﴿ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴾

كلية التربية

مجلة شباب الباحثين

***

الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإيذاء الذات لدى عينة من طلاب الجامعة

(بحث مشتق من رسالة علمية تخصص الصحة النفسية)

إعداد

أ.د/ خلف أحمد مبارك
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة سوهاج

أ. د / يوسف عبد الصبور عبد اللاه
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة سوهاج

د/ميخائيل رزق حكيم
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية- جامعة سوهاج

أ. رشا محمد علي عبد اللاه
باحثة دكتوراة – قسم الصحة النفسية

مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية العدد لثاني – يناير ٢٠٢٠م
Print:(ISSN 2682-2989) ***Online:(ISSN 2682-2997)***

الملخص:

هدفت الدراسة إلي التعرف علي مستوي انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة وأكثر الأفكار انتشاراً لديهم ، والتعرف علي مستوي انتشار إيذاء الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة وأكثر أنواع إيذاء الذات انتشاراً لديهم ، وتحديد الفروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات لدي طلاب الجامعة ، كما هدفت الدراسة إلي التعرف علي طبيعة العلاقة الارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات، حيث تكونت عينة الدراسة من عينة سيكومترية قوامها (٤٥٥) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثانية والثالثة من كلية التربية ، واستخدمت الدراسة مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد /الباحثة ، ومقياس تشخيص سلوك إيذاء الذات للمراهقين والراشدين العاديين وغير العاديين إعداد / زينب شقير (٢٠٠٦).

وأسفرت الدراسة عن ارتفاع مستوي انتشار الأفكار اللاعقلانية نسبيا لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة، وانخفاض مستوي انتشار إيذاء الذات لدي عينة الدراسة من طلاب الجامعة مع وجود نسبة من عينة الدراسة لديهم مستوي مرتفع من إيذاء الذات بلغت ١٦% من عينة الدراسة، كما توصلت الدراسة إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة في الدرجة الكلية لمقياس تشخيص إيذاء الذات بأبعاده الفرعية، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة في الدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية، كما توصلت الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة علي الدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية ودرجاتهم علي مقياس إيذاء الذات.

مقدمة:

يعد طلاب الجامعة من أفضل الكوادر البشرية، فهم مستقبل الأمة، وعليهم يقع عبء تطوير المجتمع وتنميته، فهم عصب الأمة وموضع آمالها، وقادتها في المستقبل، فلابد من توفير كل ما يساعدهم علي العمل والإنتاج، وإزالة كل ما يعوقهم عن تقديم أفضل ما لديهم من إنتاج علمي وأكاديمي.

فطلاب الجامعة عرضة لمواجهة الكثير من الاضطرابات النفسية والصراعات نتيجة للمواقف والأحداث الجديدة والمتعددة التي يواجهونها في حياتهم الجامعية (وحيد كامل، ٢٠٠٥: ٥٧٠) ، وأكد ذلك أبو بكر مرسي (١٩٩٧) علي أن المرحلة الجامعية تفرض الكثير من المطالب والتحديات يؤدي الفشل في مواجهتها إلي ظهور مجموعة من المشكلات النفسية والاجتماعية من بينها السلبية والقلق والاكتئاب والمخاوف المرضية.

وقد يكون التفكير عاملاً حاسماً في إحداث هذه الاضطرابات النفسية؛ فالإنسان هو كائن عقلاني ولاعقلاني في آن واحد؛ فهو عندما يفكر ويتصرف علي نحو عقلاني يكون فعالاً وكفئاً وسعيداً، أما عندما يفكر ويتصرف علي نحو غير عقلاني فإن النتيجة تكون الشعور بالقلق والاضطراب النفسي والسلوك العصابي

(أشرف حسب الله، عصام العقاد، ٢٠٠٠: ٨١).

وفي هذا الاتجاه يميز أصحاب مدرسة علم النفس المعرفي بين نمطين من الأفكار، أفكار عقلانية واقعية وإيجابية يصحبها مواقف وأنماط سلوكية ملائمة ومرغوبة وتحقق للإنسان مزيد من التوافق والصحة النفسية، وأفكار لاعقلانية خيالية وسلبية يصحبها عواقب انفعالية وسلوكية مضطربة وغير مرغوبة مثل الاكتئاب والقلق والعدوانية (عصام العقاد و محمود قاعود، ٢٠٠١: ١٠٧). ويقرر "أليس" أن سلوك الفرد في أي موقف هو خليط من العقلانية واللاعقلانية في آن واحد، وذلك لأن الأفراد يسلكون في مواقف الحياة المختلفة وفقاً لما يدركون ويعتقدون نحو موقف معين (سناء زهران، ٢٠٠٤: ٧١)

والتفكير والانفعال والسلوك جميعها أشكال متلاحمة، فوراء كل انفعال سواء إيجابي أو سلبي بناء معرفي، وطريقة تفكير سابقة لظهوره، فإذا كانت طريقة التفكير عقلانية ومنطقية، فإن كلاً من الانفعال والسلوك سيكون إيجابياً والعكس صحيح، وإذا كانت طريقة التفكير غير مقبولة وغير منطقية، فإن كلاً من السلوك والانفعال سيكون علي درجة مرتفعة من الاضطراب

(غادة عبد الغفار، ٢٠٠٧:٦٥١، محمد سعفان، ٢٠٠٥: ١٥٥، إبراهيم الشافعي، ١٩٩٩: ٣).

وعلي ذلك ؛ يمكن القول أن الكثير من الاضطرابات الانفعالية والسلوكية قد تنشأ عن الأفكار اللاعقلانية التي يعتنقها الفرد.

ويؤكد ذلك التوجه ما أشارت إليه نتائج عدد من الدراسات من أن التفكير اللاعقلاني واللامنطقي يولد عناصر سوء التوافق، مثل الغضب ولوم الذات وعدم القدرة علي تحمل الإحباط. ومن هذه الدراسات دراسة غادة عبد الغفار (٢٠٠٧)، ودراسة زكريا الشربيني (٢٠٠٥)، ودراسة داليا مؤمن (٢٠٠٤)، ودراسة عصام العقاد ومحمود قاعود (٢٠٠١) ،ودراسة محمد عبد الرحمن ومعتز عبد الله (١٩٩٤) .

ويقصد "أليس" باللاعقلانية – أن أي تفكير أو انفعال أو سلوك يقضى إلي عواقب مقيتة، كهزيمة الذات أو إحباطها، أو تدميرها، مما يعرض علي نحو خطير سعادة الفرد أو بقاءه علي قيد الحياة (أحمد الزغبي، ٢٠٠١: ٨٣)، وعندما يقبل الفرد بتلك الأفكار اللاعقلانية؛ فإن ذلك يؤدي به إلي أن يصبح مقهوراً وعدوانياً واندفاعياً وشاعراً بالذنب وعدم الكفاءة والقصور وعدم القدرة علي الضبط، كما يشعر بالتعاسة والشقاء(إبراهيم علي، ١٩٩١: ٣٥، محمد الطيب ومحمد الشيخ،٢٥١: ١٩٩٠).

ويمكن القول أن العديد من المشاعر والانفعالات غير المرغوبة السالبة الانهزامية والمدمرة للذات والمحبطة والمخزلة ترتبط بفكرة أو أكثر من ثلاثة أفكار غير عقلانية وهي (يتحتم علي دائماً أن أعمل بلطف تجاه نفسي وتجاه الآخرين وإلا سأكون حقيراً – ينبغي علي تحسين جميع المهام التي أقوم بها – يتحتم علي أن أعيش حياة سعيدة وسهلة، وأن أمارس كل شئ وإلا ستصبح حياتي صعبة وأعيش بلا قيمة).

فالحفاظ علي الذات، والسعي نحو الاهتمام بها من الصور الأساسية للسلوك العقلاني، وطبقاً لذلك فإن تدمير الذات يبدو كنموذج جوهري للسلوك اللاعقلاني، وكما أن المرضي النفسيين يقومون بإيذاء الذات عن طريق فعل أشياء مدمرة للذات، كذلك فإن الأفراد العاديين يشتركون في أنماط سلوكية مدمرة للذات (عصام العقاد ومحمود قاعود، ٢٠٠١: ١١١).

ويعتبر إيذاء الذات من هذه الأنماط المدمرة للذات، الذي يحدث في حالة عالية من الانفعال والاضطراب الداخلي، وهذا قد يسببه سوء المعاملة والإحساس بالاكتئاب والإحساس بالسوء

تجاه النفس، وقد يلجأ الفرد إلي فعل مثل هذه السلوكيات، لأنه يحس بأن الآخرين لا يستمعون إليه، وانعدام الأمل، والإحساس بالعزلة والوحدة، والشعور بالعجز(ابتهاج الشيخ و صبري عبد الفتاح، ٢٠٠٧: ١).

وقد يقدم المراهق علي إيذاء نفسه، كعقاب لذاته علي أعمال مخجلة يعتقد أنه ارتكبها وللتخفيف من الإحساس بالذنب الذي يزعجه، وبعضهم يشعر أن مشاكلهم معقدة واستحالة وجود حل لها، ولا يجدون من يساعدهم في ذلك فيكون إيذاء النفس تنفيساً لهم يشعرهم ببعض الراحة. (الجمعية العراقية للصحة النفسية للأطفال، ٢٠٠٥: ١)

وأشارت العديد من الدراسات إلي انتشار سلوكيات إيذاء الذات بين المراهقين، ومن هذه الدراسات دراسة Blumengarten (2008) ، ودراسة Rodham et al (2004) ، ودراسة Sansone et al, (2002) ، ودراسة Mathew , 2002) .

كما أكدت دراسة زينب شقير (٢٠٠٦) علي انتشار سلوك إيذاء الذات بين طلاب الجامعة، وأشارت إلي وجود أشكال لسلوك إيذاء الذات وهي الإيذاء الجسدي والإيذاء الوجداني أو الفكري، إهمال الذات، حرمان الذات.

ومما سبق، يتضح أن إيذاء الذات سلوك منتشر لدى كل من الذكور والإناث من المراهقين، والذين يلجأون إليه للتخفيف من شدة الانفعال أو الاضطراب، والتي تمثلت أكثرها في الإيذاء البدني أو الجسدي. في حين أشارت زينب شقير(٢٠٠٦) إلي وجود أشكال أخري لسلوك إيذاء الذات.

ومن ثم تبدو أهمية دراسة هذا السلوك في مرحلة المراهقة لدي الجنسين (ذكور –وإناث) معاً، ولما كان للأفكار اللاعقلانية دوراً ملموساً في ظهور هذا السلوك وغيره من السلوكيات اللاتوافقية كما سبق توضيح ذلك؛ فإنه تتجسد أهمية توضيح طبيعة هذه العلاقة من حيث الحجم والدلالة بين هذين المتغيرين.

مشكلة الدراسة :

تعتبر الأفكار اللاعقلانية من المسببات الأساسية للكثير من الاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية عند الإنسان، وهذا ما أكدته نتائج عدد من الدراسات التي تناولت الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض المشكلات والاضطرابات النفسية والسلوكية، ومن هذه الدراسات دراسة غادة عبد الغفار (٢٠٠٥)، ودراسة داليا مؤمن (٢٠٠٤) ،ودراسة أشرف حسب الله وعصام العقاد (٢٠٠٠)، ودراسة عصام العقاد ومحمود قاعود (٢٠٠٠)، ودراسة إبراهيم علي (١٩٩١)، ودراسة كلا من Daly & Burton (1983).

ومن المهم الإشارة هنا، إلي أن بعض الدراسات المذكورة آنفاً، قد أشارت نتائجها إلي وجود علاقة موجبة ودالة بين هذه الأفكار اللاعقلانية وبعض المفاهيم السالبة وثيقة الصلة بمفهوم الذات، ومع ذلك لم تتطرق لدراسة العلاقة بين هذه الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات، وهذا يمثل الجانب الأول من مشكلة الدراسة والتي تتمثل في سعيها للكشف عن العلاقة بين هذه الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات.

ومن ناحية ثانية، يلاحظ أيضاً أن الدراسات التي تناولت إيذاء الذات، غالبيتها قد تناول الإيذاء الجسدي فقط وأهملت الأشكال الأخرى لسلوكيات إيذاء الذات ومن هذه الدراسات دراسة Mathew (2002)، ودراسة Sansone et al (2002).،ودراسة Rodham et al (2004)، ويستثني من ذلك فقط "علي حد علم الباحثة" دراسة زينب شقير (٢٠٠٦)، التي تناولت أربعة أشكال لإيذاء الذات وهي الإيذاء الجسدي، والإيذاء الوجداني أو الفكري، وإهمال الذات، وحرمان الذات.

ومن ثم؛ تسعي الدراسة الحالية إلي الكشف عن مستوى انتشار إيذاء الذات بين طلاب الجامعة، وأكثر أشكال إيذاء الذات انتشاراً بينهم، وهذا يمثل الجانب الثاني من مشكلة الدراسة.

وفي ضوء ما سبق؛ يبدو أن مشكلة هذه الدراسة تثير العديد من الأسئلة البحثية التي تسعي للإجابة عنها ومن هذه الأسئلة ما يلي:

١- ما حجم انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟
٢- ما أكثر الأفكار اللاعقلانية انتشاراً لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟
٣- ما حجم انتشار إيذاء الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟
٤- ما أكثر أنواع إيذاء الذات انتشاراً لدى عينة الدراسة طلاب الجامعة؟

٥- هل توجد فروق في الأفكار اللاعقلانية بين طلاب الجامعة تبعاً لاختلاف الجنس (ذكور – إناث)؟

٦- هل توجد فروق في إيذاء الذات بين طلاب الجامعة تبعاً لاختلاف الجنس (ذكور– إناث)؟

٧- ما طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وبين إيذاء الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟

اهداف الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلي التعرف على:

١- مستوي انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة طلاب الجامعة.

٢- أكثر الأفكار انتشاراً لدى عينة الدراسة طلاب الجامعة.

٣- مستوي انتشار إيذاء الذات لدى عينة الدراسة طلاب الجامعة.

٤- أكثر أنواع إيذاء الذات انتشاراً لدى عينة الدراسة طلاب الجامعة

٥- الفروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة طلاب الجامعة.

