الاستقرار النفسي وعلاقته بالأفكار الاستحواذية لدى طلبة المرحلة الإعدادية

م.م. منتظر عبدالله مغامس

جامعة البصرة / كلية التربية للعلوم الإنسانية – قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

Muntdher.mayahi@gmail.com

مستخلص البحث

يستهدف البحث الحالي ما يلي :- ١-قياس الاستقرار النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية. ٢-قياس الأفكار الاستحواذية لدى عينة البحث. ٣- التعرف على العلاقة بين المتغيرين لدى العينة المستهدفة , قام الباحث باستخدام أداتين للتحقيق أهداف هذه الدراسة ، فقد تبنى مقياس الاستقرار النفسي لـ(صادق، ٢٠١٢) ، وتحقق الباحث من (الخصائص السيكومترية) للأداة, كما قام الباحث ببناء مقياس الأفكار الاستحواذية والذي يتكون من (٢٣) فقرة واستخدم الباحث كل الإجراءات التي تتعلق في بناء المقياس ، حيث أن الباحث طبق الاداتين على عينة من طلبة المرحلة الإعدادية والتي بلغت (٢٠٠) طالب من مدارس البصرة . وتوصل البحث إلى النتائج الآتية : ١-أن طلاب المرحلة الأعدادية لديهم درجة عالية من الأفكار الاستحواذية . ٢-أن الطلاب اللذين لديهم أفكار استحواذية يعانون من عدم الاستقرار النفسي الذين يشعرون أنهم غير مقبولين من الآخرين . 3-توجد علاقة قوية ما بين الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية. وفي ضوء ما توصل اليه البحث من نتائج, يوصي الباحث: ١-ضرورة تركيز الدراسات النفسية والبحوث العلمية على البيئتين الأسرية والمدرسية . ٢-عقد دورات تدريبية للمرشدين وأولياء أمور الطلاب يحاضر فيها أساتذة متخصصين في علم النفس لغرض تدريبهم على كيفية التعامل مع الطلبة اللذين لديهم أفكار استحواذية واضطرابات أخرى . ٣- تأكيد دور المرشد التربوي في العناية بالجوانب المعرفية والاجتماعية والوجدانية.

Abstract:

The current research aims at the following: 1- Measuring psychological stability for preparatory school students. 2- Measuring the possessive ideas for the research sample. 3- Knowing the relation between the two variables in the target sample. The researcher used two tools to achieve the goals of this study, he adopted a scale of psychological stability for (Sadiq, 2012). Then, the researcher verified the (psychometric properties) of the tool as well as the researcher built a scale of possessive ideas which consists of (23) paragraphs, as he used all the procedures related to building the scale. So, the researcher applied the two tools to a sample of preparatory stage students, which amounted to (2000) students from Basrah schools. The research reached the following results: 1- The preparatory school students have a high degree of possessive ideas. 2- The students who have acquisition ideas suffer from psychological instability who feel unacceptable to others. 3- There is a strong relation between possessive ideas and psychological stability for preparatory school students. In light of the findings of the research, the researcher recommends: 1- it is necessary that the psychological studies and scientific research focus on the family and school environments. 2- Holding training sessions for counselors and students' parents in which professors specializing in psychology will give lecture for the purpose of training them on how to deal with students who have possessive ideas and other disorders. 3- Confirm the role of the educational counselor in caring for the cognitive, social and emotional aspects.

الفصل الأول : التعريف بالبحث

مشكلة البحث

الاضطرابات النفسية لا تنجم عن الأحداث والظروف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد فحسب ، وإنما من تفسير الإنسان وتقييمه لهذه الأحداث والظروف ، والإنسان الذي تكون لديه رغبة بالاستمرار في الحياة اللاحقة بالطرق الفعالة تكون استجابته للضغوط عن طريق تقيد الفرد بتلك الأفكار السلبية ، وتغييرها بأفكار أخرى تكون أكثر منطقية وإيجابية لأحداث حالة من الإستقرار النفسي والتوازن لدى الفرد . (العبيدي ، 2009 ، ص 4)

فغالباً ماتنتج الاضطرابات النفسية من تفكير خاطئ في مواقف أو فاعلية الذات ، وأن العوامل الفكرية المسببة للإضطرابات تكون إما على هيئة معتقدات أو وجهات نظر خاطئة يتبناها الشخص عن نفسه ، أو عن الآخرين ، أو كليهما ، مما يسبب له التعاسة والهزيمة الذاتية وسوء التوافق، ووقوعه تحت وطأة أساليب خاطئة في التفكير في الأمور، ووجود تفكير وتشاؤم وتشوهات معرفية. (الجبوري، 2005 ، ص 5)

والباحث يرى أن ما يتعرض له الأفراد من اضطرابات وضغوط ، سواء في البيت ، أو المدرسة ، أو المجتمع المحيط به يجعله عرضة لعدم الاستقرار النفسي وتكوين أفكار استحواذية لدى الفرد بصفة عامة والطلبة بصفة خاصة.

ومن هنا انبثقت مشكلة البحث الحالي في التساؤل الآتي : **(هل توجد علاقة بين الأستقرار النفسي والأفكار الأستحواذية لدى طلاب المرحلة الأعدادية ؟) .**

أهمية البحث

يعيش الإنسان في بيئة متنوعة ومتشابكة ، وفق مايقوم به من سلوكيات يومية تتصف بتنوع وتغيير تصرفاته وفقاً لتنوع حاجات ومطالب حياته اليومية ، وعادة ما يقوم الفرد بصور مختلفة من السلوك ليواجه بها دوافع مختلفة لديه ، لأجل تحقيق توافق نفسي اجتماعي عال لديه ،

وغالبا ما يتعرض الفرد عموما وشريحة الطلبة منهم خاصة الى أزمات نفسية نتيجة مواجهتهم مطالب متلاحقة تفوق أحياناً إمكاناتهم وقدراتهم ، إذ ان الصعوبات الدراسية تشكل ضغطاً شديداً على الطالب ، حيث أن الطلبة الذين يواجهون صعوبات دراسية كانوا أقل استقرارا من الناحية النفسية ، في حين نجد العكس ، إن الطلبة الذين لايواجهون أي صعوبة في الدراسة، كانوا أكثر ميلاً إلى الاستقرار النفسي.

