الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بأزمة الهوية لدي عينة من المراهقين

د. / هدي الضوي **ا.د. / احمد خيري حافظ**

مدرس علم النفس – كلية الآداب جامعة المنيا **استاذ علم النفس – كلية الآداب جامعة عين شمس**

طارق حماده حسين

باحث نفسي – وزارة التربية والتعليم

مقدمة الدراسة : إن اللحظة التي يدخل فيها الإنسان مرحلة المراهقة هي اللحظة التي يولد فيها من جديد حيث تنمو صراعات جديدة , وتظهر تغيرات عديدة وتبدو علامات واضحة علي أن تلك الفترة ليست مجرد مرحلة من مراحل النمو و إنما هي فترة معاناة حقيقية يولد فيها إنسان جديد إما قادر علي مواجهة الحياة وصعوباتها وإما حطام إنسان يتملكة الخوف و الرهبة مما سوف يواجهه حيث تنمو لديه الرغبة في الركون إلي الذات ، وعدم القدرة علي مواجهة الحياة بكل ما تحملة من مصاعب ومشكلات , وهنا يبدأ الشعور بأزمة الهوية والتي تتطلب من المراهق إكتشاف البدائل و الإختيار بين وجهات النظر المختلفة في شتي نواحي الحياة مما يجعل من هذه المرحلة مرحلة معاناة حقيقية للمراهق لكي يستطيع من خلالها الوفاء بالالتزامات والتعهدات المطلوبة منه (عواطف حسين ، 1986 ، 15) .

وتعتبر أزمة الهوية **Identity Crisis** المشكلة الحرجة في هذة المرحلة والتي يمر بها أغلب المراهقين في وقت ما يعانون فيها من عدم معرفتهم ذواتهم بوضوح أو عدم معرفة المراهق لنفسة في الوقت الحاضر أو ماذا سيكون في المستقبل ؟ فيشعر بالضياع والتبعية والجهل بما يجب أن يفعلة أو ما يؤمن به ، ويتوقف نجاح المراهق علي القيام بإستكشاف للبدائل والخيارات في المجالات الإيديولوجية والإجتماعية (محمد السيد عبدالرحمن ،39،1998).

وبما أن السلوك الإنساني هو المكون الأساسي للشخصية ، والتي تتكون من أربعة مكونات أساسية هي المكون الفسيولوجي والمكون المعرفي والمكون الوجداني والمكون الاجتماعي ، ويشكل السلوك كنتاج لتفاعل هذة المكونات ، وهذا ما يؤكد عليه اليس Ellis1985 من أن سلوك الفرد ومشاعره هو نتاج حالة مركبة من الإدراك والتفكير والعمليات الحسية الحركية داخل المنظومة المعرفية للفرد كما أن التفكير والإنفعال وجهان لعملة واحدة ويعملان في علاقة السبب والنتيجة في تفسير السلوك حيث يؤدي تفكير الفرد إلي الإنفعال كما يؤثر الإنفعال علي التفكير وعلي السلوك (Ellis A.,1996,65) .

ومن هنا يتضح أن طريقة تفكير الفرد سواء كانت (عقلانية أو غير عقلانية) تعد مؤشراً علي ما إذا كان متوافق أم غير متوافق وهذا بدوره يؤدي إلي دخول المراهق إلي أزمة الهوية من عدمة ، ويعد هذا سبب تأكيد اليس .Ellis A علي أن الإضطراب الإنفعالي يرتبط أساساً بإعتناق الفرد لبعض الأفكار التي تخلو من العقلانية ، ويستمر هذا الإضطراب بإستمرار تبني الفرد لهذه الأفكار وإستمرار تدعيم البيئة الخارجية والمحيطين لها. والجدير بالذكر أن من أهم شرائح المجتمع التي تتأثر حياتهم الشخصية والأكاديمية بطبيعة الإدراك المشوة الذي ينتج الأفكار اللاعقلانية هم المراهقون حيث أن منشأ هذة الأفكار اللاعقلانية هو الإدراك الخاطئ الذي يشوة البيئة المعرفية لذلك فمن الأهمية بمكان دراسة هذة الأفكار خاصة ما يرتبط منها بمجتمع المراهقين والتي ربما تسبب الدخول في أزمة الهوية .

ثانيا مشكلة الدراسة : نظراً لمرور المراهقين بأزمة الهوية خلال مرحلة المراهقة ونظراً لانه يتعين عليهم أن يجتازوا هذه الأزمة بنجاح تجنباً للأثار السلبية التي تلحق بهم نتيجة الإخفاق في المرور بها لذا كان من الأفضل أن نبحث في طريقة وأسلوب تفكير هؤلاء المراهقين والتي ربما تدفعهم

للدخول في أزمة الهوية ليكون ذلك بداية الطريق الذي يعين هؤلاء المراهقون ويحميهم من السقوط في براثن أزمة تطحنهم وتفت عضدهم وتحبطهم .

لذا فإنة بالقرب من ظهور الإحساس بالذات تظهر الحاجة الي تنمية الإحساس الكامل بالهوية ، ويشير اريكسون **E.Erickson** إلي أن تكوين الهوية هو المهمة الاساسية للنمو خلال سنوات المراهقة ، ومن بين كل الأدوار التي يلعبها المراهق فإن هو أو هي يكافح من أجل الوصول إلي إحساس صادق بالذات فالمراهق يجب عليه أن يجيب علي سؤال من أنا وإلي أين أتوجه؟ وبكلماتة التي ذكرها في كتاب الشباب والأزمة 1968 "إن الهوية تعني أن المراهق يسعي للوصول بوضوح إلي من يكون؟ وما هو دوره في المجتمع ؟ وهل هو طفل أم راشد؟ وهل يمكن أن يصبح يوما زوجا أو أبا ؟وماذا يمكن أن يفعل أو يعمل ؟ وهل يمكن أن يكسب أموالا ونقودا ؟وهل يستطيع أن يشعر بالثقة؟ إن تكوين هوية ثابتة ومستقرة ليس بالمهمة السهلة للمراهق مهما كان فالتغيرات الجسمية السريعة و اليقظة الجنسية للمراهقة ربما تقود الصغار لأن يكونوا مشوشين ، ولذلك فإنة لا عجب في أن العديد من المراهقين يفشلون في الوصول الي هوية واضحة (Rubin Zic et Ai، 1981،309).

وهذا الوصف ينطبق تمام علي ما يحدث للمراهقين في ظل التطورات التكنولوجية والسياسيه وثورة المعلومات ووجود الانترنت .

كل ما سبق يعني أن الفرد مشتت الهوية لا يستطيع أبداً أن يكون لدية إحساس قوي ونقي بالهوية ، إن هؤلاء المراهقون الذين يتصفون "بتشتت الهوية "لا يستطعيون"أن يجدوا أنفسهم"ويظل لديهم الإحساس بالضياع مثل شخص يعاني كثيرا من المرض ولا يصل أبدا لإنجاز إلتزاماتة ،وهؤلاء يكون لديهم مستوي أقل من تقدير الذات وطريقة تفكيرهم تكون غير منتظمة

ويجدون صعوبة في التصدي لمسئولياتهم ويميلون إلي التركيز علي ذاتهم ، وعلاقاتهم متفرقة وسطحية (Newcomb Nora et al,1996,458).

