جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى/ كلية التربية المقداد

قسم الارشاد النفسي والتربوي

المرحلة الرابعة / صباحي

الأفكار اللاعقلانية لدى المدرسين

بحث مقدم الى جامعة ديالى / كلية التربية المقداد قسم الارشاد النفسي والتربوي
كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في الارشاد النفسي والتربوي

من قبل الطالبتان

اية حسين علي

فاطمة عباس عبد الكريم

بأشراف الاستاذ

أ.م.د حسن عبدالله حسن

2024 م
1445ه

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَقُلِ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَمْ يَكُنْ لَهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ وَلِيٌّ مِنَ الذُّلِّ وَكَبِّرْهُ تَكْبِيرًا ﴾

﴿الإسراء ﴾

صدق الله العظيم

الاهداء

إلى ... نبي الرحمة والانسانية لرسول الله (صلى الله عليه واله وسلم) ونسله الطاهر

.إلى... أمل الإنسانية الإمام الحجة بن الحسن

.إلى... والدتي، التي لا تسأل أبدا لكنها دائما تعطي

إلى... والدي العزيز الذي أعطاني حياة

الى ... أستاذي المشرف

إلى ... إخواني وجميع أصدقائي، أكرس هذا الجهد المتواضع. إلى ... كل شخص تعلمته منه في حياتي

الشكر والتقدير

يسـرني تقديم هذا الشـكر لوالدي ووالدتي اللذان سـهرا على تربيتي وتعليمي منذ أن بدأت حياتي، وأشـكر كل من درسـني أو سـاهم في تدريسـي من دكاترة الجامعة وكل الأسـاتذة الذين يرجع لهم الفضـل بعد الله عز وجل ، كما اقدم الشكر والتقدير للأساتذة المشرفين على هذا البحث المتواضـع، الذي اسـال الله تعالى أن يضـيف قيمة إلى هذا العلم، وشـكر موجه كذلك لإدارة الجامعة لحسـن توفيرهم وتسـهيلهم الخدمات للطلاب ومساعدتهم في كل الأمور التي من شانها أن تخول لهم فضاءً مريحا للدراسـة وطلب العلم في أمان ونظام ، وأوجه الشكر للمجالس العلمية لحرصـها على تطوير مجال الدراسات وتشجيعها طلاب هذه الشعبة على الدراسة ومواصلة طلب العلم في أفضل الأجواء واروعها.

الخلاصة

يعد المدرس صاحب رأي وموقف من قضايا المجتمع.. ومشكلاته بأنواعها ويفرض ذلك عليه توسيع نطاق ثقافته, وتنويع مصادرها والمتابعة الدائمة للمتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية ليكون قادرا على تكوين رأي ناضج مبني على العلم والمعرفة والخبرة الواسعة يعزز مكانته الاجتماعية ويؤكد دوره في المدرسة وخارجها. والمدرس العمود الفقري الذي لا غنى عنه في العملية التربوية لتشكيل المواطن الكفء» ولاشك أن الوجه الذي تظهر به الأمة خيرا أو شراء تقدما أو انحطاطا هو من صنع المدرس لما له من أثر على طلابه من الجوانب المعرفية والثقافية والخلقية ويعد الأثر الذي يتركه المدرس في الطلاب خطرا لأنه يشكل حياتهم المستقبلية ويخلق فيهم التطلع لبناء المجتمع. والأفكار اللاعقلانية كما عرفها آليس ١٩٨٠ Ellis 1980 هي تلك المجموعة من الافكار الخاطئة وغير المنطقية التي تتميز بعدم موضوعيتها والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئـــة وعلى مزيج من الظن التنبؤ والمبالغة والتهويل بدرجة لا تتفق والإمكانات العقلية للفرد. لذا يهدف البحث الحالي الى تعرف:

- الأفكار اللاعقلانية لدى مدرسي ومدرسات المرحلة الإعدادية.
- العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وجنس المدرس (ذكور – إناث).
- العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وتخصص المدرس (علمي – إنساني).
- العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية ومدة خدمة المدرسين.

فهرست المحتويات

ت	العناوين	الصفحة
1	المقدمة	-
2	الفصل الاول	-
3	الجانب النظري	1
4	مشكلة البحث	1
5	اهمية البحث	2
6	أهداف البحث	3
7	مصطلحات البحث	3
8	حدود البحث	3
9	الفصل الثاني	4
10	مفهوم الأفكار اللاعقلانية	6
11	سمات وخصائص الأفكار اللاعقلانية	7
12	أعراض الأفكار اللاعقلانية	8
13	الدراسات السابقة	10
14	الفصل الثالث	11
15	تمهيد	12
16	منهجية البحث	13
17	اجراءات البحث	14
18	الفصل الرابع	20
19	عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها	21

20	**الاستنتاجات**	22
21	**التوصيات**	22
22	**المقترحات**	23
23	**المصادر**	24

المقدمة

منذ سنوات عديدة والإنسان محور اهتمام الكثير من الباحثين في علم النفس وعلم الاجتماع، وذلك بهدف التعرف عليه بشكل أفضل ودراسته وفق المنهج الذي يؤدي في النهاية إلى محاولة الوصول به إلى أقصى درجات الاستقرار الممكنة. ومحاولة تجنب كل ما يؤثر عليه وعلى أدائه في مختلف المجالات، ونظراً لذلك فإن اختلاف الناس في قدراتهم الذاتية وطريقة تفكيرهم والمهارات التي تكون قدراتهم المختلفة في مستوى الأداء ومواجهة المشكلات تعتبر المعرفة وسيلة الإنسان لفهم ذاته والعالم الخارجي المحيط به والتوصل إلى حقائق الأشياء ونمو العقل الإنساني وهي طريق الإنسان للسيطرة على الأشياء، وعندما تضطرب هذه المعرفة وتشوه فإنها لا تؤدي إلى السعادة والشفاء بل تؤدي الى المرض والشقاء. ويرى المعرفيون أن التشويه المعرفي وتحريف التفكير حول الذات والعالم الخارجي والمستقبل وراء نشأة واستمرار . الأعراض العصابية، حيث يلجأ الفرد إلى تضخيم السلبيات والتقليل من شأن الايجابيات وتعميم الفشل وتوقع الكوارث ولوم الذات والمبالغة في المعايير، وكل هذا يرتبط بالتكوين المعرفي للفرد وكيفية إدراكه وتفسيره. إن معرفة الأفراد وإدراكهم المواضيع معينة هي التي تحدد طريقة استجابتهم لهذه المواضيع، بناء على خبراتهم ومعرفتهم السابقة عنها، لذلك فإن المعرفة التي نستقيها من خلال خبراتنا تلعب دوراً هاماً في تحديد أنماط الحياة التي قد نسير عليها، وتحدد سلوكنا الذي نسلكه في شتى مجالات الحياة المهنية والتعليمية والاجتماعية والنفسية، فإن صلحت معرفتنا بموضوع ما دون تشويه أو تأويل و تهويل له صلح نهجنا وسلوكنا الذي تتبعه حول هذا الموضوع وتكون قد أدركنا الأمور كما ينبغي أن تدرك في نطاقها السليم ونجحنا في تحقيق أهدافنا المرجوة منه. وإن كانت معرفتنا بالأشياء غير صالحة وغير منطقية بحيث لا تتناسب هذه الأفكار والمدركات مع الواقع فإن النهج والسلوك الذي سوف تتبعه بالتأكيد يكون غير سوي ومضطرباً، فمن هنا تبرز أهمية الادراكات الصحيحة والأفكار العقلانية التي يجب أن يتعلمها الفرد عن كافة الأمور التي تحيط به لكي تكون هذه الأفكار هي السور الواقي والحصن المنبع ضد المعتقدات اللاعقلانية التي يمكن أن تنمو لدى الفرد من خلال خبراته السابقة التي عايشها