أن استقرار الفرد النفسي يمكنه من التعلم الجيد ، الذي يتطلب تركيز وثبات انفعالي وهدوء نفسي وخلو من الاضطرابات النفسية والشخصية ، وإن مثل هذه الأمور تتوفر لدى الأفراد الأسوياء المتمتعين باستقرار نفسي جيد ، فهؤلاء هم أكثر من غيرهم قدرة على تعلم وإكتساب خبرات جيدة ، في حين أن الإنسان المضطرب نفسياً وإنفعالياً حتى لو كان على درجة من الذكاء تكون قدرته على التحصيل العلمي غير جيدة نتيجة هذه الاضطرابات ، حيث بعض الطلاب من ذوي الذكاء المرتفع انخفض تحصليهم كثيرا بسبب اضطراباتهم النفسية .

(الشويلي، 2010 ،ص 5)

وتعد مرحلة المراهقة مرحلة حرجة من عمر الإنسان إذ تتسم بالثورة والصراع والقلق ولاسيّما إن سمة هذا العصر هي القلق ، وهذا القلق مصدره الإحساس ، وأن انتشار العلم والتقنية يهددان أساليب الحياة المستقرة ، وإن المخاوف التي يعاني منها المراهق تعزى إلى غموض المجال السلوكي الجديد المترتب على انتماءاته الجديدة ، والى ما يتبع ذلك من تردد وعدم استقرار وعدم المعرفة بقواعد المجال السلوكي وأصوله . (جاد ، 1988 ، ص 42)

ويرى بيك (Beck) إن الاضطرابات الإنفعالية تكون ناتجة أساساً عن اضطرابات في تفكير الفرد، فطريقة تفكير الفرد وما يعتقده وكيف يفسر الأحداث من حوله كلها عوامل مهمة في الاضطرابات الانفعالية وتؤدي الى عدم الإستقرار النفسي وبالتالي إلى تكوين أفكار استحواذية، وأن المشاكل النفسية يمكن أن تحل عن طريق الفهم والتمييز ، وتصحيح المفاهيم الخاطئة وتعلم اتجاهات أكثر تكيفا لأنها في الأصل حصلت على استدلال مبني على معلومات غير كافية ومقدمات خاطئة . (حسين ، ٢٠٠٧ ، ص ٣٧) (Beck, 1976 , p.318)

تعُد الأفكار الاستحواذية أحد اضطرابات الفرد النفسية ، التي هي في الأساس (وسواس قهري)، تختص باضطرابات في التفكير ، والأفكار الاستحواذية موضوع يمس حياة الناس بشكل مباشر، لأن خبرة الأفكار الاستحواذية كخبرة نفسية معرفية وشعورية ، هي خبرة تحدث في 90% من البشر في كل المجتمعات (أبو هندي ،2004 ، ص10) . وبعض علماء النفس يرون أن

الأفكار الإستحواذية عند اقتحامها عقل الشخص تتركز وتكون هي محور كل تفكير الشخص ، في بعض الحالات تكون أفكار قهرية فضلا عن سلوك قهري ، ويحاول الشخص أن ينفذ هذه الأفكار سلوكياً من اجل التخلص من حالات القلق المستمرة . (التميمي والدفاعي ، ٢٠١٠ ، ص ١٤٥)

ويدرك معظم الأشخاص الذين لديهم أفكار استحواذية أنها تأتي من عقولهم و وليدة أفكارهم وأنها ليست حالة قلق زائد بشأن مشاكل حقيقية في الحياة، وتسبب الأفكار الاستحواذية قلقا نفسيا ينتج عنه حاجة إلى للقيام بأعمال التي توفر أحساسا مؤقتا بالراحة . (بطرس ، ٢٠٠٨ ، ص ٢٤٥)

الأفكار الاستحواذية تسيطر على تفكير بعض الطلبة ممن يعانون من اضطرابات نفسية ، وأنهم يشعرون بتدني قيمة الذات ويتميزون بالجحود ويشعرون بعدم استقرار نفسي والطمانينة، ويظهرون أفكارهم على اعتقاد مؤداه أن الأمور يجب أن تسير بصورة معينة ، وأن مشاعر القلق والشكوك والاعتقادات المرتبطة بالتشاؤم والتفاؤل يمكن القول بأنها أشياء عادية في حياة الأفراد ، ولكن عندما تصبح هذه الأشياء زائدة عن الحد تكون دون فائدة وبذلك تؤدي بالشخص أن تصبح لديه أفكار استحواذية وعدم استقرار نفسي . (Berger, 1974 , p.25)

توجد عديد من الدراسات التي تناولت الاستقرار وعلاقته بمتغيرات مختلفة وعلى عينات مختلفة، دراسة الجميلي (2004) توصلت الى ان أفراد عينة البحث لديهم استقرار نفسي عال، و (49,29 %) منهم يتمتعون باستقرار نفسي واطيء، أما دراسة الخزرجي (2006) فقد بينت طلبة الجامعة وهم عينة الدراسة لديهم إستقرار نفسي عال .

وأيضاً تناولت عديد من الدراسات الغربية الأفكار الاستحواذية حيث أثبتت أن الذين يعانون من أفكار استحواذية بنسبة (٩%) ، ومن أفعال قهرية بنسبة (١%) ، ومن الذين يعانون من أفكار وأفعال بنسبة (٩٥ %) . (أبوهندي ،٢٠٠٣ ، ص ٧١)

ونستخلص من ذلك أن الأفراد يحاولون إبعاد أنفسهم عن الأفكار والمشاعر غير السارة لكن يجدون أنفسهم مجبورين على تفكير بالموضوع رغم سخافته ، وكثرة التفكير لساعات طويلة تؤدي إلى تكوين أفكار إستحواذية حيث يكون الفرد في هذه الحالة قلقاً وغير مستقر نفسيا وفي حال تشويش ذهني .

وبذلك يمكن إجمال أهمية البحث الحالي بما يأتي :-

1 – إستحدث هذا البحث أداتين يمكن استخدامهما من قبل باحثين آخرين، أحداهما لقياس

الاستقرار النفسي ، وثانيهما لقياس الأفكار الاستحواذية.

2 – تقديم بيانات كمية ومعلومات كيفية عن اثر الاستقرار النفسي على تكوين أفكار استحواذية لطلبة المرحلة الإعدادية مما يؤدي إلى حالة سلبية قد تؤثر على العملية التربوية.

3 – استمرار الأفكار الاستحواذية عند الأفراد والتي تؤدي إلى عدم استقرار نفسي هي بحاجة إلى دراسة علمية لإيجاد حلول ملائمة لشريحة مهمة في مجتمعنا وهي شريحة الطلبة .

أهداف البحث :

إستهدف البحث الحالي الأهداف الآتية :

١– قياس الاستقرار النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

٢– قياس الأفكار الاستحواذية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

٣– تعرف العلاقة بين الاستقرار النفسي والأفكار الاستحواذية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

حدود البحث :

تحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة الاعدادية في المديرية العامة لمحافظة البصرة

للعام الدراسي 2019 – 2020 ومن الذكور فقط .

