ما يصادفهم من مصاعب، وهذه الخبرة في الأمور الدراسية تنعكس إيجاباً على توافق الطلبة النفسي مقارنةً بتوافق طلبة السنة الأولى الذين دخلوا إلى جو الجامعة الغريب والذي لم يعتادوا عليه من قبل إذ إن مسؤولياتهم وواجباتهم قد زادت عما كانت عليه في السابق، كما يعزو الباحثان سبب تفوق طلبة السنة الرابعة على الأولى في درجة التوافق النفسي إلى أن طلبة السنة الرابعة قد انخرطوا في نسيج اجتماعي قد يوفر لهم كافة أشكال الدعم النفسي والاجتماعي، في حين أن طلبة السنة الأولى، هم وافدون جدد وعلاقاتهم الاجتماعية محدودة بشكل كبير مقارنةً بطلبة السنة الرابعة. وتتفق نتيجة البحث الحالي مع دراسة كل من النابلسي (2009)، إذ أشارت الدراسة إلى أن الطلبة في المستوى الدراسي الأعلى يكون توافقهم النفسي أعلى من الطلبة في السنوات الدنيا من الدراسة الجامعية، في حين أشارت بعض الدراسات الأجنبية ومنها دراسة ياو وآخرون ((yao.et.al,2012) , ودراسة يوسف (Yusoff, 2012) إلى أنه لا توجد فروق في التوافق الدراسي بين الطلبة في السنوات الأخيرة من الجامعة أو بعد التخرج وبين الطلبة في المراحل الأولى من الدراسة الجامعية.

الثالث عشر- الاستنتاجات :

استناداً إلى النتائج التي تم التوصل إليها يمكن تقديم الاستنتاجات الآتية :

13-1- على الرغم من اختلاف النسب بين الذكور والإناث الذين لديهم أفكار غير العقلانية، إلا أنها نسب متقاربة ومرتفعة.

13-2- أن الطالب الجامعي قادر على السيطرة على عواطفه، وهو كذلك يشعر بالارتياح والاستقرار النفسي، نتيجة أنه قد شق أولى الخطوات لبناء مستقبله.

13-3- كلما استخدم الطالب الجامعي الأفكار غير العقلانية زاد توافقه النفسي، وأن التفكير يؤدي دوراً كبيراً في تحديد شخصية الفرد وسلوكه.

13-4- أن الأفكار غير العقلانية عند طلاب السنة الأولى، أكثر من طلاب السنة الرابعة بسبب السنوات الطويلة التي قضاها في الجامعة .

13-5- أن طلبة السنة الرابعة قد ألفوا الحياة الجامعية بكل ما فيها من عقبات ومصاعب فانعكس ذلك إيجاباً على توافق الطلبة النفسي مقارنةً بتوافق طلبة السنة الأولى الذين دخلوا إلى جو الجامعة الغريب والذي لم يعتادوا عليه من قبل.

الرابع عشر- التوصيات :

استناداً إلى النتائج التي تم التوصل إليها يمكن تقديم التوصيات للجهات المسؤولة الآتية:

14-1- العمل على إدخال تجربة الإرشاد النفسي التربوي إلى مرحلة التعليم الجامعي، وأن يكون هناك مكتب مختص بالعملية الإرشادية في السكن الجامعي، لتكون بذلك حلقة متممة لعملية الإرشاد

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة

جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

في المراحل التعليمية السابقة، والسعي لإيجاد التكامل بينهما، لاسيما فيما يتعلق بإرشاد الطالب نحو تحقيق ذاته الخاصة على مختلف الأصعدة، وهذا من شأنه تعزيز التوافق النفسي والاجتماعي له.

14-2- عقد دورات تدريبية لطلاب السنة الأولى من كل عام من أجل اطلاعهم على ماهية الفروع الدراسية التي اختاروها ودورها الوظيفي والمهني في المجتمع مما يؤدي إلى تحفيزهم وحثهم على المثابرة والجد في التحصيل.