٦- الفروق بين الذكور والإناث في إيذاء الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

٧- طبيعة العلاقة الارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة :

تتضح أهمية الدراسة علي المستويين النظري والتطبيقي فيما يلي:

أولا: علي المستوي النظري:

١- زيادة الوعي بالمتغيرات التي تتناولها الدراسة، وهي الأفكار اللاعقلانية نظراً لما يترتب عليها من اضطرابات نفسية وسلوكية، وإيذاء الذات الذي يعتبر من السلوكيات التي ترمي إلي تدمير الإنسان لنفسه، وهدماً لغريزة البقاء أو الحفاظ علي الذات.

٢- أهمية المرحلة العمرية التي تناولتها الدراسة، وهي مرحلة المراهقة والتي تعتبر فترة حرجة؛ فكثير من الأفراد تنتابهم فيها تغيرات متعددة لتعصف بهم تيارات فكرية متضاربة كما تلازمهم علاقات وقيم اجتماعية متناقضة تشقي بها أنفسهم ويشقي بها الكثير ممن حولهم؛ لذلك فإن العناية بالمراهقين يمثل جانباً هاماً من جوانب العملية التعليمية التي تسهم كثيراً في

تحقيق أهداف المجتمع(رئيفة عوض، ٢٠٠١: ٢٠)، كما تشهد مرحلة المراهقة بداية ممارسات سلوكية تنم عن الاضطرابات، فهي مرحلة يصاب فيها المراهق بهزة في كيانه وينشأ عن ذلك القلق والارتباك في هويته. (أبو بكر مرسي، ٢٠٠٢: ١٩ – ٢٠).

ثانياً :على المستوى التطبيقي:

١- يمكن أن تقدم هذه الدراسة للقائمين علي التنشئة الاجتماعية للشباب دليلاً لكيفية الحوار العقلاني مع أبنائهم من المراهقين والمراهقات.

٢- يمكن أن تسهم نتائج هذه الدراسة وإجراءاتها في زيادة الوعي بخطورة الافكار اللاعقلانية ودورها في إيذاء الفرد لذاته لدى لمراهقين عموما.

٣- ما قد تسفر عنه هذه الدراسة من نتائج يمكن أن يسهم في بناء برامج تدريبية وإرشادية وعلاجية لتعديل الأفكار اللاعقلانية والتخفيف من حدة إيذاء الذات لدى المراهقين عموماً.

مصطلحات الدراسة :

١- الأفكار اللاعقلانية:

من خلال المراجعة لعدد من تعريفات الأفكار اللاعقلانية، ومن هذه التعريفات تعريفات (أليس " Ellis") ومحاولتها استخلاص القواسم المشتركة بين هذه التعريفات مع مراعاة أهداف الدراسة الحالية والأداة المستخدمة لقياس هذه الأفكار، أمكن تعريف الأفكار اللاعقلانية في هذه الدراسة بأنها (مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية عن ذات الفرد وعن الآخرين والمجتمع، والمرتبطة بالأهواء الشخصية والذاتية وعدم الموضوعية في الحكم على الأشياء، وتؤدى إلى وقوع الفرد فى الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية والسلوكية.

٢- إيذاء الذات:

يقصد به مجموعة من السلوكيات الشاذة الغريبة التي تصدر عن الفرد في فترات متعددة وفي مواقف متنوعة من حياته يعبر فيها عن إيذائه أو عقابه لنفسه، وتبدو في شكل عقاب أو تلف موجه نحو جزء من أجزاء جسده، وتعبر عن غضبه وحزنه وثورته، في محاولة منه لتعذيب ذاته، وحرمانه مما قد يسعده أو ما يتمتع به الآخرون من حوله، والتي قد تصل لحد الإهمال الشديد لنفسه والوصول بها لصورة ذهنية مشوهة نحو ذاته أو التفكير في تدميرها. وذلك طبقاً للمقياس المستخدم في هذه الدراسة. (زينب شقير، ٢٠٠٦: ١٨١).

محددات الدراسة:

١-الحدود البشرية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٥٥) طالب وطالبة من طلاب الجامعة الملتحقين بالفرقة الثانية والثالثة بكلية التربية من جميع الشعب في العام الجامعي ٢٠١١-٢٠١٢ م، بواقع (١٣٧) طالباً، و(٣١٨) طالبة، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٧-٢١) سنة بمتوسط عمري قدره (١٨.٧) وانحراف معياري قدره(١.٢٧).

٢- أدوات الدراسة:

أ- مقياس الأفكار اللاعقلانية لطلاب الجامعة. إعداد/ الباحثة

ب- مقياس تشخيص سلوك إيذاء الذات للمراهقين والراشدين العاديين وغير العاديين.

إعداد/ زينب شقير (٢٠٠٦)

٣-الأساليب الإحصائية:

وقد اعتمدت الدراسة علي الأساليب الإحصائية التالية:

١-اختبار "ت" t-test للكشف عن الفروق بين المجموعات

٢-معامل الارتباط "لبيرسون

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الأفكار اللاعقلانية: "Irrational Ideas"

١ - مفهوم الأفكار اللاعقلانية:

يعد مفهوم الأفكار اللاعقلانية Irrational Ideas من المفاهيم الحديثة نسبيا التى تمت بلورته وصياغته على يد "ألبرت أليس" Albert Ellis، وأشار أليس إلي أن الأفكار اللاعقلانية هي السبب في مشكلات الصحة النفسية وهى التي تقود إلى الاضطراب النفسي وفى المقابل نجد أن الأفكار العقلانية هي التي تسهم فى النجاح النفسي للفرد. (Bernard, 2009: 55) وعرف أليس (١٩٧١-١٩٧٣) Ellis، الأفكار اللاعقلانية بأنها مجموعة من المعتقدات الهازمة للذات والتي تعتبر ممرضه للفرد(John & liza, 2001.1). كما عرفت الأفكار اللاعقلانية بأنها تلك الأفكار التي ليس لها دعم امبيريقى وتعكس ما هو واجب ومطلوب بشكل حتمي، ومثال على ذلك "لابد أن أعمل جيداً وأحوز على القبول وإلا سأكون شخصاً فاشلاً" (Haaga & Davison, 1993: 215)

وعلي ذلك فالأفكار اللاعقلانية تمثل إدراكات غير واقعية مبنية علي الحتميات وما ينبغي أن تكون عليه الأمور في الحياة، ولذلك فالتمسك بها يقود الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية.

ويستند الاطار النظري لهذه الدراسة على نظرية أليس Ellis للتفكير العقلاني واللاعقلاني ؛ حيث حدد أليس Ellis احدي عشرة فكرة لاعقلانية مجافية للمنطق، وهى شائعة ومطبوعة في أذهان الناس، وهى تؤدى حتماً إلى الاضطراب والعصاب، وهذه الأفكار هى:

١- من الضروري أن يكون الشخص محبوباً من كل المحيطين به. "طلب الاستحسان.

٢- يجب على الفرد أن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة وان ينجز ما يمكن أن يعتبر نفسه بسببه ذا قيمة وأهمية. "ابتغاء الكمال الشخصي".

٣- بعض الناس شر وأذى وعلى درجة عالية من الخسة والجبن والندالة وهم بذلك يستحقون العقاب والتوبيخ " اللوم القاسى للذات و للآخرين":

٤- أنه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمناه الفرد. " توقع الكوارث".

٥- – المصائب والتعاسة تعود أسبابها إلى الظروف الخارجية والتي ليس للفرد عليها سيطرة. "التهور الانفعالي":

٦- الأشياء الخطرة أو المخيفة هي أسباب الهم والانشغال الدائم للفكر، وينبغي أن يتوقعها الفرد دائماً، وأن يكون على أهبة الاستعداد لمواجهتها والتعامل معها. "القلق الزائد".

٧- الأسهل للفرد أن يتجنب بعض المسئوليات، وأن يبتعد عن مواجهة الصعوبات بدلاً من مواجهتها." تجنب المشكلات"

٨- يجب أن يعتمد الشخص على الآخرين، ويجب أن يكون هناك شخص أقوى منه يعتمد عليه. "الاعتمادية

٩- الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك الحاضر، والمؤثرات الماضية لا يمكن التخلص منها او إزالتها. "الشعور بالعجز":

١٠ – ينبغي على الفرد أن يحزن بدرجة شديدة لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات. "الانزعاج لمشاكل الآخرين

١١ – هناك دائماً حل صحيح أو كامل لكل مشكلة، ويجب أن يبحث عن هذا الحل لكي لا تصبح النتائج مؤلمة. "الحلول الكاملة":

وقد أضاف سليمان الريحاني (١٩٨٥) فكرتين اعتبر كلاً منهما فكرة لاعقلانية وأضاف عبد الستار إبراهيم (١٩٩٤) فكره واحدة،وهذه الأفكار الثلاثة دارت حول:

١- الجدية والرسمية فى التعامل مع الآخرين.

٢- إن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة.

٣- هناك مصدر واحد للسعادة ويعد فقدان هذا المصدر كارثة

(زكريا الشربينى، ٢٠٠٥: ٥٣٦).

كما أضاف زكريا الشربينى (٢٠٠٥) ثلاثة أفكار لاعقلانية جاءت نتيجة معايشته للطالبات الجامعيات بالإمارات "٧ سنوات" وفى ضوء مراجعته للدراسات السابقة، وهذه الأفكار تدور حول:

١- وجوب أداء الأعمال بشكل رائع ومثالي يرضى الجميع.

٢- ضرورة معاملة الرؤساء للمرؤوسين كأخوة.

٣- قيمة الزميل قائمة على كونه معطاء دوماً.

وبعد استعراض الأفكار اللاعقلانية نلاحظ أن هذه الأفكار مصاغة في صورة حتميات [يجب، ينبغي أن، من الضروري... الخ]، وتتميز بعدم الموضوعية، المبالغة، التعميم الزائد، التطرف، والسلبية، وتدنى تقدير الذات وابتغاء الكمال والحلول الكاملة، والاعتمادية، وهذه الأفكار التي تتسم بكل هذه السمات، قد تعتبر أساس الاضطرابات النفسية والسلوكية.

وحين يقبل الفرد تلك الأفكار اللاعقلانية؛ فإن ذلك يؤدى به إلى أن يصبح مقهوراً وعدوانياً واندفاعياً وشاعراً بالذنب وبعدم الكفاءة والقصور وعدم القدرة على الضبط، وشاعراً بالتعاسة والشقاء، أما إذا استطاع أن يتخلص من تلك الأفكار الخرافية واللاعقلانية فليس من السهل أن يقع فريسة الاضطراب (إبراهيم على، ١٩٩١: ٣٥).

ثانياً: إيذاء الذات Self – Harm:

١- مفهوم إيذاء الذات:

استخدمت العديد من المصطلحات لتصف السلوكيات التى يقوم بها المراهقين عن قصد بإيذاء أنفسهم وتشمل:

أ- تشويه الذات Self- Mutilation

ب- سلوكيات إصابة الذات Self–injuriour behavior

ج- إيذاء الذات المتعمد deliberate self – Harm

د- سلوكيات حافة الانتحار Para suicidal behavior

هـ- جرح الذات Self-wounding

(Lukomski & Folmer, 2009: 55-91).

كما حدد جمال الخطيب (١٩٩٣) عدة مصطلحات تشير إلى هذا المفهوم منها:

أ- إساءة معاملة الذات Self- Abuse

ب- التشويه الذات Self- Mutilation

ج- سلوك إتلاف الذات Self- Destructive behavior

د- عقاب الذات Self- Punishment

ويعرف إيذاء الذات في هذه الدراسة: بأنه مجموعة من السلوكيات الشاذة والغريبة التي تصدر عن الفرد في فترات متعددة وفى مواقف متنوعة من حياته، يُعبر فيها عن إيذائه أو عقابه لنفسه وتبدو فى شكل عقاب أو تلف موجه نحو جزء أو أجزاء من جسمه، ويعبر عن غضبه وحزنه وثورته، وفى محاولة منه لتعذيب ذاته، وحرمانه مما قد يسعده أو ما يتمتع به الآخرون من حوله، والتي قد تصل لحد الإهمال الشديد لنفسه والوصول بها إلى درجة من الدونية تقلل من قيمته وشأنه في المجتمع وفى محاوله منه للوصول لصورة ذهنية مشوهه نحو ذاته أو التفكير فى تدميره(زينب شقير،٢٠٠٦: ٥) .

وتم تبني هذا التعريف سالف الذكر لإيذاء الذات في هذه الدراسة ، نظراً لكونه تعريفاً يشمل أربعة أبعاد لإيذاء الذات، وهي الإيذاء الجسدي، الإيذاء الوجداني و الفكري، إهمال الذات، وحرمان الذات، وهذه الأبعاد هي المستهدفة في هذه الدراسة، فضلا عن أنه هو المقياس المستخدم .

وأشكال إيذاء الذات التي يمكن من خلالها قياس هذا السلوك وهى:

أ-الإيذاء الجسدي:" Physical Punishment"

وتتمثل في مظاهر السلوك الجسمي والحركي تلك التى تتميز بالتدمير والإصابة التي قد تصل لحد الكسر أو الجرح أو الكدمات أو التجمعات الدموية، وغير ذلك من الإصابات التي تسبب آلاماً جسمية شديدة.

ب- الإيذاء الوجداني والفكري: Thinking and Affective Punishment

هي تلك المشاعر والوجدانات السالبة كالحزن والبكاء والتأثر والغضب والانطواء، مع التلذذ والاستمتاع من إيذاء الفرد لذاته بجانب التفكير فى كل ما يؤذى الذات ويشوه صورة الفرد أمام نفسه ويحقرها.

ج- إهمال الذات: " Self- Neglection"

حيث عدم عناية الفرد بنفسه سواء صحياً أو دراسياً أو عدم الاهتمام بمظهره الخارجي وبنظافته، ومحاولة التقليل من قيمته وشأنه أمام الآخرين، ويسعى للظهور بشكل يعبر عن عدم أهمية لوجوده في الحياة.

د - حرمان الذات:" self- Deprivation "

ويبدو في محاولة الفرد حرمان نفسه من السعادة والاستمتاع بالحياة" وعدم محاولة الدفاع عن نفسه في حالة وقوع الظلم عليه، والسعي وراء حرمان نفسه حتى من تحقيق حاجاته الأساسية (كالأكل والنوم والدراسة) بشكل طبيعي، مع افتقاده الرعاية الصحية والطبية والحب والعطف والمساندة بدافع من داخله.

