

برنامج ارشادي مقترح (بأسلوب وقف الأفكار) لتعديل الافكار اللاعقلانية لدى المطلقات

**A Proposed Counseling Program (by Stopping Thoughts) to
Modify the Irrational Thoughts of Divorced Women**

**Azhar Majid Kadhum Al-
Rubeiae**

University of Mustansiriya

College of Education

**Department of
Psychological Counseling
and Educational Guidance**

د. أزهار ماجد كاظم الربيعي

أستاذ

الجامعة المستنصرية- كلية التربية-

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

الكلمات المفتاحية: برنامج ارشادي، اسلوب وقف الافكار، الافكار اللاعقلانية،
المطلقات

**Keywords: counseling program. thought stopping method.
Irrational thoughts. divorced women**

المخلص

يستهدف البحث الحالي بناء برنامج ارشادي مقترح(بأسلوب وقف الأفكار) لتعديل الافكار اللاعقلانية لدى المطلقات . ولغرض قياس الأفكار اللاعقلانية تم بناء الافكار اللاعقلانية لدى النساء المطلقات والذي بلغ عدد فقراته (٢٩) فقرة والبدائل كانت (موافقة دائما، موافقة احيانا، غير موافقة) بصيغته النهائية بعد التأكد من الخصائص السيكمترية ، بعدها قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث الاساسية والبالغة (٢٠٠) من النساء المطلقات في محافظة بغداد تم اختيارهن بطريقة عشوائية موزعة على ست اقسام(الكرخ . الرصافة) لسنة ٢٠٢٣.٢٠٢٢ وظهرت النتائج الاتي: ان مجتمع البحث من النساء المطلقات لديهن افكار لاعقلانية.

Abstract

The current research aims at constructing a proposed counseling program (by stopping thoughts) to modify the irrational thoughts of divorced women. For the purpose of measuring the irrational thoughts, an irrational thoughts scale of divorced women is constructed, which has a number of items (29) items, and the alternatives are (always agree, sometimes agree, disagree). In its final form after ascertaining the psychometric characteristics, the researcher has administered the scale to the basic and adult research sample (200) of divorced women in Baghdad governorate who are selected randomly and distributed in six sections in (Karkh - Rusafa) in the year 2022-2023. However, the following results are arrived at: The research community of divorced women have irrational ideas

اهمية البحث والحاجة الية:

تعد المعرفة وسيلة الفرد لفهم ذاته والعالم الخارجي المحيط به والتوصل الى حقائق الأشياء ونمو العقل الانساني وهي طريقة الفرد للسيطرة على الأشياء وعندما تضطرب هذه المعرفة وتشوه فإنها لا تؤدي الى السعادة بل تؤدي الى الشقاء(طاهر ، ١٩٩٥: ١). والأفكار اللاعقلانية تمثل مطالب وإدراكات غير واقعية وجامده ، حول كيف ينبغي أن تكون عليه الأمور وتؤدي إلى عبارات اللوم الموجهة نحو الذات والآخرين وعبارات التذمر التي تضعف الأمور بأنها لا تطاق التي توضح تضخيم الأمور والانهزام وعدم القدرة على التحمل الإحباط (١٩٨٣: ٢٠٣، Vernon).

ويرى (Ellis) ان التفكير اللاعقلاني يتخذ شكل التشوه المعرفي او الادراك المشوه واللاواقعي للذات وللأحداث السلبية التي يتعرض لها الفرد وان النزعة للاتجاه العقلاني تظهر بوضوح في الرشد ويتطلب ذلك الكثير من الجهد من جانب الفرد الذي يحمل افكارا لاعقلانية وربما يحتاج الى المساعدة العلاجية (١٧١-١٩٩٦: ١٧٢، Maddy).

هناك ظروف واحوال تدفع الافراد الى الاضطراب والقلق على ذواتهم ومستقبلهم وهذا الشكل من عدم الاستقرار يؤثر في انفعالاتهم وتصرفاتهم ولعل السبب في زيادة حدة الاضطراب والقلق عند شخص وانخفاضه عند شخص اخر يعود الى طبيعة الادراك عنده وطريقة التفكير العقلاني او اللاعقلاني التي يتبناها الفرد ويفسر الاحداث من حوله حيث يرى اليس (Ellis) ان هناك مجموعة من الافكار اللاعقلانية تكون هي المسؤولة عن معظم الاضطرابات العاطفية لأنه عندما يتقبل الناس الاضطرابات والقلق التي تنطوي عليها الافكار اللاعقلانية فأنهم يميلون لكي يصبحوا مكبوتين . دفاعيين . قلقين، شاعرين بالذنب . غير فعالين . منطوين على انفسهم . غير سعداء، فاذا حاولوا ان يساعدوا انفسهم للتخلص من الافكار اللاعقلانية فلا يمكن إلا ان يقعوا ضحية للاضطرابات الانفعالية (١٩٧٥: ١٧، Ellis).

في ظل الحياة المعاصرة المليئة بالمتغيرات يواجه الافراد زيادة وتنوعا في مصادر الافكار اللاعقلانية والتوتر والضغوط النفسية مما جعل العلماء والدارسين يولون اهتماما لموضوع الافكار اللاعقلانية والضغوط النفسية للكشف عن آثاره الخطيرة على صحة الفرد النفسية والجسدية وعلاقتها ببعض المتغيرات في مجالات حياة الفرد المختلفة (القذافي، ١٩٩٨: ١١٦).

لذلك تواجه بعض النساء مشكلة الطلاق واسبابه وأثاره السلبية على المرأة وأثار المترتبة على تلك المشكلة وتأثيرها السلبي على كلا الزوجين وعلى المجتمع بأسره لأنها تعد مشكلة اجتماعية انسانية عامة.

يرى المحللون النفسيون ان بعض الافكار غير العقلانية يقوم ببحثها الاباء اثناء طفولة الفرد الباكرة ثم يتشبث بها الطفل بسبب تعلقه بوالديه لان مثل هذه الافكار تبنتها الثقافة العامة للفرد (الفصيل، ١٩٩٢: ٦).