سواء في أسرته من خلال التنشئة الاجتماعية، أو في مجتمعه أو من خلال الثقافة التي يعيش في إطارها وغيرها من الأسباب التي تساعد على نمو الأفكار اللاعقلانية والتي تكون ذات علاقة وطيدة في نشأة الاضطرابات النفسية التي يمكن أن يصاب بها الأفراد جراء الاعتقاد بها. وفي الأونة الأخيرة انتشرت العديد من أشكال وأعراض المعاناة النفسية والتي وصفت بالمرض النفسي الذي يعتبر حالة تصيب الإنسان في مشاعره أو حكمه على الأشياء أو سلوكه إلى حد يستدعي التدخل الرعاية هذا الفرد ومعالجته في سبيل مصلحته الخاصة أو مصلحة الآخرين من حوله. ويعتبر القلق المعمم من أبرز اضطرابات القلق شيوعا التي تصيب الإنسان بالتعب والكدر والمعاناة، وقد يطال أي شخص بدليل قوله تعالى " لقد خلقنا الإنسان في كبد " (البلد ، الآية : 4) أي في تعب ومشقة، وهذه الآية تشير بوضوح إلى الحالة النفسية المصاحبة للإنسان في معظم أوقات حياته، وتتمثل في شعوره بالضجر والملل والتعب والحزن والخوف من شر مرتقب، ولا تتعلق بخطر خارجي حقيقي بالإضافة إلى الوعي الذاتي بعديد من التغيرات الفيزيولوجية، وتتضمن هذه التغيرات توترا متزايدا في العضلات كالتيبس أو التصلب والارتعاشات والوهن، وتقلب الصوت وعدم استقراره .... الخ، كما تتضمن تغيرات في الجهاز القلبي مثل الخفقان السريع والقوي، وتزايد ضغط الدم.

ومن هذا المنطلق تبرز أهمية الدراسة من خلال تسليط الضوء على شريحة المدرسين والتي تعتبر الفئة الأكثر تواصلا مع المتعلمين الذين يمرون بفترة جد حساسة ومهمة من النمو الجسمي والنفسي والعقلي، ألا وهي فترة المراهقة والتي تتطلب حاجيات تتناسب مع الخصائص التي تميزها، كما أن سلامة وسواء أو هشاشة ومرضية الصحة النفسية ينعكس على الأداء المهني والتربوي للهاته الشريحة، كما نتطرق من خلال دراستنا للأفكار اللاعقلانية بحكم تأثيرها على ظهور الاضطرابات النفسية من عدمه، كما تضاف لأهمية دراستنا البحث في اضطراب القلق المعمم.

الفصل الاول

(الجانب النظري)

1. مشكلة البحث

يتميز الإنسان بكونه كائناً عاقلاً ومتفرداً، لديه القدرة على المقارنة بين الأشياء والتفضيل بينها، عن طريق التفكير الواعي وذلك نتيجة الاستجابة لكل المؤثرات الخارجية التي يتلقاها من حوله، فعندما يواجه أي موقف فإنه يتعامل معه وفقا لمعتقداته، وبذلك تتشكل لديه القدرة على التفكير لمواجهة ما يتعرض له من أحداث تساهم في نموه وتكامل شخصيته من مختلف جوانبها الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية وتؤثر أيضا على وظائفه الحيوية ودوره في المجتمع وعمله وطريقة تعامله مع الآخرين ومدى اهتمامه بذاته ومهارته و قدراته و مواهبه. حيث يعد التفكير من أكثر الموضوعات دراسة وبحثاً في مجالات علم النفس وخاصة علم النفس المعرفي وعلم النفس التربوي، وموضوع التفكير ليس من اهتمام الاتجاه المعرفي فقط، بل عنيت به جميع المدارس الفلسفية والفكرية والتربوية المساعدة الفرد كي يصبح أكثر قدرة على مواجهة الصعوبات والمشكلات التي تعترض طريقه وفي جميع مجالات الحياة المختلفة سواء كانت اجتماعية، اقتصادية تربوية أخلاقية أو سياسية، فالتفكير هو تلك العملية الذهنية أو العقلية المعقدة، توصف على أنها سلوك منظم مضبوط وموجه أين تعالج من خلالها المدخلات الحسية معالجة عقلية تنتهي بتكوين مجموعة من الأفكار حول مواضيع مختلفة. وتعد والأفكار عبارة عن مجموعة من المعتقدات والتقييمات يكونها الفرد عن نفسه عن الآخرين أو عن مجموعة من المواضيع والمسائل المحيطة به، كما أن الفرد في مواجهته لموقف أو حدث معين فإنه يتعامل معه انطلاقا من منظومة المعتقدات والأفكار الراسخة لديه، فأساس التعامل يكون مبني على تقييم افرد المعرفي لذلك الحدث، ويختلف هذا التعامل باختلاف الأفراد أي باختلاف ما يحملونه من أفكار - حتى ولو كان الموقف مشتركا بينهم، وهنا نرى أن من يحدد سلوك الفرد هو ذلك المحتوى المعرفي، أي ما يحمله من أفكار.يعتبر المدرسين اكثر احتكاكا بالطالب وبخاصة في المرحلة الثانوية وهو في هذه المرحلة يصبح بالنسبة للطالب أنموذجا يتقمصه او قدوة حسنه

