

## درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية

حصّة هجاج شيهان العنزي\*

**الملخص:** تهدف الدراسة الحالية للتعرف على الفروق في الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات التربية الخاصة التي تعزى للجنس، كما تهدف إلى التعرف على مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة بقسم التربية الخاصة بكلية التربية، وتكونت عينة الدراسة من (114) طالب وطالبة، (50) طالب، و(64) طالبة، من قسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية، وتم جمع البيانات باستخدام مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد كلايس (1989) Klages، وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: وجود فروق تُعزى للجنس على درجة مقياس الأفكار اللاعقلانية ككل، كما توصلت نتائج الدراسة إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المستوى الرابع من قسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية، حيث بلغ المتوسط للمقياس ككل (3.85) أما بالنسبة لأبعاد الأفكار اللاعقلانية فقد جاءت وفقاً للترتيب التالي: التبعية، يليه التقييم السلبي للذات، ثم العزو الداخلي للفشل، وأخيراً الحساسية الزائدة.

الكلمات المفتاحية: الأفكار اللاعقلانية.

### The Prevalence Rate of Irrational Thoughts among College of Education Students at the Jazan University Kingdom of Saudi Arabia

Hissah Hajaj Alanazi

**ABSTRACT:** This research aims to identify the difference between the irrational thoughts for the Jazan University' students in the special education major according to the sex variable. It also seeks to determine the spread level of the irrational thoughts between them. This study included (114) participants from the college of education at the Jazan University. The sample was selected randomly and divided by (50) male and (64) female. The researcher used the irrational thoughts scale to collect the data prepared by Klages in (1989). The results of this study show that there is a difference on scale attributed to sex variable. Besides, the findings display that the rate spread of the irrational thoughts by (3.85) among students in course four in the special education major. Finally, the scale dimensions arranged according to the following: dependency, low self-esteem, internal attribution of failure, and excessive sensitivity.

Keywords: Irrational Ideas.

**المقدمة:**

يعد ألبرت إليس Albert Ellis من أوائل الباحثين الذين أبرزوا دور الأفكار اللاعقلانية Irrational Ideas، حيث قدم تصوراً كاملاً في هذا المجال، فحواه إن الأفكار اللاعقلانية ترجع إلى عوامل التنشئة الاجتماعية وخاصة في المراحل الأولى من حياة الفرد، وأن ما يعانيه الفرد من اضطراب نفسي وعقلي، يكون راجع في الأصل إلى تلك الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية الخاطئة التي تشكل البناء المعرفي لدى الفرد (صابر، 2009، ص3).

وقد تم بحث الأفكار اللاعقلانية في ميدان الإرشاد والعلاج النفسي. ووجدت كثيراً من البحوث انتشاراً واسعاً للأفكار اللاعقلانية بين طلبة المدارس والجامعات في بيئتنا العربية (الموسوي، 2005؛ الشربيني وصادق، 2000).

ويذكر هورويتز Horowitz (1987, p.71) أن المشكلات التي تواجه الفرد هي مزيج من الأفكار والمعاني الشخصية والاجتماعية التي قد تتطور في بعض الأحيان مسببة للفرد القلق والخوف. وأشارت دراسة خلافي (2016) ودراسة مجلي (2011) ودراسة العويضة (2009) ودراسة البراق (2008) ودراسة رتيب (2001) ودراسة الريحاني (1987) إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات الكليات، ويذكر العنزلي (2007) أن القلق ينتج بسبب بعض الأفكار اللاعقلانية التي تراود الشخص وتؤثر في أفعاله. ويذكر باترسون Patterson (1980) أن أفكار الأفراد المضطربين انفعالياً تكون للاعقلانية، ويفضل مواجهة أفكارهم اللاعقلانية بشكل مباشر. ويذكر إليس وإبرامز (1994) Ellis and Abrams أن الاتجاه العقلاني الانفعالي يفسر حدوث الضغوط النفسية من خلال إدراك الفرد وتفاعله مع الأحداث، فالطريقة التي يفكر بها ويفسر الأحداث، وما يحمله من معتقدات، هي السبب في المشاعر السلبية والمشكلات التكيفية، فالأحداث التي تسبب عند بعض الأفراد مشكلات انفعالية أو فسيولوجية، لا تسبب للآخرين أي مشكلات، والسبب أن المشكلة تتكون نتيجة لإدراكاتنا وتفاعلاتنا مع الأحداث وطريقة تفسيرنا لها، ولا يوجد شيء ضاغط بنفسه، لكن طريقة تفكير الفرد وتفسيره للحدث، هو الذي يجعله كذلك. وأشار إليس وهاربر Ellis and Harper (1975, p.13) أن الأفكار اللاعقلانية هي أفكار مدمرة، تقود إلى عدم الراحة والقلق عند الفرد، ولا تساعد على تحقيق أهدافه. كما ذكرت شقير (2005) أن القلق قد ينشأ عن أفكار لا عقلانية تجعل الفرد يؤول الواقع من حوله وكذلك المواقف والأحداث بشكل خطأ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي، وقد يتسبب هذا في حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل والخوف والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل.

ويعتقد بعض علماء النفس أن الأفكار اللاعقلانية تزيد من الاضطرابات لدى الأفراد، وتؤدي إلى عدم القدرة في التعامل مع مشاكل الحياة ومحاولة تجنبها (Oraki, Zarrati, and Zarrati, 2018, p. 177).