لقد أصبح تواجد الأزمة بين فئة المراهقين في مرحلتيها المبكرة و المتوسطة واقعاً لا يقبل الشك ويؤيد هذا دراسة سمية عبدالوارث 1990 التي أثبتت وجود إنعكاس لنموذج اريكسون E.Erickson في النمو النفسي بالنسبة لإزمتي الهوية واللأهوية ، والألفة العزلة علي عينة مصرية في المدي العمري من 10-24 سنة وخلصت الدراسة إلي أن من حققوا الهوية في سن10-11 (52.5%) ومن12-18(55.5%) وسن 19-24(57.5%) وأن الهوية كانت أكثر ظهوراً واحساساً بها من سن 12-18 (سمية عبدالوارث ،1990).

إن كل هذة التأثيرات تأخذنا الي سؤال هو ،ما الذي يدفع المراهقون للدخول في كل تلك المحاذير والإضطرابات ؟و الإجابة تكمن حيث يري سليمان الريحاني 1999 أن هناك إنتشاراً واسعاً للأفكار اللاعقلانية بين طلاب المدارس والجامعات في البيئة الدراسية بصفة عامة ،وأن هناك علاقة بين تلك الأفكار وإضطراباتهم النفسية (سليمان الريحاني، 1999).

ويذكر مارتن هربرت Herbert M.1998 أن هناك معتقدات شعبية خاطئة إرتبطت بأزمة الهوية لدي المراهق والتي يعتقد أنها تصاحب بأعراض مثل القلق والإكتئاب والإحباط (Herbert M , 1998, 213).

وأن هناك إعتقاد لدي المراهق يدمر حياتة وهو أنه دائما يجب عليه أن يجعل المشاكل في أدني حد وهو تفكير غير منطقي(Schimberg L .1988,). ورغبة المراهق في أن يلعب دور الراشد المستقل عن الأسرة و الزميل المخلص نحو الاصدقاء , وفي الوقت نفسه الإبن الطيب لأسرتة وهي أزمة حقيقة يواجهها المراهق للتوفيق بين المتطلبات المتعارضة لهذه الأدوار (هنري ماير ، 1992 ، 218) كل هذا بدوره يشير إلي أهمية إلقاء الضوء علي تلك الأفكار

اللأعقلانية وخاصة لدي المراهقين لنظرا لما تمثله هذه الأفكار من عرقلة لمسيرة التفكير المنطقي للمراهق وبالتالي التأثير سلبا علي سلوكة تجاه نفسه وتجاه الآخرين ، إن كل ما سبق الحديث عنة من معتقدات لا تتسم بالواقعية والمنطقية والتي ربما يكون لها دور في دخول المراهق لأزمة الهوية ، حيث توصل ألبرت اليس Ellis A إلي أن الأفراد يسلكون في مواقف الحياة المختلفة وفقا لما يدركون ويعتقدون نحوموقف معين لذلك فإن الإضطراب عادة في الإنفعالات ينتج عن الإضطراب في الإدراك وعدم منطقية التفكير, وهذا ما أتصور أنه يحدث بأزمة الهوية والتي تظهر في جمل مثل "لا أثق بنفسي","لاأثق بأحد"."لا يوجد أحد يريدني ","لا أستطيع مواجهة مشكلاتي ",ولمساعدة المراهقين كان يجب علينا إكتشاف تلك الأفكار اللاعقلانية ولذلك تحددت الدراسة في التساؤلات التالية :

1- هل توجد علاقة موجبة بين الأفكار اللاعقلانيه وأزمة الهوية ؟

2- ما مستوي شيوع الافكار اللاعقلانية المتعلقة بازمة الهوية لدي المراهقين ؟

ثالثا : أهمية الدراسة

1- إنه من الملاحظ أن المراهقون يعانون من مشكلات عديدة نظراً لطبيعة هذة المرحلة التي يصفها البعض بأنها مرحلة عواصف مما يجعل من السهل التأثير عليهم والإنقياد وراء الإنحرافات التي تضرهم ومجتمعهم مما يتطلب الإهتمام بمشكلاتهم ومساعدتهم .

2- تتمثل أهمية هذه الدراسة في أنها تحاول مساعدة المراهقين علي عدم التأثر بشكل كبير بأزمة الهوية ومحاولة التخفيف من حدتها وتجنب أثارها السلبية .

3- إن هذه الدراسة تلقي الضوء علي جانب من جوانب مرحلة المراهقة الاوهو أزمة الهوية حيث أن هذا المفهموم لم يحظي بالاهتمام من قبل الباحثين في البيئة العربية

4- تهيئة فرص أفضل للنمو النفسي للمراهقون يتيح لهم فهم أنفسهم علي نحو إيجابي .

رابعا : أهداف الدراسة

اولاُ : التعرف علي الأفكار اللاعقلانية لدي المراهقين والتي تسبب الدخول في أزمة الهوية .

ثانيا :محاولة تقديم خدمة نفسية للمراهقين من خلال إثارة النقاش حول طبيعة تلك الأفكار والذي من شأنه تمكينهم من إعادة النظر في تلك الأفكار التي تطرأ علي اذهانهم.

ثالثا : محاولة التعرف علي الأفكار اللأعقلانية التي تنبع من البيئه المصرية وتقع تحت مظلة النظرية العقلانية الأنفعالية للآلبرت اليس .

رابعا :تصميم أداة سيكومترية لقياس الأفكار اللأعقلانية التي تقف خلف أزمة الهوية علي المراهقين في البيئة المصرية .

الإطار النظري والمفاهيم

مفهوم الأفكار اللاعقلانية يعرفها يسري أبوالعينين (2006) بأنها مجموعة معارف ومعتقدات غير موضوعية يتبناها الفرد في تفاعلاته الحياتية سواء مع ذاته ،أومع الآخرين ، كما يتخذها كأسلوب حياة علماً بأنها لا تتناسب مع عقلية الفرد، وتؤدي به إلي سوء التكييف(يسري أبوالعينين ، 2006).

وتذكر سناء حامد (2004) التفكير اللأعقلاني هو النظر إلي الظواهر المختلفة بأسلوب غير منطقي في تسلسلها وفي علاقاتها وتفاعلاتها المتبادلة وفي علتها وأسبابها وهذا يشوه الظواهر ويجعل من الصعب فهمها وضبطها(سناء حامد زهران ، 2004 ، 9).

ويتضح من ذلك أن نواتج إدراك الفرد مثل أفكاره (عقلانية أو غير عقلانية) تعد مؤشراً دالاً علي طبيعة الفرد وشخصيته ما إذا كانت متوافقة أم غير متوافقة ويعد هذا سبب تأكيد اليس **Ellis** علي أن الإضطراب الإنفعالي يرتبط أساساً بإعتناق الفرد لبعض الأفكار التي تخلو

من المنطق والعقلانية ويستمر هذا الإضطراب بإستمرار تبني الفرد لهذه الأفكار وإستمرار تدعيم البيئة الخارجية والمحيطين به لها . كما أوضح أنه يوجد إرتباط وثيق بين المعتقدات اللاعقلانية وبين المشاكل المتعددة للصحة النفسية (منال عبدالنعيم وآخرين ، 2010).