تحديد المصطلحات :

أولا :– الاستقرار النفسي Psychological Stability

١– عرفة رولومي (1935) Rolomay :

الشخص المستقر نفسيا بأنه ذلك الشخص القادر على تكوين حالة من التوازن بين أشكال الوجود الثلاثة (وجود محيط بالفرد، و وجود خاص بالفرد ، و وجود مشارك في العالم).

(may ,1935,p.90)

٢– عرفة إبراهيم (1987) :

رغبة الفرد تفادي الألم ، وحصول على راحة نفسية وجسدية ، وتحرر من القلق والشعور بعدم الأمن ، وبحث عن حماية واستقرار، والاعتماد على أشخاص قادرين على تحقيق المقتضيات الحيوية . (إبراهيم ، 1987، ص 99)

٣- عرفة (Beach (1992 :

هو عملية يتم من خلالها محاولة الفرد أن يحافظ على أمنه وراحته ، وذلك من خلال, توافقه مع محيطه الاجتماعي . (Beach,1992,p.56)

٤- عرفة الخزرجي (2006) :

بأنه شعور الفرد بالاطمئنان، وتقبل ذاته والتوافق معه، وتقبل الآخرين والتسامح معهم فضلاً للبساطة وتلقائية التعامل مع الذات ومع الآخرين ، وشعوره بصحة جسدية ونفسية. (الخزرجي ، 2006 ،ص 19)

التعريف الإجرائي:-

هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاستقرار النفسي المعد لهذا الغرض.

ثانيا: الأفكار الاستحواذية Obsessive Ideas

١- عرفه بيك (1990) Beck :

هي أفكار متكررة تتصل بأعمال يعتقد وجوب القيام بها ، ويشكون في أنهم فعلوها وكان يجب أن لا يفعلوها ، والشك الاستحواذي يعود إلى القهار (Compulsion) أو تكرار الأعمال للتخلص من الشكوك . (باترسون ، ١٩٩٠ ، ص ٤٣)

٢- عرفها ألحفني (١٩٩٩) :

فكرة تتسلط على الشخص وتستحوذ عليه وتتكرر بشكل نمطي لا يتغير وتأتيه قهراً أو قسراً ، وقد يحاول معارضتها ويعلم أنها أفكار غير معقولة ويرفضها وينفر منها ولا يستسغها ، والأفكار

الاستحواذية غالبا ما تكون نشاطات محظورة يتخيلها الشخص باستمرار، وقد تكون عدوانية الطابع أو جنسية . (ألحفني ، ١٩٩٩ ، ص ٧٢٠)

٣- عرفها بطرس (٢٠٠٨) :

هو نوع من التفكير الغير المعقول والغير مفيد الذي يلازم المريض دائما ويحتل جزءا من الوعي والشعور مع اقناع المريض بسخافة هذا التفكير . (بطرس ، ٢٠٠٨، ص ٢٤٢)

٤- عرفها باير (٢٠١٠) :

أفكار، أو دوافع ،أو صور ملحة ومتكررة دوريا، يعاني منها الإنسان في وقت من الأوقات خلال الانزعاج أو الاضطراب بطريقة تطفلية وغير مناسبة وينتج عنها ضيق ملحوظ . (باير ، ٢٠١٠ ، ص ٢٥)

التعريف الإجرائي للأفكار الاستحواذية :

هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الأفكار الاستحواذية المعد لهذا الغرض.

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقه

1 / إطار نظري

أولا:- الاستقرار النفسي psychological stability

الاستقرار بمعناه (النفسي) هو شعور الفرد بقيمه الشخصية واطمئنانه إلى وضعه والثقته العالية بنفسه ، وهذا شعور ينمو عند الفرد عندما يحصل على تقدير وتشجيع كافي ، ولاسيما من أساتذته وأولياء الأمور .(رزوق ، 1977 ، ص 39)

والاستقرار النفسي من وجهة نظر دينية هو الاعتدال والقدرة على تكوين علاقات مستقرة مرضية خلقياً ، ونفسياً ، واجتماعياً ، ودينياً وذلك لتفادي مؤثرات سلبية للبيئة ، ولا يقصد بها البيئة المحيطة فقط ، بل الأهم من ذلك هي البيئة النفسية . فمهما يحدث في البيئة الخارجية

فإنه لن يترك أثرا سلبياً أذا لم تتصدع أو تتأثر بيئة الفرد النفسية ، والبيئة النفسية الحصينة نتاج الدين وإيمان الفرد الصادق ، وهي أهم حافز يؤدي إلى تحقيق السلوك الناضج .

(عبد العزيز، ١٩٩٧ ، ص ٧٨)

ثانيا- نظريات فسرت الاستقرار النفسي

1 :- نظرية التحليل النفسي psychoanalytic theories :

بحسب فرويد فان للشخصية مكونات ثلاث ، مكون بيولوجي ، ومكون نفسي ،ومكون اجتماعي يمثل دور المجتمع في بُنية الشخصية ، وأنها ليست أجزاء من شخصية الفرد ، أو أقساما بالمعنى ولا هي موضوعا نوعيا أو مكانيا عند الشخصية ، بل إنها تشير إلى عمليات أو أنظمة أو انساق للعقل ، إنها تنظم الحياة العقلية ، وتتفاعل ديناميا بعضها مع بعض . (الكفافي وآخرون ، 2010 ،ص 59)

وتتكون الشخصية حسب رائد التحليل النفسي فرويد من ثلاثة انظمة أساسية هي :- الهو (ID) ، والانا (Ego)، والانا الأعلى (Super-Ego)، وعلى الرغم من أن كل جزء من هذه الأجزاء للشخصية الكلية له وظائفه ، وخصائصه ، ومكوناته ، ومبادؤه التي تعمل وفقه (هول ولندزي ، 1971 ، ص 53) ، ويرى فرويد وفق تحليله لهذه المكونات الثلاث للشخصية إلى ان الشخصية المستقرة ترتبط بقوى الأنا التي تعمل لحماية الشخصية ، وإحداث حالة التوازن مع ظروف البيئة . (هول ولندزي، 1987 ،ص 55) ، عكس الشخصية التي تكون عرضة لعدم الاستقرار والتوازن النفسي ، وينتهي بها الحال إلى الاضطرابات النفسية أو العصبية . (الشمري، 2005 ،ص 339)

ويرى فرويد أن الذي يجعل الفرد يتمتع بالتوازن والاستقرار، أو عدم تحقق ذلك هو كميات خاصة بالتوازن الداخلي المتغير، وكذلك حدة أحد عوامل الكبت (الأنا أو القوى المضادة له) أو المنع الصادر عن الأنا الأعلى . لذلك يرى فرويد أن هنالك عدة عوامل تقرر نوع وحالة الاضطراب في التوازن، وهذه العوامل هي :-

١- المستويات البنائية السابقة من التطور ، والصلات البنائية الشخصية .