وأشارت دراسة مسعود (2006) والريحاني (1987) ودراسة زويمر وديفينباخر Zwemer and Deffenbacher (1984) إلى وجود علاقة ارتباطية بين القلق والأفكار اللاعقلانية وبين الضغوط النفسية لدى الطلاب. كما ذكرت إسماعيل (2003) أنه كلما تمسك الفرد بالخرافات والأفكار اللاعقلانية، كلما كانت الفرصة لديه أكبر لظهور القلق، وأشارت دراسة كامل (2005) إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب وطالبات الجامعة. وأشار كارمير وباكلاوند Carmer and Buckland (1995, p.269) إلى أن الأفكار اللاعقلانية ترتبط بالقلق. ويرى إليس (1962) Ellis أن التفكير اللاعقلاني يقود إلى سوء توافق انفعالي. ويؤكد دريدن Dryden (2004) أن الأفراد لديهم ميل قوي للتفكير والتصرف بشكل لا عقلاني، ولديهم

المقدرة على التفكير بشكل ناقد حول سلوكهم، وتصحيح الأنماط غير المنطقية في تفكيرهم، والحكم على ما إذا كانت فرضياتهم تنسجم مع الواقع.

ويذكر بيك Beck, 1979 أن من ابرز مصادر القلق وجود الأفكار اللاعقلانية (العنزي، 2007)، ويؤكد ذلك دراسة إسماعيل (2003) والتي أشارت إلى أن العلاقة بين الأفكار الخرافية والقلق علاقة طردية، كما أشارت بعض الدراسات مثل دراسة العنزي (2007) ودراسة مسعود (2006) ودراسة شقير (2005) أن قلق المستقبل في الغالب يكون نتيجة لبعض الأفكار اللاعقلانية التي تراود الطلاب وتؤثر في سلوكهم.

ولم تتفق نتائج الدراسات السابقة على أثر متغير الجنس على الأفكار اللاعقلانية، ففي دراسة كل من نور الدين (2014) ودراسة العويضة (2009) ودراسة الريحاني (1987) ودراسة ديفنباشر، زويمر، زمان، هل وسلون، Deffenbacher, Zwemer, Whisman, Hill, and Sloan, (1986)، أظهرت النتائج أن الجنس لا يؤثر على الأفكار اللاعقلانية، وهذا عكس ما توصلت إليه دراسة القضاة (2014) حيث أظهرت النتائج فروقاً في الأفكار اللاعقلانية تعزى للجنس.

وأظهرت بعض الدراسات تفوق الذكور في بعض الأفكار اللاعقلانية على الإناث كدراسة كل من أبو شعر (2007) ودراسة إسماعيل (2003) ودراسة الطيب والشيخ (1990)، وعلى العكس من ذلك أظهرت دراسة عبد الله (2013) تفوق الإناث في بعض الأفكار اللاعقلانية على الذكور.

والدراسة الحالية هي محاولة من الباحثة للتعرف على: درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية.

### مشكلة الدراسة:

يرى إليس (Ellis 1973, p.88) أن هناك مجموعة من الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية تكون هي المسؤولة عن معظم الاضطرابات، وذلك لأنه عندما يتقبل الأفراد الاضطرابات والانحرافات التي تنطوي عليها الأفكار اللاعقلانية، فإنهم يميلون لكي يصبحوا مكبوتين، عدوانيين، دفاعيين، قلقين، شاعرين بالذنب، لديهم سلوك انهزامي غير فعالين، منطوين على أنفسهم، غير سعداء. وأشارت دراسة كل من جاكيسون، تامكين وبلونت (Jacobson, Tamkin, and Blount, 1987, p.22) أن القلق ينشأ من الأفكار اللاعقلانية، ويؤكد ذلك شقير (2005) أن القلق قد ينشأ عن أفكار خاطئة ولا عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله وكذلك المواقف والأحداث بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي، وقد يتسبب هذا في حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل والخوف والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل.

ومما سبق يظهر للباحثة أن انتشار الأفكار اللاعقلانية له أثر على سلوكيات الطلاب والطالبات. ومن خلال عمل الباحثة بالجامعة لاحظت وجود بعض الأفكار اللاعقلانية التي تستحوذ على عقول بعض الطالبات، والتي قد يكون لها أثر سلبي عليهم.

وتسعى الباحثة من خلال استعراضها واستقرائها للدراسات والبحوث السابقة، لمعرفة درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية من خلال الإجابة على التساؤل التالي: ما مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية؟

**أسئلة الدراسة:**

1. ما مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب وطالبات التربية الخاصة في الأفكار اللاعقلانية تعزى للجنس؟

**أهداف الدراسة:**

1. التعرف على مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان.
2. التعرف على الفروق في الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات التربية الخاصة التي تعزى للجنس.

**أهمية الدراسة:**

- تتمثل أهمية الدراسة فيما يلي:
1. إضافة إطار نظري عن متغيرات الدراسة للتراث النفسي والتربوي بالمكتبة العربية.
  2. قد تفيد نتائج الدراسة في توجيه انتباه المسؤولين في الجامعة للاهتمام بتعديل الأفكار اللاعقلانية.
  3. قد تسهم النتائج في إيجاد بعض الحلول التي من شأنها تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة.

**مصطلحات الدراسة:****الأفكار اللاعقلانية Irrational Ideas:**

تعرف الباحثة الأفكار اللاعقلانية بأنها: الأفكار والمعتقدات السالبة، المبنية على توقعات خاطئة، تسبب مشكلات واضطرابات للفرد. وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في المقياس المعد للبحث الحالي (Klages, 1989).