كما يري سليمان الريحاني (1999) أن هناك انتشاراً واسعاً للأفكار اللأعقلانية بين طلاب المدارس والجامعات في البيئة العربية وأن هناك علاقة بين تلك الأفكار وإضطراباتهم النفسية (سليمان الريحاني ، 1999) . فالمعتقدات العقلانية عندما يتم تقبلها وتعزيزها عن طريق الحديث الذاتي ، فيؤدي هذا إلي الإضطرابات الإنفعالية بسبب عدم قدرة الفرد علي تحقيق تلك الأفكار والمعتقدات (سناء حامد زهران ، 2004 ، 115).

الآثار المترتبة علي وجود الأفكار اللاعقلانية :

يري " اليس " Ellis أن التفكير اللأعقلاني ينشأ في مرحلة الطفولة المبكرة حيث يكون الطفل حساساً للمثيرات الخارجية وأكثر قابلية للإيحاء ويكون بذلك أكثر اعتماداً علي الآخرين وخاصة الوالدين في التفكير وإتخاذ القرارات ومن ثم فإنه إذا كان بعض أفراد الأسرة لا عقلانين ويعتقدون في الخرافات ويميلون إلي التعصب ويطالبون الطفل بأهداف وطموحات لا تصل إلي إمكانياته فسوف يصبح لا عقلانياً (jones, R. , 1982 , 50)

كما تذكر عفاف عبد القادر2012 أن اليس يقول أن الناس يزعجون أنفسهم بشدة عن طريق التفكير بأسلوب محيط للذات وغير واقعي (عفاف عبد الفادي دانيال ، 2012)

إن الفرد غير القادر علي التخلص من أفكاره اللاعقلانية والتي تبدو في ترديده لعبارات أو كلمات مثل (يجب،ينبغي ،يلزم) يكون مقهوراً وعدوانياً شاعراً بالذنب ويتسم بعدم الكفاءة والقصور وعدم القدرة علي الضبط (مفتاح عبدالعزيز، 2001، 183).

الأفكار اللاعقلانية أوردها ألبرت اليس .Ellis A:

1- طلب الاستحسان : من الضروري أن يكون الشخص محبوباً ومؤيداً من جميع أفراد مجتمعه وهذه فكرة لاعقلانية حيث تعبر عن رغبة وهدف لا يمكن تحقيقهما .

2- ابتغاء الكمال الشخصي : يجب أن يكون الفرد علي درجة عالية من الكفاءة والإنجاز في كل الجوانب الممكنة حتي يعتبر نفسه مستحقاً للتقدير ، وهذه فكرة لا عقلانية لأن الفرد الذي يحاول تحقيقها سوف ينتهي للشعور بالعجز وفقدان ثقته بنفسه والإحساس الدائم بالخوف من الفشل وصعوبة تحقيق النجاح .

3- اللوم القاسي للذات وللآخرين : بعض الناس أشرار وخبثاء لذلك يجب أن يعاقبوا ويلاموا بشدة علي سلوكهم الشرير أو الخبيث ، وهذه الفكرة لاعقلانية لأنه من الخطأ وصف الشخص بأنه من الأشرار دائماً فكل إنسان يملك جوانب إيجابية وأخري سلبية .

4- توقع الكوارث : إنها الكارثة ومأساة عندما لا تحدث الأشياء كما نرغب لها أن تكون أو عندما تحدث علي نحو لا تتوقعه ،وهذه فكرة لاعقلانية لأنه من الطبيعي أن يتعرض الفرد للإحباط من جراء الفشل في تحقيق الأهداف .

5- عدم المسئولية الانفعالية (تضخيم دور الظروف الخارجية) : التعاسة وعدم الإحساس بالسعادة سببها الظروف والأحداث الخارجية والإنسان لا يملك القدرة علي التحكم في أحزانه وهذه فكرة لا عقلانية لان للانسان دور فيما يحدث له.

6- **القلق الزائد** : هناك أشياء خطيرة ومخيفة تبعث علي الانزعاج والضيق وعلي الفرد أن يتوقعها دائماً ويكون علي استعداد دائم للتعامل معها وهذه فكرة لا عقلانية لأن التوقع المستمر للأمور الخطيرة والمخيفة لن يمنع حدوثها بل إنه يسهم في تضخيمها.

7- تجنب المشكلات : من الأفضل والأيسر أن يتجنب الفرد المشكلات والمسئوليات لأن ذلك أسهل من مواجهتها وهذه فكرة لاعقلانية لأن تجنب الفرد القيام بواجباته وبعده عن مواجهة مشكلاته يؤدي لتراكم مشكلات أخري عليه .

8- الإعتماد علي الآخرين : يجب أن يعتمد الفرد علي الآخرين وينبغي أن يوجد شخص آخر أقوي يعتمد عليه بقوة بشكل دائم وهذه فكرة لا عقلانية لأن الاعتماد علي الآخرين يؤدي إلي فقدان الفرد لإستقلاليته وعدم تحقيقه لذاته وعدم الأمن والفشل في التعلم .

9- الشعور بالعجز بسبب الماضي (قلة الحيلة) : الأحداث والخبرات الماضية تحدد السلوك الحالي وتأثير الماضي قدر لا يمكن تجنبه فإذا حدث للفرد أمر ما وأثره كان شديداً فإن هذا الأثر سوف يظل موجوداً ، وهذه فكرة لاعقلانية لأن ما خبره الفرد في الماضي قد لا يكون مناسباً للمواقف الحاضرة .

10- الإنزعاج لمشاكل الآخرين : يجب أن يشعر الفرد بالحزن والتعاسة لما يعانيه الآخرون من مشكلات ومصاعب وهذه فكرة لاعقلانية لأن إنزعاج الفرد لمشكلات الآخرين وتأثره بمصاعبهم يؤدي به إلي إهمال مشكلاته الخاصة والتقصير في القيام بواجباته .

11- ابتغاء الحلول الكاملة : هناك حل واحد صحيح وكامل لمشاكل الفرد يجب الوصول إليه وإنها لكارثة إذا لم يوجد هذا الحل ، وهذه فكرة لا عقلانية لأن هناك عدة حلول لكل مشكلة ولا وجود لحل واحد كامل .