الدراسات السابقة

هناك عدد من الدراسات التي تناولت متغيري الدراسة أحدهما أو كلاهما لدى عينات مختلفة من المراهقين ، وفيما يلي نبذة مختصرة عن هذه الدراسات :

أولا: دراسات تناولت الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية والسلوكية.

ثانياً: دراسات تناولت إيذاء الذات وعلاقته ببعض المتغيرات.

المحور الأول : دراسات تناولت الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاضطرابات النفسية والسلوكية:

وفي هذا السياق جاءت دراسة Daly & Burton(1983) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة، ،ومن أهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج وجود ارتباط سلبي بين المعتقدات اللاعقلانية – وتقدير الذات، ووجود معتقدات لاعقلانية تفيد في التنبؤ بانخفاض تقدير الذات وهما طلب الاستحسان، وارتفاع التوقعات الذاتية، والقلق الزائد.

بينما هدفت دراسة Smith et al(1984) إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وحدوث الاضطرابات الانفعالية مثل القلق والخوف لدى طلاب الجامعة، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطيه بين الأفكار اللاعقلانية والانفعالات غير السوية ، ووجود علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية وبين كل من سمة القلق والخوف.

كما هدفت دراسة محمد الطيب، ومحمد الشيخ (١٩٩٠) إلى الكشف عن الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي ، ومن أهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج أن الأفكار اللاعقلانية لا تتأثر بمتغير الجنس، وأن التخصص ليس له تأثير دال على تبني الأفكار اللاعقلانية، وأوضحت الدراسة أيضاً عدم وجود تفاعل بين التخصص والجنس.

أما دراسة إبراهيم علي (١٩٩١) فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة ، ومن أهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج وجود فروق دالة بين متوسط مجموعة البنين ذوي الأفكار العقلانية، ومتوسط مجموعة البنين ذوي الأفكار اللاعقلانية في تقديرهم لذاتهم لصالح ذوي الأفكار العقلانية، ووجود فروق دالة بين متوسط مجموعة البنات ذوات الأفكار العقلانية ومتوسط مجموعة البنات ذوات الأفكار اللاعقلانية في تقديرهن لذواتهن لصالح ذوات الأفكار العقلانية ، ولم تجد الدراسة فروقاً دالة بين متوسط مجموعة البنين ذوي الأفكار اللاعقلانية، ومجموعة البنات ذوات الأفكار اللاعقلانية في تقدير الذات، ولم توجد أيضاً فروقاً دالة بين متوسط مجموعة البنين ذوي الأفكار العقلانية ومتوسط مجموعة البنات ذوات الأفكار العقلانية في تقدير الذات.

أما دراسة Marcotte (1996) فقد سعت إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاكتئاب لدى المراهقين، ومن أهم ما توصلت إليه الدراسة من نتائج وجود علاقة بين المعتقدات اللاعقلانية والاكتئاب وخاصة المعتقدات الخاصة بانخفاض تحمل الإحباط والتسامح والميل إلى تهويل المواقف ، كما أسفرت الدراسة عن ارتباط المعتقدات اللاعقلانية ارتباطاً موجباً مع أعراض الاكتئاب، أي أنه توجد علاقة بين التشوهات المعرفية والاكتئاب في مرحلة المراهقة وخاصة المعتقدات المرتبطة بانخفاض تحمل الإحباط والميل إلى تهويل المواقف.

في حين سعت دراسة محمد مزنوق (١٩٩٦) إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وبعض متغيرات الشخصية لدى المراهقين من طلاب الجامعة، ومن أهم ما توصلت إليه الدراسة من نتائج انتشار واسع للأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة، كما أن هناك علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والضغوط اليومية لدى أفراد العينة، كما ظهرت فروق دالة بين الجنسين في الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية حيث كانت الإناث أكثر شعورا بالضغوط وأكثر لاعقلانية.

أما دراسة منيرة الشمسان (١٩٩٧) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التفكير اللاعقلاني والأعراض المرضية التي تعاني منها الطالبات في المرحلة الجامعية، وتوصلت

الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين التفكير اللاعقلاني وبعض الأعراض المرضية التي تعاني منها طالبات الكليات الأدبية والعلمية.

أما دراسة أشرف حسب الله ، وعصام العقاد(٢٠٠٠) فقد هدفت إلى البحث عن علاقة الأفكار اللاعقلانية بالدوجماتية والمرونة-والتصلب والرفض الوالدي لدى شباب جامعتي الزقازيق وجنوب الوادي، ومن أهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والدوجماتية والتصلب، في حين لم ترتبط الأفكار اللاعقلانية جوهرياً بالرفض الوالدي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين المرونة والأفكار اللاعقلانية ، وعند مستوى (٠.٠١) بين المرونة وكل من الدوجماتية والتصلب.

وقد هدفت دراسة عصام العقاد، ومحمود قاعود (٢٠٠١) إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الهازم للذات لدى عينة من المراهقين والمراهقات من طلاب المرحلة الثانوية، حيث توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الهازم بشكل عام ، ولا توجد فروق دالة بين الذكور والإناث على مقياس الأفكار اللاعقلانية، ووجود فروق دالة بين الذكور والإناث على متغير السلوك الهازم للذات لصالح الإناث ، ووجود فروق دالة بين طلاب المجموعة الأدبية والمجموعة العلمية على متغير الأفكار اللاعقلانية لصالح المجموعة الأدبية ولم توجد فروق دالة بين المجموعتين الأدبية والعلمية على المتغير الثاني السلوك الهازم للذات.

في حين سعت دراسة أبو القاسم اقزيط (٢٠٠١) إلى التعرف على علاقة الأفكار اللاعقلانية العصابية لدى طلبة جامعة مصراتة وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص، وأظهرت نتائج الدراسة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة، وكذلك انتشار العصابية، ووجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية والعصابية.

أما دراسة داليا مؤمن (٢٠٠٤) فقد هدفت إلى تقصي العلاقة بين السعادة وكل من التفكير اللاعقلاني وأحداث الحياة السارة والضاغطة لدى عينة من طلاب الجامعة وذلك في ضوء بعض المتغيرات مثل نوع الجنس والتخصص الدراسي ، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين السعادة وكل من التفكير اللاعقلاني ومواقف الحياة الضاغطة، ووجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب الكليات العلمية والأدبية على متغير التفكير اللاعقلاني عند مستوى "٠.٠١" في اتجاه الكليات الأدبية،

كما هدفت دراسة زكريا الشربيني (٢٠٠٥) إلى التعرف على نسب انتشار الأفكار اللاعقلانية ودرجة شيوعها لدى طالبات الجامعة، والتعرف على مصادر اكتساب وتعلم هذه الأفكار،

وتوصلت الدراسة إلي انتشار الأفكار اللاعقلانية بنسبة (٦٠.٦٨%) وشاعت هذه الأفكار حول الكمال الشخصي وطلب الاستحسان من الآخرين، والقلق الزائد وعدم القدرة على التحكم في الأحزان وتوقع المصائب، كما توصلت الدراسة إلي مصادر إكساب وتعلم الأفكار اللاعقلانية، وهي الأب جاء مسهماً في تدعيم (٧٢.٢٢ %) من هذه الأفكار، والأم أسهمت في تدعيم (٤٤.٤٤ %) من هذه الأفكار، والصديقات دعمت (١٦.٦٧%) من هذه الأفكار، والمدرسة والجامعة دعمت (١١.١١ %)، ووسائل الإعلام بنسبة (١١.١١ %).

وسعت دراسة غادة عبد الغفار (٢٠٠٧) إلى تحديد الأفكار اللاعقلانية المثبتة باضطراب الاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة، ومن أهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج وجود علاقة تنبؤية بين الأفكار اللاعقلانية ومؤشرات الاكتئاب، وكذلك فروق دالة بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية وبخاصة على أبعاد التهور الانفعالي، والقلق الزائد، وطلب الاستحسان، وابتغاء الكمال الشخصي، والانزعاج لمشاكل الآخرين، في حين لم يكن هناك فرق دال بين الجنسين في درجة الاكتئاب وتشير كل تلك الفروق إلى ارتفاع درجة الأفكار اللاعقلانية بأبعاده المختلفة لدى الإناث في مقابل الذكور، ووجود أثر دال للتخصص الدراسي في حدوث الاكتئاب لصالح طلاب الكليات العملية.

أما دراسة كريمة خطاب (٢٠٠٧) فقد هدفت إلى الكشف عن الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات الجامعة، والتعرف على معدلات انتشار الأفكار اللاعقلانية، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية والغضب لدى عينة الدراسة، ومن أهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج ارتفاع معدلات انتشار الأفكار اللاعقلانية حيث بلغت معدلاتها بين "٩٥.٩ %، ٢٧.١ % "، وأنه لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين الغضب والأفكار اللاعقلانية.

كما هدفت دراسة عبد الفتاح أبو شعر (٢٠٠٧) إلى التعرف على الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات (الوعي الديني)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة عكسية بين الوعي الديني والأفكار اللاعقلانية بمعنى أن الأفراد ذوي التدين الحقيقي (الجوهري) لديهم أفكار لاعقلانية أقل من أولئك الذين لديهم تدين ظاهري، وأن الذكور لديهم أفكار لاعقلانية أكثر من الإناث، وارتفاع نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية في المجتمع الفلسطيني، حيث تراوحت نسبة الانتشار في حدها الأدنى بنسبة" ٨% "وحدها الأعلى بنسبة" ٤٠.٧ %".

وهدفت دراسة Ndika et al (2008) إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وفاعلية الذات، والثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين، وتوصلت الدراسة إلى أن الإناث أكثر من الذكور في تبني الأفكار اللاعقلانية، وأن الإناث من المراهقين سجلوا مستويات أعلى في فاعلية الذات والثقة بالنفس، لم يوجد تأثير مباشر للأفكار اللاعقلانية على الثقة بالنفس وفاعلية الذات.

وسعت دراسة فطوم محمد (٢٠٠٨) إلى التعرف على مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية، والعلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من تقدير الذات ومركز التحكم، وقد أثبتت الدراسة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب جامعة طيبة وطلاب الجامعة الإسلامية بنسب مرتفعة، وعدم وجود فروق دالة بين طلاب القسم العلمي وطلاب القسم الأدبي في الأفكار اللاعقلانية، وعدم وجود علاقة ارتباطيه بين الأفكار اللاعقلانية وتقدير الذات ومركز التحكم بالنسبة لطلاب الجامعتين.

في حين سعت دراسة حسن الزهراني (٢٠١٠) إلى الكشف عن العلاقة الارتباطيه بين الأفكار اللاعقلانية وإدارة الوقت لدى طلاب جامعة حائل، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وإدارة الوقت، ولا توجد فروق بين الجنسين على الدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية، بينما جاءت الفروق على فكرة (اللوم الزائد للذات وللآخرين) لمصلحة الذكور، وفكرة الحلول الكاملة جاءت لمصلحة الإناث.

المحور الثاني : دراسات تناولت إيذاء الذات وعلاقته ببعض المتغيرات:

وفي هذا السياق جاءت دراسة جهاد علاء الدين (٢٠٠٣) إلى الكشف عن العلاقة بين عقاب الذات والشعور بالذنب لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين متوسط درجات أفراد العينة على قائمة الشعور بالذنب، ومتوسط درجات أفراد العينة على قائمة عقاب الذات.

أما دراسة Rodham et al (2004) فقد هدفت إلى التعرف على أسباب إيذاء الذات لدى عينة من المراهقين، وتوصلت الدراسة إلى أن الإناث أكثر إيذاءً لأنفسهم من الذكور، وأن إيذاء الذات يحدث في سياق الاكتئاب والقلق والاضطرابات السلوكية بالإضافة إلى الصعوبات المدرسية ومشاكل العلاقات مع العائلة والأصدقاء.

وفي سياق مختلف سعت دراسة زينب شقير (٢٠٠٦) إلى تشخيص سلوك إيذاء الذات لدى المتفوقين دراسيا من طلاب الجامعة، ومن أهم ما توصلت له الدراسة من نتائج ارتفاع النسب المئوية للتكرارات الخاصة لسلوك إيذاء الذات العام لدى مجموعة التأخر الدراسي "٣٧.٥٣%" عنه لدى مجموعة التفوق الدراسي "٢٨.١%"، كما أشارت الدراسة إلى ارتفاع النسب المئوية للتكرارات الخاصة بكل من:- إيذاء الذات الفكري والوجداني لدى مجموعة التفوق الدراسي "٤٣.٣%" عنه لدى مجموعة التأخر الدراسي "٣٤.٦%"، حرمان الذات لدى مجموعة التفوق الدراسي "٣٤.٤%" عنه لدى مجموعة التأخر الدراسي "٢٨.٥%"، وأيضاً انخفاض النسب المئوية للتكرارات الخاصة بكل من:-الإيذاء البدني "الجسدي – المادي " لدى مجموعة التفوق الدراسي "١٧.٥%" عنه لدى مجموعة التأخر الدراسي "٤٧.٨%"، وإهمال الذات لدى مجموعة التفوق الدراسي "١٨.٢%" عنه لدى مجموعة التأخر الدراسي "٣٨.٧%".

كما هدفت دراسة Blumengraten& serah (2008) إلى التعرف على التفاعل بين سلوك إيذاء الذات ونمو الهوية، وأهم ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج أن صورة الذات السلبية وضعف العلاقات على الأقل مع أحد مقدمي الرعاية وفقدان التواصل وتاريخ الاعتداء ساهموا في عدم تحقيق الهوية "نقص تحقيق أو انجاز الهوية" لدى المشاركين، كما وجدت علاقة قوية بين إيذاء الذات وحالة الهوية "عدم تحقيقها".