**الإطار النظري والدراسات السابقة:****أولاً: الإطار النظري:**

يعد ألبرت إليس Albert Ellis من أوائل الباحثين الذين أبرزوا دور الأفكار اللاعقلانية في السلوك، حيث قدم تصوراً كاملاً في مجال أساليب التفكير فحواه إن الأفكار اللاعقلانية ترجع إلى عوامل، التنشئة الاجتماعية وخاصة في المراحل الأولى من حياة الفرد، وأن ما يعانيه الفرد من اضطراب نفسي وعقلي يكون راجع في الأصل إلى تلك الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية الخاطئة التي تشكل البناء المعرفي لدى الفرد، واقترح Ellis العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي الذي يحمي الفرد من الاضطرابات، وذلك عن طريق مهاجمة الأفكار اللاعقلانية التي تؤثر على الأمن الفكري و إدراك الفرد لذاته وللآخرين ولإنجازاته وإبداعاته (Anderson, 2002).

تعرف الأفكار اللاعقلانية بأنها: مجموعة الأفكار الخاطئة وغير المنطقية التي تتميز بعدم موضوعيتها والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، وعلى مزيج من الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل لا تتفق والإمكانات العقلية للفرد (Ellis, 1977, p.5).

ويعرف باترسون (1990، ص6) الأفكار اللاعقلانية بالمفاهيم والمعتقدات والأفكار التي يتبناها الفرد عن الأحداث والظروف الخارجية التي ترجع نشأتها إلى التعلم المبكر غير المنطقي.

يرتبط الوجود الإنساني بقدرة الإنسان على التفكير، فقد ميز المولى سبحانه وتعالى بين الإنسان عن غيره من المخلوقات بقدرة هذا الإنسان على التفكير، وبالتالي بقدرته على خلافته في الأرض، ولا غرابة بان أطلق الفلاسفة القدامى على الإنسان بأنه كائن مفكر، فهناك سمات للأفكار العقلانية

واللاعقلانية لا بد من الوقوف على السمات التي تتسم بها كل من الأفكار العقلانية واللاعقلانية (عبد القوي، 2013).

**أولاً: سمات الأفكار العقلانية:** إذا كانت الفكرة مرنة، وتساعد على تحقيق الهدف ومنطقية، وتؤدي إلى الصحة النفسية؛ فهي فكرة عقلانية.

**ثانياً: سمات الأفكار اللاعقلانية:** إذا كانت الفكرة متطرفة تؤدي إلى الاضطراب النفسي، ولا تساعد على تحقيق وإنجاز الأهداف لأنها خاطئة غير منطقية.

#### أسباب الأفكار اللاعقلانية:

إن أفكار الفرد ومعتقداته ليست موروثية، ولكنها مكتسبة ممن حوله، كالأسرة، والمجتمع الخارجي، أو نتيجة لتعامله العقيم مع البيئة، وترى الباحثة أن الأسباب الآتية قد تؤدي إلى سيادة الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد:

**العزلة الاجتماعية:** قد تساهم وبشكل كبير في تكوين الأفكار اللاعقلانية؛ حيث يفتقر الفرد للحكم أو للمعيار الاجتماعي على أفكاره ومعتقداته، وبالتالي في كثير من الأحيان قد تتسم شخصية الفرد المنعزل اجتماعياً ببعض الجمود الذي يمنعه من تقييم أفكاره التقييم السليم وفقاً لما يتفق مع الآخرين، وما ترتضيه الجماعة التي يحيا بها ويستمد منها الدعم والمساندة.

**الجمود الفكري:** اتصاف الأفراد بالجمود، وعدم الرغبة في تغيير أفكارهم، أو استبدالها بأخرى أكثر عقلانية، وأكثر مرونة ومنطقية؛ فيقع الفرد أسيراً للتفكير المتصلب الجامد، حيث يكون تفكيره مظلم يرى من خلاله جانب واحد للحياة، ولا يرغب في أن يغير فكره، ليرى الجانب الآخر.

**ثقافة المجتمع:** إذا ما انتشرت الأفكار اللاعقلانية في المجتمع، فإنها سوف تفرز الأفكار اللاعقلانية للأفراد، كما هو الحال في بعض الأفكار اللاعقلانية، وفي هذه الحالة يكون الفرد اللاعقلاني ضحية لبيئته، ويندرج تحت ذلك أيضاً أن يكون الفرد في أسرة متسلطة تفرض أفكارها غير العقلانية على الفرد فإما أن يتقبلها ويصبح غير عقلائي، أو يرفضها ويصبح مستكراً من الأسرة ومن المجتمع.

#### ثانياً: البحوث والدراسات السابقة:

قام الطواهره وبنو إسماعيل (2016) *Zawahreh & Bani Ismail* بدراسة بهدف التعرف على الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب جامعة نجران وعلاقتها ببعض المتغيرات، النوع (الجنس)، المستوى الأكاديمي، الكلية، استخدم البحثان مقياس الأفكار اللاعقلانية *Ellis*، والذي تم تعديله وتطويره من قبل الريحاني (1987)، تكونت العينة من (293) طالباً وطالبة، أظهرت النتائج أن الأفكار اللاعقلانية منتشرة بشكل معتدل لدى الطلاب، كما توصلت الدراسة أيضاً إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الانتشار بسبب الجنس لصالح الذكور.

قامت خلافي (2016) بدراسة بهدف التعرف على الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى الأفكار اللاعقلانية منتشرة بدرجات متوسطة لدى أفراد العينة.

قام القضاة (2014) بدراسة هدفت إلى الكشف عن درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعتي مؤتة والهاشمية في المملكة الأردنية الهاشمية وعلاقتها ببعض المتغيرات، وأظهرت النتائج انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعتين بدرجة متوسطة، باستثناء مجال التعصب والذي جاء بدرجة مرتفعة، وأظهرت النتائج فروقاً دالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تعزى للجنس.