ان البشر لديهم استعدادا فطريا وميلا مكتسبا لان يكونوا عقلانيين او غير عقلانيين وان تأثير البيئة ومرحلة الطفولة يساعدان ذلك الميل لتكوين المعتقدات والافكار غير العقلانية ونموها (الخطيب، ١٩٩٥: ٣٩١).

ويشير (ولمان) الى ان مصدر المعتقدات اللاعقلانية هو البيت، والمدرسة، والمجتمع، وان هذه المعتقدات تسبب السلوك المهزوم فاللاعقلانية هي المسؤولة عن تدني مفهوم الذات لدى الطفل الذي رضعها خلال التنشئة ومن النماذج الابوية والشعور بالاختلاف عن الآخرين، فالشعور بعدم احترام الذات هو اعتقاد سالب، ولا عقلائي، وقد يكون علامة مميزه له في بقية حياته (ولمان، ٢٠٠٦: ١١٠).

ترتبط الافكار اللاعقلانية بسلوك الفرد وتكيفه مع ذاته ومع جسده ومع المحيط الاجتماعي لان من خلال الافكار يتحدد سلوكنا سواء كانت سلبية او ايجابية، وان امتلاكنا الافكار اللاعقلانية يقودنا الى عدم التوافق الانفعالي لأنها ترتبط بمجالات نفسية كالاكتئاب والخوف والغضب والقلق (الشلاش، ٢٠١٥: ٣).

وتمثل هذه الافكار التي تقتحم عقولنا الى الحدوث ب تكرار اثناء الخبرات الانفعالية العميقة كالقلق ومواجهة موقف عصيب او حادث ضاغط، وفي مواقف تجريبية محددة كما يحدث بعد مشاهدة فيلم ضاغط او قراءة الاخبار المزعجة كما تتزايد هذه الافكار في حالات التعب او التوتر وتتناقص في حالات الاسترخاء (عبدالخالق، ٢٠٠٢: ٢٠).

يعتقد اليس (Ellis) ان الاسلوب الافضل للتخلص من المعاناة النفسية هو تغيير انماط التفكير غير العقلاني فهو يرى ان المشكلات النفسية لا تنجم عن طريق الظروف والاحداث ذاتها وانما نظرة وتفسير الفرد وتقييمه لتلك الظروف والاحداث (الخطيب، ١٩٩٤: ٢٥٤).

وقد يؤدي عدم ايجاد حل موضوعي لها الى الوقوع في محاذير عديدة، اراد الاسلام للمؤسسة الزوجية ان تكون مؤسسة مستقرة يعيش فيها الزوجان حياة سعيدة وهادئة وهائلة مما يؤهلها لتأسيس عائلة تخرج للمجتمع عناصر تساهم ببنائه ورقية وتقدمة (عبدالله، ٢٠٠٦: ١٤).

ويعد الطلاق ظاهرة اجتماعية وانسانية عالمية، فهو كالزواج يرتبط بأهم مؤسسة اجتماعية وهي (الاسرة) ولا يختص بقوم دون سواهم او عرق معين لأنه عُرِف منذ القديم عند العديد من الاجناس وهو السبب في تفكك النسق الاسري وانهاره وقد يكون السبب في العديد من المشاكل النفسية والانحرافات والكثير من المشكلات التي تؤثر على الصحة النفسية للأفراد (بو قمح، ٢٠٢٠: ٥٥).

يقوم الارشاد النفسي كفرع تطبيقي من فروع علم النفس على مجموعة من الأسس والمبادئ التي ترتبط بالسلوك البشري وعملية الارشاد النفسي والتي لابد ان يلم بها المرشد النفسي ويفهمها بدقة حتى تمكنه من فهم السلوك البشري والتنبؤ ومن ثم السيطرة عليه، ان المعرفة الدقيقة لهذه الاسس والمبادئ تسهل على المرشد سواء كان مبتدأ او خبيراً فهم العملية الارشادية وتقديم خدماتها ضمن برنامج وخطط عمل واضحة على اسس واضحة(صالح:٢٠١٣، ١١٣).

ويعد اسلوب وقف الافكار اسلوب سلوكي معرفي كطريقة للتحكم في الافكار وقد ذكره (ولب) في كتابة العلاج بالكف المتبادل سنة ١٩٥٨م. وهذا الاسلوب بسيط ومباشر يستعمل علاجاً عندما تراود الفرد افكار وخاطر لا يستطيع السيطرة عليها اذ ان اسلوب وقف الافكار يساعد المسترشد على ان يضبط افكاره والتخيلات غير المنطقية او القاهرة للذات عن طريق استبعاد او منع هذه الافكار السلبية او عندما تراود الفرد افكار وخاطر لا يستطيع السيطرة عليها تتعلق بحياته المستقبلية، ويفيد هذا الاسلوب وقف الافكار يصفه مع المسترشد الذي يدور عن حادث حدث في الماضي ولا يمكن تغيير هذا الحادث او مع مسترشد يدور عن حادث ليس من المتوقع ان يحدث او احتمال حدوثه ضعيف في المستقبل او مع مسترشد ينخرط في تفكير متكرر غير واقعي وسليبي او في تخيلات منتجة للقلق (الكعبي ٢٠١٣: ٨٠).

لذلك تكمن اهمية هذه الدراسة في تناولها لقضية اساسية تهدد النسيج المجتمعي بالتفكك والتفكك وتترك اثار طويلة المدى على المطلقات واسرهم، ويمكن لهذه الدراسة ان يكون لها جوانب تطبيقية في الحد من الكآبة والافكار اللاعقلانية والانتحار(ابو زنت، ٢٠١٦: ٥).

هدفا البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على: الافكار اللاعقلانية لدى المطلقات من خلال بناء مقياس الافكار اللاعقلانية لدى المطلقات.

بناء برنامج ارشادي مقترح بأسلوب وقف الافكار.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي على النساء المطلقات في محافظة بغداد، وللعام (٢٠٢٢_٢٠٢٣).

والمتواجدات في دائرة الرعاية الاجتماعية التابعة لوزارة العمل والشؤون الاجتماعية.

تحديد المصطلحات:

الافكار اللاعقلانية: تعريف(Ellis، ١٩٨٠) مجموعة من المعتقدات غير العقلانية التي يستخدمها الشخص لتغيير الميزات والخبرات التي يتلقاها الفرد من البيئة المحيطة، وتؤدي إلى الشعور بالحزن). (Ellis، 1980، p. ٧٣).