وسعت دراسة Portzky et al (2008) إلى فحص انتشار عوامل إيذاء الذات لدى الهولنديين ومتحدثي الهولندية في بلجيكا، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق بين الدولتين في انتشار العوامل الخاصة بإيذاء الذات، وكان البلجيكيين لديهم مستويات أعلى من القلق ومشكلات أقل بخصوص التوافق، واستخدام أكثر شيوعا في الكحول والمخدرات، وكان لدى البلجيكيين عوامل أخطر وأكثر فيما يخص التعرض لمشكلات مع الأقران والآباء والضرب في المدارس أو التعرض لسلوكيات الانتحار في الأسرة ومع الأصدقاء بالإضافة إلى ذلك كانوا يعانون من قلة التواصل والانفتاح مع معلميهم وأسرهم بخصوص مشكلاتهم.

أما دراسة Fortune et al (2008) فقد هدفت إلى التعرف على وجهة نظر المراهقين في كيفية منع إيذاء الذات، وتوصلت الدراسة إلى أن الأسرة والمدرسة والأصدقاء تعتبر مصادر الدعم الأساسية لمنع السلوك الانتحاري، بالإضافة إلى الاهتمام ببرامج الصحة العقلية في المدارس.

كما هدفت دراسة Oldershaw et al (2009) إلى التعرف على قدرة المراهقين ذوي الإيذاء المفرط للذات على اتخاذ القرارات وحل المشكلات، وتوصلت الدراسة إلى ضعف القدرة على اتخاذ القرارات لدى المراهقين الذين يقومون بإيذاء الذات في الوقت الحاضر، وبالتالي فإن التحسن في القدرة على اتخاذ القرار قد يكون مرتبط بالإقلاع عن إيذاء الذات.

كما سعت دراسة O'connor et al (2009) إلى التعرف على العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة بإيذاء الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى أن "٦.٢%" من أفراد العينة ارتكبوا مرة أو مرتين سلوك إيذاء الذات، وكان من بين العوامل المرتبطة بإيذاء الذات هي القلق بخصوص التوجه الجنسي وتاريخ الاعتداء الجنسي، ومن بين العوامل أيضاً القلق والاكتئاب لدى أفراد العينة وانخفاض تقدير الذات لديهم، بالإضافة إلى أن أصدقاءهم كان لديهم اتجاهات إيجابية نحو إيذاء الذات.

خلاصة وتعقيب عام على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال ما تم عرضه من دراسات سابقة ما يلي:

١- كثرة عدد الدراسات التي تناولت الأفكار اللاعقلانية وتوضيح الدور الذي تلعبه الأفكار اللاعقلانية في العديد من الاضطرابات النفسية والسلوكية مثل القلق والاكتئاب، وتدني تقدير الذات والضغوط النفسية، وهذا يدل على أهمية متغير البحث وهو (الأفكار اللاعقلانية).

٢- قلة عدد الدراسات العربية "على حد علم الباحثة" التي تناولت "إيذاء الذات" لدى طلاب الجامعة، على الرغم من أهمية هذا المتغير وانتشاره بين طلاب الجامعة؛ لذا تحاول الباحثة في هذا البحث معرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات ومعرفة نسبة انتشار كلا المتغيرين بين طلاب الجامعة.

٣- ولم تحاول أي دراسة سابقة على حد علم الباحثة معرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات لدى طلاب الجامعة.

إجراءات الدراسة

أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة علي المنهج الوصفي فهو المنهج الذي يدرس الظروف أو الظواهر أو المواقف أو العلاقات كما هي موجودة في الواقع، ثم يقوم الباحث بعمل وصف دقيق لها

يساعد علي تفسير المشكلات التي تتضمنها وتوضيحها ودراستها دراسة علمية دقيقة. (محمود منسي، ٢٠٠٣: ٢٠١)

كما أن هذا المنهج هو الأكثر ملاءمة لطبيعة وأهداف الدراسة الحالية في شقها السيكومتري، حيث تهدف الدراسة الحالية إلي تحديد مدي انتشار الأفكار اللاعقلانية لدي طلاب الجامعة، وتحديد علاقة الأفكار اللاعقلانية بإيذاء الذات، وقياس الفروق بين الذكور والإناث في الافكار اللاعقلانية وإيذاء الذات.

ثانياً: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الاساسية في صورتها النهائية من (٤٥٥) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة الملتحقين بالفرقة الثانية والثالثة بكلية التربية من جميع الشعب بواقع (١٣٧) طالباً، و(٣١٨) طالبة، وقد تراوحت أعمار العينة السيكومترية ما بين (١٧-٢١) سنة بمتوسط عمري قدره (١٨.٧) وانحراف معياري قدره (١.٢٧).

وتم مراعاة الاتي في اختيار العينة السيكومترية:

أ- أن يكون أفراد العينة من طلاب الجامعة من طلاب الفرقة الثانية والثالثة فقط لاستبعاد السنوات الطرفية والتي قد يكون لها تأثيرات علي تفكير الطالب، وذلك أيضاً لضمان الاستقرار النسبي للطالب في الدراسة الجامعية، كما تمثل هذه المرحلة مرحلة المراهقة المتأخرة، وهي المرحلة المستهدفة بالدراسة، طبقاً لما أشارت إليه الدراسات السابقة من انتشار الأفكار اللاعقلانية في هذه المرحلة العمرية، وما أشارت إليه الدراسات أيضاً من انتشار إيذاء الذات لدي أفراد هذه المرحلة العمرية.

ب- أن يكون أفراد العينة ممثلين للجنسين، فقد شملت الدراسة الطلاب والطالبات من (الذكور والإناث) للتعرف علي الفروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية وفي إيذاء الذات.

ج- أن يكون أفراد العينة من طلاب كلية التربية نظراً لعمل الباحثة بها، وضمان لقاء الطلاب والطالبات وتطبيق المقاييس عليهم.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

تضمنت هذه الدراسة بعض الأدوات لتحقيق أهدافها وهي :

١-مقياس الافكار اللاعقلانية إعداد /الباحثة

٢-مقياس ايذاء الذات إعداد/ زينب شقير (٢٠٠٦).

١-مقياس الأفكار اللاعقلانية: (إعداد الباحثة)

تم إعداد مقياس لقياس الأفكار اللاعقلانية، حيث أن غالبية المقاييس التي أطلعت عليها الباحثة اقتصرت فقط علي أفكار(Ellis)، فهناك أفكار أخري أضافها بعض الباحثين العرب مثل: عبد الستار إبراهيم، و زكريا الشربيني. فتم إعداد المقياس ليتناسب مع عينة البحث وهم طلاب الجامعة، فهي عينة أكاديمية، كما أن المقاييس التي تم الاطلاع عليها غير مخصصة لعينات أكاديمية.

حيث تكون المقياس في صورته النهائية (٤٣) عبارة موزعة علي أبعاد المقياس الثلاث عشر ٠(طلب الاستحسان من الجميع – طلب المثالية والكمال –اللوم القاسي للذات والآخر – التهور الانفعالي– القلق الزائد –تجنب المشكلات – الاعتمادية– الشعور بالعجز– الانزعاج لمشاكل الآخرين– ابتغاء الحلول الكاملة– المصدر الوحيد للسعادة– الجدية والرسمية في العمل – توقع الكوارث)

- **الخصائص السيكومترية للمقياس**

إجراءات التحقق من ثبات وصدق المقياس:

تم تطبيق المقياس في صورته التجريبية علي عينة استطلاعية بلغ عددها (٢٥٠) طالباً وطالبة من طلا ب الجامعة، وذلك للتحقق من صلاحية المقياس من خلال التحقق من ثبات وصدق المقياس.

أولا: الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس علي مرحلتين:

– المرحلة الأولي: حساب معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية :

فكانت معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية والدرجة الكلية (ن=٢٥٠) تتراوح بين(٠.٢١١ و٠.٧٠٠)، وكلها معاملات مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) .

المرحلة الثانية: حساب معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة من عبارات البعد والدرجة الكلية للبعد:

فكانت معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة من عبارات البعد لمقياس الأفكار اللاعقلانية والدرجة الكلية للبعد (ن=٢٥٠) تتراوح بين(٠.٤٧٧ و٠.٧٨٦)، وكلها معاملات مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) .

ثانياً :ثبات المقياس:

أ- طريقة التجزئة النصفية Split half:

فكانت قيم معاملات ثبات مقياس الافكار اللاعقلانية باستخدام معادلة "سبيرمان – براون"، ومعادلة "جتمان" للتجزئة النصفية للدرجة الكلية (ن=٢٥٠) علي الترتيب ٠.٧٩٥ ،٠.٧٩٤ فهي دالة عند مستوي ٠.٠١ .

ب-معامل الثبات باستخدام معادلة "ألفا كرونباخ":

تم حساب معامل ألفا كرونباخ لعبارات مقياس الأفكار اللاعقلانية ، وبلغت قيمة معامل الثبات ٠.٧٦٥ وهو دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠١)،

ثالثا: الصدق:

تم التحقق من صدق المقياس من خلال المؤشرات التالية:

أ- الصدق الظاهري:

ويقال له الصدق الظاهري؛ وتم التحقق من ملاءمة عبارات المقياس لقياس الظاهرة المراد قياسها، وسلامة العبارات من حيث صياغتها ووضوحها، وسلامة التعليمات ووضوحها بعرض المقياس في المراحل الأولي لإعداده علي مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية وبلغ عددهم (١٤) محكماً، وقد اتفقوا –جميعاً علي صلاحية المقياس بشكله الحالي في قياس ما وضع لأجله، وقد التزمت الباحثة بما أبدوه من ملاحظات ومقترحات وتعديلات وحذف، حيث تم حذف العبارات التي لم تحظي بالموافقة من السادة المحكمين (٨٥%).

ب- صدق المحك:

تم التحقق من صدق المحك، وذلك بالتطبيق علي عينة من طلاب الجامعة بلغ عددها (٩٧) من الفرقة الثانية والثالثة بكلية التربية بواقع (٢٣) من الذكور و(٧٤) من الإناث، ثم حساب معامل الارتباط بين درجات العينة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية لطلاب الجامعة (إعداد الباحثة)، ودرجاتهم علي مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين: إعداد/ معتز سيد عبد الله ومحمد السيد عبد الرحمن.

وبلغ معامل الارتباط بين درجات المقياسين (٠.٦٨١) وهو دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠١)، وهذا يدل علي أن المقياس يتمتع بصدق محك مرتفع.

ومما سبق يتضح أن مقياس الأفكار اللاعقلانية يتمتع بمعاملات ثبات وصدق عالية ودالة، مما يطمئن ويدفع نحو الثقة في المقياس والوثوق به علمياً.

الصورة النهائية للمقياس:

أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٤٣) عبارة موزعة علي أبعاد المقياس الثلاث عشر، وتم توزيع عبارات المقياس بطريقة عشوائية، مع الأخذ في الاعتبار أن اتجاه الصحيح واحد لجميع عبارات المقياس وليس هناك اتجاهات معكوسة ، وتم تحديد طريقة الإجابة علي عبارات المقياس بحيث يطلب من الطالب عند الإجابة أن يختار استجابة واحدة من ثلاث استجابات وهي: لا أفكر فيها إطلاقاً – أفكر فيها أحياناً– أفكر فيها دائماً، بحيث يضع الطالب علامة (√) أمام العبارة أسفل الاختيار الذي يوضع درجة انطباق العبارة عليه. وقد اختير التقدير علي ثلاثة بدائل أو أوزان لتيسير طريقة الإجراء، وحتي لا يمل الطالب، وقد تم تخصيص درجات لهذه البدائل بحيث تعطي الاستجابات: لا أفكر فيها إطلاقا – أفكر فيها أحيانا—أفكر فيها دائما، الدرجات ١–٢–٣ علي الترتيب، لجميع عبارات المقياس.

٢-مقياس تشخيص إيذاء الذات للمراهقين والراشدين العاديين وغير العاديين:

إعداد/ زينب محمود شقير

قامت بإعداد هذا المقياس في الأصل زينب محمود شقير بهدف تشخيص سلوك إيذاء الذات للمراهقين والراشدين من العاديين وغير العاديين، حيث قامت صاحبة المقياس بتطبيق المقياس علي عينات مختلفة من طلاب الثانوية وطلاب الجامعة بمدينة طنطا من العاديين، بالإضافة إلي عينات من مدارس الإعاقات (كفيف –أصم – متخلف عقلي)، كان المقياس يتكون من (٥٢) عبارة موزعة علي أربعة أبعاد وهي (الإيذاء الجسدي – الإيذاء المعنوي – إهمال الذات –حرمان الذات)، حيث خصص لكل بعد ثلاث عشرة عبارة، والمقياس مصمم بحيث يختار الطالب بديل من أربعة بدائل (لا يحدث إطلاقاً– يحدث بصورة نادرة – يحدث احياناً – يحدث كثيراً)، ويصحح المقياس بإعطاء الدرجات (٠–١–٢–٣)، وتدل الدرجة المرتفعة علي ارتفاع مستوي إيذاء الذات، وكان المقياس في صورته الأصلية ملتزماً بكتابة اسم البعد علي عبارات كل بعد؛ ولذا قامت الباحثة بتعديل المقياس وذلك بتدوير العبارات وتوزيعهم عشوائياً، وذلك لضمان استجابات صادقة من الطلاب عينة البحث.

وكان من مبررات اختيار هذا المقياس للتطبيق علي عينة البحث، أنه من أنسب المقاييس تحقيقاً لأهداف الدراسة الحالية، حيث أنه يصلح للتطبيق علي طلاب الجامعة، حيث استخدمته دراسة زينب محمود شقير (٢٠٠٦) بهدف تشخيص سلوك إيذاء الذات لدى المتفوقين دراسياً من طلاب الجامعة، كما أنه يقيس أبعاد مختلفة لإيذاء الذات ولا يقتصر علي بعد واحد، وتري الباحثة من خلال ملاحظاتها لطلاب الجامعة أنها منتشرة بينهم.

كما يمتاز هذا المقياس بسهولة تصحيحه وتمتعه بدرجة عالية من الثبات والصدق، ولا يستغرق وقتا طويلاً في الإجابة عليه.

الخصائص السيكومترية للمقياس::

١- ثبات المقياس:

قامت صاحبة المقياس بحساب ثبات المقياس علي عينة من الجنسين (ذكور- إناث)من طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية مقدارها (٨٠) بعدة طرق:

(إعادة التطبيق، والتجزئة النصفية ، ومعامل ألفا كرونباخ) وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٨٢،٠.٩٤). وهذا يؤكد تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

وتمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق والثبات يعد مؤشراً على صلاحية المقياس في التطبيق على عينة البحث الحالي من طلاب بالجامعة؛ حيث قامت صاحبة المقياس بتقنينه علي عينة من طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية.