قام نور الدين (2014) بدراسة بهدف التعرف على علاقة الأفكار اللاعقلانية باستخدام الحوار لدى طلبة الجامعة، والكشف عن الفروق فيهما تبعاً لمتغير الجنس والتخصص، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تعزى للجنس.

أجرى القلهاتي (2014) دراسة بهدف التعرف على الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الأكاديمي، وتوصلت النتائج إلى: أن أكثر الأفكار اللاعقلانية انتشاراً لدى الطلاب هي النمذجة

السلبية، ووجود علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية وبين دافعية الانجاز الأكاديمي.

قام عبد الله (2013) بدراسة بهدف التعرف على الدلالات الفلسفية للأفكار العقلانية واللاعقلانية بين طلبة جامعة الموصل، وتوصلت للنتائج التالية: انتشار الأفكار اللاعقلانية بين الطلاب الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي، وأشارت النتائج أن الإناث أكثر ميلاً للأفكار اللاعقلانية من الذكور.

وقام مجلي (2011) بدراسة هدفت إلى التعرف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والضغط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعده بجامعة عمران، ومن نتائجها: انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الكلية، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية وبين الضغوط النفسية.

وأجرى العويضة (2009) دراسة بهدف التعرف نسبة انتشار الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عمان الأهلية، وتكونت العينة من (181) طالباً وطالبة، ومن نتائجها: وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية، وإلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة، وعدم وجود فروق ترجع للجنس والتخصص في الأفكار اللاعقلانية.

وأجرت البراق (2008) دراسة للتعرف على مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب جامعة طيبة والجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة، والتعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وتقدير الذات ومركز التحكم لدى طلاب الجامعتين، ومن نتائجها: انتشار الأفكار اللاعقلانية وكل من تقدير الذات والتحكم الداخلي لدى طلاب الجامعتين.

قام العنزى (2007) بدراسة الهدف منها التعرف على العلاقة بين القلق والأفكار اللاعقلانية لدى الأحداث المنحرفين وغير المنحرفين لدى عينة من (300) طالب بالمرحلة الثانوية بالرياض، ووجد علاقة ارتباطيه موجبة بين القلق والأفكار اللاعقلانية، وارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية ومستوى القلق لدى الأحداث المنحرفين مقارنة بغيرهم.

وقام أبو شعر (2007) بدراسة الأفكار اللاعقلانية لطلاب الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات، وتكونت العينة من (412) طالباً، ومن نتائجها: وجود علاقة عكسية بين الوعي الديني والأفكار اللاعقلانية، والذكور لديهم أفكار اللاعقلانية أكثر من الإناث.

وأظهرت نتائج دراسة مسعود (2006) وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية والضغط النفسية لدى عينة من (599) طالباً بالمرحلة الثانوية.

وبحثت إسماعيل (2003) العلاقة بين المعتقدات الخرافية وقلق المستقبل والدافعية للانجاز، لدى عينة من (150) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين المعتقدات الخرافية وقلق المستقبل، وعلاقة عكسية بين المعتقدات الخرافية والدافعية للانجاز، وأن الذكور أعلى في قلق المستقبل من الإناث.

وقام البكر (2002) بتصميم برنامج إرشادي لتعديل الأفكار اللاعقلانية لدى مرتفعي القلق والاكنتاب، وتوصلت إلى وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين درجة الأفكار اللاعقلانية والقلق، وإمكانية تعديل الأفكار اللاعقلانية مرتفعي القلق ومرتفعي الاكنتاب باستخدام البرامج الإرشادية المناسبة.

وتناولت دراسة رتيب (2001) مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي لدى طلاب جامعة دمشق، وبحث العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي، ومن نتائجها: انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب الجامعة، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي.

وتوصلت دراسة عبد الرحمن وعبد الله (1994) وأوضحت النتائج أن الأفكار اللاعقلانية ترتبط بالقلق، بينما لم تفصح النتائج عن وجود علاقات مماثلة بين الأفكار اللاعقلانية ومركز التحكم.

وبحث إبراهيم (1990) العلاقة بين التفكير اللاعقلاني والقلق والتوجه الشخصي لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (213) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين التفكير اللاعقلاني والقلق، وإلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين التفكير اللاعقلاني وتحقيق الذات.

قام الريحاني (1987) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة الأردنية التي اقترحها إليس، وأثر الجنس والتخصص، وأظهرت النتائج انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة الأردنية، ولم تشر النتائج إلى وجود أثر للجنس والتخصص على الأفكار اللاعقلانية.

وقام ديفنباشر وآخرون (1986) Deffenbacher et al. بدراسة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق، وتكونت العينة من (113) طالباً، (229) طالبة، وتوصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين جميع أشكال القلق والأفكار اللاعقلانية، وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية.

#### التعليق على البحوث والدراسات السابقة:

- أشارت نتائج بعض الدراسات إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب وطالبات الجامعة مثل دراسة كل من الطواهره وبنني إسماعيل (2016) Zawahreh & Bani Ismail ودراسة خلافي (2016) ودراسة مجلي (2011) ودراسة العويضة (2009) ودراسة البراق (2008) ودراسة رتيب (2001) ودراسة الريحاني (1987) إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات الجامعة.