14-3- الاهتمام بوضع برامج للتربية العقلانية، ويمكن أن يتم ذلك عبر ورشات العمل، أو جلسات الإرشاد الجمعي بهدف نشر الثقافة العقلانية بين الطلاب.

14-4- وضع برامج إرشادية بهدف رفع مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة عن طريق استبدال النظرة التشاؤمية لدى الطلبة بنظرة أخرى أكثر تفاؤلية، واستبدال التفكير غير العقلاني بتفكير أكثر عقلانية وأكثر ملاءمة للواقع ومتطلباته.

الخامس عشر- المقترحات :

استناداً إلى النتائج التي تم التوصل إليها يمكن تقديم المقترحات لإجراء البحوث المستقبلية على النحو الآتي :

15-1- العلاقة بين الأفكار غير العقلانية واتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغيرات(السنة الدراسية، ومكان الإقامة، والمستوى الاقتصادي).

15-2- الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات.

15-3- الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالأمن الفكري لدى عينة من طلبة جامعة دهوك في ضوء بعض المتغيرات.

السادس عشر- المراجع:

Al-Aweidah, Sultan bin Musa. (2008). The relationship between rational-irrational thoughts, and levels of mental health for a sample of Al-Ahliyya Amman University students. Arab Gulf Message Magazine, Issue (112).

Al-Hakimi, Wijdan. (2003). Child and adolescent mental health. Riyadh, Saudi Arabia: Al-Rashed Library

Al-Musawi, Numan Muhammad. (2005). Content analysis of the irrational thinking of undergraduates using the Arabic formula for the list of irrational beliefs. The educational magazine, Kuwait, No. (75).

Al-Quraiti, Abdul-Muttalib Amin. (2003). In mental health. 3rd floor, Cairo, Egypt: The Arab Thought House.

Al-Sayrafi, Mohamed Abdel-Fattah. (2002). Scientific Research - Applied Guide for Researchers. Amman, Wael Publishing House.

Biase, M, D.(2011). Perfectionism In Relation to **Irrational Beliefs and Neuroticism in Community College Students**. Chicago School, Dissertation Abstract International. Vo1:40, No: 1.p:49 , USA.

Blan, Kamal and Barakat, Muta'a and Naissa, Raghda. (2005). Child's mental health. Damascus, Center for Open Education: Publications of Damascus University.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة
جامعة دهبوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

Ciarrochi, J.(2004). Relationships Between Dysfunctional Beliefs and Positive and Negative Indices of Well-Being- A Critical Evaluation of the Common Beliefs Survey. **Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy**, Vol. 22, No. 3 ,PP: 171–188 .

Dawood, Abdul-Bari Muhammad. (2004). Child's mental health. Cairo: ATRAC for printing, publishing and distribution.

Department of Statistics. (2014). The number of students registered in the faculties of Damascus University for the 2013-2014 academic year. Damascus University, Damascus, Syria.

Ellis, A.(2006). Rational Emotive Behavior Therapy and The Mindfulness Based Stress Reduction Training of Jon Kabat-Zinn. **Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy**, Vol. 24, No. 1,PP:63-78.

El-Sherbiny, Zakaria Ahmed and Balfakih, Naguib Mahfouz Abu Bakr. (1998). Measure of academic compatibility among students of the secondary stage in the Emirate of Fujairah. Cairo: The Anglo-Egyptian Library.

Fahmy, Mustafa. (1995). Mental health studies in the psychology of adaptation. 3rd floor, Cairo, Egypt: Al-Khanji Library.

Fahmy, Mustafa. (1998). Mental health, a study in the psychology of adaptation. 5th floor, Cairo, Egypt: Al-Khanji Library.

Hiel, A.V.,& Maarten,V. (2009). Ambitions Fulfilled? The Effects of Interinsic and Extrinsic Goal Attainment on Older Adults, Ego- Integrity and Death Attitudes. **In Press at International Journal of Aging and Human Development**.

Ibrahim, Abdul Sattar. (1980). Modern psychotherapy, human power. A World of Knowledge, No. (27), Kuwait: The National Council for Culture and Arts.