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة تعريف (Ellis, ١٩٨٠)) بوصفه تعريفا نظريا للأفكار اللاعقلانية.

التعريف الإجرائي: "وهي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب عن طريق اجابة عن فقرات مقياس تعديل الافكار اللاعقلانية".

الأسلوب الإرشادي: قاموس اكسفورد (Oxford) بأنه: طريقة أنموذجية في التعامل مع الأفراد. (Hawkins 1984:821)

وقف الافكار (وولب Wolpe: ١٩٥٨) "أسلوب سلوكي معرفي يستخدم لمساعدة الفرد على ضبط الأفكار والتخيلات غير المنطقية أو القاهرة للذات عن طريق استبعاد أو منع هذه الأفكار التي لا يستطيع السيطرة عليها" (د. برادلي ت. وآخرون، ٢٠١٢، ٣٠٣)

المطلقة: الطلاق: ورد تعريفه في المادة (٣٤) من قانون الاحوال الشخصية العراقي النافذ المرقم (١٨٨) لسنة ١٩٥٩ إذ نصت على الطلاق رفع قيد الزواج بايقاع من الزوج او من الزوجة وان وكلت به او فوضت من القاضي ولا يقع الطلاق الا بالصيغة المخصصة له شرعاً (قانون العقوبات العراقي).

الاطار النظري

يحدث لدى كثير من الناس أن تلح على خاطرهم "فكرة معينة" او يشغلهم موضوع أو أمر محدد زمناً ليس بالقصير، كأسم شخص معين أو أحد التصرفات من زميل أو خبر في الصحيفة وتلح هذه الفكرة أو الموضوع أحياناً شديداً فنكرها ولا نستطيع منها فكاكاً ولا نجد لها مخرجاً وقد يستمر هذا اللاح وأقتحام العقل والتكرار فترة ما أو غالباً ما يختفي بعد ذلك الى غير رجعة في كثير من الاحيان (عبدالخالق ٢٠٠٢: ١٦).

والأفكار غير العقلانية: هي أسلوب يقتزن بالمقولة الشهيرة (حياتك من صنع أفكارك) ومعنى هذا الأسلوب بصورة عامة أن أسباب الاضطراب كالضيق والاكتئاب والقلق، تعود إلى طريقة تفكير الفرد، فهناك أفكار غير عقلانية تؤدي إلى الضيق وهناك أفكار عقلانية تقينا من القلق والضيق وتحول حياتنا إلى سعادة وهناء، بدلاً من الضيق والشقاء. فالفكرة التي تستولي على تفكيرنا تولد انفعالا ومشاعر تدفعنا إلى السلوك الذي يتناسب مع هذه الفكرة وهذه المشاعر (سفيان، ٢٠٠٢: ١٨١).

ويرى أليس Ellis أن الإنسان كائن يتمتع بالقدرة على التفكير بشكل عقلائي في بعض الحالات مما يؤدي به إلى الشعور بالكفاءة والسعادة إلا أن الإنسان في بعض الأحيان قد يفكر بطريقة غير عقلانية مما يؤدي به إلى الشعور بالنقص والانزعاج (عربيات، ٢٠٠١: ٣٤).

وبهذا يعتقد (Ellis) أن أفكار ومعتقدات الفرد تتكون من خلال تفاعله مع البيئة التي يعيش فيها فالفرد يتعلم ويكتسب قيمه ومعتقداته واتجاهاته من الناس الذين يتعامل معهم وخاصة الوالدين والأخوة والأصدقاء والمعلمين. فالشخص المضطرب غير سعيد في حياته لأنه غير قادر على التخلص من الأفكار التي تخضع لتعبيرات مثل (يجب، ينبغي، يتحتم، لابد...) وغير ذلك من التعبيرات التي تصاحب الأفكار غير العقلانية إذ إنها تقوده أحياناً بأن يصبح مهزوماً وعدوانياً ودفاعياً وشاعراً بالذنب وبضعف الكفاية وبالقصور الذاتي وقلة الضبط والشعور بالتعاسة ولكنه يمكن أن يصبح على عكس هذه الصورة تماماً إذا ما استطاع التخلص من تلك الأفكار غير العقلانية وبالتالي لا يقع فريسة سهلة للاضطرابات الانفعالية أو على الأقل فأنها لا تدوم (ملا طاهر، ١٩٩٥: ١٨-١٧).

لقد ناقش (Ellis) العلاقة بين أسلوبه وبعض القضايا الفلسفية وتعاطف مع العقلانيين المحدثين الذين يستعملون العقل والمنطق في العلوم والبحث عن الحقيقة ويعارضون المؤمنين بالخرافات والأساطير والمتعصبين لبعض المذاهب أو الشخصيات أو الآراء ونحو ذلك. كما تعاطف أليس مع الوجوديين الجدد في معظم ما حددوه من أهداف الحياة فضلاً عن تقبله القضايا الآتية:

- ١- الإنسان حر وينبغي عليه أن يتزود بالمعرفة.
 - ٢- ينمي فرديته.
 - ٣- يعيش في سلام مع الآخرين.
 - ٤- يخبر الأشياء بنفسه.
 - ٥- يظهر في الوقت المناسب.
 - ٦- يؤمن بأنه لا حقيقة إلا في العمل.
 - ٧- يسمو بنفسه بسرعة وتدفق.
 - ٨- يعيش إمكاناته بصورة مبتكرة.
 - ٩- الإنسان دائماً هو الذي يختار.
 - ١٠- يعلم انه لابد من أن يتقبل بعض القيود في الحياة (باترسون، ١٩٩٢: ١٨٣-١٨٤).
- كما تأثر Ellis بالعالم النفسي التحليلي الفرد ادلر Alfred Adler من خلال الإيمان بأن الانفعالات العاطفية للفرد مرتبطة ارتباطاً عضوياً بأفكاره ومعتقداته حيث صرح ان سلوك الأفراد ينبع من ارائهم وينسب لادلر Adler قوله: "لا يرتبط الأفراد بالعالم الخارجي من خلال سلوك محدد سابقاً، كما يفترض دائماً ولكنهم يربطون أنفسهم بالعالم الخارجي تبعاً لتصورهم عن أنفسهم وعن مشاكلهم الحالية وموقفهم من الحياة الذي يحدد علاقاتهم وصلاتهم بالعالم الخارجي" (ضمرة، ٢٠٠٨: ٨٤).