٢- الفعالية الإجرائية لهذه البناءات (كالأنا ، والانا الأعلى) .

٣- الأدوات المتعددة للأنا والتي تعلمها من خبرات حياة سابقة.

٤- نوعية المطالب اللبيدية والعدوانية وكميتها للشخص .

٥- الثبوت على مرحلة سابقة من النضج ، أو حول صدمة معينة بسبب كثافة في الشحنات النفسية أو تصادم بالعلاقات المتبادلة مع الآخرين أو بالظروف الاجتماعية. (علي، 1995 ،ص 41 – 42)

2 :- النظرية الوجودية

يعتقد الوجوديون ان البشر هم وحدهم القادرون على تحديد سلوكياتهم في الوقت الذي يشاؤون ، ويتحمل الراشدون الذين لديهم شخصية سليمة مسؤولية أفعالهم ، والقرارات التي يتخذونها ، ويحاولون تخطي العقبات والمعوقات والضغوط الاجتماعية نحو الانصياع والتوتر الشديد والنزوات البيولوجية والمشاعر، ويصبحون واعين لضغوط القوى الخارجية المفروضة على افعالهم ، لكن‌هم مع ذلك بين ان يستسلموا لهذه الضغوط او يعارضوها ، وبناءا على ذلك يستطيع الناس الاختيار ، وبذلك فهم يصنعون أنفسهم . (جورارد، 1988 ، ص 36)

ويمكن أن يصنف شخصية مستقرة وغير مستقرة ، مما جعل العديد من العلماء يأخذ بهذين النمطين في وضع المعايير للأشخاص المستقرين ، وغير المستقرين نفسيا وهي :

1- كل شخص مستقر نفسيا ، هو شخص قادر على تكوين حالة من التوازن .

٢- الشخص المستقر نفسيا، ملتزم بالحياة ، وأنه يسعى وراء الأهداف التي يختارها .

٣- الشخص المستقر نفسيا هو ذلك الشخص الذي تكون لديه القدرة لتحمل المسؤولية، ومفهوم الوجودية عن المسؤولية مفهوم صارم جدا ، فهو لا يرتبط بالإنسان المتردد أو الضعيف والخاضع للأعراف والتقاليد .

4- الشخص المستقر نفسيا هو ذلك الشخص الذي يتمتع بتكامل الشخصية ، وطبقا لذلك يعد التفكك ، او ضعف التكامل بسبب صراع الذات ، وللتخلص من هذا الصراع يحاول الفرد أن يكون واعيا بذاته ،أو يؤكد وجوده الخاص غير المميز للوجود لأن إدراك الفرد لذاته يجعله شخصا متساميا، وفي نفس الوقت حرا . (الجميلي، 2004 ،ص 39)

وحسب النظرة الوجودية ، فأن شخصية الفرد المستقرة هي الشخصية التي تمتلك قدرة على االء الشجاعة الكافية في مواجهة تحديات، ولا يتم ذلك الا من خلال تعرف الفرد على قدراته واختبار امكاناته مما يجعله قادر على تحمل مسؤولية ونتائج افعاله ، فالاستقرار النفسي من وجهة نظر وجودية يكمن في مستوى حرية الفرد ومدى اختياره لقيمه الدينية التي تمكنه من التوجه الى الله وعبادته. (الخزرجي، 2006 ،ص 53)

ثالثا : الافكار الاستحواذية Obsessive Ideas

الأفكار الاستحواذية موضوعٌ يمس حياة الناس بشكل مباشر لأن خبرةَ الأفكار الاستحواذية كخبرة نفسية معرفيةٍ وشعوريةٍ هي خبرة تحدث في ٩٠ %من البشر في كل المجتمعات، ومعنى ذلك أن الوسوسة قديمة قدم العقل البشري ذاته ، أي أنها موجودة منذ خلقَ لله الإنسان، وبالرغم من ذلك لم يصل إلينا تفسير لها ، من حيث كونها خبرة بشرية عامة ، والشخص الذي لدية أفكار استحواذية عادة ما يعاني من أفكار ومن أفعال قهرية . (أبو هندي، ٢٠٠٤ ،ص ١٥)

يحدث لدى كثير من الناس أن تلح على خاطرهم فكرة معينة أو يشغلهم موضوع ، كأسم شخص معين أو أحد التصرفات من قبل زميل أو صحيفة وتلح الفكرة إلحاحا شديدا فنكررها ولا نستطيع الفكاك منها ولا نجد لها مخرجا وقد يستمر الإلحاح واقتحام العقل والتكرار فترة ما أو غالبا ما يختفي بعد ذلك ، ميل هذه الأفكار التي تقتحم عقولنا إلى الحدوث بتكرار أكثر في أثناء الخبرات الانفعالية العميقة كالقلق ومواجهة موقف عصيب أو حادث ضاغط ، وتزداد هذه الأفكار في حالات التعب أو التوتر وتتناقص في حالات الاسترخاء . (عبد الخالق، ٢٠٠٢ ، ص ١٦)

أن الأفكار الاستحواذية ما هي إلا أفكار أو اندفاعات قهرية تقتحم المجال الشعوري للفرد وتكون غير مرغوب فيها فتعكر مزجها ، وتثير فيه القلق، وتسمى بالأفعال القهرية أي ناتجة عن وجود أفكار استحواذية ، وفي البداية يمكن اعتبارها مثيرات تؤدي إلى رفع الطاقة الذاتية للفرد، وهي أفكار هائجة منتشرة لا معنى لها، وقد نجد الشخص يردد كلمات معينة أو نغمة معينة دون أن تكون لها علاقة بحدث محدد ، و غالبا ماتكون الأفكار الاستحواذية شكوكا . (ألخالدي، ٢٠٠١ ، ص ٢٦٨)

رابعا – النظريات التي فسرت الأفكار الاستحواذية

1 :– نظرية التحليل النفسي psychoanalytic theories

أرجع فرويد (Freud) عام (١٩٠٨) أصول الاضطراب إلى مرحلة التطور الشرجي السادي والذكريات المكبوتة عن الذنب الجنسي ، وحدد شنايدر (SHneider) عام (١٩٥٢) الأفكار الاستحواذية على أنها مستويات للوعي تصاحبها جوانب قهرية ذاتية لا يمكن استبعادها على الرغم من أدراك الفرد أنها عديمة الأهمية ، ورأى أوبري لويس (A.lewis) عام(١٩٣٦) أن أدراك الأفكار الاستحواذية أنها عديمة الأهمية ليس هو الطبيعة الأساسية للاضطراب فالأفكار الاستحواذية ليست دائما عديمة الأهمية أو سخيفة ، كما نقد (شنايدر) فيما ذهب إليه من أن الأفكار الاستحواذية مضادة لإرادة الفرد وعلى الرغم منه . (EL-sassdany,1996,p.21)