- أشارت نتائج بعض الدراسات أن الجنس لا يؤثر على الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة مثل دراسة نور الدين (2014) ودراسة العويضة (2009) ودراسة الريحاني (1987) ودراسة كل من ديفنباشر وآخرون (1986) Deffenbacher et al. حيث أظهرت النتائج أن الجنس لا يؤثر على الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة.

- أشارت نتائج بعض الدراسات أن الجنس يؤثر على الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة مثل دراسة القضاة (2014).

- أشارت نتائج بعض الدراسات إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الذكور أكثر من الإناث مثل دراسة كل من الطواهره وبنني إسماعيل (2016) Zawahreh & Bani Ismail ودراسة أبو شعر (2007) ودراسة إسماعيل (2003) ودراسة كل من الطيب والشيخ (1990)، حيث أظهرت تفوق الذكور في بعض الأفكار اللاعقلانية على الإناث.

- أشارت نتائج بعض الدراسات إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الإناث أكثر من الذكور مثل دراسة كل من عبد الله (2013) حيث أظهرت تفوق الإناث في بعض الأفكار اللاعقلانية على الذكور.

#### الطريقة والإجراءات

**منهج الدراسة:** تتبع هذه الدراسة المنهج الوصفي.

**عينة الدراسة:** تكونت عينة الدراسة من (114) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بطريقة قصدية من المستوى الرابع من قسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية، والجدول (1) يوضح ذلك:

جدول (1) يوضح خصائص العينة

الجنس (النوع)	العدد
الطلاب	50
الطالبات	64
المجموع	114

## أدوات الدراسة:

**مقياس الأفكار اللاعقلانية:** قامت الباحثة بترجمة وتعريب مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد كلاكس (1989) Klages، ويتضمن (30) فقرة، ويشتمل على أربعة مقاييس فرعية: (التقييم السلبي للذات، التبعية، العزو الداخلي للفشل، الحساسية الزائدة "التهيج")، والاستجابات متدرجة في ست مستويات، ويتم تصحيحه بإعطاء الدرجات من صفر إلى خمس درجات على الاستجابات المتدرجة من: لا تنطبق على الإطلاق، إلى تنطبق تماماً.

## صدق المقياس:

(أ) **صدق المحكمين:** بعد ترجمة المقياس للغة العربية تم توزيعه على (5) من المتخصصين، بهدف إبداء الرأي حول مناسبة المقياس لقياس الأفكار اللاعقلانية، ومناسبة المفردات للبعد التي تنتمي إليه، ومناسبة الصياغة اللغوية لمستوى العينة، وقد امتدت نسب اتفاق المحكمين بين (70-100%) وهي نسب اتفاق عالية؛ مما يشير إلى صدق المقياس.

(ب) **صدق المفردات:** حُسب صدق المفردات بحساب معاملات الارتباط بين درجة المفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة من درجة البعد، والجدول (2) التالي يوضح هذه النتائج:

جدول (2) معاملات الارتباط بين درجة المفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه لمقياس الأفكار اللاعقلانية (ن=50)

التقييم السلبي للذات		التبعية		العزو الداخلي للفشل		الحساسية الزائدة	
المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط
14	0.453	2	0.603	3	0.580	0.654	0.01
16	0.521	4	0.650	5	0.641	0.707	0.01
18	0.609	15	0.705	6	0.537	0.637	0.01
19	0.552	17	0.712	7	0.456	0.541	0.01
22	0.539			8	0.522	0.456	0.01
29	0.642			12	0.644	0.687	0.01
30	0.540			20	0.605	0.711	0.01
				23	0.509	0.653	0.01
				26	0.548	0.534	0.01
						0.611	0.01

ملاحظة: جميع الارتباطات دالة عند مستوى  $>0.01$ .

يتضح من الجدول (2) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى صدق المقياس.

كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول رقم (3) يوضح ذلك.

الجدول رقم (3) معاملات الارتباط بين درجة الأبعاد لمقياس الأفكار اللاعقلانية

الدرجة الكلية	الحساسية الزائدة	العزو الداخلي للفشل	التبعية	التقييم السلبي للذات	الأبعاد
**0.731	**0.516	**0.680	**0.644	—	التقييم السلبي للذات
**0.675	**0.609	**0.485	—	—	التبعية
**0.690	**0.621	—	—	—	العزو الداخلي للفشل
**0.680	—	—	—	—	الحساسية الزائدة

\*\* داله عند 0,01

يتضح من الجدول (3) أن جميع الأبعاد دالة إحصائياً عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى صدق المقياس.

#### ثبات المقياس:

حُسب الثبات بمعامل الفا كرونباخ وكانت جميع معاملات الفا عالية. والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4) معاملات الثبات (الفا كرونباخ) لمقياس الأفكار اللاعقلانية

م	أبعاد المقياس	معامل الفا كرونباخ للثبات
1	التقييم السلبي للذات	0.768
2	التبعية	0.753
3	العزو الداخلي للفشل	0.855
4	الحساسية الزائدة "التهيج"	0.760
5	الدرجة الكلية	0.889

#### الأساليب الإحصائية:

استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية:

1. المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعياري والوزن النسبي (النسب المئوية) التي تستخدم لتوضيح الدرجات الخام.
2. اختبار (ت) t-test للتحقق من وجود فروق بين الطلاب والطالبات.