يقتدي به في اغلب تصرفاته وافكاره ان لم نقل جميعها هو اقدر الناس على معرفة ما يسيء للطلبة. وأقدرهم على تخفيف اثار الانعكاسات السلبية عليهم. فلابد من اعداد المدرسين في هذا الجانب اعدادا يحقق الصحة النفسية للطلبة كونه هدفا يفوق في قيمته هدف حشو المعلومات في اذهانهم (الالوسي ١٩٩٠: ٢٧٣-٢٧٢). وبما ان المدرس هو قدوة لطلابه خاصة وللمجتمع عامة فإن ما يحمل من افكار ومعتقدات ومبادئ وقيم يتأثر بها طلابه وهم ينقلوها الى المجتمع الذين يعيشون فيه. والمدرس هو الشريحة المهمة في المجتمع التي تغذي عقول الطلاب بانواع الافكار الأمر الذي قد يعرقل نموهم النفسي والتربوي ويؤدي الى اضطراب توازن شخصياتهم. فقد يتبنى المدرسون افكارا او معتقدات غير عقلانية متطرفة ومبالغ فيها احيانا. ويسلكون اساليب غير صحيحة في اثناء تفكيرهم في حل مشكلاتهم ومعالجتهم للمواقف التي يواجهونها.

2. اهمية البحث

جعل الله تعالى الانسان خليفته في الأرض وميزة بالعقل عن بقية المخلوقات وجعل عقله مدار التكليف وتحمل اعباء المسؤولية. وحثه على النظر في ملكوته بالتفكير واعمال العقل والتدبير وقال تعالى في سورة الرعد: ((وهو الذي مد الأرض وجعل فيها رواسي وانهاراً ومن كُلِّ الثمرات جمل فيها زوجين اثنين يعشي اليل والنهار إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون)) (القرآن الكريم). ان ما يميز الإنسان عن غيره من المخلوقات. هي قدرته على التفكير فمن خلال رحلته الطويلة الشاقة من البدائية الى الحضارة. قد استطاع بقدرته هذه ان يواجه مشكلات لا حدود لها. إن مشكلاته تزداد صعوبة وتعقيدا بتطور المجتمع وتغيراته السريعة. وان التقدم الحضاري الذي نلمسه في مختلف جوانب حياتنا المعاصرة انما يعود الى تطور ونتاج تفكير اجيال متعاقبة من الجنس البشري (داود، ١٩٨٨: ٦) ويعد بناء الانسان وتنميه قدراته العقلية الهدف الرئيس للعملية التعليمية في أي دولة من دول العالم المتقدمة والنامية ويقاس تقدم أية دولة من دول العالم بمقدار قدرتها على تنمية عقول ابنائها والعمل على استثمارها بحيث تصبح قادرة على العمل والتفاعل الايجابي البناء مع متغيرات العصر. وبما يخدم التوجيهات التنموية في الدولة. وعلى ذلك اصبح

العمل على تنمية العقول وتطويرها اهمية كبيرة وبات النجاح في هذا المجال اساس التقدم والرقي في مختلف دول العالم المتقدم والنامي الحيلة، لقد اهتم الباحثون في التفكير اهتماما واسعا منذ القدم كونه من ارقى النشاطات العقلية، فهو غاية مرغوبة ومطلوبة لا يمكن للفرد السوي الاستغناء عنها لاسيما عندما تواجهه مشكلة لا يستطيع حلها بأساليب سلوكية معتادة واصبح التحدي الحقيقي للتربويين. تعليم الافراد مهارات التفكير ! نعم .... مهارات التفكير على اختلاف انواعها. لا نه بتعلم تلك مهارات التفكير والعمل على تنميتها بصورة مستمرة يمكن ان تلقي ابناءنا في مضمار الحياة مهما كان نوع هذه الحياة وحجم متغيراتها والثقافات المطلة عليها والمعلومات والمعارف المطروحة من خلالها. والمعاملات والتعاملات المعمول بها والمشكلات والصعوبات التي يمكن ان تواجه الفرد في تلك البيئة وفي هذه الحياة .ان وظيفة التربية الاولى هي في عملية بناء جسور بين المدرس والمجتمع في مختلف المكونات الثقافية والفكرية والعملية والاجتماعية والفنية والاقتصادية.

3. اهداف البحث:

1. معرفة مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المدرسين.
2. الكشف عن اضطراب القلق المعمم لدى المدرسين.
3. معرفة العلاقة الارتباطية بين كل من الأفكار اللاعقلانية والقلق المعمم لدى المدرسين.
4. تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني (2016) على المدرسين.

4. مصطلحات البحث

تعتبر المصطلحات المستخدمة في الدراسة بمثابة الخلفية النظرية والعلمية التي تنطلق منها الدراسة الراهنة والتي تعمل على إيضاح مدلولها وتوصيل المعاني الحقيقية لها، إذا ما حددت واستخدمت بالمعنى الصحيح، ومن المعلوم أن تحديد المفاهيم يجنبنا اللبس وسوء الفهم الناتجين عن نسبية بعض المصطلحات واشتراكها لفظاً، وقد تضمنت الدراسة الحالية مفهوم الأفكار اللاعقلانية، مفهوم القلق المعمم وتعريف لعينة الدراسة وهي المدرسين

- **مفهوم الأفكار اللاعقلانية**: هي الدرجة المتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس الافكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني 1985 على أساتذة مرحلة التعليم المتوسط.
- **تعريف المدرسين**: هو الموظف الذي يمارس مهنة التعليم في المدارس والجامعات، بإحدى المؤسسات الوطنية التابعة لمديرية التربية والتعليم.

5. حدود البحث

1. الحدود المكانية: تتمثل في اجراء الدراسة على عينة من المدرسين في المدارس العراقية.
2. الحدود البشرية: تم اجراء الدراسة على العينة المتاحة من المدرسين في محافظة ديالى
3. الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الثالث من عام 2023/2024
4. الحدود العملية: تقتصر الدراسة على استخدام الادوات الاتية:

- اختبار الافكار العقلانية واللاعقلانية الذي طوره الريحاني (1985)
- مقياس الصحة العامة النفسية لغولدبيرغ ووليامز الصورة التي تضم 28 فقرة وقننته على البيئة العراقية.