الملاحج الأولى للنظرية:

يطلق (Ellis) على نظريته اسم ABC إذ أن:

A: تعني حادث أو خبرة أو نشاط.

B: تعني أفكار ومعتقدات الفرد.

C: تعني النتيجة الانفعالية.

فالأحداث (A) تسبب الانفعالات (C) والحقيقة أن بينهما أفكار ومعتقدات (B) هي المسؤولة عن الانفعالات (C)، بمعنى أن الأحداث أو النشاطات (A) ليست هي السبب في الانفعالات العاطفية (C)، ولكن الأفكار والمعتقدات التي تكونها الأحداث أو النشاطات (A) هي المسببة للانفعالات العاطفية (C). أي أن (B) هي السبب في (C) وليست (A) هي السبب في (C) (مليكه، ١٩٩٤: ١٨٤).

نظرية وولب (Wolpe) والارشاد السلوكي المعرفي:

تؤكد مبادئ هذه النظرية على تخفيض أو إضعاف استجابة مؤلمة باستجابة مفرحة بعملية الكف المتبادل التي يقصد بها إلغاء أو إبطال أو إضعاف استجابة قديمة بواسطة استجابة جديدة متناقضة لها حتى يحدث إزالة الخوف أو القلق أو السلوك غير المرغوب فيه وتؤكد مبادئ هذه النظرية على تخفيض أو إضعاف استجابة مؤلمة باستجابة مفرحة بعملية الكف المتبادل التي يقصد بها إلغاء أو إبطال أو إضعاف استجابة قديمة بواسطة استجابة جديدة متناقضة لها حتى يحدث إزالة الخوف أو القلق أو السلوك غير المرغوب فيه (الجبوري، ٢٠٠٥: ٩).

والعلاج السلوكي الذي اعتمده "ولب Wolpe" هو أسلوب يستخدم مبادئ وقوانين السلوك ونظريات التعلم في العلاج النفسي في محاولة لحل المشكلات السلوكية بأسرع ما يمكن وذلك بضبط وتعديل السلوك غير المتوافق المتمثل في الأعراض وتنمية السلوك الإرادي المتوافق لدى الفرد (العبيدي، ١٩٩١: ٧٦).

وقد استعمل Wolpe أساليب متعددة من أجل محو السلوك غير المرغوب وتعلم السلوك المطلوب ومن هذه الأساليب أسلوب الاسترخاء، وتقليل الحساسية التدريجي، والتعزيز وأسلوب الاستجابة التصريحية الواثقة وأن معظم أنواع السلوك التصريحي الذي يستعمل في عملية الإرشاد هو سلوك تنفيسي عن الاضطرابات أو عن طريق لعب الدور لاسيما في الحالات التي يعاني فيها الفرد من انخفاض في درجة الشعور بالكفاءة الذاتية (باترسون، ١٩٨١: ٢٦٤-٢٦٥).

وقد طور Wolp نظريته بالمشاركة مع زميله لازاروس ونشرا كتاب اساليب العلاج النفسي في عام ١٩٦٦ وقد انتقلت الاساليب إلى الاهتمام بالبرامج التدريبية (يحيى، ٢٠٠٠: ٣٩-٤٠).

منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل منهجية البحث المتبعة وإجراءاته من مجتمع البحث وعيناته ، وعرضا لأدوات البحث وكيفية بنائها وتطبيقها والوسائل الإحصائية التي اعتمدتها الباحثة في معالجة البيانات التي حصلت عليها لتحقيق أهداف البحث.

مجتمع البحث: قد حددت الباحثة مجتمع بحثها الحالي النساء المطلقات المراجعات لوزارة العمل والشؤون الاجتماعية/دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة في بغداد للعام (2022-2023) والجدول (١) يوضح ذلك:

الجدول(١)

اعداد المطلقات في بغداد

القسم	العدد
الرصافة	13134
الكرخ	11147
المجموع	24281

عينات البحث: عينة التحليل الاحصائي: لغرض اجراء التحليل الاحصائي لمقياس الافكار اللاعقلانية قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٢٠٠) مطلقة ، أذ يرى ننللي أن اختيار عينة التحليل الإحصائي يجب ان لا تقل نسبة عدد أفرادها إلى عدد الفقرات من(خمسة-عشرة) أفراد لكل فقرة من فقرات المقياس (Nunnally، ١٩٧٢:٢٦٢) . وقد اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة ،وكما موضح في الجدول (٢).

الجدول(٢)

توزيع افراد عينة التحليل الاحصائي

اسم القسم	العينة
دائرة شؤون المرأة/ الطوبجي	100
دائرة شؤون المرأة/ الوزيرية	100

أدوات البحث: لغرض تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس الافكار اللاعقلانية وفق تنظير (Eliis).

مقياس الافكار اللاعقلانية:

بعد مراجعة الادبيات قامت الباحثة ببناء مقياس الافكار اللاعقلانية وفق المعايير اليس (Eliis, ١٩٨٠) بأنها مجموعة من معتقدات غير العقلانية يستخدمها الشخص لتغيير الميزات والخبرات التي يتلقاها من البيئة، تؤدي الى الشعور بالحزن. بعد اعداد تعليمات المقياس وفقراته، وللتحقق من مدى فهم أفراد العينة لفقرات المقياس وتعليماته وطريقة الاجابة عن المقياس ومدى وضوح الفقرات لدى أفراد عينة البحث، طبقت الباحثة المقياس على عينة استطلاعية عشوائية بلغ عددها (٢٥) مطلقة اختبروا بطريقة عشوائية من الاقسام المختلفة، ولقد تبين أن تعليمات المقياس وفقراته واضحة وأن مدى متوسط الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس كان (٦-١٠) دقائق.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البالغ عددها (٢٠٠) اختبروا بطريقة عشوائية وذلك لحساب الخصائص السيكومترية القياسية لفقرات مقياس الافكار اللاعقلانية