٢- صدق المقياس:

يتمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق، وقد قامت صاحبة المقياس بالتأكد من صدق المقياس بعدة طرق:

منها الصدق الظاهري: حيث تم عرض المقياس في صورته النهائية علي مجموعة من أساتذة الصحة النفسية وخطي المقياس بنسبة اتفاق ٩٠ %، وصدق المفردات ، والصدق الداخلي، وصدق التمييز وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوي ٠.٠١.

ولأغراض الدراسة الحالية : تم التأكد من الاتساق الداخلي للمقياس علي ثلاث مراحل بالتطبيق علي عينة من الذكور والإناث بلغ عددها (٢٥٠) من طلاب الجامعة عن طريق:

المرحلة الأولي: حيث تم حساب ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية، وكانت جميع معاملات الارتباط تتراوح بين ٠.٢٤٤ و ٠.٦٢٩ وهي دالة عند مستوي ٠.٠١.

المرحلة الثانية: حيث حساب ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه، وكانت جميع معاملات الارتباط تتراوح بين ٠.٢٣٠ و ٠.٦٦٧ دالة عند مستوي ٠.٠١.

المرحلة الثالثة: حيث تم حساب ارتباط الأبعاد فيما بينها وبالدرجة الكلية، وكانت جميع معاملات الارتباط تتراوح بين ٠.٤٦٥ و ٠.٩٠٦ وهي قيم دالة عند مستوي ٠.٠١

كما تم حساب الثبات لمقياس تشخيص إيذاء الذات في هذه الدراسة بالتطبيق علي عينة من الذكور والإناث بلغ عددها (٢٥٠) باستخدام معادلة "سبيرمان براون"، ومعادلة "جتمان" للتجزئة النصفية وكانت قيم معاملات الثبات علي الترتيب ٠.٨٤٦ و ٠.٨٤٧وهي قيم دالة عند مستوي ٠.٠١ ، كما تم حساب معامل الفا كرونباخ للعينة الاستطلاعية (ن=٢٥٠)، وبلغت قيمة معامل الثبات = ٠.٩١٩ وهو دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠١)

وعلي ما تقدم يتضح أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات والصدق يجعلنا نثق في نتائجه.

نتائج البحث ومناقشتها.

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

وينص هذا الفرض علي:

"يظهر طلاب الجامعة مستوي مرتفع من الأفكار اللاعقلانية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الافتراضية لدرجات أفراد عينة الدراسة (ن=٤٥٥) علي مقياس الأفكار اللاعقلانية بأفكاره، وذلك باستخدام البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الفرض

جدول (١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الافتراضية لدرجات أفراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية (ن=٤٥٥)

البيان / أبعاد المقياس	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الافتراضي
الفكرة الأولي	٩.٤٠	١.٦٤	٨
الفكرة الثانية	٧.٢٢	١.٢٦	٦
الفكرة الثالثة	٦.٥٠	١.٢٨	٦
الفكرة الرابعة	٧.٠٤	١.٤٢	٦
الفكرة الخامسة	٥.٦١	١.١٩	٦
الفكرة السادسة	٧.٧٣	١.٧٦	٨
الفكرة السابعة	٥.١٢	١.٢٨	٦
الفكرة الثامنة	٦.٦٧	١.٧	٨
الفكرة التاسعة	٧.٠٠	١.٨٢	٨
الفكرة العاشرة	٦.١٦	١.٢٧	٦
الفكرة الحادية عشر	٦.١٢	١.٣٨	٦
الفكرة الثانية عشر	٥.٨٣	٠.٩٩	٦
الفكرة الثالثة عشر	٦.٩٥	١.١٦	٦
الدرجة الكلية	٨٧.٤٠	٨.٦٩	٨٦

ويتضح من الجدول السابق:

ارتفاع متوسط درجات أفراد العينة من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية بأبعاده الفرعية عن المتوسط الافتراضي لدرجات أفراد العينة علي هذا المقياس، حيث كان متوسط كل بعد والدرجة الكلية علي الترتيب (٩.٤٠، ٧.٢٢، ٦.٥٠، ٧.٠٤، ٥.٦١، ٧.٧٣، ٥.١٢، ٦.٦٧، ٧.٠٠، ٦.١٦، ٦.١٢، ٨.٨٣، ٦.٩٥، ٨٧.٤٠)، وهي قيم أكبر من المتوسط الافتراضي الخاص بكل بعد علي الترتيب (٨، ٦، ٦، ٦، ٦، ٨، ٦، ٨، ٨، ٦، ٦، ٦، ٦، ٨٦)، وهذا يعني ارتفاع مستوي الأفكار اللاعقلانية لدي عينة الدراسة من طلاب الجامعة،

باستثناء الفكرة الخامسة والفكرة السابعة والفكرة الثانية عشر حيث كان المتوسط الافتراضي الخاص بكل فكرة من هذه الأفكار أكبر من المتوسط الفعلي لهم.

وبذلك تكون صحة الفرض الأول للدراسة قد تحققت بشكل جزئي.

وللتحقق أيضا من صحة هذا الفرض، تم حساب الدرجة الفاصلة (درجة القطع) لمقياس الأفكار اللاعقلانية.

والدرجة الفاصلة = المتوسط الحسابي + الانحراف المعياري

ثم تم حساب النسبة المئوية لأفراد العينة الذين تتخطي درجاتهم الدرجة الفاصلة، وذلك علي الدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول التالي نتائج ذلك.

جدول (٢)

الدرجة الفاصلة لمقياس الأفكار اللاعقلانية

الإجراء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة الفاصلة	العدد	النسبة المئوية
العينة الكلية(ن=٤٥٥)	٨٧.٤٠	٨.٦٩	٩٦	٦٧	%١٥

وبالنظر إلي الجدول يتضح ما يلي:

أن نسبة الطلاب من عينة الدراسة الذين ارتفعت درجاتهم علي المقياس عن الدرجة الفاصلة كانت ١٥%، وهي نسبة كبيرة إلي حد ما لحجم انتشار الأفكار اللاعقلانية لدي طلاب الجامعة.

وبذلك ؛ تكون صحة الفرض الأول للدراسة قد تحققت بشكل جزئي فيما يتعلق بارتفاع نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة الدراسة، كما يقيسها مقياس الأفكار اللاعقلانية المستخدم بأبعاده الفرعية، باستثناء الفكرة الخامسة والفكرة السابعة والفكرة الثانية عشر حيث كان المتوسط الافتراضي الخاص بكل فكرة من هذه الأفكار أكبر من المتوسط الفعلي لهم.

وقد تلقي هذه النتيجة دعما من نتائج عدد من الدراسات السابقة – ومن هذه الدراسات دراسة "محمد الطيب ومحمد الشيخ" (١٩٩٠) والتي أشارت إلي ارتفاع نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب الجامعة (ذكور– إناث) بنسبة تتراوح ما بين ٥.٥ %في حدها الأدنى، وبين ٤٠.٥ % في حدها الأعلى.، ودراسة "منيرة الشمسان" (١٩٩٧) والتي أشارت إلي انتشار الأفكار اللاعقلانية بنسبة ٤١.٦٧% بين الطالبات الجامعيات بالسعودية، كما أكدت دراسة" عبد الحميد حسن وفوزية الجمالي" (٢٠٠٣) ارتفاع نسب انتشار الأفكار اللاعقلانية

بين طلاب الجامعة بنسبة تتراوح ما بين ١٠.٢٩ % في حدها الأدنى وبين ٤٨.٥ % في حدها الأعلى، كما توصلت الدراسة أيضا إلي نسبة الأفراد اللاعقلانيين من أفراد عينة الدراسة وبلغت ٣٩ % من طلبة جامعة السلطان قابوس، وكذلك دراسة "زكريا الشربيني" (٢٠٠٥) التي توصلت الدراسة إلي انتشار الأفكار اللاعقلانية بنسبة (٦٠.٦٨%) بين طالبات الجامعة بالإمارات وشاعت هذه الأفكار حول الكمال الشخصي وطلب الاستحسان من الآخرين، والقلق الزائد وعدم القدرة على التحكم في الأحزان وتوقع المصائب.

وكذلك دراسة "عبد الفتاح أبو شعر" (٢٠٠٧) التي أكدت ارتفاع نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب الجامعة الفلسطينية، حيث تراوحت نسبة الانتشار في حدها الأدنى بنسبة "٨%" وحدها الأعلى بنسبة" ٤٠.٧%"، ودراسة "كريمة خطاب" (٢٠٠٧) التي أشارت إلي ارتفاع معدلات انتشار الأفكار اللاعقلانية لدي طالبات الجامعة من كلية التربية بالغردقة حيث بلغت معدلاتها بين "٩٥.٩ %، ٢٧.١%، ودراسة "فطوم محمد" (٢٠٠٨) وقد أثبتت الدراسة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب جامعة طيبة وطلاب الجامعة الإسلامية بنسب مرتفعة.

ويمكن مناقشة هذه النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية، وهي انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب الجامعة بنسبة ١٥% وهي نسبة مرتفعة إلي حد ما في ضوء مجتمع الدراسة، من طلاب جامعة سوهاج، ولكنها هي نسبة أقل مما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة، نتيجة لارتفاع الوعي لدي طلاب جامعة سوهاج ومعرفتهم بأنواع التفكير وأساليبه في ظل انتشار الندوات التي تعقد بين حين وآخر، وفي ظل الخدمات التي يقدمها مركز الإرشاد النفسي بجامعة سوهاج.

أما عن ارتفاع نسبة الأفكار اللاعقلانية لدى بعض طلاب الجامعة؛ فيمكن تفسيره استناداً إلي نظرية أليس Ellis في العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي، التي تؤكد أن الأفراد يولدون ولديهم معتقدات عقلانية ومعتقدات لاعقلانية، وهذه المعتقدات ترسخ بفعل البيئة والمجتمع الذي يعيش، فارتفاع الدرجة في الأفكار اللاعقلانية لدي بعض طلاب الجامعة، قد يرجع إلي حاجة الجامعة إلي مزيد من البرامج الإرشادية والعلاجية وتقديمها إلي كل الطلاب.

وللحصول علي ترتيب الأفكار اللاعقلانية من حيث الانتشار، تم قسمة متوسط كل فكرة علي عدد عبارات كل فكرة.

فكان ترتيب الأفكار اللاعقلانية من حيث الانتشار كالتالي:

- الفكرة الثانية (طلب المثالية والكمال).
- الفكرة الأولي (طلب الاستحسان من الجميع).
- الفكرة الرابعة (توقع الكوارث).
- الفكرة الثالثة عشر (المصدر الوحيد للسعادة).
- الفكرة الثالثة (اللوم القاسي للذات وللآخرين).
- الفكرة العاشرة (الانزعاج لمشاكل الآخرين).
- الفكرة الحادية عشر (ابتغاء الحلول الكاملة).
- الفكرة الثانية عشر (الجدية والرسمية في العمل).
- الفكرة السادسة (القلق الزائد).
- الفكرة الخامسة (التهور الانفعالي).
- الفكرة التاسعة (الشعور بالعجز).
- الفكرة السابعة (تجنب المشكلات).
- الفكرة الثامنة (الاعتمادية).

ويتضح من خلال نتائج الدراسة الحالية، أن الفكرة الثانية الخاصة (بطلب الكمال والمثالية) في المرتبة الأولي من حيث الانتشار، فهذه الفكرة تدور حول الكمال في أداء الأعمال، ويمكن مناقشة ذلك افي ظل طبيعة المرحلة والرغبة في تحقيق الذات وضرورة أداء العمل علي أكمل وجه والوصول إلي المثالية للحصول علي رضاء الأخر. كما جاءت الفكرة الأولي الخاصة (بطلب الاستحسان من الجميع) جاءت في المرتبة الثانية من حيث الانتشار، فهذه الفكرة تدور حول الكمال الشخصي، ويمكن مناقشة ذلك أيضاً في ضوء المرحلة التي يمر بها هؤلاء الطلاب وهي "مرحلة المراهقة المتأخرة " التي يحاول الفرد فيها تحقيق ذاته، فهذه الفكرة انعكاس للبحث عن الهوية في هذا العمر، ورغبة في تحقيق الذات والظهور بمظهر حسن (زكريا الشربيني، ٢٠٠٥: ٥٥٩)، بينما جاءت الفكرة الرابعة الخاصة ب (توقع الكوارث) وشعور الفرد بالإحباط الشديد عندما لا يحدث ما يتمناه في المرتبة الثالثة، وتري الباحثة أن هذه الفكرة مرتبطة بالفكرة الثانية (طلب المثالية والكمال)؛ فطلب المثالية والكمال غالباً ما يصحبه الشعور بالإحباط والحزن الشديد نتيجة عدم وصول الفرد إلي ما يتمناه، كما جاءت

الفكرة الثالثة عشر في المرتبة الرابعة من حيث الانتشار، هذه الفكرة خاصة بوجود مصدر واحد للسعادة، ويمكن مناقشة ذلك بأنه في ظل الأزمات والتوترات والظروف الصعبة التي نعيش فيها، قد ينظر الفرد إلي الحياة من منظور أحادي ويظن أنه لا يوجد سوي مصدر واحد للخروج من هذه الأزمات والظروف، وعدم الحصول علي هذا المصدر كالمال مثلاً، قد يعتبر كارثة بالنسبة له.

وجاءت الفكرة الثالثة الخاصة (باللوم القاسي للذات وللآخرين) في المرتبة الخامسة، ويمكن مناقشة ذلك أيضاً في ضوء طبيعة المرحلة العمرية التي يمر بها هؤلاء الطلاب وهي مرحلة البحث عن الهوية وتحقيق الذات التي تجعل الفرد دائما في حالة قلق مستمر للوصول إلي الكمال علي المستوي الشخصي وعلي مستوي الأداء والعمل وهذا يجعله في حالة لوم وتعنيف دائم ومستمر لنفسه إذا لم يصل إلي المستوي الذي يتمناه، ليس هذا فقط بل يجعله أيضا في حالة لوم قاسي للآخرين وينصب نفسه حكماً علي سلوك الآخرين.