مفهوم أزمة الهوية Identity Crisis:يعتبر اريكسون**Erickson**. أول الرواد الذين تناولوا مفهوم الهوية عند الشباب والمراهقين، وحدد اريكسون **E.Erickson** في نظريتة ثمان مراحل في دورة حياه الفرد منها أزمة الهوية التي يمر بها الطفل والمراهق في المرحلة الخامسة ،والأزمة فترة تتميز بالقابلية الشديدة للتأثر مع وجود إمكانيات ضخمة ولذا هي مصدر قوة وعدم توافق في الوقت نفسة بالنسبة للفرد (أيمن غريب قطب ،1997).ويري بول جودمان **Goodman**أن أزمة الهوية ما هي إلا إحساس بالضياع في مجتمع لا يساعد المراهق علي فهم ذاتة ولا في تحديد دوره في الحياة ولا يوفر لة فرصا يمكن أن تعينة علي الإحساس بقيمتة الإجتماعية فالمجتمع الحديث لا يحرم الشباب فقط من القدوة والمثل ،وانما يعطلهم عن القيام بدور ذي معني في الحياة (أبوبكرمرسي ،1997) ويشير جولد 1984 **Golden**الي أن أزمة الهوية هي حالة من القلق الحاد يمر بها المراهقون علي نحو بدائي حيث يجدون صعوبة في إقامة هوية شخصية **personal Identity** ودور ثابت في المجتمع (**Herbert M., 1988, 366**) حيث تنشا أزمة الهوية حينما يفشل الفرد في تحديد هوية معنية ولذا يشعر بالتشتت والإرتباك في

دوره (أي أغتراب) ويشعر بعدم الجدوي وإنعدام الهدف والإنفصال عن الآخرين ومن ثم الافتقار إلي العلاقات الاجتماعية (ابوبكر مرسي ،1988).

أساليب مواجهة أزمة الهوية : لقد أكد اريكسون **Erickson1968**ما أشار الية مارشيا **Marcia**1966 من أن المراهقين في طريقهم لتكوين هوية واضحة ينصنفوا كالآتي :

1– تحقيق الهوية (انجاز الهوية) وأصحاب هذة الرتبة هم اؤلئك الذين تعرضوا لإزمات شخصية في واحد أو أكثر من مجالات الحياة الاجتماعية والمهنية (الزواج ،والدين ،السياسة.....الخ)وتوصلوا الي قرار شخصي فيه إلتزام بموقف معين .

2– رهن الهوية (انغلاق الهوية) وأصحاب هذة الرتبة هم عكس الرتبة السابقة وهؤلاء يتعرضوا لإزمة شخصية ومع ذلك لديهم إسلوب حياة واضح وقرارات حتمية محددة ، وهؤلاء هم فالعاده الذين يستسلمون لرغبات الآخرين الهامين في حياتهم و أرائهم.

3–تعطيل الهوية وهذة الرتبة اؤلئك الذين لا يظهرون دليلا علي الإلتزام ومع ذلك فهم غير قادرين علي إتخاذ قرارات حول حياتهم بسبب ما يتعرضون لة من أزمات شخصية في عدد من المجالات الاجتماعية ، وهم يجاهدون للوصول الي درجة من الإدراك الصحيح الواضح لهويتهم.

4–خلط الهوية (تشتت الهوية) وأصحاب هذه الرتبة يتفقون مع أصحاب الرتبة السابقة في أنهم ليس لديهم رأي واضح أو موقف محدد إزاء القضايا الخلافية في الحياة الاجتماعية إلا أنهم يختلفون عنهم في أنهم لا يعانون من أزمات شخصية في مجالات هوية الحياة ، وهم أقل الفئات قدرة علي الوصول إلي قرارت ومواقف حاسمة وواضحة في مسائل الحياة ، وهم أقل الناس تقديرا لإنفسهم .(فؤادأبوحطب ، أمال صادق ، 1999 ، 381-382) .

المشكلات الناجمة عن الدخول في أزمة الهوية إن التصنيف الإمريكي الرابع للإضطرابات النفسيه تعرض للمشكلات النفسية التي لها علاقة بالهوية ووصف الشكل الاساسي بما يسمي

"اضطرابات الهوية (**Disorder IdentitY**)حيث لا يستطيع المراهق تبني أشكال مرتبطة ومتنوعة من الذات ولا يستطيع أن ينمي لدية قدرة علي الاحساس بقبول الذات مما يسبب له الحزن الذاتي مثل الاكتئاب ،القلق أو الشك بالذات ،كما أن المعايير التي يقوم عليها تشخيص إضطراب الهوية تشتمل علي الاتي :

1- حالة من الحزن الذاتية الهائلة ربما يكون لها صلة مباشرة بواحدة أوأكثر من العوامل التي لها علاقة بالهوية وتشمل علي الاقل ثلاث مما يأتي:

أ)اهداف بعيدة المدي ب)الاختيار المهني ج)نماذج متعددة من الصداقات

د)التوجية الجنسي والسلوك هـ)الالتزام بإتجاه ديني محدد و) الولاء للجماعة

2- ضعف الوظائف المهنية والاجتماعية (تشمل التعليمية) كنتيجة للأعراض السابقة . 3- تواجد وإستمرار تلك الاعراض لمدة ثلاثة شهور .

4- إن الفساد والعناد والانحراف ليست بأعراض كافية لتشخيص الفرد بأنة علي أعتاب إضطراب الشخص (إيمان الكاشف ،2001،257-277) .

مفهوم المراهقة : إن المراهقة هي فترة التحول الفيزيقي نحو النضج وتقع بين بداية سن النضوج وبداية مرحلة البلوغ ويحددها البعض عادة في سن الثانية عشر والثالثة عشر وتختلف الإتجاهات نحو المراهق باختلاف الثقافات كما أن الأثر الاجتماعي والسيكولوجي للمراهقة يختلف ايضالإختلاف الأنماط الثقافية (عاطف غيث ، 1995 ، 18).

ويطلق إصطلاح المراهقة علي المرحلة التي يحدث فيها الإنتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي(عبدالرحمن العيسوي، 87،1996).

2-أنماط وأشكال المراهقة :هناك أربعة أنماط للمراهقة تتلخص فيما يلي:

ا)**المراهقة المتكيفة** :وهي المراهقة الهادئة نسبيا والتي تميل الي الإستقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الإنفعالية الحادة وتكون علاقات المراهق مع من حولة علاقة هادئة .

ب)**المراهقة الانسحابية المنطوية** يغلب علي المراهق فيها المظاهر الإكتئابية حيث الميل للإنطواء والعزلة والسلبية والخجل وصعوبةالتوافق الاجتماعي ومشاعرالنقص ويتقوقع علي ذاته.

ج)**المراهقة العدوانية المتمردة**: يتميز المراهق بالثورة والتمرد علي السلطة الوالدية والمدرسية والمجتمع الخارجي ويميل الي تأكيد ذاتة والتشبة بالرجال ومخالطتهم والتأثر بسلوكهم.

د)**المراهقة المنحرفة** : وهي تمثل الشكل المتطرف للسلوك سواء الشكل الانسحابي او العدواني وكلاهما يمثل صورة غير متوافقة ،حيث يظهر المراهق في صورة إنحلال خلقي أو إنهيار نفسي ويظهر سلوكيات وتصرفات تضاد المجتمع (زينب شقير ، 2000 ، 210-220) .