يرى فرويد الذين يعانون من الأفكار الاستحواذية قد حدث لهم (تثبيت Fixation) على المرحلة الشرجية من التطور النفسي الجنسي ، بسبب صراعات بين الوالدين والطفل لأجل تدريب على عادات الحمام (عبد الخالق، ٢٠٠٢ ،ص ٢٧٣) ، وتبعا للتحليل النفسي ليست الأفكار الاستحواذية سوى أعراض لصراعات نفسية داخلية المنشأ أضافه الى بعض العناصر الأخرى المكبوتة بنفس الصورة التي توجد عليها الأعراض العصابية حيث يجد الفرد طريقة آمنة نسبيا للتعبير عن أفكار ومشاعر مكبوتة عنده من خلال افكارة الاستحواذية وسلوكه القهري.(نصار،٢٠٠٧ ،ص ٥٧)

2 :- النظرية المعرفية

نظرة المعرفيين للإنسان أنه هو المسؤول عن أعماله وليس ناس من حوله (بيك ، 2000 ، ص21) ، وهو بإمكانه أن يتخلص من الحالة التي هو عليها عن طريق تصحيح الاستنتاجات الخاطئة ، وأن الفرد قادر على حل مشكلاته ولكنه بحاجة إلى من يوجهه . (الشناوي ، ١٩٩٤، ص56)، وأن الإنسان قادر على التخلص من مشكلاته الأنفعالية وإضطراباته النفسية إذا تعلم أن ينمي تفكيره الايجابي (المنطقي) الى أقصى درجة ممكنة ، وأن يخفض من الأفكار السلبية ، غير المنطقية ، والمبالغات الأنفعالية الى أدنى درجة ممكنة أيضا إن كل إنسان يقول لنفسه طوال الوقت – شعورياً أو لاشعورياً – أفكاراً وجملا باستمرار عن كل ما يتذكره وما يواجهه أو مايتصوره من مواقف ، وبناء على هذه الجمل أو بناء على مايقوله الفرد لنفسه بإستمرار ، يؤدي الى ضبطالإنفعال والإستقرار النفسي تبعاً لذلك الأسلوب يعتمد على تعديل الأفكار والمعتقدات السلبية والتي تؤدي الى التوتر والصراع النفسي . (كمال، ١٩٨٩ ، ص ٤٨٦)

واستنتج (ريد Reed) أن التفكير الاستحواذي يتسم بنقص في التضمين (Underindusion) أو بزيادة في تبسيط المفاهيم ويرجع كل من الشك وعدم الحسم لدى ذوي الأفكار الاستحواذية إلى عدم ثقتهم في استنتاجاتهم الخاصة وأن القائمين بطقوسهم يستخدمون مفاهيم خاصة وتنوعا

في أنماط تفكيرهم بالنسبة لكل المنبهات الاستحواذية او المحايدة .(عبدالخالق، ٢٠٠٢ ، ص ٢٩٢)

2/ دراسات سابقة

اولا: دراسات تناولت الاستقرار النفسي

١- دراسة الجميلي 2004 (الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات)

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الاستقرار النفسي لدى بعض شرائح المجتمع العراقي وهم (أساتذة الجامعة ، والأطباء ، والمدرسون ، والمعلمون ،والموظفون ، والعمال والفلاحون ، وطلبة الجامعة ، وطلبة الإعدادية) ، كما أستهدفت الكشف عن إسهام المتغيرات (الشرائح الأجتماعية ، والجنس ، والحالة الاجتماعية ، والتحصيل الدراسي ، والعمر) في الاستقرار النفسي، وقد تالفت عينة البحث الأساسية من (600) مستجيب أختيروا عشوائياً من (10) شرائح أجتماعية مختلفة من مجتمع مدينة بغداد، وبلغ العدد الكلي لأغراض التحليل الإحصائي (560) مستجيبا، وعينة بناء (300) من ضمن عينة التطبيق، وقد بنى الباحث مقياس الاستقرار النفسي الذي تألف من (56) فقرة ، بعد ان روعي فيه الصدق الظاهري وصدق البناء، والصدق العاملي وأستخراج الثبات بثلاث طرق هي أسلوب التجزئة النصفية ، ومعامل ألفا كرونباخ للأتساق الداخلي ، وطريقة اعادة الأختبار ، وتوصلت الى نتائج منها أن أفراد العينة لديهم استقرار نفسي عال ، و 49,29 % منهم يتمتعون بأستقرار نفسي واطئ . (الجميلي، 2004 ،ص ١)

٢- دراسة عبيد 2006 ((فاعلية الذات وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى المرشدين التربويين)).

أستهدفت الدراسة معرفة درجة فاعلية الذات والأستقرار النفسي عند المرشدين التربويين ، وكذلك معرفة العلاقة بين فاعلية الذات والاستقرار النفسي عند المرشدين التربويين، وتألفت عينة البحث من (400) مرشد ومرشدة ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية من المجتمع الأصلي للمرشدين التربويين في محافظة بغداد والبالغة (569) مرشداً ومرشدة ، وبنى الباحث مقياسي فاعلية الذات والأستقرار النفسي متبعاً الخطوات العلمية في بناء المقاييس النفسية مستخرجاً

مؤشرات الصدق والثبات للمقاييس ، وقد أظهرت النتائج أن المرشدين التربويين يتمتعون بفاعلية الذات وإستقرار نفسي عالٍ ، وهي علاقة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (05و0) ، والعلاقة ضعيفة بين فاعلية الذات والأستقرار النفسي لدى المرشدين التربويين . (عبيد ، 2006 ، ص – ط)

ثانيا:- دراسات تناولت الأفكار الاستحواذيه

١- دراسة (صالح ٢٠٠٠)((اثر برنامج جمعي في تعديل السلوك لخفض بعض أشكال الوساوس القهرية)) .

بلغت العينة من (١٠) أشخاص كل (٥) منهم في مجموعة ، و استخدم التصميم التجريبي للمجموعتين ذات الاختبار القبلي والبعدي ، وأسفرت النتائج عن انخفاض الأعراض لدى المجوعة التجريبية بظهور فروق ذات دلالة بينها لصالح المجموعة التجريبية ، وخرج البحث بمقترحات وتوصيات . (صالح، ٢٠٠٠ ،ص ٥٨)

٢- دراسة سعفان (٢٠٠٢) ((فعالية برنامج أرشادي انتقالي في خفض الوساوس والأفعال القهرية المرتبطة بالشعور بالذنب)) .