Melhem, Sami Muhammad. (2007). Find in education and science curricula psychology. 5th floor, Amman, Jordan: Dar Al Masirah.

Monotonous, Nadia. (2001). The relationship between irrational thoughts and social anxiety among a sample of third-year students at Damascus University. Unpublished MA Thesis, Damascus: Damascus University, College of Education.

Muhammad, Muhammad Jassim. (2004). Mental health problems, diseases and treatment. Amman, Jordan: House of Culture for Publishing and Distribution.

Musa, Rashad Abdel Aziz. (2001). Fundamentals of Mental Health and Psychotherapy. Cairo, Egypt, Al-Mukhtar Foundation for Publishing.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة
جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

-
-
- Mustafa, Yamen Suhail. (2010). Family violence and its relationship to psychological compatibility among adolescents. Unpublished MA Thesis, Damascus, Syria: College of Education, University of Damascus.
- Nabulsi, life. (2009). Social support and its relationship to psychological pressure and compatibility with university life, a comparative field study on a sample of students of the College of Education residing in Martyr Basil Al-Assad University City and students residing with their families. Unpublished MA Thesis, Damascus: Damascus University, College of Education.
- Nouri, Ahmad (2006). Irrational thoughts and their relationship to psychological and social adjustment among students at the University of Mosul. Education Journal. Issue 36. Pp. 172-195.
- Palmer, S. & Dryden. W .(2002). The Rational Emotive Behavior Therapist. **Journal of the Association for Rational Emotive Behavior Therapy** , Vol.10, No1.
- Saber, Mamdouh. (2009). Irrational thoughts indicating personality disorder as a problem of intellectual security. Unpublished MA Thesis, Saudi Arabia: King Faisal University, Teachers College.
- Samia, Bouchachi. (2012). Aggressive behavior and its relationship to psychosocial compatibility among university students. Unpublished MA Thesis, Algeria: University of Mouloud Mammeri-Tizi Ouzou, Faculty of Humanities and Social Sciences.
- Sifter, Bushra. (2010). Irrational thoughts and their relationship to psychological security among a sample of students of the second cycle of basic education in schools in Hama city. Unpublished MA Thesis, College of Education, University of Damascus.
- The chick, Kamilah and Tim, Abdul Jaber. (1999). Principles of counseling and psychological counseling. Amman: Safaa House for Publishing and Distribution.
- Yao, H; Sun, H; Fong Ch. & Alison L,. (2012). Relationships among Academic, Social and Psychological Adjustments to University Life. **Journal Articles; Reports – Evaluative**, Tertiary Education and Management, v18 n2 p97-113 , Hong Kong.
- Yusoff, Y.(2012). Self-Efficacy, Perceived Social Support, and Psychological Adjustment in International Undergraduate Students in a Public Higher Education Institution in Malaysia. **Journal of Studies in International Education**, v16 n4 p353-371 Malaysia.

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

ملحق (1)

مقياس الأفكار غير العقلانية إعداد رتيب (2001)

عزيزي الطالب/ة.....المحترم/ة أرجو منكم الإجابة على الأسئلة الموجودة أمامكم
باختيار الإجابة التي تنطبق عليكم.

الكلية: السنة الدراسية:

التخصص: الجنس:

ت	العبارة	أوافق بقوة	أوافق	محايد	أعارض نوعاً ما	أعارض بشدة
1	يجب ألا يرفضني الأصدقاء المقربون					
2	يجب أن أنجز الأعمال المهمة بأقصى ما يمكن من الكمال					
3	لا يستطيع الإنسان التغلب على تأثير الماضي					
4	يجب أن يعتمد الإنسان على الأشخاص المهمين					
5	لا أطيق أن يكون إنجازي سيئاً في المجالات المهمة					
6	يجب أن يحزن الشخص لما يصيب الآخرين من أزمات					
7	يوجد حل كامل لكل مشكلة لا بد من التوصل إليه					
8	مأساة ألا تسير الأمور كما أريد					
9	ينبغي أن ينشغل الشخص بشدة بالكوارث المتوقعة					
10	من المرعب ألا يتقبلني الأشخاص المهمون بالنسبة لي					
11	تعود التعاسة إلى أسباب خارجية لا يملك الشخص القدرة على ضبطها					
12	لا بد من معاقبة الأشخاص الذين يعاملونني بشكل سيء					
13	يجب أن أحظى باستحسان المسؤولين					
14	لا أستطيع تحمل المواقف غير السارة					
15	يجب أن يكون الشخص كفؤ في المجالات المهمة كلها					
16	يجب أن أحظى بمساعدة من هم أقوى مني					
17	يجب أن تختفي المنغصات من حياتي					
18	ليس باستطاعتي تحمل الفشل في الأعمال المهمة					
19	من المرعب أن أنجز الأشياء المهمة بشكل سيء					
20	القلق الشديد من حدوث خطر محتمل يساعد على تفاديه					
21	يتأثر السلوك الحاضر للشخص بماضيه بقوة					