الفصل الثاني

(الاطار النظري)

مفهوم الأفكار اللاعقلانية

يمكن تعريف اللاعقلانية بأنها أسلوب تفكير خاطئ غير منسق وغير منطقي، جامد في التعامل مع الأحداث الخارجية والواقع، يقف حجر عثرة في سبيل تحقيق المحافظة على الحياة والإحساس بالسعادة النفسية والتحرر من الألم، في ظل التفاعل الملائم مع العواطف.

عرفها اليس: بأنها مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية والتي تتصف بعدم الموضوعية والمبنية على توقعات وتنبؤات وتعميمات خاطئة ومن خصائصها أنها تعتمد على الظن والمبالغة والتهويل بدرجة لا تتفق مع الإمكانيات العقل العقلية للفرد (بغورة 2014، ص 68) مجموعة من الافكار السلبية التي يتبناها الفرد. وتؤثر سلبا على قدرته في مواجهة الحياة ومن ثم قدرته على التكيف. مما يؤدي الى ردود فعل عاطفية لا تتلاءم مع المواقف او الحدث (الشريف 2013,ص98)

وعرفها لازاريس (1975): بأنها معتقدات وأساليب تفكير لا منطقية لا تخدم توافقنا مع الواقع وتحكم علينا بالسلبية والهزيمة والانسحاب وبالتالي الشعور بالضالة وعدم الفعالية وأن الفرد يكتسب هذه الأفكار والمعتقدات من الناس تعريف العالم ديجوسيب للأفكار اللاعقلانية حسبما أوردت المغربل (2010) هي عبارة عن المخططات التقييمية التي الذين يتعامل معهم خصوصاً الوالدين زروقي وآخرون، 2018، ص 310). تؤدي إلى تقييمات مبالغ فيها ومحرفة للواقع دون استنادها على أدلة تجريبية (اللامي، 2016، ص 10).

وعرف ميلفورد (1982): الأفكار بأنها لا منطقية تحكم الفرد على الأحداث من خلال الظروف تمثل بالقبول والكفاءة التامة، وعدم السماح وتعظيم الأمور والسلبية والحساسية الزائدة والانهزامية والاتكالية والعجز على التخلص من الماضي والاهتمام الزائد بالآخرين والمثالية والخوف والذعر (زروقي وآخرون 2018، ص 311).

وعليه يمكن القول بأن الأفكار اللاعقلانية هي الأفكار التي تصدر عن الفرد في المواقف التي يمر بها والأحداث التي يعايشها نفسيا وعقليا. وتكون خاطئة وسلبية وتؤدي إلى استجابات وجدانية غير تكيفية مع أحداث الحياة والمواقف المعاشة.

سمات وخصائص الأفكار اللاعقلانية

الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية تمتاز بشكل جلي عن مضاداتها الأفكار العقلانية، حيث تحتوي الأفكار اللاعقلانية على الكثير من المطالب ويرى اليس وجود علاقة ارتباطية بين رغبات الفرد ومطالبه الدائمة واضطرابه الانفعالي، فقد يضع الفرد لنفسه مطالب مطلقة قد يكون من الصعب، إن لم يكن من المستحيل تحقيقها، وقد تفوق هذه المطالب قدراته على الانجاز، وتتعدى إمكاناته الشخصية وإمكانات البيئة المحيطة به، مثل التفوق وبلوغ الكمال في كل عمل يصدر عنه، ويحدث الاضطراب لدى الفرد عندما يفرض على نفسه هذه المطالب، ويكون ملزما بها، ولا يسمح بالحياد عنها القضاة 2017 ، ص .(25)

وتمتاز الأفكار اللاعقلانية كذلك بالتعميم الزائد (Over generalization) ، فقد يعمم الفرد بعض النتائج التي لا تستند إلى الصدق الحقيقي أو التفكير الدقيق، بل تستند إلى آراء فردية غير ناضجة.

وتمتاز الأفكار اللاعقلانية أيضا بأخطاء العزو والتفسير (Attribution Errors)، إذ أن الفرد يتسم بالدافعية والسببية والغرضية، ويميل إلى أن ينسب أخطاءه للآخرين، وهذا بدوره يؤثر على إدراكه للأمور والحوادث الخارجية.

وتتميز الأفكار اللاعقلانية باللاتجريب حيث تستمد من ملاحظات عابرة، ومن خبرات الآخرين المشوهة، وتبتعد عن الخبرة الشخصية في المواقف التي عاشها وتعلم منها ومر بها الفرد.

كما تتميز أيضاً الأفكار اللاعقلانية بالتكرار، وتكتسب بسبب ميل فطري أو خبرة متعلمة في السنوات الأولى من الطفولة، ويميل الفرد لتكرارها لا شعوريا كلما تعرض لموقف ضاغط في حياته،

وتتميز أيضاً بالتطرف، أي كل شيء أو لا شيء، فلا يقبل صاحب هذه الأفكار بالحل الوسط، فالأمور عندهم إما صواب أو خطأ، أبيض أو أسود، وذلك دون مراعاة أن بعض الأمور قد تكون في الجانب الظاهري منها سيئة، لكن مع التفكير المتأني والتروي يظهر بها جوانب إيجابية كثيرة.

كما تتميز بالترهيب أو ما يسمى بالقطاعة (Awfuling)، وأن هذه الأفكار تؤدي بالفرد إلى الشعور بالخوف، وعدم القدرة على تحمل نتائج الموقف الضاغط (القضاة، 2017، ص 27)

لكل اضطراب سمات تميزه عن غيره من الاضطرابات الأخرى، كما هو الحال بالنسبة للأفكار اللاعقلانية، إذ أنها تتصف بالتفكير القائم على المطالب المطلقة، واللزومية في أداء واجباته، وعدم تحقيقها يؤدي إلى اختلال نفسي واضطراب انفعالي، كما أنها تكون تكرارية واجترارية وتعاود الظهور في المواقف المشابهة، وقد تحمل هذه الأفكار العديد من السمات السلبية التي تؤثر على الفرد منها الكمال والمثالية، التعميم، أخطاء التفسير، التضخيم والتهويل والمبالغة وغيرها.