القوة التمييزية للفقرات: لغرض التقييم الاحصائي للفقرات وإيجاد قوتها التمييزية واستبعاد الفقرات المتميزة الضعيفة من المقياس تم تنفيذه على عينة مكونه من (٢٠٠) مطلقة، ويعد اسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي اجرائيين مناسبين في عملية تصفية الفقرات واختيرت نسبة ٢٧% والتي سميت بالمجموعة الدنيا فاصبح عدد افراد كل مجموعة (٥٤) مطلقة وبعد ان فصلت الفقرات باستعمال معادلة القوة التمييزية لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من الفقرات، اوضح ان الفقرات جميعها كانت مميزة وذلك وفق معيار ايبيل (Ebie)) وبذلك اصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من (٢٩) فقرة. والجدول (٣) يوضح ذلك

الجدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الافكار اللاعقلانية

القيمة الثانية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرة
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
7.280	79305.	1.7778	52903.	2.7222	1
6.559	53787.	1.2222	95916.	2.2037	2
4.103	90807.	2.0741	54944.	2.6667	3
5.580	78619.	2.2037	39076.	2.8704	4
8.871	69364.	1.5000	67293.	2.6667	5
9.650	72516.	1.7593	40782.	2.8519	6
4.532	85598.	2.2778	43638.	2.8704	7

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرة
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
10.656	68960.	1.4259	58874.	2.7407	8
5.920	78686.	1.8519	55952.	2.6296	9
6.995	81048.	1.8529	53787.	2.7778	10
7.567	6963.	1.5370	57340.	2.4630	11
10.436	62333.	1.3704	64887.	2.6481	12
7.081	72008.	1.5185	72032.	2.5000	13
5.758	75629.	2.3519	19063.	2.9630	14
6.740	50157.	1.222	65849.	1.9815	15
6.757	67293.	1.6667	63664.	2.5185	16
12.289	46242.	1.2222	63582.	2.5370	17
4.221	60397.	1.4444	62696.	1.9444	18
3.704	88941.	1.9630	76889.	2.5556	19
6.901	56233.	1.2037	95038.	2.2407	20
6.976	19063.	1.0370	86734.	1.7593	21
4.358	56357.	1.2778	82522.	1.8704	22
5.237	50158.	1.2222	91038.	1.9630	23
4.021	90422.	1.8889	81650.	2.5556	24
3.004	79305.	2.1111	74395.	2.5556	25
2.767	50157.	1.2222	54079.	1.5000	26
4.368	59229.	1.3704	72299.	1.9259	27
5.544	65637.	1.3889	79503.	2.1667	28
6.669	60541.	1.4630	69035.	2.2963	29

* القيمة التائية الجدولية (1,98) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (1,6)

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

وقد تحققت الباحثة من صدق الفقرات عن طريق ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس
الافكار اللاعقلانية ولتحقيق ذلك فقد احتسبت قيم معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية
للمقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون، وبعد تفريغ البيانات، اتضح أن الفقرات دالة
إحصائياً وصادقة لأنها أكبر القيمة الجدولية البالغة (0.138) عند مستوى دلالة (0.05)
وبدرجة حرية (198)، والجدول (4) يوضح ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمجال التي تنتمي
اليه.

الجدول (٤)

قيم معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الافكار اللاعقلانية

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	437.	11	452.	21	473.
2	437.	12	471.	22	365.
3	418.	13	437.	23	431.
4	371.	14	404.	24	271.
5	408.	15	425.	25	222.
6	498.	16	452.	26	260.
7	300.	17	439.	27	351.
8	468.	18	274.	28	419.
9	419.	19	294.	29	406.
10	437.	20	443.		

مؤشرات صدق فقرات المقياس:

اعتمدت الباحثة في التحقق من صدق مقياسها بمؤشرين:

- الصدق الظاهري: ويؤكد إيبيل (Ebel) إلى أن أفضل طريقة للتأكد من صدق الاختبار أو المقياس هو عرض فقراته على مجموعة من الخبراء والمحكمين للحكم على صلاحيته في قياس الخاصية التي وضع من أجلها (Ebel, 1972:555). ولقد تحققت الباحثة من الصدق الظاهري لمقياس الافكار اللاعقلانية بصيغته الأولية عن طريق عرضه على مجموعة من المحكمين في مجال الإرشاد النفسي، والصحة النفسية، والقياس والتقويم، البالغ عددهم (14) محكماً وبناءً على مقترحات وآراء المحكمين عدلت صياغة الفقرات يوضح ذلك، وجدول (5) يوضح عدد الموافقين وغير الموافقين من المحكمين على فقرات مقياس الافكار اللاعقلانية.

الجدول (٥)

قيمة مربع كاي لمعرفة آراء الخبراء في صلاحية فقرات الافكار اللاعقلانية

الدالة 0.05	كاي	قيمة مربع	غير الموافقين	الموافقين	عدد الخبراء	ارقام الفقرات	مجالات الافكار اللاعقلانية
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	3.84	14		14	14	1/ 2/ 3/ 4/ 5/ 6/ 8/ 9/	الانفعالي
دالة		10,28	1	13		15/ 17	
دالة		14		14		11/ 12/ 13/ 14/ 27/	السلوكي
دالة		10,28	1	13		16/ 29/ 7/ 10	
دالة		7,14	2	12			
دالة		14		14		18/ 19/ 20/ 21/ 22/ 23/ 24/ 25/ 26/ 28	المعرفي

ب. صدق البناء : ويقصد به مدى قياس المقياس لتكوين فرضي أو مفهوم نفسي معين (ربيع ١٩٩٤: ٩٨)

وقد اتبعت الباحثتان طريقتين في حساب مؤشرات صدق البناء كما يأتي :
القوة التمييزية للفقرات: ويعدّ التمييز جانباً مهماً في التحليل الإحصائي لفقرات المقياس، لأن من خلاله نتأكد من كفاية فقرات المقاييس النفسية، ولا سيما المقاييس المعيارية المرجع، إذ أنها تؤثر قدرة فقرات المقياس على الكشف عن الفروق الفردية. (Ebel، ١٩٧٢: ٣٩٩)
ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: تشير أنستازي إلى أن ارتباط درجة الفقرة بدرجة المحك الخارجي أو الداخلي مؤشر لصدقها، وعندما لا يتوفر محك خارجي، فإن أفضل محك داخلي هو الدرجة الكلية للمقياس (Anastasi, 1988: 211).