المراهقة وأزمة الهوية : إن المراهقة تزخر بكثير من الأزمات النفسية،والمشكلات السلوكية خاصة في شطرها الأول الذي يلي مرحلة الطفولة ثم تخف حدة هذة الأزمة تدريجيا حتي يصل المراهق السوي في نهايتها الي درجة كافية من الإتزان الإنفعالي ، والنضج الاجتماعي ومن علامات هذه الأزمة ا)شعور المراهق بالخوف والقلق لانة قادم علي عالم جديد يجهلة .

ب)متطلبات مزاجية ظاهرة وتتمثل في الإحساس بالتقلبات المزاجية السريعة بين التحمس والفتور وبين الإقدام والإحجام ،وبين الرؤية والإندفاع .

ج)ظهور مشكلات سلوكية من أخطرها التمرد والعدوان ،أو الإنسحاب والهروب المادي أو النفسي من العالم في أحلام اليقظة ،كما أن ضيق المراهق بالأسرة وفقد مكانتة فيها قد يدفعة إلي البحث عن جماعةجديدة تحل محلها هي جماعة الاقران(علي عبدالسلام ،2000، 445)

إن ما سبق ذكرة يكاد يكون وصفا لما يحدث للمراهق أثناء مرورة بأزمة الهوية حيث تعد هذة الأزمة هي الأزمة الرئيسية في هذه المرحلة والتي يشير اليها اريكسون **E. Erickson** في نظريتة في الشخصية (أيمن غريب،1997).

الدراسات السابقة : نظراً لما تمثلة أزمة الهوية من أهمية خاصة للمراهقين ، ونظراً لما تتركة من أثار سلبية وتغيرات جوهرية علي من يمرون بها ونظرا لإن مساعدة المراهقين علي تجاوز هذه الأزمة يقتضي التعرف علي الافكار اللاعقلانية التي ربما تدفع المراهقون علي الدخول فيها لذا وجب التعرض للدراسات التي بحثت الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بأزمة الهوية بشكل خاص والاضطرابات النفسية بشكل عام ولقد قمت بالإطلاع علي ما أتيح لي من التراث البحثي.

فقدهدفت دراسة سميث واخرون **Smith1984** الي اختبار العلاقة بين ثلاث افكار لا عقلانية هي " المبالغة في طلب الحب والتأييد _التوقعات المرتفعة بالذات _العجز اتجاه الماضي) وبين حدوث الاضطراب الانفعالي المتمثل في القلق والخوف من التقييم السلبي من الاخرين ،وتكونت العينة من (62) طلبة اللجامعة (31)ذكور ،(31)اناث ومستخدمين الادوات التالية :ا)قائمة السلوك العقلاني. ب)قائمة سمة القلق واخرين ج)مقياس الخوف من التقييم السلبي وتوصلوا الي نتائج مؤداها وجود علاقة موجبة بين القلق وبين الفكرة الخاصة ب(التوقعات المرتفعة للذات)وعن وجود علاقة دالة بين الخوف من التقييم السلبي والفكرة الخاصة ب(المبالغة في طلب الحب والتأييد)في حين كانت العلاقة بين فكرة (العجز اتجاه الماضي)وبين القلق والخوف من التقييم السلبي غير دالة احصائية .

كما بينت دراسة زويمر وديفناشير1984 Zwemer and et al التي تناولت "الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بالغضب والقلق" وهدف الدراسة الي معرفة العلاقة بين كل فكرة لا عقلانية وبين كل كم القلق والغضب وكذلك بحث الفروق بين الجنسين في الافكار اللاعقلانية والقلق

والعضب وتكونت الدراسة من (382)طالب جامعي منهم (201)من الذكور(181) من الاناث واستخدم الباحثان تلك الادوات ا)اختبارجونزللافكار اللاعقلانية ب)قائمة الغضب انوفاكرج)قائمة سمة القلق لسبيليرجرواخرين وتوصل الباحثان الي نتائج مؤداها انه ليست هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين في الغضب والقلق والافكار اللاعقلانية وكشفت النتائج ايضا عن وجود علاقة موجبة دالة احصائية بين كل من القلق والغضب وبين الافكار اللاعقلانية. وهدفت دراسة بروانر Brawner 1988 الي التحقق من وجود علاقة بين الافكار اللاعقلانية وبين كل من الاكتئاب والغضب وتكونت عينة الدراسة من(236)طالبا منهم(111)من الذكور ، و(125)من الاناث واستخدم الباحثون الادوات التالية :ا)اختبار الافكار للاعقلانية لجونز ب)قائمة ذوفاكو للغضب ج)مقياس الاكتئاب كمقياس فرعي من M.M.P.Iوتوصلا الي نتائج مؤداها ان هناك علاقة ايجابية دالة احصائية بين الافكار اللاعقلانية وبين كل من الاكتئاب والغضب وان الجنس في تفاعلاتة مع الافكار اللاعقلانية لا يتنبأ بالغضب والاكتئاب . وهدفت دراسة محمدالطيب ومحمد الشيخ 1990الي تحديد الافكار اللاعقلانية لدي عينة من طلاب الجامعة في مصر وعلاقتها بالجنس والتخصص الاكاديمي ، وتألفت عينة الدراسة من 400 طالب وطالبة مستخدما ادوات منها ا)اختبار الافكار اللاعقلانية ب)الاساليب الاحصائية واكدت النتائج صدق نظرية اليس علي المجتمع المصري كما ان الافكار اللاعقلانية لا تتأثر بمتغير الجنس او التخصص مما يدل علي ان الافكار اللاعقلانية تكون متأصلة في البناء المعرفي للفرد. وأشارت دراسة عماد محمد احمد 1990 الي معرفة مدي انتشار الافكار اللاعقلانية بين الشباب الجامعي ،وعلاقة التفكير اللاعقلاني بالقلق وتحقيق الذات ومعرفة الفروق بين الذكور والاناث في متغيرات الدراسة ، وتألفت عينة الدراسة من 213 طالبا ةطالبة منهم 110 من الذكور ،و 103 من الاناث واستخدم أدوات منها : 1)مقياس التفكير اللاعقلاني 2)قائمة سمة القلق 3)اختبار التوجة الشخصي ومقياس الذات ، واكدت النتائج علي وجود علاقة قوية