وجاءت الفكرة العاشرة الخاصة (بالانزعاج لمشاكل الآخرين) في المرتبة السادسة من حيث الانتشار، ويمكن وتفسير ذلك بأن الشعب المصري شعب مرهف الحس وعاطفي، دائماً ما يتأثر بمشاكل الآخرين، فيحزن لحزنهم ويفرح لفرحهم، أي في حالة مشاركة وجدانية للأخرين.

وعلي ذلك؛ فهذه هي الأفكار اللاعقلانية الست التي جاءت في المقدمة من بين ثلاث عشرة فكرة لاعقلانية، بينما جاءت كلا من الفكرة السابعة الخاصة بـ (تجنب المشكلات، والفكرة الثامنة الخاصة (بالاعتمادية) في المراتب الأخيرة من حيث الانتشار، ويمكن مناقشة ذلك علي أن الشباب اليوم لديه الرغبة في تحمل المسئولية ومواجهة المشكلات وصعوبات الحياة، وابرز دليل علي ذلك ما قام به هؤلاء الشباب في ثورة (٢٥ يناير) ٢٠١١ م.

٢- نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

وينص هذا الفرض علي:

" يظهر طلاب الجامعة مستوي مرتفع من إيذاء الذات"

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الافتراضية لدرجات أفراد عينة الدراسة (ن=٤٥٥) علي مقياس إيذاء

الذات بأبعاده الأربعة، وذلك باستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الفرض:

جدول (٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الافتراضية لدرجات أفراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة علي إيذاء الذات

البيان / أبعاد المقياس	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الافتراضي
البعد الأول(الإيذاء الجسدي)	٥.٣٦	٥.٥١	١٩.٥
البعد الثاني (الإيذاء الوجداني)	١٢.٩٩	٤.٨٧	١٩.٥
البعد الثالث(إهمال الذات)	١٢.٦١	٥.٢٤	١٩.٥
البعد الرابع(حرمان الذات)	١١.٣٣	٦.١١	١٩.٥
الدرجة الكلية	٤٢.٢٩	١٧.١٠	٧٨

ويتضح من الجدول السابق:

انخفاض متوسط درجات أفراد العينة من طلاب الجامعة علي مقياس إيذاء الذات بأبعاده الفرعية عن المتوسط الافتراضي لدرجات أفراد العينة علي هذا المقياس، حيث كان متوسط كل بعد والدرجة الكلية علي الترتيب (٥.٣٦، ١٢.٩٩، ١٢.٦١، ١١.٣٣، ٤٢.٢٩)، وهي قيم أقل من المتوسط الافتراضي الخاص بكل بعد علي الترتيب (١٩.٥، ١٩.٥، ١٩.٥، ١٩.٥، ٧٨)، وهذا يعني انخفاض مستوي إيذاء الذات لدي عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

وبذلك تكون صحة الفرض الثاني للدراسة لم تتحقق.

وانخفاض مستوي إيذاء الذات لا ينفي وجود عدد من الأفراد لديهم إيذاء ذات مرتفع وللتعرف علي نسبة هؤلاء الأفراد تم إيجاد درجة القطع للمقياس ككل.

درجة القطع = المتوسط الحسابي + الانحراف المعياري

ثم تم حساب النسبة المئوية لأفراد العينة الذين تتخطي درجاتهم الدرجة الفاصلة، وذلك علي الدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول التالي نتائج ذلك.

جدول(٤)

الدرجة الفاصلة لمقياس إيذاء الذات

الإجراء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة الفاصلة	عدد الأفراد الذين لديهم إيذاء ذات مرتفع	النسبة المئوية
العينة الكلية (ن=٤٥٥)	٤٢.٢٩	١٧.١٠	٦٠	٧٠	١٦%

وبالنظر إلي الجدول (٤) يتضح ما يلي:

أن نسبة الطلاب من عينة الدراسة الذين ارتفعت درجاتهم علي المقياس عن الدرجة الفاصلة كانت ١٦%، وهي نسبة كبيرة إلي حد ما. لحجم انتشار إيذاء الذات لدي طلاب الجامعة.

وقد تختلف هذه النتيجة مع نتائج عدد من الدراسات السابقة – مع قلة الدراسات التي أجريت علي إيذاء الذات لدي طلاب الجامعة – ومن هذه الدراسات دراسة Lukomski & Folmer (2009) **التي أشارت إلي أن هناك زيادة مستمرة في أعداد المراهقين الذين يقومون بإيذاء الذات الذين تتراوح أعمارهم من (١٣-١٩) سنة، وأن نسبة الذين يقومون بإيذاء الذات تتراوح من ١٢-١٤%، وكذلك ما أظهرته دراسة**Goddard(2009) **من انتشار إيذاء الذات بين المراهقين الذين تتراوح أعمارهم من (١٥-١٦) سنة بنسبة ١٣.٨%، كما أشارت دراسة** Hawton et al (2000) **إلي زيادة كبيرة في أعداد المراهقين الذين يقومون بإيذاء الذات خلال الفترة (١٩٨٥-١٩٩٥) بنسبة ٢٨.١ %، ودراسة** Gilbert (2008) **أشارت إلي انتشار إيذاء الذات بين الذكور والإناث الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١١-١٩) سنة بنسبة ٢٢%، في حين أظهرت دراسة كل من** Skegg (2005)، Duffy (2006) **زيادة في معدلات إيذء الذات بين المراهقين في السنوات الأخيرة.**

وفي البيئة العربية تؤكد زينب شقير (٢٠٠٦) علي انتشار إيذاء الذات بين طلاب الجامعة، كما أشارت إلي ارتفاع النسبة المئوية للتكرارات الخاصة بإيذاء الذات لدي مجموعة التأخر الدراسي (٣٧.٥٣%) عنه لدي مجموعة التفوق الدراسي (٢٨.١.%)

ويمكن مناقشة معدلات الانتشار المنخفضة لإيذاء الذات لدي طلاب الجامعة في الدراسة الحالية، عن الدراسات الأجنبية إلي عدة عوامل منها اختلاف مجتمع الدراسة؛ فمجتمعنا يعتبر من المجتمعات المتدينة التي تلتزم بالمعايير والقيم الدينية، فإيذاء الفرد لذاته نهت عنه كل

الأديان السماوية ، بالإضافة إلي ارتفاع الوعي الديني والصحي لطلاب جامعة سوهاج نظرا لإقامة المؤتمرات والندوات الدينية في رحاب الجامعة، بالإضافة إلي الخدمات التي يقدمها مركز الإرشاد النفسي بجامعة سوهاج للطلاب، ومساعدتهم علي تخطي ظروف الحياة الصعبة التي يمرون بها، ومساعدتهم أيضا علي الخروج من مواقف القلق والإحباط التي يمرون بها، كما أصبح الشباب اليوم في ظل الظروف الراهنة أكثر تطلعاً وسعياً نحو الأفضل لتغيير الواقع إلي الأفضل، كما أصبح الشباب أكثر شعوراً بالمسئولية وأكثر تفاؤلاً من ذي قبل.

ويمكن تفسير وجود نسبة من طلاب الجامعة يعانون من ارتفاع في إيذاء الذات إلي كثرة الضغوط التي يمر بها هؤلاء الطلاب أكثر من غيرهم سواء كانت هذه الضغوط اقتصادية أو اجتماعية أو تعليمية، مع عدم قدرتهم علي تحمل مثل هذه الضغوط نتيجة انخفاض مستوي الاحتمال النفسي لديهم، فضلاً عن شعورهم بالعجز والضعف وأن سلوكهم لا يؤثر في بيئتهم، وشعورهم بالقلق والاكتئاب نتيجة مشكلات الحياة الضاغطة، كما أن البعض منهم يفكرون تفكيراً خاطئاً لا منطقي في الأحداث التي يمرون بها، وأنهم قد لا يجدون فرص عمل بعد تخرجهم فيلجأون إلي إيذاء أنفسهم. سواءً بإهمال دراستهم أو بالاستسلام لمشاعر الإحباط والاكتئاب.

وللحصول على ترتيب أبعاد إيذاء الذات من حيث الانتشار، تم قسمة متوسط درجات كل بعد علي عدد عبارات البعد، فكان ترتيب أبعاد إيذاء الذات من حيث الانتشار كالتالي:

- البعد الثاني (الإيذاء الوجداني).
- البعد الثالث (إهمال الذات).
- البعد الرابع (حرمان الذات)
- البعد الأول(الإيذاء الجسدي).

ويتضح من خلال نتائج الدراسة الحالية، أن الإيذاء الوجداني والفكري (المعنوي) جاء في المرتبة الأولي من حيث الانتشار، ويمكن مناقشة ذلك بأن طالب الجامعة يتعرض للكثير من الضغوط في ظل الظروف الصعبة التي نعيشها تجعله في حالة تفكير دائم في المستقبل، وما سيحدث غداً، وهل سيجد عملاً يتناسب مع مؤهلاته أم لا؟ وكل هذا يجعل طالب الجامعة في حالة من الخوف مستمر وعدم الأمن وتسيطر عليه مشاعر القلق والاكتئاب والحزن، وهذه الحالة من الخوف والقلق والاكتئاب التي قد يعيشها طالب الجامعة، قد تؤدي به إلي اليأس

من الحياة والإهمال في نفسه ودراسته واللجوء إلي التدخين وتعاطي الاشياء المضرة بالصحة لاعتقاده أنه قد لا يجد فرصة عمل تتناسب مع مؤهلاته في ظل البطالة وارتفاع نسبة العاطلين، وقد تدفعه هذه الحالة من القلق والاكتئاب إلي حرمان نفسه من الاستمتاع بالحياة ، وجاء الإيذاء الجسدي في المرتبة الأخيرة من حيث الانتشار، ويمكن مناقشة ذلك في ضوء طبيعة مرحلة المراهقة، وحب المراهق الظهور والاستعراض بجسده والاهتمام به؛ فنجده نادراً ما يوجه تلفاً نحو جزء من أجزاء جسده.

٣- نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

وينص هذا الفرض علي أنه:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث علي مقياس الأفكار اللاعقلانية"

وللتحقق من هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ثم استخدمت الباحثة اختبار "ت" للعينات المستقلة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة الذكور ومتوسطات درجات أفراد العينة من الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية بأبعاده الفرعية،:

وقد اسفرت النتائج عن:-

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية في البعد الأول "طلب الاستحسان من الجميع" والبعد العاشر "الانزعاج لمشاكل الآخرين" عند مستوي (٠.٠٥) وذلك لصالح الإناث ، حيث كانت "ت" المحسوبة تساوي (٢.٠٢ ، ٢.٥٦٦) على الترتيب، مع العلم أن قيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥=١.٩٦ ، وعند مستوي ٠.٠١= ٢.٥٩ ، وتكون "ت" دالة إذا كانت "ت" المحسوبة ≤ "ت" الجدولية عن أي من المستويين.

ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية في البعد الثاني عشر" الجدية والرسمية في العمل" عند مستوي (٠.٠١) لصالح الذكور، حيث قيمة "ت" المحسوبة =٣.١٣٩ وهي قيمة أكبر من "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠١.

كما اسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية في باقي الأبعاد الفرعية (٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١١، ١٣).، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة في الدرجة الكلية علي مقياس الأفكار اللاعقلانية. حيث كانت "ت" المحسوبة =٠.٧٨٤، وقيمة "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠٥=١.٩٦ ، وعند مستوي ٠.٠١= ٢.٥٩ .، حيث "ت" المحسوبة < "ت" الجدولية عند مستوي ٠.٠١، ومستوي ٠.٠٥ .

وبذلك يتضح مما سبق، أنه لم تتوصل الدراسة الحالية إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث علي مقياس الأفكار اللاعقلانية، وقد تجد هذه النتيجة تدعيماً من نتائج عدد من الدراسات منها دراسة" محمد الطيب ومحمد الشيخ" (١٩٩٠)، ودراسة "اشرف حسب الله وعصام العقاد " (٢٠٠٠) ، ودراسة "عصام العقاد ومحمود قاعود" (٢٠٠١) ، ودراسة "عبد الحميد حسن وفوزية الجمالي" (٢٠٠٣) .

بينما تختلف هذه النتيجة مع ما أشارت إلية دراسة "أبو القاسم أقزيط" (٢٠٠١) من وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية بين الذكور والإناث في العينة ككل لصالح الإناث، وما توصلت إليه دراسة "غادة عبد الغفار" (٢٠٠٧) من وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية علي مقياس الأفكار اللاعقلانية وفي الأبعاد التالية: طلب الاستحسان من الجميع، وابتغاء الكمال الشخصي، والتهور الانفعالي، والقلق الزائد، والانزعاج لمشاكل الآخرين، أي أن الإناث أكثر لاعقلانية من الذكور، كما تتعارض هذه النتيجة أيضا مع دراسة Ndika (2008) التي أشارت إلي أن الإناث أكثر من الذكور في تبني الأفكار اللاعقلانية.

ويمكن مناقشة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب وطالبات الجامعة على مقياس الأفكار اللاعقلانية، بأن طلاب الجامعة من الجنسين يمرون بنفس الظروف في درجة تأثرهم بالأفكار اللاعقلانية، بالإضافة إلي إتاحة فرص التعليم والتثقيف لكلا الجنسين دون تفرقة بين ذكر وأنثي، وبالتالي قد نجد الشباب من الجنسين قد يستجيبون للضغوط "سواء كانت ضغوط أسرية أو تعليمية أو اقتصادية" والتي يمرون بها بنفس الطريقة.

كما فسر "عصام العقاد ومحمود قاعود" عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية بأن المحتوي الثقافي الذي يؤثر علي كلا النوعين واحد، وكذلك المجتمع المشتقة منه عينة البحث يخضع لنفس المؤثرات الثقافية والتربوية التي تؤثر علي كلا النوعين بنفس الدرجة.