أعراض الأفكار اللاعقلانية

- **أعراض مزاجية:** حزين، مكتئب، غير سعيد، منخفض المعنويات، قلق، سهل الاستثارة، سهل فقد المتعة والبهجة والرضا عن الحياة
- **أعراض معرفية:** فقدان الاهتمام، صعوبة التركيز، انخفاض الدافع الذاتي، الأفكار السلبية، التردد، الشعور بالذنب الأفكار الانتحارية، الهلاوس، الأوهام، ضعف التقييم النفسي، نظرة سلبية للنفس الشعور بفقد الأمل في المستقبل
- **أعراض بدنية:** اضطرابات النوم الارق أو النوم لمدة طويلة)، الإرهاق، زيادة أو نقص الشهية، زيادة أو نقص الوزن الاضطرابات المعوية، الألم شكاوى واضطرابات جسمية).
- أثر أحداث الحياة فقد الوالدين أو أحد الأقارب الآلام عند الصغار.
- أحداث حياتية أخرى كالأمراض المستعصية.
- الأفكار اللاعقلانية بصحها سوء تكيف واضطرابات لا تتفق مع الواقع وتحكم على صاحبها بالهزيمة والانسحاب ومن ثم الشعور بالنقص والمعاناة من بعض الصعوبات التوافقية (زروقي وآخرون 2018 ص345) بالإضافة إلى الأعراض سابقة الذكر، نجد الأعراض المرضية الناتجة عن الأفكار اللاعقلانية والمتمثلة في:

الوساوس: حيث تظهر ضد رغبة المريض، وتأخذ شكل الأفكار، وخيالات عقلية، ومخاوف، وتأخذ شكل الاجترار وتحدث في مرض الوسواس والاكتئاب.

فقدان السيطرة على التفكير : حيث يخبر المريض أن أفكاره تحت تحكم قوى خارجية، وأنها قادرة على وضع أفكار في رأسه ليست خاصة به، أو سحب أفكار من رأسه، وتذيع أفكاره على الناس في إشارة إلى تحطم الحدود بين الأنا والمحيط الخارجي.

تطاير الأفكار: حيث يكون الكلام مستمر وغير مترابط القفز من فكرة لأخرى دون ربط، كما في حالات الهوس الحادة والفصام.

تبلد مسار التفكير: كالبطء الشديد، مع النقص في التركيز، ونقص الانتباه وفقد الذاكرة، كما يحدث في الاكتئاب المتبلد.

التفاصيل الكثيرة غير الضرورية: بسبب نقص قدرة الشخص في الحكم على الأمور وتقوقعه حول ذاته ويحدث لدى مرضى الصرع، الأغبياء مرضى الوسواس، ويرتبط التفكير اللاعقلاني بالعديد من مؤشرات سوء التكيف النفسي من بينها القلق والاكتئاب، نتيجة لأن الأحداث والخبرات التي تمر بالفرد يتم تأويلها وتفسيرها بصورة سلبية.

(الشهري 2019، ص (353). لذلك فالأفكار اللاعقلانية تعتبر أحد الأسباب التي تساهم في ظهور الأعراض الجسمية والنفسية والعقلية التي تعرقل الفرد في حياته على مستوى التوافق الاجتماعي، وكذلك على مستوى التقبل الذاتي، وتعجل بظهور الأمراض الجسدية والوجدانية.

الدراسات السابقة

تمثل الدراسات السابقة رصداً للتراكم المعرفي للبحوث المرتبطة بمتغيرات الدراسة، وتفيد في تمكين الباحث من صياغة فرضيات دراسته وأهدافها، كما تمكنه من البدء من حيث انتهى الآخرون من خلال تسليط الضوء على جوانب أخرى في دراسته وفي مجتمع آخر، لذلك تنوعت الدراسات التي تناولت موضوع الأفكار اللاعقلانية.

الدراسات تناولت متغير الأفكار اللاعقلانية:

الدراسة الأولى: دراسة روسيل RUSSEL(1987) في امريكا بعنوان " برنامج انفعالي عقلاني على مستويات التفكير اللاعقلاني للمعلم".

هدفت الدراسة إلى إيجاد تأثير برنامج التعليم الانفعالي العقلاني على مستويات التفكير غير العقلاني للمعلم، وما ينتابه من جزع، والأوقات التي يكون فيها التدريس متوتراً، تكونت العينة من (42) معلما ومعلمة لجميع مراحل التعليم . من الروضة إلى الدراسات العليا. قسمت العينة إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية (21) معلما ومعلمة، ومجموعة ضابطة (21) معلما ومعلمة، تم استعمل مقياس ماسلاش (MASLASH) للجزع ومقياس الأفكار غير العقلانية. وقائمة أحداث لتدريس المتوتر. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1) اختلاف واضح بخصوص مجموعة المعالجة عند الاختبار البعدي على درجة الجزع ومستوى التفكير غير العقلاني.
2) المجموعة الخاضعة للمعالجة، أبدت هبوطاً في مستوى التفكير غير العقلاني وتبين أن الجزع متعلق بأحداث التدريس المتوتر وليس بالأفكار غير العقلانية.

الدراسة الثانية: دراسة الصفار، رفاه محمد علي أحمد (2002) بعنوان " الأفكار اللاعقلانية لدى المدرسين وعلاقتها بالجنس والتخصص ومدة الخدمة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على الأفكار غير العقلانية لدى مدرسي ومدرسات المرحلة الإعدادية وعلاقة تلك الأفكار بالجنس والتخصص علمي إنساني)، ومدة الخدمة، تم الاعتماد على المنهج الوصفي، تكونت العينة من (420) مدرساً ومدرسة، وتم تطبيق مقياس الأفكار غير العقلانية، وأشارت للنتائج المتحصل عليها إلى:

1) انخفاض مستوى الأفكار غير العقلانية قياساً بالمستوى النظري.
2) أنه ليس هناك علاقة بين الأفكار غير العقلانية، وكل من متغير الجنس ومدة الخدمة.

الفصل الثالث

تمهيد

بعد التطرق في الفصلين السابقين الى مجموعة من المعلومات التي تم من خلالها لتعرض لمختلف الجوانب النظرية المتعلقة بمتغيرات دراستنا, سيتم في هذا الفصل عرض المقاربة المنهجية للدراسة من حيث الخطوات المتبعة وفقا لما تم طرحه من تساؤلات تتماشى مع اهدافها في المحاولة على التعرف على العلاقة بين الافكار اللاعقلانية لدى المدرسين وذلك من خلال التعريف بالمنهج المستخدم في الدراسة . نوع العينة والادوات التي تم الاعتماد عليها في جمع البيانات الاساليب الاحصائية المستخدمة.

منهجية البحث واجرأته

اولا: منهج البحث:

يعتمد البحث العلمي على مجموعة من الاعتبارات والخطوات المنتظمة التي يتبعها الباحث في معالجة المشكلة محل الدراسة، وعلى الباحث تصميم بحثه تصميما منهجيا دقيقا ومتكاملا بكل تفاصيله وكافة خطواته مراعيا الموارد المتاحة والإمكانيات المتوفرة والزمن المتاح لإجراء هذا البحث ضمن ما يعرف بمنهج الدراسة. ويقصد بالمنهج انه أسلوب أو خطة او استراتيجية تستند إلى مجموعة من الأسس والقواعد والخطوات تفيد في تحقيق أهداف البحث باتخاذه منحى علميا يتميز بجميع المعلومات والوقائع عن طريق الملاحظة العلمية الموضوعية والمنظمة (عبد المؤمن، 2008، ص 14.)