بين التفكير اللاعقلاني وحالات القلق المرتفعة وفشل تحقيق الذات ،كما ان الافكار اللاعقلانية تعتبر مؤشرا هاما للتنبؤ بالقلق و دراسة غاده عبد الغفار 2007 حيث هدفت لتحديد الافكار اللاعقلانية المنبئه باضطراب الاكتئاب لدي عينة من طلاب الجامعة ، واستخدمت الباحثة مقياس الافكار اللاعقلانية ، و مقياس بيك للاكتئاب وتكونت عينة الدراسة من 660طالب من الذكور و الإناث تتراوحت اعمارهم من 17-22 عام من طلاب الجامعه ببني سسويف واظهرت النتائج وجود علاقة دالة تنبئوية بين الأفكار اللاعقلانية ومؤشرات الاكتئاب ، وكذلك وجود فروق دالة بين الذكور و الإناث في نسب إنتشار الاكتئاب ، وكم ونوع الأفكار اللاعقلانية ، وأوضحت الدراسة الكفاءة القياسية لمقياس الأفكار اللاعقلانية علي طلاب الجامعة .كما سعت دراسة بشري محمد بشار المغربل 2010 الي احتبار العلاقة بين الافكار اللاعقلانية والامن النفسي لدي طلاب مدارس التعليم الاساسي وتكونت عينة الدراسه من 1269 من الطلاب و الطالبات منهم 632من الطلاب و644من الطالبات واستخدمت الباحثة اختبار للافكار اللاغقلانية واخر للامن النفسي وتوصلت الباحثه الي نتائج مؤداها وجود انتشار للافكار اللاعقلانية لدي عينة الدراسه حيث كانت النسبه لدي الطلاب 22.3% ولدي الطالبات 27.1% وللعينه الكلية 24.7%ووجدت فروق دالة بين الذكور والاناث في الافكار اللاعقلانية لصالح الاناث ووجود علاقة سالبة بين الافكار اللاعقلانية والامن النفسي . و دراسة شايع عبد الله مجلي 2011 والتي هدفت الي الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية و الضغوط النفسية لدي طلاب الجامعه من طلاب كلية التربية واثر متغير الجنس علي هذه العلاقة والكشف عن مدي انتشار الافكار اللاعقلانية بين طلاب الجامعه وتكونت عينة البحث من 300 طالب وطالبة واستخدم الباحث كلا من اختبار الافكار اللاعقلانية واختبار الضغوط النفسية وتوصل الي نتائج موادها انه توجد علاقة ارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وبين الضغوط النفسية وان هناك انتشار للافكار اللاعقلانية بين طلاب الجامعه.

وايدت ذلك دراسة ناديا رتيب2011 التي هدفت الي الكشف عن العلاقة بين الفوبيا الاجتماعية و المعتقدات اللاعقلانية لدي طلاب الصف الاول الثانوي وذلك في ضوء متغيرات الجنس ومكان الاقامة والمستوي الاقتصادي وتكونت عينة الدرلسة من 207 من الطلاب من الذكور والاناث من مستويات اقتصادية مختلفة وقاامت الباحثة باستخدام مقياس للافكار اللاعقلانية واخر للفوبيا الاجتماعية واظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الفوبيا الاجتماعية والمعتقدات اللاعقلانية ولو تظهر علاقة ذات دلالة احصائيه فيما يخص متغيرات الجنس ومكان الاقامه . واخيرا اشارت دراسة عفاف عبد الفادي دانيال 2012 والتي هدفت الي الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والأفكار الاعقلانية لدي عينة من طلاب الصف الاول الثانوي وتكونت العينةمن 400 طالب وطالبة واستخدمت الباحثة مقياسان هما مقياس المساندة الاجتماعية منإعداد الباحثة ومقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين لهوبر و لاير وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين المساندة الاجتماعية و الأفكار اللاعقلانية لدي عينة الدراسة .

تعقيب عام علي الدراسات السابقة

- يتضح من السرد السابق للدراسات السابقة أنها علي الرغم من إهتمامها وتعرضها لدراسة الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالعديد من من المتغيرات الا انه لا توجد دراسة أهتمت بدراسة العلاقة بين الافكار اللاعقلانية و أزمة الهوية التي يمر بها المراهقين .
- كذلك لم تتعرض اية دراسة لقياس الافكار اللاعقلانية التي ربما تقف وراء سلوك المراهقين وخاصة في البيئة المصرية مما دعا الباحث إلي تقنين أداة لقياس تلك الافكار اللاعقلانية المرتبطة بأزمة لدي المراهقين في البيئة المصرية.

فروض الدراسة الفرض الاول توجد علاقة أرتباطية دالة إحصائيا بين متوسط درجات أفراد العينة الكلية علي مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس ازمة الهوية.

الفرض الثاني يوجد انتشار للافكار اللاعقلانية المرتبطة بازمة الهوية لدي المراهقين من

المنهج والاجراءات اولا : منهج الدراسة إستخدم الباحث المنهج الوصفي الإرتباطي .

ثانيا إجراءات الدراسة 1– عينة الدراسه تم تطبيق الدراسة علي عينة من المراهقين وبلغ عددهم 200طالب وطالبة بمتوسط عمري 15.4والجدول التالي يوضح خصائص العينة

جدول رقم (1)

المتغير	النوع		الصف الدراسي			نوع الدراسة	
	ذكر	إنثي	الأول	الثاني	الثالث	أدبي	علمي
العدد	103	97	60	70	70	107	33
النسبة	%51.5	%48.5	%30	%35.5	%35.5	%53.5	%16.5

أدوات الدراسة : مقياس الأفكار اللاعقلانية لأزمة الهوية (إعداد الباحث)

حيث قام الباحث بتصميمه لقياس الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بأزمة الهوية ثم قام بتقنين المقياس بعمل الصدق والثبات والمعايير وخرجت النتائج بنسب جيدة وتحددت أبعاد المقياس في الأفكار الآتيه :- خلط الأدوار (لا أستطيع أن أحدد دوري في المجتمع في الحياة)

-إنعدام الهدف (أعتقد أنني لا أستطيع أن أحدد هدفا واضحا لحياتي).

-سلطة الكبار(إن الكبار أصحاب السلطة يريدون فرض سلطتهم الكاملة علي) .

-التمرد علي سلطة الكبار(يجب أن أتمرد علي سلطة الكبار و لا اطيعهم وأن أنفذ ما أريده).

-صعوبة مواصلة التعليم (أعتقد أن التعليم في شتي مراحلة لم يعد مفيدا اومجديا للفرد)

-عدم القدرة علي استكشاف الذات والاحساس بتدني قيمتها (أعتقد أنني عاجز عن اكتشاف قدراتي مما يجعلني أشعر بتدني قيمتي).

-عدم القدرة علي تحديد المستقبل المهني (أعتقد أنني غير قادر علي تحديد المهنة التي سوف أعمل بها مستقبلا) .

-السلبية وعدم الاهتمام بالقضايا العامة (الاهتمام بالقضايا العامة والسياسية مفيدا ويجب علي الفرد الاهتمام بنفسة أولا).

-عدم القدرة علي إقامة علاقات طبيعية مع الجنس الآخر و تشمل فكرة (يصيبني التواجد مع الجنس الآخر في مكان آخر بالتوتر الشديد ويجعلني أشعر بعدم القدرة علي التواصل معه) ويتكون المقياس في صورتة النهائية من 63 عبارة .

2-إستبيان هوية الأنا للشباب 1998 إعداد أبوبكر محمد مرسي

والأستبيان مكون في صورتة النهائية من 67 عبارة تقيس خمسة أبعاد هي :-

البعد الاول الاستقلالية والتفرد البعد الثاني : الاضطلاع بدوراجتماعي البعد الثالث : الانجازوالتوجه نحو الهدف البعد الرابع : إقامة علاقات ناضجة مع الجنس الآخر البعد الخامس : تحقيق فلسفة ومعني للحياة، وقد قام الباحث بعمل صدق وثبات للاستبيان علي عينة الدراسه وجاءت النسب مرضية.