من حيث الأبعاد:

– توصلت الدراسة الحالية إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية في البعد الأول "طلب الاستحسان من الجميع" والبعد العاشر "الانزعاج لمشاكل الآخرين"، وذلك لصالح الإناث. وتجد هذه النتيجة تأييداً مع دراسة "محمد الطيب ومحمد الشيخ" (١٩٩٠)، التي أكدت أن هناك أفكاراً ميزت الإناث عن الذكور ومن هذه الأفكار الفكرة الأولي "طلب الاستحسان من الجميع"، والفكرة العاشرة "الانزعاج لمشاكل الآخرين"، وفسرت الدراسة ذلك بأن أساليب التنشئة الاجتماعية في البيئة المصرية قد أصلت في الأنثى المصرية هذه الأفكار بالإضافة إلي طبيعة الأنثى العاطفية كما في الفكرة العاشرة، ومع ما توصلت إليه دراسة "غادة عبد الغفار" (٢٠٠٧) من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة لصالح الإناث في الأبعاد التالية علي مقياس الأفكار اللاعقلانية ومن هذه الأبعاد: طلب الاستحسان من الجميع، وابتغاء الكمال الشخصي، والتهور الانفعالي، والقلق الزائد، والانزعاج لمشاكل الآخرين.

ويمكن مناقشة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة لصالح الإناث في البعد الأول "طلب الاستحسان من الجميع" والبعد العاشر "الانزعاج لمشاكل الآخرين، في ضوء الطبيعة الأنثوية للفتاة التي تجعلها دائما تحاول الظهور بمظهر حسن أمام الآخرين في جميع معاملاتها لتنال رضا الجميع، كما أن الإناث أكثر عاطفية من الذكور ولذلك نجدهم أكثر تأثراً بالآخرين وبمشاكلهم، فالمشاركة الوجدانية لديهم عالية.

كما توصلت الدراسة الحالية إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية في البعد الثاني عشر "الجدية والرسمية في العمل"، لصالح الذكور، ويمكن مناقشة ذلك بأن الذكور أكثر شعوراً بتحمل المسئولية في ظل طبيعة المجتمع المصري الذي

يفرض علي الذكور القيام بمهام حياتية مختلفة، وفي ظل أساليب التنشئة الاجتماعية في مجتمعنا الصعيدي خاصة التي تزرع في الذكور منذ الطفولة الجدية والصبر وقوة التحمل في العمل.

٤ – نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

وينص هذا الفرض علي أنه:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث علي مقياس إيذاء الذات لصالح الإناث".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ثم استخدمت الباحثة اختبار "ت" للعينات المستقلة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة الذكور ومتوسطات درجات أفراد العينة من الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس تشخيص إيذاء الذات بأبعاده الفرعية.

وقد اسفرت النتائج عن :

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومتوسطات درجات مجموعة الإناث من طلاب الجامعة علي مقياس تشخيص إيذاء الذات بأبعاده الفرعية، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس، حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة تتراوح بين (٠.٠٣٧ ، ١.٢٩) وهي قيم غير دالة . وبذلك تكون صحة الفرض الثالث لم تتحقق.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (2004) Rodham et al والتي أشارت إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوي إيذاء الذات لصالح الإناث، ومع دراسة (2006) Duffy والتي توصلت إلي أن إيذاء الذات أكثر شيوعا بين النساء صغيرات السن، وتختلف أيضا نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة كل من Lukomski &Folmer (2009) والتي أشارت إلي انتشار إيذاء الذات بين الإناث أكثر من الذكور، ودراسة O'connor et al (2009) والتي توصلت نتائجها إلي أن الإناث أكثر تكرارا لإيذاء الذات من الذكور. وفسروا ذلك نتيجة وجود مشاكل في العلاقات بين هؤلاء الإناث وبين الأسرة أو الأصدقاء. وخاصة انفصال الآباء.

ويمكن مناقشة عدم توصل هذه الدراسة إلي وجود فروق بين الذكور والإناث في إيذاء الذات، إلي تعرض الشباب من الجنسين لنفس فرص التعليم والتثقيف دون تفرقة بين ذكر

وأنثي، فضلاً عن توفر جميع الإمكانات والوسائل لجميع فئات المجتمع والتي تعمل علي زيادة الوعي الديني والصحي والاجتماعي لدي جميع الأفراد دون النظر إلي اختلافهم من ناحية الجنس.

ولاحظت الباحثة من خلال عملها بجامعة سوهاج، أن طلاب الجامعة من الجنسين يحاولون دائما الظهور بمظهر حسن أمام الآخرين، فأصبحوا أكثر اهتماماً بملبسهم وصحتهم، كما أصبحوا أكثر تفاؤلاً ويميلون إلي المرح والدعابة للتخلص من المشاعر السلبية لديهم، ويحاولون دائماً المشاركة في الأنشطة المختلفة سواء ثقافية أو اجتماعية أو ترفيهية، باستثناء عدد قليل منهم.

٥- نتائج الفرض الخامس ومناقشتها:

وينص هذا الفرض علي أنه:

"توجد علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية ودرجاتهم علي مقياس تشخيص إيذاء الذات".

وللتحقق من هذا الفرض تم حساب معاملات الارتباط "لبيرسون" بين درجات أفراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية بأبعاده الفرعية ودرجاتهم علي مقياس تشخيص إيذاء الذات".

وقد اسفرت النتائج عن :

وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠١) بين درجات أفراد العينة السيكومترية للدراسة من طلاب الجامعة في الدرجة الكلية علي مقياس الأفكار اللاعقلانية ودرجاتهم علي مقياس تشخيص إيذاء الذات حيث كانت قيمة معامل الارتباط للدرجة الكلية =٠.١٩٦، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠١) بين درجات أفراد العينة السيكومترية للدراسة من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية بأبعاده الفرعية (٤، ٥، ٧، ٨، ٩) ودرجاتهم علي مقياس تشخيص إيذاء الذات حيث كانت قيم معاملات الارتباط علي الترتيب (٠.١٢٩ ، ٠.١٤٤ ، ٠.١٧٧ ، ٠.١٧٢ ، ٠.٢٦٣)

كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين درجات أفراد العينة السيكومترية للدراسة من طلاب الجامعة علي مقياس

الأفكار اللاعقلانية بأبعاده الفرعية(٦، ١١، ١٢) ودرجاتهم علي مقياس تشخيص إيذاء الذات حيث كانت قيم معاملات الارتباط علي الترتيب (٠.١١٦ ، ٠.١٠٣ ، ٠.٠٩٨) .

وكشفت نتائج هذه الدراسة أيضا عن عدم وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين درجات أفراد العينة السيكومترية للدراسة من طلاب الجامعة علي مقياس الأفكار اللاعقلانية بأبعاده الفرعية (١، ٢، ٣، ١٠، ١٣) ودرجاتهم علي مقياس تشخيص إيذاء الذات حيث كانت قيم معاملات الارتباط علي الترتيب(٠.٠٤٥ ، ٠.٠٨٦ ، ٠.٠٥٥ ،٠.٠٤٣ ، ٠.٠٨٢) .

وتشير هذه النتائج في مجملها إلي تحقق صحة الفرض الخامس فيما يتعلق بالدرجة الكلية والأبعاد الثمانية المذكورة (٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١١، ١٢)، وعدم تحقق صحة هذا الفرض فيما يتعلق بالأبعاد الخمسة المذكورة (١، ٢، ٣، ١٠، ١٣) وهذا يعني أن طلاب الجامعة الذين لديهم مستوي مرتفع من الأفكار اللاعقلانية لديهم مستوي مرتفع من إيذاء الذات.

ويمكن مناقشة هذه النتيجة في ضوء ما توصلت إليه بعض الدراسات السابقة، وعلي الرغم من عدم وجود دراسات سابقة علي "حد علم الباحثة "تناولت بصورة مباشرة العلاقة الارتباطيه بين الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات، إلا أن بعض الدراسات السابقة أشارت إلي وجود علاقة ارتباطيه بين الأفكار اللاعقلانية وبعض الاضطرابات الانفعالية والسلوكية، ومن هذه الدراسات دراسة Smith et al (1984) والتي أكدت وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الأفكار اللاعقلانية وحدوث الاضطرابات الانفعالية مثل القلق والخوف والاكتئاب وغيرها، ودراسة (1996) Marcotte والتي أشارت إلي ارتباط الأفكار اللاعقلانية ارتباطاً موجباً بأعراض الاكتئاب وخاصة الأفكار المرتبطة بانخفاض تحمل الإحباط والميل إلي تهويل الموافق، ودراسة Vandervoort et al (1999) والتي أكدت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق، ودراسة Viorel & Felicia (2009) والتي أكدت أيضاً العلاقة بين التفكير اللاعقلاني والقلق لدي المراهقين.

وقد تجد هذه النتيجة تدعيما أيضا مع دراسة "محمد سعفان" (١٩٩٥) التي أكدت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وشعور الفرد بالذنب، ودراسة داليا مؤمن (٢٠٠٤) التي أشارت إلي أن التفكير اللاعقلاني هو المسئول عن عدم شعور الفرد بالسعادة، ومع ما أشارت إليه دراسة كل من "نيفين زهران" (٢٠٠١)، ودراسة عبد الحميد حسن وفوزية الجمالي (٢٠٠٣)، ودراسة Szentagotai & Freeman (2007) من أن الأفكار اللاعقلانية لها علاقة ارتباطيه

موجبة بالاكتئاب، ويؤكد ذلك أيضاً دراسة أبو القاسم أقزيط (٢٠٠١) من ارتباط الأفكار اللاعقلانية بالعصابية.

كما يؤيد هذه النتيجة ما أوضحته دراسة عصام العقاد ومحمود قاعود (٢٠٠١) من ارتباط الأفكار اللاعقلانية ببعض السلوكيات الهازمة والمدمرة للذات مثل التدخين وتعاطي المخدرات وحالات الاكتئاب والاغتراب وغيرها.

ويمكن مناقشة هذه النتيجة في ضوء ما أسفرت عنة أدبيات البحث. وما أكده أليس Ellis في كتاباته في تفسير الاضطرابات النفسية، إذ يري أن المسلمات الخاطئة والأفكار اللاعقلانية تكمن وراء العديد من الاضطرابات النفسية، وقد تبدو منطقية في ضوء مشاعر القلق، والصورة السلبية للذات الناتجة عن سيطرة الأفكار اللاعقلانية علي تفكير الفرد، وخاصة مع تأكيد الاتجاه المعرفي عموما سواء عند "أليس" أو "بيك" علي الارتباط الحميم بين الفكر والوجدان. (عبد الحميد حسن وفوزية الجمالي، ٢٠٠٣، ٢٢٧).

وحينما يقبل هؤلاء الأفراد هذه الأفكار اللاعقلانية فإن ذلك يؤدي بهم إلي أن يصبحوا مقهورين، وعدوانيين، ودفاعيين، وشاعرين بالذنب وعدم الكفاءة، والقصور وعدم القدرة علي الضبط، كما يشعرون بالتعاسة والشقاء مما يؤدي إلي تحقير ذواتهم وانخفاض مستوي تقديرهم لذاتهم وتدني الإحساس بقيمة هذه الذات. (إبراهيم علي ، ١٩٩١: ٤٥)

ويمكن مناقشة ذلك ايضاً ، بأنه عندما يصبح الفرد مقهورا وشاعرا بالذنب وعدم الكفاءة والقصور، كل هذه المشاعر تؤدي بالفرد إلي إيذاء ذاته، فإيذاء الذات يعتبر من الاضطرابات النفسية والسلوكية التي قد يقوم بها الفرد نتيجة سيطرة بعض المشاعر السلبية عليه مثل القلق والخوف والاكتئاب وغيرها.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أكده عصام العقاد ومحمود قاعود (٢٠٠١)، أن الحفاظ علي الذات والسعي نحو الاهتمام بها من الصور الأساسية للسلوك العقلاني، وطبقا لذلك فإن تدمير الذات يبدو كنموذج جوهري للسلوك اللاعقلاني.

ومن ثم؛ تتضح العلاقة الارتباطيه الموجبة بين الأفكار اللاعقلانية وإيذاء الذات؛ فكلما ارتفع مستوي الأفكار اللاعقلانية لدي الفرد ارتفع مستوي إيذاء الذات لدي الفرد، والعكس صحيح.

توصيات الدراسة :

في ضوء ما أسفرت عنة الدراسة الحالية من نتائج؛ فإنه يمكن تقديم التوصيات التالية:

- العمل علي زيادة تفعيل مراكز الإرشاد النفسي، وخاصة بجامعة سوهاج، بعقد المزيد من الدورات الإرشادية حول التفكير العقلاني وأساليب التفكير السليم .

- ضرورة عقد الندوات والدورات الإرشادية لطلاب الجامعة لتوعيته بإيذاء الذات وأسبابه والعوامل المؤدية إليه.

- العمل علي تنمية مفهوم الذات الايجابي لدي طلاب الجامعة وذلك من خلال عقد بعض الدورات الإرشادية .

المراجع

أبو القاسم حسن اقزيط (٢٠٠٢). علاقة الأفكار اللاعقلانية بالعصابية لدى طلبة جامعة مصراتة. رسالة ماجستير. جامعة مصراتة

أبو بكر محمد مرسي (٢٠٠٢): أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

أحمد محمد الزغبي (٢٠٠٢). الإرشاد النفسي "نظرياته – اتجاهاته – مجالاته". عمان: دار زهران للنشر والتوزيع.

أبو بكر محمد مرسي(١٩٩٧): أزمة الهوية والاكتئاب النفسي لدي الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية. العدد الثالث. يوليو، ص ص٢٣٦-٢٤٨.

أشرف محمد عطية حسب الله، عصام عبد اللطيف العقاد (٢٠٠٠). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالدوجماتية والمرونة – التصلب والرفض الوالدي. لدي شباب جامعتي الزقازيق وجنوب الوادي ".دراسات نفسية. المجلد العاشر. العدد الخامس و العشرون. ص ٧٩ -١١٩.

الجمعية العراقية للصحة النفسية للأطفال (٢٠٠٥). ظاهرة إيذاء النفس لدى الأحداث. بغداد: العراق.

www.rcpych.ac.uk/mentalhealthinfo/translations/Arabic/mentalhealthandgrowingup.aspx

ابتهاج الشيخ، صبري عبدا لفتاح (٢٠٠٧). إيذاء النفس باختصار.

Available on Line

www.rcpsych.ac.uk/mentalhealthinfo/translation/arabic/mentalhealthproblems/self-harm-inbrief.aspx

إبراهيم الشافعي إبراهيم (١٩٩٩). اختبار التفكير العقلاني واللاعقلاني .القاهرة: مكتبة النهضة العربية.