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة
جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

					15	أتعامل مع الآخرين بسهولة
					16	أعتمد على نفسي ولا أطلب مساعدة من أحد
					17	أشارك في النشاطات الاجتماعية دائماً
					18	استمتع أكثر عندما أكون بمفردي
					19	أتمنى أن تكون حياتي مثل حياة بعض الناس
					20	أحجل عندما ينظر الناس إلي
					21	أستمتع بالمحادثات المشتركة مع الأصدقاء
					22	أشعر أنني محبوب من قبل الآخرين
					23	أشعر بتقدير واحترام الذين أعرفهم
					24	أحب أن أعرف على أناس جدد
					25	أشعر وكأن الآخرين يجرحون مشاعري
					26	أقبل نقد الآخرين لي
					27	أتشاجر مع زملائي في الجامعة
					28	أشعر بالفخر لأنني أنتمي إلى هذا المجتمع
					29	أشعر أن زملائي يسرهم أن أكون معهم
					30	من السهل علي تكوين صداقات مع الأشخاص الجدد
					31	أشعر في كثير من الأحيان كما لو كنت أريد أن أبكي
					32	أشبع معظم حاجاتي الاقتصادية في المجتمع الذي أعيش فيه
					33	إرضاء الناس غاية من الصعب تحقيقها
					34	أشعر بالرضا لأن الآخرين يفهمون مشاعري
					35	المجتمع الذي أعيش فيه يشبع حاجاتي ورغباتي
					36	أهدافي وطموحاتي تتفق بدرجة كبيرة مع أهداف المجتمع الذي انتمي إليه

الأفكار غير العقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة
جامعة دهوك

م.د. اراس فاضل ابوزيد

أ.م.د. محمد سعيد محمد

**Irrational thoughts and their relationship to psychological compatibility
among a sample of Duhok University students**

M.D. Mohammed Saeed Mohammed

M.D. Aras Fadel Abu Zeid

Abstract:

The aim of the research is to identify the correlational relationship between irrational thoughts and psychological compatibility, and to know the prevalence of irrational thoughts among the members of the research sample, and to know the degree of psychological compatibility they have, as well as to know the differences between the average scores of university students on the scale of irrational thoughts and the scale of psychological compatibility according to the variable of the school year. His sample consisted of (374) male and female students from the College of Basic Education and the College of Science, a monotonic scale (2001) for irrational thoughts was applied to them, and the second scale (psychological compatibility) was prepared by the two researchers after verifying their validity and consistency and using the statistical methods through the Al-Bagba program Statistics for Social Sciences (SPSS) and they reached the following results:

- The prevalence of irrational thoughts among males (20.78%), among females (28.06%), and among the total sample (24.59%).
- The presence of psychological compatibility with an average degree among the students of the research sample.
- There is a negative correlation relationship with statistical significance between students' scores on the irrational thoughts scale and their scores on the psychological compatibility questionnaire.
- There are differences between the average scores of the students on the scale of irrational thoughts due to the variable of the school year in favor of students in the first year.
- There are differences between the average scores of the students on the psychological compatibility questionnaire due to the variable of the school year in favor of students in the fourth year.

Key words: irrational thoughts, psychological compatibility, University of Duhok students.