العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت

د. حسن عبدالله الحميدي

كلية التربية الأساسية

الهيئة العامة للتعليم التطبيقي

دولة الكويت

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على دلالة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وبين الرضا عن الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت، وتحديد الأفكار اللاعقلانية المنبئة بالرضا عن الحياة، والتعرف على دلالة الفروق في الأفكار اللاعقلانية والرضا عن الحياة بين الذكور والإناث. تكونت عينة الدراسة الحالية من طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت من الجنسين من مختلف المحافظات، وبلغ عددهم (٢٩٠) طالبا وطالبة منهم (١٤٥) طالبا، و(١٤٥) طالبة، وتراوح المدى العمري للعينة بين (١٤- ١٨) عاما. بمتوسط قدره (١٦,١) سنة وانحراف معياري (١,٢) سنة. تكونت أدوات الدراسة من مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين تعريب وإعداد معتز سيد عبد الله، ومحمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٢) ومقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد للطلبة (MSLSS).

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين درجات المقياس الكلى للرضا عن الحياة ومجالاته الفرعية وبعض الأفكار اللاعقلانية، كما تبين اختلاف طبيعة الارتباط بين مجالات الرضا عن الحياة والأفكار اللاعقلانية بكل من عينة الذكور والإناث. وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في ٤ من الأفكار اللاعقلانية هي طلب الاستحسان، والاعتمادية، والانزعاج لمشاكل الآخرين لصالح الذكور، والقلق الزائد لصالح الإناث، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناث في أبعاد الرضا عن الأقران، والرضا عن الذات، والمقياس الكلى للرضا عن الحياة.وكانت معادلة التنبؤ ذات دلالة إحصائية في التنبؤ بكل من المقياس الكلى للرضا عن الحياة، وفي ٣ مجالات من مجالاته، بينما لم تكن المعادلة ذات قدرة تنبؤية دالة بمجالي الرضا المدرسي والرضا عن الذات، وتبين أن فكرتي الشعور بالعجز، واللوم القاسي للذات والآخرين تسهمان في التنبؤ بصورة دالة بالرضا عن الحياة وبعض مجالاته

المقدمة

تفترض النظرية المعرفية أن الناس يدركون الأحداث من منطلق معتقداتهم والطرق التي يتبعونها في التفكير. وتتحدد الاستجابة لهذه الأحداث وفقاً لمدى معقولية أو عدم معقولية هذه المعتقدات، فإذا كانت المعتقدات تتصف بعدم العقلانية، كانت العواقب غير مرغوب فيها وتعكس حالة من الاضطراب والخلل الوظيفي، أما إذا كانت عقلانية، فمن المتوقع أن تكون النواتج إيجابية مصحوبة بحالة من الرضا (منازع، ٢٠٠٨: ٤٧). وعليه فإن تفسير الفرد للأحداث هي التي تحدد طبيعتها هل هي مؤلمة أم سارة، كما يترتب عليه ما قد يخبره من مشاعر متباينة قد تصل إلى حد المشاكل النفسية، أو الرضا والسعادة والصحة النفسية.

وبناء على النظرية المعرفية، فإن تقييمات الفرد للأحداث يحدد شعوره بها، ورد فعله نحوها، وقد أهتم الباحثون على مدار السنوات الماضية بدراسة معتقدات الفرد وأفكاره اعتمادا على النظرية المعرفية نظرا لدور هذه النظرية ونتائجها في تفسير التكوين النفسي للأفراد، وتحديدها لمجموعة من الأفكار والمعتقدات التي ترى أنها غير عقلانية وغير منطقية وذات تأثير سلبي على مشاعر الفرد وتكوينه النفسي. كما انشغلوا بدراسة علاقة أفكار ومعتقدات الفرد بالرضا عن الحياة. وقد توجه الباحثون لدراسة الرضا عن الحياة من خلال الصفات والسمات الشخصية والفروق الفردية، وتأثير العوامل الديموغرافية، واختلاف الظروف البيئية والعوامل الثقافية ويلعب النضج والواقعية والاستقلالية دوراً في تقييم الرضا عن الحياة الذي يقاس من خلال المنظور والتقييم الذاتي للأفراد (Diener, 2000).

ويأتي ارتباط الرضا عن الحياة بمعتقدات الفرد وأفكاره؛ لكون الرضا عن الحياة هو تقييم الأفراد لحياتهم من وجهة نظرهم الخاصة، ومن ثم تزداد أهمية دراسة العلاقة بين معتقدات الفرد وأفكاره وبين رضاه عن الحياة في مرحلة المراهقة لما تمثله هذه المرحلة من أهمية ودور في تشكيل شخصية الفرد

وصحته النفسية وتقييمه لمستوي حياته، لذا فقد سعت الدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين أفكار المراهقين وبين مستوى تقييمهم للرضا عن الحياة.