ارتباط الفقرات بالمجال الذي ينتمي اليه: بما أنّ مقياس الافكار اللاعقلانية يحتوي على ثلاث مجالات (المجال المعرفي ، المجال السلوكي، المجال الانفعالي)، فكأن لابد من معرفة معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه، حيث تم استعمال معامل الارتباط (بيرسون) لإيجاد الارتباط بين درجة كل فقرة على عينة البحث البالغة (١٠٠) مطلقه، ويعدّ تفريغ البيانات، اتضح أن الفقرات دالة إحصائياً وصادقة لأنها أكبر القيمة الجدولية البالغة (٠,١٣٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨)، والجدول (٦) يوضح ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمجال التي تنتمي اليه.

الجدول (٦)

ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه

رقم	المجال	عدد الفقرات	ارقام الفقرات	قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمجال
1	الانفعالي	10	1	614.
			2	497.
			3	514.
			4	491.
			5	583.
			6	611.
			8	603.
			9	565.
			15	506.
			17	542.
2	المعرفي	10	18	520.
			19	509.
			20	602.
			21	599.
			22	480.
			23	704.
			24	513.
			25	529.
			26	565.
			28	498.
3	السلوكي	9	7	573.
			10	521.
			11	508.
			12	615.
			13	570.
			14	514.
			16	501.
			27	539.
			29	526.

مصفوفة الارتباطات الداخلية

يتبين من الجدول ادناه ان جميع الارتباطات سواء المجالات بعضها مع البعض الاخر او ارتباط المجالات بالدرجة الكلية لمقياس (الافكار اللاعقلانية) باستعمال معامل ارتباط بيرسون كانت دالة موجبة وهذا يشير الى صدق البناء كما موضح في الجدول (٧).

الجدول (٧)

مصفوفة الارتباطات الداخلية

المعرفي	السلوكي	الانفعالي	الافكار	
			1	الافكار
		1	837.	انفعالي
	1	577.	853.	السلوكي
1	585.	464.	809.	المعرفي

مؤشرات ثبات المقياس.

الثبات هو أن يعطي الاختبار النتائج نفسها تقريباً إذا أعيد تطبيقه على المجموعة نفسها من الأفراد (الصمادي ، ٢٠٠٤ : ٢٠٦). ولحساب ثبات المقياس الحالي قامت الباحثتان بحسابه بطريقتين هما:

إعادة الاختبار: وقد استخرج معامل الثبات بعد تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٣٠) مطلقة، وبعد مرور ثلاثة أسابيع من التطبيق الأول تم إعادة تطبيق الاختبار على العينة نفسها، وتم احتساب معامل ثبات المقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات افراد العينة في التطبيق الأول والثاني وقد بلغ معامل الثبات (٠,٨٢) وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات المشتركات على المقياس.

طريقة الاتساق الداخلي باستعمال معادلة ألفاكرونباخ: وبعد استعمال هذه المعادلة على درجات عينة الثبات كان معامل الثبات (٠,٨٤) وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات المشتركات.

المؤشرات الاحصائية لمقياس الافكار اللاعقلانية

حصلت الباحثة على المؤشرات الاحصائية الخاصة بالمقياس التي تقدم وصفاً له بصيغته النهائية، والجدول (٨) يوضح بعض الخصائص الاحصائية للمقياس، يوضح استجابات المشتركات على مقياس الافكار اللاعقلانية

الجدول (٨)

المؤشرات الإحصائية لمقياس الأفكار اللاعقلانية

المؤشرات الإحصائية	القيمة
الوسط الحسابي	57.9950
الوسيط	58.0000
المنوال	58.00
الانحراف المعياري	9.57934
الالتواء	001.
التفرطح	006.
المدى	44.00
أقل درجة	37.00
أعلى درجة	81.00

وباعتمادنا على كل فقرات المقياس وضعنا برنامج إرشادي

تحويل فقرات مقياس الافكار اللاعقلانية الى عناوين للجلسات الارشادية

ت	الفقرة	عناوين الجلسات
1	يحاسبنني اهلي على كل صغيرة وكبيرة بعد طلاقي	المرونة
2	أسرتي لا تسمح لي بالخروج من البيت بمفردتي بعد طلاقي	
3	اواجه مشكلات مع أهلي واخوتي بعد طلاقي	
4	اشعر بأنني عبء ثقیل على اهلي	
1	انزعج من الوسط الاجتماعي الذي اعيش فيه	التواصل الاجتماعي
2	افضل عدم الخروج من المنزل لتجنب انتقاد الآخرين	
3	ابالغ بحدود افعال الآخرين تجاهي بعد طلاقي	
1	اخشى على مستقبل اولادي من الضياع بعد طلاقي	القلق من المستقبل
2	اشعر بالحزن لفراق اولادي	
3	ينتابني القلق من مستقبلي	
4	اتردد في التخطيط لحياة جديدة	
5	احبط عندما تسير حياتي من السي الى الاسوء	
1	اشعر ان العدالة غير موجوده في هذا العالم	مواجهة الصعوبات
2	ينتابني شعور بالظلم ممن حولي	
3	اعيش في عزلة اجتماعية بعد طلاقي	
4	يؤلمني التقليل من شأن المرأة لعدم اكمال دراستها	
5	احتاج الى المساعدة المادية بعد طلاقي	
1	افكر بالموت والانتحار بعد طلاقي	التفكير الايجابي
2	اشعر ان حياتي لا معنى لها بعد الطلاق	
3	تمنعي تأثيرات الماضي من الفرح والسعادة	
4	تنتابني الرغبة بالبكاء والصراخ بعد طلاقي	
1	وجدت صعوبة في التوافق الزوجي بسبب الطائفة	التوافق
2	العيش مع شخص أثق به محض خيال	
	ارى ان الطلاق الحل الأمثل لكلا الطرفين اعتقد ان الطلاق المرأة ليس نهاية الحياة ارى ان حياتي بعد طلاقي افضل	قوة الارادة