الاساليب الاحصائية - معامل الارتباط - المتوسط والانحراف المعياري

نتائج الدراسة ومناقشتها

نتيجة الفرض الاول ومناقشته وهذا الفرض ينص على "توجد علاقة أرتباطية دالة إحصائيا بين متوسط درجات أفراد العينة الكلية علي مقياس الأفكار اللاعقلانية ودرجاتهم على مقياس ازمة الهوية" جدول رقم (2)

المتغير	أزمة الهوية	الدلالة
الافكار اللاعقلانية	0.67	0.05

ر دالة عند 0.05 عندما = 0.13 ، ر دالة عند 0.01 عندما =0.23

يكشف جدول رقم (2) عن وجود علاقة ارتباطية قوية ما بين الأفكار اللاعقلانية لإزمة الهوية وحدة الشعور بالأزمة حيث بلغت درجة الإرتباط 0.67 مما يدل علي شدة تلك العلاقة الإرتباطية مما يشير إلى تحقق الفرض ،وتتفق هذه النتيجة مع دراسات كلا من ،ودراسة سميث Smith 1984التي وجدت ان هناك علاقة بين القلق وبعض الأفكار اللاعقلانية الإحدى عشر لأليس ، واتفقت ودراسة زويمر وديفنبشاير Zwemer & Deffenbachar 1984 التي وجدت علاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكلا من القلق و الغضب ما عدا النزعة إلى لوم الأخرين و الأعتمادية ، ودراسة براونر واخرين Brawner et al1988 والتي أكدت على وجود علاقة ما بين كلا من الاكتئاب و الغضب و الأفكار اللاعقلانية ، ودراسة عماد محمد أحمد 1990 والذي أثبت و جود علاقة قوية بين التفكير اللاعقلاني وحالات القلق المرتفعة وفشل تحقيق الذات كما أشار إلى أن الأفكار اللاعقلانية تعتبر مؤشرا هاما للتنبؤ بالقلق ، ودراسة غادة عبد الغفار2007 والتي أكدت وجود علاقة دالة تنبئوية بين الأفكار اللأعقلانية والأكتئاب ،ودراسة بشري المغربل 2010 والتي أثبتت وجودعلاقة دالة سالبة بين الأفكار اللأعقلانية والأمن النفسي ، ودراسة شايع عبد الله مجلي 2011 والتي أشارت إلي وجودعلاقة دالة بين الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية، ودراسة ناديا رتيب 2011 والتي

أشارت إلي وجودعلاقة دالة بين الأفكار اللاعقلانية والفوبيا الأجتماعية ،ودراسة عفاف دانيال 2012 والتي أثبتت وجودعلاقة دالة سالبة بين الأفكار اللاعقلانية والمساندة الأجتماعية . من خلال إستعراضنا لكل نتائج هذه الدراسات نجد أنها تدعم بشكل كبير نتيجة هذا الفرض من وجود علاقة قوية بين كلا من الأفكار اللاعقلانية وأزمة الهوية حيث تثبت هذه الدراسات أن الأفكار اللاعقلانية تسبب الكثير من الإضطرابات السلوكية و الأمراض النفسية بمختلف درجات شدتها مما يجعلها سببا رئيسا لحدوث أزمة الهوية ، ويرى الباحث هنا أنه من الطبيعي تماما أن تخرج النتيجة بهذا الشكل حيث أننا إذا نظرنا بشكل متعمق لأزمة الهوية لوجدناها في المقام الأول تعبر عن مواقف فكرية وعقلية تتمثل في إتجاهات سلوكية تصدر من المراهقين على أرض الواقع ، حيث أن نسق الأفكار الذي يكمن خلف هذه التصرفات و السلوكيات الصادرة من هؤلاء المراهقين هو السبب الرئيسي في خروجها ،و هي التي تقوده للدخول في أزمة الهوية .

نتائج الفرض الثاني (يوجد انتشار للافكار اللاعقلانية المرتبطه بازمة الهوية بين المراهقين)

ويشير جدول رقم (3) الي تحقق الفرض ووجود انتشار للافكار اللاعقلانية بين المراهقين وإن كان بشكل متوسط والذي يمكن أن يعزي الي طبيعة المجتمع المصري الذي تنتشر فيه الخرافات والافكار اللاعقلانية فما زال هناك كثيرين يعتقدون أن هناك قوي خفية تؤثر فيهم وتدفعهم للتصرف بطريقة دون أخري كما أن التطور المذهل في وسائل الأتصال الحديثة أدي إلي سرعة إنتشار الافكار خاصة بين المراهقين الذين هم الفئة الأكثر إستخداما لهذة الوسائل ويتفق هذا مع ما ذكره سليمان الريحاني (1999) من أن هناك انتشاراً واسعاً للأفكار اللأعقلانية بين طلاب المدارس والجامعات في البيئة العربية وأن هناك علاقة بين تلك الأفكار وإضطراباتهم

جدول رقم (3)

الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار	الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار
خلط الأدوار	3.12	.32	مرتفعة	انعدام الهدف	3.03	.29	مرتفعة
الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار	الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار
التمرد علي السلطة	2.83	.42	متوسطة	صعوبة مواصلة التعليم	2.75	.42	متوسطة
الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار	الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار
عدم تحديد المستقبل المهني	2.82	.30	متوسطة	السلبية وعدم الاهتمام	2.50	.35	متوسطة
الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار	الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار
سلطة الكبار	3.45	.30	مرتفعه	عدم استكشاف الذات	2.83	.21	متوسطة
الفكرة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار	المقياس	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الانتشار
عدم اقامةعلاقات مع الجنس الآخر	2.50	.35	متوسطة	المقياس ككل	**2.53**	**.24**	**متوسط**

النفسية و دراسة محمد عبد الظاهرالطيب ، محمد عبد العال الشيخ (1990) من أن الافكار اللاعقلانية موجوده ومنتشره لدي طلاب الجامعة ,ودراسة عماد محمد احمد 1990 .

اولاً المراجع العربية

1- **أبوبكر محمد مرسي** (1988) دراسة مقارنة لمستوى القلق وعلاقتة بتحديد الهوية لدي المراهقين ، غير منشورة ،كلية الآداب ، جامعة الزقازيق -3.

2- **ابوبكر محمد مرسي** (1997) ازمة الهوية والاكتئاب النفسي لدي الشباب الجامعي .مجلة دراسات نفسية .المجلد السابع العدد الثاني،القاهرة (37-18).

3- **ايمان** فؤاد **الكاشف** (**2001**) النسق القيمي لدي طالبات الجامعة وعلاقتة بأساليبهن في مواجه ازمة الهوية ،مجلة دراسات نفسية ، المجلد العاشر ،العدد الثالث ،(465-514).