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين الشعور بالذنب والوساوس القهرية، وقد اختيرت عينة عشوائية من طلاب الدبلوم من الجنسيين ، وتكونت العينة من (١٦٤) ، واستخدم الباحث في الدراسة الحالية اختبار((بادو)) للوساوس والأفعال القهرية والشعور بالذنب ، وقام الباحث باستخدام أسلوب أرشادي جماعي، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائيا بين الشعور بالذنب والوساوس والأفعال القهرية ، وبينت النتائج إلى أن التدخل الإرشادي القائم على أعادة الفهم والموجة إلى خفض الشعور بالذنب كان له فاعلية في خفض الشعور بالذنب . (سعفان، ٢٠٠٢ ،ص ٥٥)

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل الإجراءات المتبعة في البحث الحالي لتحقيق أهداف البحث، وتحديد العينة وتحديد أدوات البحث وإجراءات القياس وأهم الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث الحالي.

اولأ:- منهجية البحث :

يتطلب الوصول لأهداف البحث الحالي وصف كمي للاستقرار النفسي والأفكار الاستحواذية عند طلاب المرحلة الإعدادية ولغرض التعرف على العلاقة بينهم يتطلب هذا أتباع المنهج الوصفي ووصف الحقائق وتوضيحها بدلالة الحقائق المتوفرة ، والبحث الوصفي أكثر من مجرد بيانات إذ أن عمل الباحث الحقيقي يبدأ بمتابعة هذه البيانات بعناية وتفسيرها واكتشاف المعاني والعلاقة الخاصة بها .

ثانيا :- مجتمع البحث :

يقصد بالمجتمع مجموعة كلية من عناصر يسعى الباحث إلى تعميم النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة عليها ، ويتكون مجتمع هذا البحث من طلاب المرحلة الإعدادية في مدرستين من مدارس محافظة البصرة البالغ عددهم (1019) طالباً .

ثالثا :- عينة البحث :

تعد عملية اختيار العينة مشكلة تواجه الباحث أحيانا إذ يجب معرفة بعض الاعتبارات التي يمكن من خلالها تحديد حجم العينة ، وفي هذا المجال يرى (Ebel) أنه كلما كانت العينة كبيرة وواسعة هو الأفضل عند اختيار العينة ، لاعتقاده انه ازدياد حجم العينة يقلل من احتمال وجود الخطأ (الكبيسي والجنابي، ١٩٨٧). وفي ضوء ماتقدم تم اختيار العينة لتشمل(200) طالب من طلبة المرحلة الإعدادية (الهارثة للبنين ، التضحية للبنين) في محافظة البصرة كما موضح في الجدول (1) .

جدول (١)

عينة البحث

المرحلة	الصف	عدد الطلاب
الإعدادية	الرابع	٦٦
	الخامس	٦٨
	السادس	٦٦
المجموع		٢٠٠

رابعا:- أداتا البحث :

بما ان البحث الحالي يرمي إلى تعرف العلاقة بين الاستقرار النفسي وعلاقته بالأفكار الاستحواذية لدى طلاب المرحلة الإعدادية ، لذا تطلب البحث وجود أداتين ملائمتين لقياس(الاستقرار النفسي، الأفكار الاستحواذية).

(ولذلك قام الباحث ببناء مقياس الأفكار الاستحواذية ، وتبني مقياس (صادق ٢٠١٢) لقياس الاستقرار النفسي . وسوف يتم عرض لكل مقياس من المقاييس التي تم الاستعانة بها.

مقياس الاستقرار النفسي :

تبنى الباحث مقياس الاستقرار النفسي الذي اعدته صادق (٢٠١٢) ، ويتكون المقياس من (35) فقرة ومن ثلاثة مجالات يجيب عنها باختيار أحدى البدائل الثلاث الموجودة أمام كل فقرة وهي (تنطبق علي ، تنطبق علي بدرجة ما ، تنطبق علي نادرا) ، وقد تم اعتماد هذا المقياس وتبنيه وهذا ما يسهل تطبيقه لتشابه الأفكار والسلوكيات وكذلك موافقة الخبراء عليه .

وقد تم استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس و هي :-

اولا :- الصدق : وتم التحقق من نوعين من الصدق هما:

1- **الصدق الظاهري** , وتم التحقق من هذا النوع من الصدق بعرض الاداة على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال الارشاد النفسي والعلوم التربوية والنفسية .
2- **صدق البناء:** وتم ذلك من خلال استخراج القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالمجال وعلاقة المجال بمقياس ككل.

ثانيا :- الثبات :

تم استخراج الثبات للمقياس بطريقتين هما:-

1- طريقة الاتساق الداخلي (طريقة الفاكرومباخ) وقد كان معامل الثبات (0.74)

٢- معامل الاتساق الخارجي بطريقة أعادة الاختبار وقد كان مقداره (0.79)

مقياس الأفكار الاستحواذية :

بما ان البحث الحالي يهدف إلى قياس الأفكار الاستحواذية لدى طلاب المرحلة الإعدادية وفق تقديراتهم لأنفسهم ، لذا قام الباحث ببناء استبانة لقياس الأفكار الاستحواذية الذي أعده لهذا

الغرض. وهو أداة مناسبة لمجتمع البحث الحالي، و تم تطبيقه على طلاب المرحلة الإعدادية في مركز محافظة البصرة و هو أداة ملائمة للبحث.

ويتكون المقياس من مجالين ، في كل مجال (١٤) فقرة بحيث عدد فقرات المقياس (28) فقرة يجيب عنها باختيار أحدى البدائل الموجودة أمام كل فقرة هي (تنطبق علي كثيرا ،تنطبق علي دائما ،تنطبق علي أحيانا ، تنطبق علي نادرا)) وتحسب الدرجات على كل فقرة من فقرات المقياس حيث تراوحت درجات الاستجابة لكل فقرة من فقرات المقياس من (4 – 1) هي تقابل البدائل الاربعة كما موضح في الجدول (2) .

جدول (٢)

بدائل فقرات مقياس الأفكار الإستحواذية ودرجاتها

البدائل	درجة الأستجابة
كثيراً	٤
دائماً	٣
أحياناً	٢
نادرا	١

ثم جمع درجات البدائل للحصول على درجة كلية من المقياس وطبقت هذه الطريقة على جميع الاستمارات.