إبراهيم على إبراهيم (١٩٩١). الأفكار العقلانية واللاعقلانية في علاقتها بتقدير الذات لدى عينة من البنيين والبنات بجامعة قطر. مجلة البحث في التربية وعلم النفس. جامعة المنيا. المجلد الخامس. العدد الأول. ص ص٣٣-٥٣.

جمال الخطيب (١٩٩٣). تعديل سلوك الأطفال المعوقين "دليل الآباء والمعلمين". عمان: دار إشراق للنشر والتوزيع.

جهاد محمود علاء الدين (٢٠٠٣). الشعور بالذنب وعقاب الذات لدي عينة من طلبة الجامعة الهاشمية. مجلة العلوم التربوية. العدد الرابع. ص ص ١٦٥-١٩٤.

حسن بن علي بن محمد الزهراني (٢٠١٠). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإدارة الوقت لدي عينة من

طلاب جامعة حائل. رسالة دكتوراه. كلية التربية. جامعة أم القري.

داليا محمد عزت مؤمن (٢٠٠٤). العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطة. المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ص ص٤٢٧-٤٦١.

رئيفة رجب عوض (٢٠٠١). ضغوط المراهقين ومهارات المواجهة" التشخيص والعلاج". القاهرة: مكتبة النهضة المصرية

زكريا أحمد الشربيني (٢٠٠٥). الأفكار اللاعقلانية وبعض مصادر اكتسابها لدى طلبة الجامعة. دراسات نفسية، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين. المجلد الخامس عشر. العدد الرابع. ص ص ٥٣١ – ٥٦٧.

زينب محمود شقير (٢٠٠٦). تشخيص سلوك إيذاء الذات لدى المتفوقين دراسيا. المؤتمر السنوي الرابع عشر" اكتشاف الموهوبين والمتفوقين ورعايتهم وتعليمهم في الوطن العربي بين الواقع والمأمول"، حلوان في الفترة ١٩ –٢٠ مارس. كلية التربية – جامعة حلوان.

زينب محمود شقير (٢٠٠٦). مقياس تشخيص سلوك إيذاء الذات للمراهقين والراشدين العاديين وغير العاديين. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية

سناء حامد زهران (٢٠٠٤). إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب. القاهرة: عالم الكتب.

عبد الحميد سعيد حسن، فوزية عبد الباقي الجمالي (٢٠٠٣). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية لدي عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس. مجلة العلوم التربوية. العدد الرابع. ص ص ١٩٥-٢٣٣.

عبد الستار إبراهيم (١٩٩٤). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث أساليبه وميادين تطبيقه. القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.

عبد الفتاح عبد القادر محمد ابو شعر (٢٠٠٧). الافكار اللاعقلانية لدي طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة الإسلامية بغزة.

عصام عبد اللطيف العقاد، محمود عبد العزيز قاعود (٢٠٠١). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك الهازم للذات لدى عينة من المرهقين والمرهقات. مجلة كلية التربية بالزقازيق، العدد التاسع والثلاثون. ص ص١٠٥-١٣٠.

غادة محمد عبد الغفار (٢٠٠٧). الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية. المجلد السابع عشر. العدد الثالث. ص ص ٦٤٣ –٦٨٨.

كريمة سيد محمود خطاب (٢٠٠٧). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالغضب. مجلة دراسات الطفولة. المجلد العاشر. العدد السادس والثلاثون، ص ص ١٠٧-١٢٧.

فطوم بنت محمد السيف محمد البراق (٢٠٠٨). التفكير اللاعقلاني وعلاقته بتقدير الذات ومركز التحكم لدي طلاب الجامعات بالمدينة المنورة. رسالة ماجستير. كلية التربية للبنات. جامعة طيبة بالمدينة المنورة.

محمد أحمد إبراهيم سعفان (٢٠٠٥). العملية الإرشادية. القاهرة: دار الكتاب الحديث

محمد أحمد إبراهيم سعفان (١٩٩٥). فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي في خفض مستوي الشعور بالذنب. مجلة كلية التربية (تصدر عن كلية التربية. جامعة عين شمس). العدد التاسع عشر. الجزء الثاني. ص ص ٢٣٧-٢٦٦.

محمد صهيب مزنوق (١٩٩٦). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدي المراهقين. رسالة ماجستير. كلية البنات. جامعة عين شمس.

محمد عبد الظاهر الطيب، محمد عبد العال الشيخ (١٩٩٠). الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي. بحوث المؤتمر السنوي الخامس لعلم النفس في مصر. القاهرة ٢٢ – ٢٣ يناير. ص ص٢٤٩ – ٢٦٣.

محمود عبد الحليم منسي (٢٠٠٣). مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

معتز سيد عبد الله، محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٤). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بحالة وسمة القلق ومركز التحكم لدى الأطفال والمراهقين. دراسات نفسية. العدد الثالث. ص ص ٤١٥ – ٤٤٩.

منيرة بنت عبد الله بن محمد الشمسان (١٩٩٧). التفكير اللاعقلاني وعلاقته بالأعراض المرضية لدى طالبات الجامعة. رسالة ماجستير. جامعة الملك سعود.

وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥). فعالية برنامج ارشادى عقلاني انفعالي في خفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلبة الجامعة. دراسات نفسية. المجلد الخامس. العدد الرابع. ص ص ٥٦٩ – ٥٩٨.

عبد الفتاح جودة السيد، طلعت حسيني إسماعيل، "دور الجامعة في توعية الطلاب بمبادئ المواطنة كمدخل تحتمه التحديات العالمية المعاصرة (التعديلات الدستورية للعام ٢٠٠٧ نموذجاً)"، مجلة دراسات تربوية ونفسية، ع(٦٦)، ج(٢)، كلية التربية: جامعة الزقازيق، يناير ٢٠١٠.

عبد الودود مكرم، "الإسهامات المتوقعة للتعليم الجامعي في تنمية قيم المواطنة"، مجلة مستقبل

التربية العربية، ع(٣٣)، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، أبريل ٢٠٠٤.

علاء أحمد جاد الكريم، "دور رعاية الشباب بالجامعات المصرية في تنمية المواطنة لدى طلابها"، رسالة ماجستير، كلية البنات: جامعة عين شمس، ٢٠٠٩.

على حسن أحمد عبدالله، أبو الدهب البدري علي، "تنمية ثقافة المعايير القومية لتعليم اللغة العربية معرفيًا وأدائيًا ووجدانيًا لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية جامعة المنيا"، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، مج(٢١)، ع(١)، كلية التربية: جامعة المنيا، فبراير ٢٠٠٩.

علي عبد الرحمن، فنون ومهارات العمل في الإذاعة والتلفزيون، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ٢٠١٠.

كريم الشاذلي، امرأة من طراز خاص– العادات الخمس للمرأة الناجحة، ط(٢)، المنصورة : دار اليقين للنشر والتوزيع، ٢٠١١.

فهد الشاطري، التربية النقدية، مجلة المتميزة، ع(٩٧)، متاح علي:
www.mtmza.net/site/index.. ، ٢٠١٣/١/٣٠

كريمة النفاتي ميلاد، "تنمية أبعاد التفكير الناقد وعلاقته بالتحصيل النوعي لدى طلاب المرحلة الثانوية في ليبيا (دراسة تجريبية)"، مجلة التربية وعلم النفس، ع(٣٧)، ج(١)، كلية التربية: جامعة عين شمس، ٢٠١٣.

محسن خضر، الثانية الأخيرة (في التعليم والعلم والثقافة وأحوال عصرنا) ، القاهرة: دار العالم العربي، ٢٠٠٨.

محمد الثبيتي، أصول التربية الاجتماعية والثقافية والفلسفية – رؤية حديثة للتوفيق بين الأصالة والمعاصرة، القاهرة: دار الفكر العربي، ٢٠٠٠.

محمد شفيق، أساليب البحث العلمي بين النظرية والتطبيق، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية، ٢٠٠٥.

محمد عبد الغني حسن هلال، مهارات إدارة الحوار والمناقشات، مصر الجديدة: مركز تطوير الأداء والتنمية، ٢٠٠٠.

محمد عبدالرؤوف خميس، "إطار مقترح لمقرر علم الاجتماع بالمرحلة الثانوية العامة في ضوء العولمة ومتطلبات الحفاظ على الهوية الثقافية"، مجلة دراسات فى المناهج وطرق التدريس، ع(٧٠)، تصدر عن الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، مايو ٢٠٠١.

محمد عبدالوهاب الصيرفي، "متطلبات تعزيز ثقافة الجودة في الجامعات المصرية(دراسة تحليلية)"، مجلة مستقبل التربية العربية، ع(٥٢)، الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، يوليو ٢٠٠٨.

محمد علي نصر، "في مفهوم الثقافة"، مجلة الثقافة والتنمية، السنة (٥)، ع(٩)، تصدر عن جمعية

الثقافة من أجل التنمية، أبريل، ٢٠٠٤.

محمود عرابي، تأثير العولمة علي ثقافة الشباب، القاهرة: الدار الثقافية للنشر، ٢٠٠٦، ص ص٦-٧.

مصطفى رسلان، المناهج الدراسية ومجتمع المعرفة، القاهرة: دار الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٦.

منال محمود إمام، "أدوار كليات التربية في تنمية ثقافة التفاوض لدى طلابها (كلية التربية – جامعة عين شمس نموذجاً)"، رسالة ماجستير، كلية التربية: جامعة عين شمس، ٢٠١١.

مني أحمد السيد صبره، "فلسفة الأنشطة الطلابية ودورها في التربية الاجتماعية لطلاب الجامعة من منظور إسلامي"، رسالة ماجستير، كلية التربية : جامعة سوهاج، ٢٠١٥.

نبيل علي، "إقامة مجتمع المعرفة كمحور للنهضة"، مجلة المستقبل العربي، ع(٣٤٢)، السنة (٣٠)، بيروت: مركز دراسات الوحدة العربية، أغسطس ٢٠٠٧.

وفاء محمود علي محمود، "التخطيط لتطوير التعليم الجامعي في مصر من أجل تحسين مخرجاته وفقًا للتطورات المجتمعية المعاصرة"، رسالة ماجستير، كلية التربية: جامعة سوهاج، ٢٠١٧.

ياسره محمد أيوب أبوهدروس، معمر أرحيم سليمان الفرا، "مستوى مهارات التفكير الناقد وعلاقته بالتوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلبة كلية التربية بجامعة الأقصى بغزة"، مجلة كلية التربية، مج(١٨)، ع(١)، كلية التربية: جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٨.

يوسف العنيزى وآخرين، مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق، الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ١٩٩٩.

Bernard, Michael (2009): "Dispute Irrational Beliefs and teach Ration Beliefs: An Interview with Albert Ellis", Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy, Vol. 29, No.1,

Blumengraten & serah (2008). The interplay of self- harm and identity development in adolescents, psy. D, Alliant international university, froncisco Bay, p131.

Daly, Michael J & Burton, Robert (1983): "Self-esteem and Irrational beliefs: An exploratory investigation with implications for counseling", Journal of counseling psychology, Vol. 30, No. 3, PP.361-36

Duffy, David F (2006): "Self-injure", Psychiatry, Vol. 5, No. 8, PP263-265.

Fortune, Sarah & Sinclair, Julia & Hawton, Keith (2008): "Adolescents `views on preventing self-harm". Social Psychiatry Psychiatric Epidemiol, Vol.38, No.1, PP. 96-104.

Goddard, Charlotte (2009): 'Prevalence of self-harm in Scottish revealed" , Children & Young people now, Vol. 18, No.2

Haaga, Davies A.F & Davison Gerald C (1993):"An Appraisal of Rational-Emotive therapy", Journal of consulting and clinical psychology, Vol.61, No.2, PP215-220.

Hawton, Keith, et al (2000): "Deliberate self-harm in adolescents in oxford, 1985-1995", Journal of Adolescence, Vol.23, No.1, PP.47-55.

John, Maltby & Liza, Day. (2001): "The Irrational Beliefs Survey, one factor or four? A replication of Mahoney's (1997) findings", The Journal of Psychology, Gale group

Lukomski, Jennifer & Folmer, Tiffany (2009): "Self-Mutilation: information and Guidance for school personnel " ,National Association of school Psychologists, PP.55-91.

Available on Line:

www.nasponline.org/resources/principals/nasp_mutil.pdf

Marcotte, Diane. (1996): "Irrational beliefs and depression in adolescence", adolescence, Winter 1996, Vol.31, No. 124, PP.935-954

Mathew D.selkman (2002). Adolescent Self Harm. American association for marriage and family therapy.

available on line:

www.therapistlocator.Net/families/consumerupdates/Adolescent–self harm.asp.

Ndika, N.A & Olagbaiya, F & Agiobu, Kemmer. I. (2008): "Gender differences in irrational beliefs, self-efficacy and self-confidence of some Nigerian adolescents", Psychology and Education., Vol.45, No.1, PP.24-33.

O`Connor, Rory C& Rasmussen, Susan & Hawton, Keith (2009): "Predicting Deliberate self-harm in Adolescents: A six month prospective study", Threatening Behavior. New york, Vol.39, No.4, PP.364-37

oldershaw, A & Girma, E & Jollant, F & Richards, C, et al (2009): "Decision Making and Problem Solving in adolescents who deliberately Self-Harm", Psychological Medicine, Vol.39, No.1, PP.95-105.

Portzky, Gwendolyn & Dewild, Eirk-Jan & Heeringen, Kees Van (2008): "Deliberate self-harm in young people: differences in prevalence and risk factors between the Netherlands and Belgium", Eur Child Adolescent Psychiatry, Vol.17, No.3, P.179.

Rodham, Karen & Hawton, Keith & Eavans, Emma (2004): "Reasons for deliberte self-harm: comparison of self-poisoners and self-cutters in a community sample of adolescents ",Journal of The American Academy

of Child & Adolescent Psychiarty, Vol.43,No. 1, PP.80-87.

Sansone , Randy A & Gaither, George A & Songer, Douglas A. (2002): "Self-harm behaviors across the life cycle: A pilot study of inpatients with borderline personality disorder", Elsevier Science (USA). available on line:

http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0010440X02141496.

Skegg , K (2005): "Self-Harm", The Lancent, Vol.366, No. 9495, PP. 471-483.