يعطي المشوخي (2002) تعريفا شاملا للمنهج الوصفي التحليلي فيقول: "يعتمد المنهج الوصفي التحليلي على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها كيفيا وكميا. فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها ، أما التعبير الكمي فيعطيها وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها أو درجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى المشوخي، 2002، ص 45). وقد اعتمدت دراستنا الحالية على المنهج الوصفي التحليلي ذلك كونه يسمح بالكشف عن الظاهرة المدروسة وجمع معلومات حقيقية ومفصلة لظاهرة موجودة فعلا في مجتمع معين، بالإضافة إلى وصفها وتحليلها، وتفسيرها وتقييمها. واتخاذ قرارات مناسبة في مشاكل ذات طبيعة مشابهة معبرا عنها كميا وكيفيا.

ثانيا: اجراءات البحث

مجتمع البحث Population of the Research

يقصـــد بمجـــتمع البحث جميع مفـــردات الظاهـــرة في المجتمع موضوع الدراسة سواء كانت اشخاص أو أفراد أو أشـــياء (الجابري , 2011 : 245) , وتكون مجتمع البحث الحالي من المدرسين في المدارس التابعة للمديريـــة العامة لتربية ديالى , قضاء بعقوبة للعام الدراسي (2023- 2024) موزعون على المدارس الاتية (مدرسة الخيزران ,مدرسة العامرية) , والبالغ عددهم(100)* مدرس كما في جدول 1 .

الجدول (1)

مجتمع البحث موزع حسب النوع (ذكور، اناث)

ت	القضاء	النوع		المجموع
		ذكور	اناث	
1	بعقوبة	50	50	100

عينة البحث The Sample of the Research – :يقصـد بها أنموذج معين مسـحوب من المجتمع الكلي الأصـــلي يتم اختيارها وفق قواعد محددة لغرض تمثيل المجتمع تمثيلًا جيد (ابو بكر ,2016: 97) , وفقًا لذلك تم اختيار عينة البحث الحالي بـالطـريقة العشوائية البسيطة ذات التوزيع المتسـاوي , وعلى اسـاس ذلك تضـمنت عينة البحث (100مدرس ومدرسـه بواقع (50) ذكور و50() اناث , والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

عينة البحث موزعة بحسب النوع (ذكور، اناث)

ت	القضاء	النوع		المجموع
		ذكور	اناث	
1	بعقوبة	50	50	100

اداة البحث

يقصد بها الطريقة او الوسيلة التي من خلالها يتم جمع المعلومات والبيانات الضرورية للإجابة على اسئلة البحث (عبد المؤمن , 2008 :202) , ولغرض استكمال إجراءات البحث الحالي ، الزم على الباحثان توفير أداه تتناســب مع متغيرات بحثهما و اهدافه وبعد اطلاع الباحثان على الادبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بمتغيرات البحث الحالي, قام الباحثان بتبني مقياس (العابدي ,2015) وسوف يتم عرضه وبشكل مفصل, وعلى النحو التالي :-

مقياس الأفكار اللاعقلانية:

يتكون هذا المقياس في صورته الأجنبية من إحدى عشر فكرة غير عقلانية وضعها ألبرت اليس، وقام "سليمان الريحاني" (2016) بترجمته وتقنينه على البيئة الأردنية، وأضاف إليه فكرتين غير عقلانيتين يرى أنهما منتشرتان في المجتمعات العربية وهما:

- ينبغي أن يتسم الشخص بالرسمية والجدية في التعامل مع الآخرين حتى تكون له قيمة أو مكانة محترمة بين الناس.
- لا شك أن مكانة الرجل في الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة.

تعليمات المقياس:

تم اعداد تعليمات للمقياس يبين فيها للمستجيب الغرض من المقياس وكيفية الاجابة عليه مع مثال توضيحي وروعي في اعدادها ان تكون بلغة بسيطة وواضحة ومفهومة واكد فيها الباحثان ضرورة اختيار المستجيب لأحدى البدائل الخمسة بوضع علامة (✔) امام البديل الذي يعبر عن رأي المستجيب.

الخصائص السيكومترية للمقياس

اولا – صدق المقياس (Validity of the scale) : هو درجة الصحة التي نتوصل من خلالها الى ما نريد قياسه اي انها الخاصية التي تمكن الباحث من تقييم الصلة بين الاداء على المقياس والاهداف بصورة ملائمة (فرج ,2017 :240), وقد قام الباحثان باستخراج الصدق و كالاتي :-

الصدق الظاهري (Face Validity) : -

هو احد انواع الصدق الذي يقيس المظهر الخارجي الذي صمم المقياس لأجله لمعرفة مدى ملائمة الاختبار من حيث وضوح الفقرات وتعليمات المقياس ونوع المفردات وما تتمتع به من موضوعية (الضامن ،2009 : 113) , للتحقق من صلاحية فقرات المقياس عرض المقياس وبصيغته الاولية المتكون من (27) فقرة (ملحق1) على (5) محكماً من المختصين في العلوم التربوية والنفسية (ملحق2) وذلك لأبداء آرائهم فيما يتعلق بمدى صلاحية الفقرات وصياغتها وبدائل الاجابة , واستخدم الباحثان النسبة المئوية للتأكد من صلاحية الفقرات وقبولها واعتمد الباحثان على نسبة (100%) فأكثـر اتفاق المحكمين حول مدى صلاحية فقرات المقياس (Ghisell,1981:341) , , والجدول (3) يوضـح ذلـك .

الجدول (3)

اراء المحكمين في صلاحية فقرات المقياس

الفقرات	الموافقون	غير الموافقون		النسبة المئوية
		التعديل	الحذف	
10- 7-5-4- 8 -1-3 -20-19 -18 17-16-14-13- -11--27-26-24-23-22-21 2-25-12-15-9-6	5	———	——	%100

ثانيا- الثبات (Reliability) :-

احد الشروط السايكومترية للاختبار الجيد هو الثبات وله العديد من المعاني فهو يعني بالاتساق الداخلي بين مفردات الاختبار واستقرار النتائج عبر الزمن و يدل على الاداء الفعلي والحقيقي للفرد مهما تغيرت الظروف (ابو اسعد ,2001 :22) .