#### عرض ومناقشة نتائج الدراسة

##### أولاً: النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال الأول:

الذي نصه "ما مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان؟"

للإجابة على السؤال الأول: استخدمت الباحثة المتوسطات والانحرافات المعياري لاستجابات الطلبة على مقياس الأفكار اللاعقلانية، والجدول (6) يوضح ذلك:

جدول (6) المتوسطات والانحرافات المعياري لاستجابات الطلبة على مقياس الأفكار اللاعقلانية

البعد	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التقييم السلبي للذات	7	3.17	0.92
التبعية	4	4.26	1.30
العزو الداخلي للفشل	9	4.07	1.05
الحساسية الزائدة	10	3.11	0.80
المقياس الكلي	30	3.85	0.73

يتضح من الجدول (6) مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المستوى الرابع من قسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية، حيث بلغ المتوسط للمقياس ككل (3.85)، وانحراف معياري (0.73) أما بالنسبة لأبعاد الأفكار اللاعقلانية فقد جاءت وفقاً للترتيب التالي: التبعية وهو الأعلى انتشاراً بين الطلبة بمتوسط (4.26) وانحراف معياري (1.30)، يليه العزو الداخلي للفشل بمتوسط (4.07) وانحراف معياري (1.05)، ثم التقييم السلبي للذات بمتوسط (3.17) وانحراف معياري (0.92)، وأخيراً الحساسية الزائدة بمتوسط (3.11) وانحراف معياري (0.80).

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات التي أشارت إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة الجامعة مثل دراسة كل من الطاهرة وبني إسماعيل Zawahreh & Bani Ismail (2016) ودراسة خلافي (2016) ودراسة مجلي (2011) ودراسة العويضة (2009) ودراسة البراق (2008) ودراسة رتيب (2001) ودراسة الريحاني (1987) والتي تشير إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة.

وتعزو الباحثة سبب انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة، للتعلم المبكر للفرد من الأسرة، ومن البيئة التي يعيش فيها، مما يسبب ترسخ هذه الأفكار في الذهن، وتصبح جزء من نمط سلوكه، ويتطلب الأمر غرس الثقة في نفس الفرد من المراحل المبكرة من حياته، عن طريق برامج إرشادية متخصصة لكي تحد من درجة انتشار هذه الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة.

#### ثانياً: النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال الثاني:

الذي نصه: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب وطالبات التربية الخاصة في الأفكار اللاعقلانية تعزى للجنس؟"

للإجابة على السؤال الثاني: استخدمت الباحثة اختبار T-test لعينتين مستقلتين عن طريق برنامج (SPSS)، لحساب دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في كل بعد من أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5) يوضح قيم T-test للفروق الإحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في كل بعد من أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية

البعد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التقييم السلبي للذات	الطلاب	3.06	0.92	0.89	غير دالة
	الطالبات	3.23	0.96		
التبعية	الطلاب	3.97	1.44	1.87	غير دالة
	الطالبات	4.46	1.18		
العزو الداخلي للفشل	الطلاب	3.64	1.08	*3.66	دالة
	الطالبات	4.37	0.91		
الحساسية الزائدة "التهيج"	الطلاب	3.63	0.71	*3.88	دالة
	الطالبات	4.24	0.83		
درجة المقياس الكلي	الطلاب	3.68	0.70	1.81	غير دالة
	الطالبات	3.94	0.73		

\* دالة عندنا 0.01

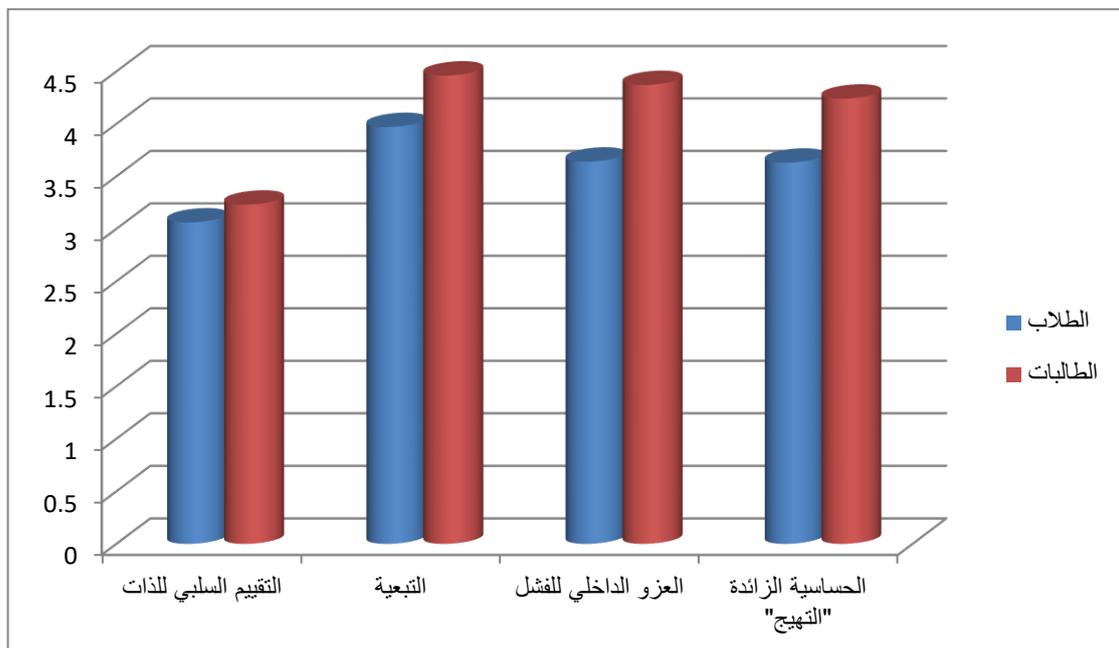
يُظهر الجدول (5) وجود فروقاً بين الجنسين في الأفكار اللاعقلانية، فقد تبين أن درجات الأفكار اللاعقلانية على بعد العزو الداخلي للفشل والحساسية الزائدة "التهيج" لدى الإناث أعلى مما هي لدى الذكور، مما يشير إلى أن مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى الإناث أعلى مما هي لدى الذكور، وتعزو الباحثة سبب زيادة مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى الإناث أعلى مما هي لدى الذكور، فالمرأة دائماً ما تنظر إلى نفسها على أنها الأضعف، وغالباً ما تنسب إلى نفسها النتائج السلبية في المواقف التي تمر بها، فيملن أكثر من الذكور إلى لوم أنفسهن فيما يتعلق بالأخطاء أو العواقب السلبية للسلوكيات، كما أن المرأة بطبيعتها تحس بحاجة إلى الآخرين، وذلك ينسجم مع طبيعتها الجسمية والسيكولوجية، والمرأة تميل أكثر من الرجل لعزو الأخطاء وخبرات الفشل لنفسها، كما أن المرأة بدورها متسرعة في الحكم على الأمور لاعتمادها على العواطف، ولذا يكون تفكيرها غير عقلائي في بعض الجوانب.