ثم استخرج الباحث الخصائص السايكومترية لفقرات المقياس :

أولا :-صدق الاداة :-

تم استخراج الصدق بأكثر من طريقة هي الصدق الظاهري ، وصدق البناء.

ثانيا :-ثبات المقياس :-

استخرج الثبات بطريقتين هما:-

1 – طريقة أعادة الاختبار ،وقد كان معامل الثبات الذي قيس بهذه الطريقة بلغ(0.83)

٢ – طريقة الفاكرونباخ ،وقد كان معامل الثبات (0.86)

اجراءات البحث في استخراج صدق وثبات المقياس :-

اولأ:- الصدق:-

يعد الصدق من أكثر المؤشرات القياسية أهمية للمقياس، فالمقياس الصادق هو الذي يقيس ما اعد لقياسه او الغرض الذي اعد من اجله (Franssella, 1980) وتحقق الصدق الظاهري في المقياس الحالي حيث تم عرضه على بعض خبراء في قسم الإرشاد النفسي وقسم العلوم التربوية والنفسية .

ثانيا :- الثبات:-

يراد بثبات المقياس معرفة مدى الدقة والاتساق في أداء الإفراد والاستقرار في النتائج ، فهو يعطي الاتساق بفقرات المقياس بصورة منتظمة .(الخطيب، ١٩٨٥، ص135)

وقد قام الباحث بإيجاد الثبات بطريقتين هما:-

١- طريقة أعادة الاختبار:

معامل الثبات الذي تم حسابه بطريقة أعادة الاختبار يشير الى استقرار استجابات المفحوصين على المقياس حيث يفترض ان تكون السمة ثابتة مستقرة خلال الفترة الزمنية الواقعة بين التطبيق الأول والثاني ، (عودة، ١٩٩٨) ، لذا فان الباحث تحقق من ثبات المقياس بهذه الطريقة حيث طبق المقياس عل عينة مكونه من (30) طالب ثم أعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها بعد مرور (١٥) يوم من التطبيق الأول ، وتم حساب معامل الارتباط لبيرسون بين التطبيقين الأول والثاني وكانت قيمة معامل الارتباط (0.83) مما يشير الى معامل ثبات يمكن الركون اليه ،إذ يشير عودة إلى أن الثبات العالي يعني اتساق النتائج .

٢- طريقة الفاكرونباخ :

تعتمد هذه الطريقة على الاتساق في أداء الأفراد من فقرة لأخرى (ثورندايك ،١٩٨٩ ، ص ٧٩)، ويمثل الفاكرونباخ متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة المقياس ، إلى أجزاء بطريقة مختلفة وقد بلغ معامل ثبات الفاكرونباخ (0.86) وهو معامل ارتباط يمكن الوثوق به.

الوسائل الاحصائية :

١-الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين لغرض حساب القوة التميزية بين المجموعتين المتطرفتين.

٢-معامل ارتباط بيرسون (Spearman-Brown) لاستخراج الثبات بطريقة اعادة الاختبار.

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

تم عرض النتائج وفقاً لأهداف البحث :

١- قياس الاستقرار النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية .

لقد أظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الاستقرار النفسي على عينة البحث ان متوسط درجات الاستقرار النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية المشمولين بالبحث هو(53.8) بانحراف معياري مقداره (18) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (70) وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية (17,6) تبين انه ذي دلالة معنوية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (199) ، وكما موضح في الجدول (4)

جدول (٤)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات الاستقرار النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية

متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٥٣ ، ٨	١٨	٧٠	١٧,٦	١,٩٦	٠.٠٥

ومن الجدول يتضح أن طلاب المرحلة الإعدادية كما كشف عنه البحث يعانون من عدم استقرار نفسي باعتبار ان الدرجة العالية في المقياس تؤشر إلى تكوين أفكار استحواذية .

2–قياس الأفكار الاستحواذية لدى طلاب المرحلة الإعدادية .

لقد أظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الأفكار الاستحواذية على عينة البحث ان متوسط درجات الأفكار الاستحواذية لدى طلاب المرحلة الإعدادية المشمولين بالبحث هو (84) بانحراف معياري مقدار (16) وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (70) وعند اختبار الفروق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان القيمة التائية (5,66) اي أنه ذي دلالة معنوية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية(199) ، وكما موضح في الجدول (3) .

جدول (٣)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات الأفكار الاستحواذية لدى طلاب المرحلة الإعدادية

متوسط العينة	الأنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٨٤	١٦	٧٠	٥,٦٦	١,٩٦	٠.٠٥

مما يشير إلى أن عينة البحث لديها درجة عالية من الأفكار الاستحواذية.

٣– تعرف العلاقة بين الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية .

اعتمد الباحث في قياس العلاقة بين متغيري الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي على معامل ارتباط بيرسون . حيث بلغ معامل الارتباط (0.75) وهو معامل ارتباط يمكن الركون اليه مما يشير إلى أن هناك علاقة بين الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي ، أي كلما اصبح لدى الطالب عدم استقرار نفسي زاد تكوين أفكار استحواذية لديه .

الاستنتاجات :

١–أن الطلاب الذين لديهم أفكار استحواذية يعانون من عدم استقرار نفسي الذي يشعرون أنهم غير مقبولين من الآخرين.

٢-أن الطلاب الذين لا يشعرون بأمن واستقرار نفسي يكونون اقل ثقة بأنفسهم واقل اندماج بالمجتمع.

التوصيات :

في ضوء ما توصلت اليه الدراسة الحالية من نتائج فان الباحث يوصي بالآتي :-

1 – ضرورة تركيز الدراسات المنفسية والبحوث العلمية على البيئتين الأسرية والمدرسية بهدف معرفة جميع العوامل والأسباب التي تكمن وراء الأفكار الاستحواذية هذة المرحلة العمرية.

2 – عقد دورات تدريبية للمرشدين وأولياء أمور الطلاب يحاضر قيها أساتذة متخصصين في علم النفس لغرض تدريبهم على كيفية التعامل مع الطلاب اللذين لديهم أفكار استحواذية والاضطرابات الأخرى .

٣-تأكيد دور المرشد التربوي في العناية بالجوانب المعرفية والاجتماعية والوجدانية.

المقترحات :

يقترح الباحث ما يلي :

١- إقامة دراسة مشابهة على طلاب الجامعة.

٢- إجراء دراسة حول مقارنة الأفكار الاستحواذية باعتماد الجنس (ذكور – اناث).

reference

اولا: المصادر العربية

1 – ابراهيم ، لطفي عبدالباسط (1987): عمليات تحمل الضغوط وعلاقتها بعدد من المتغيرات لدى المعلمين، مجلة مركز البحوث التربوية العدد (5) .