وبلغت عينة الثبات (100) مدرس ومدرسه اختيروا بأسلوب العينة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث , والجدول (4) يوضح ذلك .

الجدول (4)
عينة الثبات موزعة بحسب النوع

المدارس	ذكور	اناث	المجموع
الخيزران	25	25	50
العامري	25	25	50

وفي ضوء ذلك قام الباحثان بحساب ثبات مقياس الوعي الثقافي بالطرق الاتية

1. **طريقة الاختبار واعادة الاختبار (Test – Retest)** : تعد هذه العملية احد الطرق السهلة التي تستخدم لقياس او احتساب الثبات كونها تعتمد على عملية تكرار الاختبار على عينة محددة واستخراج نتائجها تم العودة اليها ثانية بعد مرور اكثر من اسبوعين على تطبيق الاختبار الاول واستخراج النتائج للمرة الثانية ثم حساب معامل الارتباطات

المتحققة ما بين نتائج الاختبارين الاول والثاني فاذا كانت عالية فأنه يعد دليل بأن الثبات مرتفع واذا كان المعامل منخفض يمكن القول بأن الاختبار يتمتع بدرجة ثبات منخفضة (المياحي، 2011: 148), واستناداً الى ذلك طبق الباحثان المقياس على عينة مكونة من (100) مدرس ومدرسه من مجتمع البحث (انظر الجدول4) واعادا تطبيق المقياس بعد مرور (14) يوماً بين التطبيقين الاول والثاني واستخدم الباحثان معامل ارتباط بيرسون لحساب درجات معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني فبلغ (0.86) , وهو معامل ثبات يمكن الركود اليه (Edawrds,1957:153).

2. **طريقة الاتساق الداخلي باستعمال معامل الفاكرونباخ:** يعُد معامل الفاكرونباخ معامل ثبات مناسب لحساب التجانس الداخلي للدرجات ذات المدى الواسع أي عديدة التدرج (محاسنة ,2013:124), ويعتمد على الاتساق في أداء الفرد من فقرة إلى أخرى ويستند إلى الانحراف المعياري للاختبار والانحرافات المعيارية للفقرات المفردة (كروكر ويحينا,2009 :184), ولحساب معامل الثبات بهذه الطريقة قام الباحثان بتطبيق معادلة الفا كرونباخ على العينة كاملةً , وتم ايجاد معامل الثبات لها فقد بلغت قيمة معامل الثبات (0.80) مما يدل على إن معامل ثبات المقياس جيد أيضًا فكلما كانت القيمة

مرتفعة دل على ثبات الاختبار ويعُد مؤشر آخر على ثبات المقياس استنادًا إلى معيار(Nannally,1978) على إن لا يقل معامل الفا عن (0.70)

(النبهان ,2004: **284**) .

التطبيق النهائي لأداة البحث

قام الباحثان بأجراء التطبيق النهائي بعد ان تأكدا من الصدق والثبات الأداة البحث الحالي(الوعي الثقافي) كما ذكرت ذلك سابقاً، اذ اجرى الباحثان تطبيقهما النهائي على عينة البحث التطبيقية المكونة من (100) مدرس مدرسه وكان التطبيق بشكل جماعي إذ تم جمع المدرسين في الاجتماعي الدوري الشهري المخصص لتجمع المرشدين في قضاء بعقوبة (نقابة المعلمين), وقبل البدء بتوزيع استمارات المقياس تم توضيح صورة مفصلة من قبل الباحثان حول تعريف المرشدين ومن كلا النوعين(ذكور، اناث) بالهدف الرئيس من اجراء البحث وهو لأغراض بحث علمية وان اجاباتهم ستكون في منتهى السرية لا تستخدم فقط للأغراض العلمية ، وبعد ان وزع الباحثان الاستمارات المعدة اساساً للغرض وبينت تعليمات وطريقة الاجابة لأداة البحث(الوعي الثقافي) طلب الباحثان من افراد العينة أن تكون اجاباتهم عن جميع الفقرات واكدوا عليهم ان تكون اجاباتهم دقيقة وسليمة وصحيحة , وبعد ان تم الانتهاء من التطبيق قام الباحثان بفحص البيانات في تلك الاستمارات .

❖ **الوسائل الاحصائية**

1. **الاختبار التائي لعينة واحدة:**- لمعرفة درجة الوعي الثقافي لدى افراد عينة البحث .
2. **الاختبار التائي لعينتين مستقلتين:**- لحساب دلالة الفروق تبعاً لمتغير النوع (ذكور , اناث) المقياس الوعي الثقافي .
3. **معامل ارتباط بيرسون:**- استخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار .
4. **معامـل الفـاكـرونباخ للاتساق الداخلي** :- لاستخـراج الثـبات بطريقـة الفـا.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصل اليها الباحثان على وفق اهداف البحث التي تم عرضها في الفصل الاول ومناقشتها وتفسيرها على ضوء الاطار النظري والدراسات السابقة , وما تبلور في ضوء ذلك من استنتاجات وتوصيات ومقترحات وعلى النحو الاتي :-

النتائج :-

للتحقق من النتائج التي تهدف للتعرف على الأفكار اللاعقلانية لدى المدرسين التربويين تبعا لمتغيري النوع (ذكور – اناث), سيتم استعراضه نتائجه على النحو الاتي:-

النوع (ذكور، اناث) :- لغرض معرفة دلالة الفروق تبعًا لمتغير النوع (ذكور, إناث) لدى المرشدين التربويين فقد بلغ المتوسط الحسابي الذكور(88.91) وبانحراف معياري بلغ (3.316) , بينما بلغ المتوسط الحسابي الإناث (89.43) وبانحراف معياري (8.542) , ولاختبار دلالة الفرق بينهما استعمل الباحثان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (t–test) فكانت القيمة التائية المحسوبة (2,021) عند مستوى دلالة (0.05) واظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق بين الذكور والاناث في الافكار اللاعقلانية , والجدول (5) يبين ذلك

جدول (5)

القيمة التائية المحسوبة لدلالة الفروق لتفكير اللاعقلاني تبعًا لمتغير النوع (ذكور, إناث)

النوع	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	دلالة
الذكور	50	88.91	3.316	2,021	0.05
الإناث	50	89.43	8.542		

ثانياً :- مناقشة النتائج وتفسيرها :-

يتضح هناك فروق دالة احصائياً بين المجموعتين الذكور والاناث من حيث الافكار اللاعقلانية بالنظر الي المتوسط الافكار اللاعقلانية نجد ان الذكور لديهم متوسط اقل من الاناث حيث بلغ متوسط الذكور 88.91 بينما بلغ متوسط الاناث 89.43 مما يشير ان الاناث لديهم افكار لاعقلانيه اكثر من الذكور.