ويبين الجدول (5) وجود فروق تُعزى للجنس بين درجات الإناث ودرجات الذكور على بُعد العزو الداخلي للفشل، حيث بلغ متوسط درجات الإناث (4.37) أعلى من متوسط درجات الذكور (3.64)، كما يتضح وجود فروق بين درجات الإناث ودرجات الذكور على بُعد الحساسية الزائدة "التهيج"، حيث بلغ متوسط درجات الإناث (4.24) أعلى من متوسط درجات الذكور (3.63). وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة عبد الله (2013) والتي أشارت إلى أنه يوجد فروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية لصالح الإناث.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من الطيب والشيخ (1990) ودراسة إسماعيل (2003) ودراسة أبو شعر (2007) والتي أشارت إلى أنه يوجد فروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية لصالح الذكور.

كما تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من ديفنباشر وآخرون Deffenbacher et al. (1986) ودراسة الريحاني (1987) ودراسة العويضة (2009) ودراسة نور الدين (2014) التي أشارت إلى أنه لا يوجد فروق تعزى للجنس بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية.

شكل (1) الفروق بين الطلاب والطالبات في أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية



يتضح من الشكل (1) الفروق في أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات المستوى الرابع من قسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات التي أشارت إلى وجود فروق في أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية بين طلبة الجامعة مثل دراسة من الظاهرة وبني إسماعيل Zawahreh (2016) & Bani Ismail ودراسة خلافي (2016) ودراسة مجلي (2011) ودراسة العويضة (2009) ودراسة البراق (2008) ودراسة رتيب (2001) ودراسة الريحاني (1987) والتي أشارت إلى وجود فروق بين الطلاب والطالبات في أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة. وتعزو الباحثة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة، إلى افتقار الجامعات للبرامج الإرشادية المتخصصة لكي تحد من درجة انتشار هذه الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة.

### التوصيات والبحوث المقترحة:

#### أولاً: التوصيات:

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج يمكن تقديم التوصيات التالية:
1. تفعيل دور الإرشاد الأكاديمي في الجامعات للحد من انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات الجامعات.
  2. اهتمام مراكز و وحدات الإرشاد بالجامعات بعقد ندوات بغرض توعية الطلاب للحد من الآثار السلبية للأفكار اللاعقلانية.
  3. اهتمام المسؤولين بالجامعات بالعمل على الحد من انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات الجامعة، وذلك من خلال عقد الندوات والمؤتمرات العلمية التي تحقق ذلك.

#### ثانياً: البحوث المقترحة:

- يمكن تقديم مقترحات لبحوث مستقبلية ممثلة في:
1. الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتكيف مع المطالب الأكاديمية لدى طلاب وطالبات الجامعة.
  2. الذكاءات المتعددة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات الجامعة.
  3. فعالية برنامج إرشادي لتعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب وطالبات الجامعة.

### المراجع:

- إبراهيم، محمد أحمد. (1990). دراسة التفكير اللاعقلاني من حيث علاقته بالقلق والتوجه الشخصي لدى عينة من الشباب الجامعي. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
- أبو شعر، عبد الفتاح محمد. (2007). الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
- إسماعيل، إيمان محمد صبري. (2003). بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 13(38)، 53-99.
- باترسون، سيسيل هولدين. (1990). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي (حامد عبد العزيز الفقي، مترجم). الكويت: دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع.
- البراق، فطوم محمد السيف محمد. (2008). التفكير اللاعقلاني وعلاقته بتقدير الذات ومركز التحكم لدى طلاب الجامعات بالمدينة المنورة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة طيبة.
- البيكر، علي عبد الله. (2002). برنامج إرشادي مقترح لتعديل الأفكار غير العقلانية لدى مرتفعي القلق والاكتئاب: دراسة تجريبية على عينة من طلاب الجامعيين في مدينة الرياض. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