ت	الفقرات	عناوين الجلسات
1	مواجهتي للمشكلات هو الحل الأمثل	الثقة بالنفس
2	ينبغي ان اكون اكثر ايجابية بعد طلاقي	
3	اؤمن ان كل فرد يستطيع تحقيق سعادته بنفسه	

وهنا ستعرض الباحثة نموذجين من الجلسات

عنوان الجلسة	المرونة
هدف الجلسة	. معرفة معنى المرونة . تعلم المرونة في مواقف الحياة الضاغطة . اتباع الاسلوب المرن في التعامل مع الآخرين . التعبير السليم عن مشاعر عدم الرضا بأسلوب سليم بعيد عن التوتر
التدخلات (الفنيات)	المحاضرة . التعزيز . التحصين التدريجي
الانشطة والفعاليات	. توضح الباحثة ما معنى المرونة وماهي مواصفات الفرد المرن . توضح الباحثة بعض الخطوات التي تساعد في تكوين علاقة دافئة مع الأسرة والآخرين . توضح الباحثة اهمية المرونة في التعامل مع انفسهم والآخرين وتقبل اراهم وافكارهم ومعتقداتهم . تقوم الباحثة بعرض موقف عن المرونة وكيفية التعامل مع الآخر
التقويم البنائي	. تلخيص ما دار في الجلسة من الجانب السلبي والايجابي
التدريب البيئي	. تطلب الباحثة من كل فرد ان يكتب كيف يتم التعامل بمرونة مع الاهل او الآخرين اذا تعرض لموقف مفاجئ

مدة الجلسة: ٤٥ دقيقة

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة	القلق من المستقبل
هدف الجلسة	. مساعدة الافراد في كيفية التخلص من قلق المستقبل . التدريب على ضبط الذات وشعورهن بالأمن النفسي والهدوء . بيان اهمية التخلص من القلق في حياة الفرد
التدخلات (الفنيات)	. بناء مدرج القلق . الاسترخاء . التغذية الراجعة
الانشطة والفعاليات	. ترحب الباحثة بالأفراد وتقديم الشكر لحضورهن الجلسة . توضح الباحثة ما هو بناء مدرج القلق . تقديم موضوع الجلسة وتوضيح ما هو الاسترخاء بشكل عام ، وما هي اهميته الجسمي للفرد، وكيف يكون الاسترخاء سبب لخفض التوتر والقلق . توضح الباحثة موضوع القلق من المستقبل وان يكون اتجاه ايجابي لأفراد المجموعة . تحديد الافكار غير العقلانية ودحضها واستبدالها
التقويم البنائي	. تلخيص كل ما دار في الجلسة بطريقة شفوية، وطرح واعطاء اسئلة للوصول ومعرفة مدى استيعاب وفهم الافراد لموضوع الجلسة
التدريب البيئي	. تطلب الباحثة من كل فرد الاجابة عن السؤال الآتي : ماهي الافكار السلبية التي تراودك بعد الطلاق؟

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الاول: التعرف على الافكار اللاعقلانية لدى المطلقات
للتعرف على الافكار اللاعقلانية لدى النساء المطلقات على مقياس الافكار اللاعقلانية وفق نظرية الـ (Ellis) مكون من (٢٩) فقرة والبدائل (موافقة دائماً، موافقة احياناً، غير موافقة) وطبق على عينة مكونة من (١٠٠) مشتركة فكان الوسط الفرضي (٥٨) وقد استخدمت الباحثان (T-Test) لعينة واحدة وتبين ان القيمة التائية المحسوبة (١١,٥٣٢) وهي اصغر من القيمة الجدولية التي تبلغ (١, ٩٨) اي انها دالة عند مستوى (٠,٠٠٥) وهذا يؤكد ان افراد العينة لديهم افكار لاعقلانية والجدول (٩) يوضح ذلك

الجدول (٩)

الاختبار التائي لعينة واحدة

المتغير	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		الدالة (0,05)
					المحسوبة	الجدولية	
الافكار اللاعقلانية	100	65,4600	6,46892	58	11,532	1,98	دالة

*القيمة التائية الجدولية تساوي (١,٩٨) عند مستوى (٠,٠٠٥) وبدرجة حرية (٩٩).

نتيجة الهدف الاول الى ان النساء المطلقات بشكل عام يعانين من الافكار اللاعقلانية نتيجة ما تمر به المطلقات من ظروف الحياة المختلفة بعد الطلاق وتتفق مع نظرية "الـ ليس" في ان هناك اخطاء معينة في عادات التفكير والتشوهات المعرفية. في ظل الحياة المعاصرة المليئة بالمتغيرات يواجه الافراد زيادة وتنوعا في مصادر الافكار اللاعقلانية والتوتر والضغوط النفسية.

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث الحالي يمكن ان نستنتج وجود مؤشرات نحو الافكار اللاعقلانية لدى المطلقات.

التوصيات:

إقامة شبكات دعم اجتماعية ونفسية متخصصة والاستفادة من دور الاعلام للحد من انتشار هذا الظاهرة في المجتمع وتوعية الأسر وأبنائهم.

المقترحات:

- ١_ اجراء دراسة مماثلة في خفض الافكار اللاعقلانية لدى النساء الارامل ، الافراد المصابين بالسرطان
- ٢_ اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين الافكار اللاعقلانية ومتغيرات اخرى مثل(السيب التنشئة الاسرية).