٢- أبو أسعد، عربيات، أحمد (٢٠٠٩): نظريات الإرشاد النفسي والتربوي. ط ١ ، دار المسيرة ، عمان، الأردن.

٣- أبو هندي ، وائل (٢٠٠٣): الوسواس القهري من منظور عربي اسلامي ، (عالم المعرفة ؛ ٢٩٣) المجلس الوطني للثقافة و الفنون والآداب، الكويت.

٤- بطرس ، حافظ بطرس (٢٠٠٨): المشكلات النفسية وعلاجاتها ، ط 1 ، دار المسيرة للنشر و التوزيع ، عمان .

٥- بيك، آرون ووليامز، مارك وسكوت، جان (٢٠٠٢): العلاج المعرفي والممارسة الاكلينيكية (موسوعة علم النفس العيادي) ترجمة حسن عبد المعطى ،القاهرة ،دار زهراء الشرق.

٦- ثورندايك، روبرت وهيجن ، اليزابيت (١٩٨٩): القياس والتقويم في علم النفس ، ترجمة عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتاب الاردني، عمان.

٧- جاد، سهير (١٩٨٨) : مشكلة الثقافة والخصائص التثقيفية للتلفزيون ، مجلة القافلة .

٨- الجبوري ، كاظم جبر، (٢٠٠٥) : أثر العلاج السلوكي المعرفي في تعديل البنى المعرفية للمصابين بالاكتئاب ، أطروحة دكتوراه ، كلية الآداب – الجامعة المستنصرية .

٩- الجسماني، عبد علي (١٩٩٨): سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الاساسية ، الدار العربية للعلوم.

١٠ – الجميلي، كريم حسين حمد صالح (٢٠٠٤): الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات، الجامعة المستنصرية، كلية الآداب، رسالة ماجستير غير منشورة .

١١ – جورادر، سدني وتيد لاندزمن (١٩٨٨) :الشخصية السليمة، ترجمة: الكربولي حمد دلي والحمداني موفق، مطبعة التعليم العالي، بغداد، العراق .

١٢ – حسين ، طه عبد العظيم (٢٠٠٧): الارشاد النفسي : النظرية – التطبيق – التكنولوجيا، الاردن ، دار الفكر .

13 – الحفني ، عبدالمنعم (1991) : موسوعة التحليل النفسي ، المجلد الأول ، مكتبة مدبولي، القاهرة .

١٤ – الخالدي ، أديب (٢٠٠١): الصحة النفسية، ط ١، الدار العربية للنشر والتوزيع، المكتبة الجامعية، غريان، ليبيا.

١٥ – الخزرجي، سناء صاحب محمد (٢٠٠٦): القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

١٦ – الخطيب، احمد وآخرون (١٩٨٥) : البحث والتقويم التربوي، عمان، دار المستقبل للنشر والتوزيع.

١٧ – رزوق، اسعد (١٩٧٧): موسوعة علم النفس ،ط 1، مطبعة الشروق ، بيروت.

١٨ – الشمري، جاسم فياض (٢٠٠٥): الإنسان وعلم النفس في ضوء القرآن الكريم ،دمشق .

19 – الشناوي ، محمد محروس (1994) : العملية الأرشادية والعلاجية ، دار الغريب، القاهرة.

٢٠ – الشويلي ، ميثم علي حسين (٢٠١٠): الأسلوب المعرفي (الجارفة – الحذر) وعلاقته بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة، الجامعة المستنصرية ،آداب علم النفس والارشاد التربوي، رسالة ماجستير .

21 – صادق ، مروة شهيد (2012) : الأستقرار النفسي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الأعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى .

22 – صالح ، قاسم حسين (2000) : التفكير الأضطهادي وعلاقته بأبعاد الشخصية ، كلية الآداب ، جامعة يغداد ، أطروحة دكتوراه غير منشورة .

٢٣ – عبد الخالق ،أحمد (٢٠٠٢): الوسواس القهري – التشخيص والعلاج ، جامعة الكويت: مجلس النشر العلمي .

٢٤ – عبد العزيز، مفتاح محمد (١٩٩٧): القرآن وعلم النفس، ط ١، منشورات قار يونس – بنغازي.

٢٥ – العبيدي ، محمد جاسم (٢٠٠٨) :مشكلات الصحة النفسية – أعراضها وعلاجها ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .

٢٦ – عبيد ، سالم حميد (٢٠٠٦): فاعلية الذات وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى المرشدين التربويين ، رسالة ماجستير كلية التربية، الجامعة المستنصرية .

٢٧ – علي ، إسماعيل علي (١٩٩٥) : نظرية التحليل النفسي واتجاهاتها الحديثة في خدمة الفرد ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية .

28 – عودة ، احمد سلمان وملكاوي ، فتحي حسن (1992): أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، ط2 ، جامعة اليرموك ، الأردن .

٢٩ – الكفافي ، النيال وسهير محمد سالم (٢٠١٠): نظريات الشخصية (الارتقاء– النمو– التنوع) ، ط 1 ، دار الفكر للنشر، القاهرة .

٣٠ – كمال ، علي (١٩٨٩): النفس، انفعالاتها وامراضها وعلاجها ، الجزء الاول ، الطبعة الرابعة ، دار واسط .

٣١ – الانصاري ، بدر محمد (٢٠٠٠): التفاؤل والتشاؤم – المفهوم والقياس والتعلقات ، ط1، الكويت ، جامعة الكويت.

٣٢ – نصار، كريستين (١٩٩٨): أتجاهات معاصرة في العلاج النفسي – نحو تكاملها وتدامجها واقعيا وتطبيقا ، بيروت ، شركة المطبوعات .

33 – هول ، كاليفن و لندزي ، ج (1971) : نظريات الشخصية ، ترجمة : فرج أحمد وآخرون، القاهرة، الهيئة المصرية العامة.

٣٤ – هول، كالفين وليندزي، جاردنر (١٩٧٨): نظريات الشخصية، ترجمة احمد فرج احمد ومحمد عثمان نجاتي ، ط 2، دار المشاريع للنشر ، القاهرة .

ثانيا: المصادر الاجنبية

Anastasi , A .(1976): Psychological testing , New York, Mac–Millan .

Back, A . (1991).Cognitive therapy.American Psychologist,46:368–37

Beach ,H, R. (1992). a . behavioral approach to the management of st ress practical .

Breslin, F.C, Zack,(2002): An information – processing analysis of minfulness : implicayions for relapse prevention in the treatment of substance abuse .clinical psychology .

Ferguson , G & Takan , Y. (1980) ; Statistical Analysis in Psychology & Education, MC. Graw Hill Book. Co., N. Y.