- خلافي، دليلة. (2016). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خضير.
- رتيب، ناديا. (2001). العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي لدى طلبة السنة الثالثة في جامعة دمشق. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة دمشق.
- الريحاني، سليمان. (1987). الأفكار اللاعقلانية عند طلبة الجامعة الأردنية وعلاقة الجنس والتخصص في التفكير اللاعقلاني. مجلة دراسات، 14 (5)، 103-124.
- الشربيني، زكريا، وصادق، يسرية. (2000). تنشئة الطفل وسبل الوالدين في معاملته ومواجهة مشكلاته. القاهرة: دار الفكر العربي.
- شكير، زينب محمود. (2005). مقياس قلق المستقبل. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- صابر، ممدوح. (2009). الأفكار اللاعقلانية كإحدى إشكالات الأمن الفكري المؤثرة باضطراب الشخصية. بحث مقدم للمؤتمر الوطني الأول للأمن الفكري، جامعة الملك سعود.
- الطيب، محمد، والشيخ، محمد. (1990). الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي. بحوث المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس بالقاهرة.
- عبد الرحمن، محمد السيد، وعبد الله معنز سيد. (1994). الأفكار اللاعقلانية لدى الأطفال والمراهقين وعلاقتها بكل من حالة وسمة القلق ومركز التحكم، مجلة دراسات نفسية، 4 (3)، 415-449.
- عبد القوي، رانيا الصاوي عبده. (2013). فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي لخفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وتحسين مستوى الرضا عن الحياة لطالبات جامعة تبوك. مجلة دراسات نفسية و تربوية، (11)، 30-1.
- عبد الله، هديل داهي. (2013). الدلالات الفلسفية للأفكار العقلانية واللاعقلانية بين طلبة جامعة الموصل الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي "دراسة وصفية مقارنة". مجلة الراصد للعلوم الرياضية، 19 (60)، 362-343.
- العنزي، فهد حامد صباح. (2007). علاقة القلق بالأفكار اللاعقلانية دراسة مقارنة بين الأحداث المنحرفين وغير المنحرفين في مدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- العويضة، سلطان موسى. (2009). العلاقة بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية عند عينة من طلبة جامعة عمان الأهلية. مجلة رسالة الخليج العربي، (113)، 109 - 156.
- القضاة، محمد أمين حامد. (2014). درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعتي مؤتة والهاشمية في المملكة الأردنية الهاشمية وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة جامعة دمشق، 30 (1)، 517-551.
- القلهاتي، أحمد سالم خميس. (2014). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى طلبة الصف العاشر بمحافظة مسقط. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى.
- كامل، وحيد مصطفى. (2005). فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في خفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة دراسات نفسية، (15)، 569-598.
- مجلي، شايع عبد الله. (2011). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعده- جامعة عمران. مجلة جامعة دمشق، (27)، 193-241.
- مسعود، سناء منير. (2006). بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين دراسة تشخيصية. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية، جامعة طنطا.
- الموسوي، نعمان محمد. (2005). تحليل مضمون التفكير اللاعقلاني للطلبة الجامعيين باستخدام الصيغة العربية لقائمة المعتقدات اللاعقلانية، المجلة التربوية، 19 (75)، 91-130.

نور الدين، بغورة. (2014). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها باستخدام الحوار في الوسط الجامعي لدى الطلبة والفروق فيهما تبعاً لبعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية، جامعة الحاج لخضر باتنة.

- Anderson, S. (2000). *The Effects of A Rational Emotive Behavior Therapy Intervention on Irrational Beliefs and Burnout Among Middle School Teachers in the State of Iowa*, the Requirements for the Degree Doctor of Education, University of Northern Iowa.
- Cramer, D. & Buckland, N. (1995). Effect of rational and irrational statements and demand characteristics on task anxiety. *Journal of Psychology*, 129 (3), 269-275.
- Deffenbacher, J. L, Zwemer, W. A, Whisman, M. A, Hill, R. A. & Sloan, R. D. (1986). Irrational Beliefs and Anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 10, 281-292.
- Dryden, W. (2004). *Rational emotive behavioural counselling in action*. London: Sage.
- Ellis, A. & Abrams, M. (1994). Rational emotive behavior therapy in the treatment of stress. *British Journal of Guidance & Counseling*, 22 (1), 39- 50.
- Ellis, A. & Harper, R. A. (1975). *A New Guide to Rational Living*. North Hollywood, CA: Wilshire Books.
- Ellis, A. (1962). *Reason and Emotion in Psychotherapy*. New York: Birch Lane Press.
- Ellis, A. (1977). Rational-Emotive Therapy: Research Data That Supports The Clinical and Personality Hypotheses of RET and Other Modes of Cognitive- Behavior Therapy. *The counseling Psychologist*. 7(1), 2-42.
- Ellis, A. (1973). *Humanistic psychotherapy. The Rational Emotive Approach*. New York: Mc Graw Hill Book Company.
- Horowitz, M. J. (1987). *States of mind: Configurational analysis of individual psychology*. (2nd ed). Springer US.
- Jacobson, R., Tamkin, A. & Blount, J. (1987). The Efficacy of Rational Emotive Group Therapy in Psychiatric Inpatients. *Journal of Rational Emotive Therapy*. 5 (1), 22-31.
- Klages, U. (1989). *Fragebogen irrationaler Einstellungen(FIE)*. Göttingen: Hogrefe.
- Oraki, M., Zarrati, N. & Zarrati, I. (2018). Comparison of life expectancy, quality of life, irrational health beliefs, health locus of control and hospital depression in patients undergoing hemodialysis and heart transplant in Shahid-Rajae hospital. *Bali Medical Journal (Bali Med J)*. 7(1), 177-181.
- Patterson, C. H. (1980). *Theories of counseling and psychotherapy*. (3rd ed). New York: Harper & Row.
- Zawahreh, N. & Bani Ismail, A. (2016). The Irrational Thoughts among Najran University Students and Its Relation with Some Variables. *Journal of Studies in Education*, 6 (3), 138-148.
- Zwemer, W. A. & Deffenbacher, J. L. (1984). Irrational beliefs, anger, and anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (3), 391-393.