ثبت المصادر

أولاً: المصادر العربية

- ❖ ابو زنت ، مهتاب احمد(٢٠١٦):الطلاق ، اسبابه ونتائجه من وجهة نظر المطلقات دراسة ميدانية في محافظة نابلس، جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا، فلسطين.
- ❖ الجبوري، كاظم جبر(٢٠٠٥). اثر العلاج السلوكي المعرفي في تعديل البنى المعرفية للمصابين بالاكتئاب. أطروحة دكتوراه غير منشورة. كلية الآداب. الجامعة المستنصرية. العراق
- ❖ الخطيب، صالح احمد.(١٩٩٤): تعديل السلوك الإنساني، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ط١.
- ❖ الخطيب، جمال (١٩٩٥).: تعديل السلوك الإنساني، ط ٢ ، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر
- ❖ الشلاش، عمر بن سليمان. (٢٠١٥). قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية والأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب جامعة شقراء، مجلة البحث العلمي في التربية، (٦) ٥١-٥١.
- ❖ العبيدي، سعد، خضير، خلف(١٩٩١). دراسة المخاوف المرضية(الرهاب) والعلاج المعرفي لها. اطروحة دكتوراه غير منشورة. كلية الاداب. جامعة بغداد.
- ❖ الطيب، محمد عبد الظاهر، والشيخ محمد عبد العال (٢٠٠٦) الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ج ١ .
- ❖ الفيصل، محمد عبد الرحيم(١٩٩٢)العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والنتشئة الوالدية ومفهوم الذات لدى طلبة كليات المجتمع في الاردن. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة اليرموك، الاردن.
- ❖ الكعبي، سيد جلوب سيد(٢٠١٣): اثر اسلوبين التدريب على التعليم الذاتي ووقف الافكار في خفض قلق اختيار الشريك، جامعته المستنصرية، بغداد.
- ❖ القذافي، رمضان محمد (١٩٩٨): الصحة النفسية والتوافق، ط ٣ ، الاسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- ❖ باترسون، س. هـ. (١٩٩٢): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، دار القلم، ط٢

- ❖ برادلي، ارفود، سوزان، ايفز، املي (٢٠١٢): ٣٥ اسلوب على كل مرشد معرفتها، ط١، دار
الراية، عمان.
- ❖ بو قمح، نزيهة. (٢٠٢٠): الشعور بالوحدة النفسية لدى المطلقات، دراسة ميدانية، المركز
الجامعي تيبازة، الجزائر.
- ❖ سفيان، نبيل، (٢٠٠٢): المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي، كلية التربية - جامعة
تعز.
- ❖ صالح. عبدالرحمن. اسماعيل (١٠١٣). فنيات واساليب العملية الارشادية. دار المناهج.
عمان. الاردن
- ❖ ضمرة، جلال كايد. (٢٠٠٨): الاتجاهات النظرية في الإرشاد، عمان . الاردن، دار
صفاء للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.
- ❖ طاهر ، شوير عبد الله ملا (١٩٩٥): الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وعلاقتها
بالضغوط النفسية وأساليب التعامل معها . رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة
المستنصرية .
- ❖ عبد الخالق، احمد محمد ، (٢٠٠٢)، الوسواس القهري بين التشخيص والعلاج ،
الكويت، ط١.
- ❖ عبد الله ، محمد عادل، (٢٠٠٦). العلاج السلوكي المعرفي أسس وتطبيقات القاهرة
مصر: دار الرشاد.
- ❖ عريبات، أحمد عبد الحليم (٢٠٠١) : بناء برنامج إرشادي للتكيف مع الحياة الجامعية
في الجامعة الأردنية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية . الجامعة
المستنصرية.
- ❖ ملا طاهر، شويو عبدالله (١٩٩٥) : الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وعلاقتها
بالضغوط النفسية وأساليب التعامل معها، أطروحة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية .
الجامعة المستنصرية.
- ❖ مليكة، لويس كامل. (١٩٩٤): العلاج السلوكي وتعديل السلوك، مكتبة النهضة
المصرية، الطبعة الثانية
- ❖ وملمان، شيفر. (٢٠٠٦): سيكولوجية الطفولة والمراهقة مشكلاتها وأسبابها وطرق حلها،
عمان، الاردن، دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- ❖ يحيى، خولة، أحمد (٢٠٠٠). الاضطرابات السلوكية والانفعالية. ط١. عمان: دار الفكر
للنشر والتوزيع.

- ❖ وزارة العمل. (1959) قانون الاحوال الشخصية العراقي النافذ المرقم (١٨٨) لسنة ١٩٩٥. الوقائع العراقية. العدد (٢٨٠).

المصادر الأجنبية

- ❖ Anastasi, A. (1988). psychological testing: New york Mac-Milan 6th ed
- ❖ Ebel, R.(1972). Essentials of educational measurement, cliffs prentice- Hall, New Jersey: engle wood.
- ❖ Ellis, A (1975) Counseling and Psychotherapy, Classics on Theories and Lssucs. A Science Behavior Book LNG. Palo Alto. Co. 1975.
- ❖ Ellis,(1980(RATIONAL EMOTIVE THERAPY , psychology today.
- ❖ Maddi, S, (1996). Personality Theories, Broke, Cole Publishing Company, Six Edition California
- ❖ Mehrens. W.A. and Lehman I.J. (1973), measurement and evaluation in education and Psychology, New York.
- ❖ Vernon, A.(1983) Rational -emotive education in Ellis and M.E. ration al-emotive approaches A to the problems of child plenum
- ❖ Nunnally, J (1978), Psychometric theory, MC. Grow Hill book – Co.

الملحق (١)

السادة الخبراء والمحكمين

ت	مكان العمل	التخصص	اللقب العلمي والاسم
1	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	ارشاد نفسي	أ.د. امل ابراهيم حسون الخالدي
2	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	ارشاد نفسي	أ.د. ابتسام سعدي محمد
3	الجامعة المستنصرية/ كلية الاداب	علم نفس	أ.د. زهراء عبد المهدي محمد
4	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	قياس وتقويم	أ.د. نبيل عبد الغفور عبد المجيد
5	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	ارشاد نفسي	أ.م.د. سناء احمد جسام
6	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	ارشاد نفسي	أ.م.د. جاسم محمد عيادي
7	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	صحة نفسية	أ.م.د. صفاء حسين محمد علي
8	جامعة كربلاء/ كلية التربية الانسانية	ارشاد نفسي	أ.م.د. عبد عون عبود جعفر
9	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	ارشاد نفسي	أ.د. محمود شاكر عبد الرزاق
10	الجامعة المستنصرية/ كلية الاداب	علم نفس	أ.م.د. نزار قاسم توفيق
11	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية/ الاساسية	ارشاد نفسي	أ.م.د. نشعة كريم عذاب
12	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	صحة نفسية	أ.م.د. نيران يوسف جبر
13	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	ارشاد نفسي	أ.م.د. هاشم فرحان خميس
14	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية	ارشاد نفسي	م.د. عبير احسان نافع