4- **أيمن غريب قطب ناصر** (**1997**) الكفاءة و الفعالية والنموالنفسي للمراهق ، مجلة علم النفس العدد 43 ،السنة الحادية عشر ، الهيئه العامة المصرية للكتاب (136- 138) .

5- **بشري محمد بشار المغربل**(**2010**) الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بالامن النفسي لدي عينة من طلاب الحلقة التعليم الاساسي ، رسالة ماجستير غير منشوره ، كلية التربية ، جامعة دمشق .

6- **زينب محمود شقير**(**2000**) كيف نربي أبناءنا ، مكتبة النهضه المصرية ، القاهرة

7- **سليمان الريحاني** (**1987**) الأفكار اللأعقلانية عند الأردنيين والأمريكين ، دراسة عبر ثقافية لنظرية إيليس في العلاج العقلاني والعاطفي ، مجلة دراسات العلوم التربويه ، مجلد 14 .

8- **سليمان الريحاني** (**1999**) تطوير أختبار الأفكار العقلانية و اللاعقلانية ، مجلة دراسات نفسية ، 12 (11) .

9- **سمية علي عبدالوارث (1990)** أزمتي الهوية/اللاهوية والالفة /العزلة في نظرية أريكسون للنمو النفسي لطلاب التعليم العام والجامعي بالمنيا ، دراسة سيكومترية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنيا (25-8) .

10- **سناء حامد زهران (2004)** الإرشاد والصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب ، عالم الكتاب .

11- **شايع عبد الله مجلي (2011)** الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدي طلاب كلية التربيه ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد السابع والعشرون ، ملحق 2011 .

12- **عاطف غيث (1995)** قاموس علم الاجتماع ، دار المعرفة الجامعية ،الإسكندرية

13- **عبد الرحمن عيسوي (1996)** معالم علم النفس ، دار المعرفة الجامعية ،الإسكندرية .

14- **عبد العزيز الشخص ، زيدان السرطاوي (1999)** تربية الاطفال والمراهقين المضطربين سلوكيا (النظرية والتطبيق) ، دار الكتاب الجامعي .

15 – **عفاف عبد الفادي دانيال(2012)** المساندة الاجتماعية و علاقتها الأفكار اللاعقلانية لدي عينةمن طلاب الصف الأول من المرحلة الثانوية درلسة أرتباطية مقارنة ، مجلة دراسات عربية في علم النفس ، المجلد الحادي عشر – العدد الأول يناير 2012 (100).

16- عواطف حسين صالح (1986) دراسة مقارنة لبعض الحاجات النفسية لدي المراهقين والمراهقات في الريف والحضر، رسالة ماجستير غيرمنشورة ، كليةالتربية ، جامعة المنيا.

17-علي عبد السلام علي (2000) جماعة الآقران وعلاقتها بالمشكلات السلوكية و المزاجية لدي المراهقين ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد العاشر ، العدد الثالث .

18- عماد محمد أحمد (**1990**) دراسة للتفكير اللاعقلاني من حيث علاقته بالقلق والتوجه الشخصي لدي عينة من الشباب الجامعي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة الزقازيق.

19- غادة محمد عبد الغفار (**2007**) الافكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدي عينة من طلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية المجلد السابع عشر ، ع3،يوليو 2007

20-فؤادأبوحطب ، أمال صادق (**1999**) نمو الأنسان (من مرحلة الجنين إلي مرحلة المسنين) ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة

21- كريمة سيد محمود خطاب (**1986**) دراسة لازمة الهوية في المراهقين ،رسالة دكتوراة غير منشورة كلية الاداب ، جامعةعين شمس.

22- محمد ابراهيم عيد (**1997**) ازمات الشباب النفسية ،مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة

23 **- محمد السيد عبد الرحمن** (**1998**) دراسات في الصحة النفسية ، دار قباء للطباعة والنشر ، القاهرة . الجزء الثاني .، العدد الخامس ، 73 - 103.

24- محمد عبد الظاهرالطيب (**1990**) الأفكار اللاعقلانية لدي عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الأكاديمي، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، بحوث المؤتمر السادس لعلم النفس ، الجزء الأول .

25- محمد عد العال الشيخ (**1990**) الأفكار اللاعقلانية لدي الأمريكيين والأردنيين والمصريين ،دراسة عبر ثقافيه ، مجله كلية التربية ، جامعة طنطا .

26- مفتاح عبد العزيز (2001) علم النفس العلاجي (اتجاهات حديثة) ، دار قباء للطباعة ، القاهرة .

27- مصطفي احمدتركي (2000) العلاقة بين قوة الانا والسمات الشخصية ، مجلة درسات نفسية ، المجلد العاشر ، العدد الثاني ، 245-251.

28- منال عبد النعيم طه ،آمال مصطفي الصايغ(2010) أثر المعلومات المدخلة تحت العتبة الإدراكية في تعديل الأفكارااللاعقلانيةلدي طالبات الجامعة،مجلة دراسات عربية في علم النفس،مج 9 ،ع3 (611-608).

29- **نجوي شعبان محمد خليل (1996)** اساليب مواجهة ازمة الهوية وعلاقتها بالاستقلال النفسي عن الابوين في مرحلة المراهقة المتأخرة (دراسة امبريقية اكلينيكية)، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق.

30- ناديا رتيب (2011) الفوبيا الاجتماعية وعلاقتها بالمعتقدات اللاعقلانية لدي طلاب الصف الاول الثانوي في ضوء متغيرات الجنس و مكان الاقامه والمستوي الاقتصادي ، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس ، المجلد التاسع ، العدد الأول 2011 . **31- هنري ماير** (1992) ثلاث نظريات في نمو الطفل ، ترجمة هدي قناوي ، مكتيبة الانجلو المصرية ، القاهرة .

32- يسري أبو العنينين (2006) مدي فعالية برنامج مهارات الوعي بالمعرفة في تعديل الأفكار اللاعقلانية ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة المنوفية (35).

المراجع الاجنبية

33- Brawner peggy J ., 1988 " The experimental of rational – emotive therapy on school performance and self concepts of adolescents " Dissertation abstracts International (A) 48,12 .

34- Eills, A.; 1996 "The relationship of multiple measuer of sex role identity to irrational beliefs " PHD Oklahoma State University (125).

Herbert Martin ;1988 " Clinical child psychology " John wileg & sons , NewYork .

35-Jones R. Nelson , 1982 " The theory and practice of counseling psychology " Holt ,Rinehart and Winston Inc., London .

36-New comb, Net al. ; 1993 "Understanding childern " Moyfield publishing company , London.

37-Rubin , zick et al ; (1981) " The psychology of being human " Happer & Row publishers , New York .

38-Smith TinothyW., 1984 Houston kent B.Zourawsky Raymond M." irrational Beliefs and the arousal of emotional distress " Journal of counseling psychology vol. 31.

39-Thyer , Bruce A. 1993 James D.Mariek " Phobic anxiety and irrational beliefs system " Journal of psychology vol. 114 (2) .

40- Zwemer , Weare., 1984 Deffendbacher Jerry I." Irrational beliefs , anger and anxity " Journal of counseling psychology vol. (3)