الاستنتاجات

في ضـوء النتـائج التي توصـل اليها البحث الحالية يمـكن ان يستنتج الباحثان ما يـأتي :-

1. ان عينة البحث من المدرسين التربويين لديهم افكار لا عقلانية بشكل اقل من متوسط المجتمع الذي ينتمين اليه وهذا يعطينا مؤشر ايجابي.
2. بعض المدرسين يعانون من ضغوط وتحديات في العمل، مما يؤثر على تفكيرهم وسلوكهم .
3. قد تكون هناك أيضًا اختلافات في الخلفيات والتعليم التي تؤثر على وجهة نظرهم.

ومن المهم أن نتذكر أنه ليس كل المدرسين يمتلكون أفكارًا لاعقلانية، وأن هناك العديد من المدرسين المتفانين والمبدعين الذين يسعون جاهدين لتقديم تعليم جيد وملهم للطلاب.

التوصيات

لتقليل من الأفكار اللاعقلانية لدى المدرسين، هنا بعض التوصيات المهمة:

1. التدريب والتطوير المهني: يمكن توفير برامج تدريبية وورش عمل للمدرسين لتعزيز مهارات التفكير النقدي والتعامل مع التحديات بشكل منطقي وعقلاني.
2. التواصل الفعّال: يجب تشجيع المدارس على توفير بيئة تواصل مفتوحة وصحية حيث يمكن للمدرسين التحدث عن أفكارهم ومشاكلهم بدون خوف من الانتقاد أو العقاب.
3. دعم الصحة العقلية: يجب أن يتم توفير دعم الصحة العقلية للمدرسين، بما في ذلك الاستشارة والمساعدة النفسية، لمساعدتهم في التعامل مع ضغوط العمل والتحديات الشخصية.
4. تعزيز ثقافة التعلم المستمر: يجب تشجيع المدرسين على الاستمرار في التعلم وتطوير مهاراتهم من خلال حضور دورات تدريبية وقراءة المواد التعليمية الحديثة، مما يمكنهم من تبني أفكار جديدة ومنطقية.
5. التقدير والتشجيع: يجب أن يتم تقدير جهود المدرسين وتشجيعهم على تبني الأفكار العقلانية وتحقيق التغيير في البيئة التعليمية.

المقترحات

هنا بعض المقترحات للتعامل مع المدرسين الذين يظهرون أفكارًا غير عقلانية:

1. الحوار المفتوح: قم بإجراء محادثة صادقة ومفتوحة مع المدرسين لفهم آرائهم ومخاوفهم ومحاولة إيجاد حلول مشتركة.
2. التوعية والتدريب: قدم برامج توعية وتدريب للمدرسين حول العقلانية والتفكير النقدي وطرق التعامل مع الأفكار اللاعقلانية.
3. الدعم النفسي: قدم دعمًا نفسيًا للمدرسين الذين يعانون من أفكار غير عقلانية، مثل الاستشارة النفسية أو توجيههم لمراجعة خبراء في هذا المجال.
4. النموذج الإيجابي: كن نموذجًا إيجابيًا للمدرسين واستخدم العقلانية في تعاملك معهم، وحاول تشجيعهم على اعتماد العقلانية في تصرفاتهم وأفكارهم.
5. التعاون والتواصل: قم بتشجيع المدرسين على التعاون والتواصل مع بعضهم البعض لمناقشة الأفكار وتبادل الخبرات والتجارب.

المصادر والمراجع

1. القران الكريم سورة البلد اية 4.
2. الالوسي جمال حسين 1990 الصحة النفسية وزارة التعليم العالي والبحث العلمي بغداد ص272-273.
3. القران الكريم سورة الرعد اية 3
4. داوود عزيز حنا 1988 التربية النضالية ,دراسة تربوية مجلد الثالث الجزء العاشرص6
5. بغورة، نور الدين (2014) الافكار اللاعقلانية وعلاقتها باستخدام الحوار في الوسط الجامعي لدى الطبة والفروق فيهما تبعا بعض المتغيرات رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة الحاج خضر، باتنة.
6. عيد خليل الشريف بسمة .(2013). فاعلية برنامج توجيه جمعي يستند على نظرية اليس Ellis في خفض الاكتئاب وتحسين مستوى التكيف لدى طالبات الصف الأول ثانوي عمان البلقاء للبحوث والدراسات. المجلد (16) العدد (1). ص 96
7. زروقي، رعد وآخرون (2018) التفكير وأنماطه بيروت: دار الكتاب العلمية ص 311.
8. عادل عبد الفتاح اللامي علاء (2016) الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء بعض المتغيرات رسالة ماجستير كلية الدراسات العليا جامعة الأردن ص 10.
9. محمد القضاة، زينب (2017)، فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من الأيتام في قرى الأطفال العالمية (SOS) القاهرة: دار زهران للنشر والتوزيع ص 25.
10. محمد القضاة، زينب (2017)، فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من الأيتام في قرى الأطفال العالمية (SOS) القاهرة: دار زهران للنشر والتوزيع ص 27.

11. زروقي، رعد وآخرون (2018) التفكير وأنماطه بيروت: دار الكتاب العلمية ص 345
12. عوض محمد الشهري ريم 2019، الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بقلق الموت لدى مرضى القلب، مجلة البحث العلمي في التربية المجلد 10 العدد 20 جامعة عين الشمس كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، القاهرة ص 353.
13. عبد الخليل شريف 2013 فاعلية برنامج توجيه جمعي يستند على نظرية اليس في خفض الاكتئاب وتحسين مستوى التكيف لدى طالبات الصف الاول ثانوي عمان: البلقاء للبحوث والدراسات المجلد 16 العدد1 ص 98

The Republic of Iraq

Ministry of Higher Education and Scientific Research

University of Diyala

College of Education, Al-Miqdad

Department of psychological and educational counseling

Fourth stage

IRRATIONAL THOUGHTS AMONG TEACHERS

A research submitted to the University of Diyala / College of Education, Al-Miqdad, Department of Psychological and Educational Counseling, as part of the requirements for obtaining a Bachelor's degree in Psychological and Educational Counseling.

By the students

Aya Hussein Ali

Fatima Abbas Abdel Karim

Under the supervision of the professor

Prof. Dr. Hassan Abdullah Hassan

1445 **2024**