مشكلة الدراسة

تأتي مشكلة الدراسة الحالية من قلة الدراسة العربية التي اهتمت بدراسة العوامل المرتبطة بالرضا عن الحياة بمرحلة المراهقة على الرغم من أهمية التعرف على تقييم المراهقين لمستوى رضاهم عن حياتهم في تلك المرحلة التي يتوجه فيها المراهق نحو تكوين صورة مستقرة عن ذاته وعن العالم المحيط به. وأحد المتغيرات ذات الأهمية في تكوين تلك الصورة وتحديد مستوى رضاه عنها هي معتقدات الفرد وأفكاره وطبيعتها وهو ما نبه إليه إليس Ellis في نظريته العقلانية الانفعالية. وتأتى الدراسة الحالية لتحاول الإجابة عن تساؤل لم تتطرق إليه الدراسات في البيئة الكويتية من قبل إلى حد علم الباحث؛ وهو: ما الأفكار غير العقلانية ذات العلاقة بالرضا عن الحياة لدى المراهقين الكويتيين في المرحلة الثانوية؟

أسئلة الدراسة

يصوغ الباحث أسئلة دراسته كالتالي :

١ - هل توجد علاقة دالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وبين الرضا عن الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

٢ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوي بدولة الكويت تعزى للجنس؟

٣ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للرضا عن الحياة وأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوي بدولة الكويت تعزى للجنس؟

٤ - هل تسهم الأفكار اللاعقلانية بصورة دالة في التنبؤ بدرجات الرضا عن الحياة وأبعاده الفرعية لدى طلبة المرحلة الثانوي بدولة الكويت ؟

أهداف الدراسة

يهدف الباحث في دراسته الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين أفكار المراهق اللاعقلانية وعلاقتها برضاه عن حياته، ومحاولة تفسيرها والتنبؤ بها، ومعرفة دور عامل الجنس بها وتفسير هذا الدور.

أهمية الدراسة

تأتي أهمية الدراسة الحالية من دراستها للرضا عن الحياة الذي يعد من متغيرات علم النفس الإيجابي الذي يهتم بتفعيل دور علم النفس في رفع مستوى سعادة الفرد وتحقيقه لذاته وزيادة إنتاجه وتحسين مستوى ونوعية حياته، وتعزز الدراسة الحالية من نطاق دراسات ذلك الفرع في البيئة العربية خاصة بالمجتمع الكويتي.

والأهمية الثانية للدراسة الحالية تنبثق من المجتمع الذي تعنى بدراسته وهم فئة المراهقين، الذين يمثلون طاقة الشعوب وأملها، ويسهم زيادة فهم تكوينهم النفسي في حسن إعدادهم وتوجيههم،وتحسين مستوى الخدمات المقدمة لهم.

كما تكتسب الدراسة الحالية أهمية من خلال ما تقدمه من نتائج للباحثين والتربويين المعنيين بالمراهقين لتساعدهم في وضع البرامج والتربوية والنفسية الملائمة لهذه الفئة لتحسين مستوى تفكيرها ورفع مستوى رضاها عن حياتها.

مصطلحات الدراسة

الرضا عن الحياة: تعرفه عبد المقصود بأنه "حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر في سلوكه، وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته وللآخرين وللبيئة المدركه وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة" (عبد المقصود، ٢٠٠٩: ٢٤٩).

ويعرفه Chen et al. "شعور الفرد وتقديراته المعرفية لجودة حياته، ويعكس تقديره العام لنواحي معينة في حياته كالأسرة والمدرسة والذات والبيئة التي يعيش بها وأهم الأمور المرتبطة بحياته اليومية؛ (Chen et al., 2006).

ويعرفه الباحث إجرائيا بأنه درجة تقييم المراهقين لمستوى رضاهم عن الأسرة والأقران والذات والمدرسة ومكان الإقامة كما يقيسها مقياس الرضا عن الحياة (Huebner, 2001) من ترجمة وإعداد الباحث الحالي.

الأفكار اللاعقلانية: عرف أليس الأفكار اللاعقلانية بأنها تلك المجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية التي تتميز بعدم موضوعيتها والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، وعلى مزيج من الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل بدرجة لا تتفق والإمكانات الفعلية للفرد (Ellis, 1977: 2).

وتعرف إجرائيا بأنها درجات المراهقين على أبعاد الأفكار اللاعقلانية كما يقيسها مقياس (Hooper & Layne, 1983) ترجمة وإعداد معتز سيد عبد الله ومحمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٢)

الاطار النظري

أولا : الرضا عن الحياة

يرى (الدسوقي، ١٩٩٨) الرضا عن الحياة باعتباره دليل على تقبل الفرد وتحمسه للحياة والإقبال عليها والرغبة الحقيقية في أن يعيشها. ويتفق العديد من الباحثين على أن الشعور بالرضا عن الحياة يشير إلى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وتقديره لذاته، والتنبؤ بمراحل حياته المستقبلية (عبد الخالق، ٢٠٠٨). وتعددت المناحي النظرية لمفهوم الرضا عن الحياة كما يشير دينر وريان Diener & Ryan على اعتباره مفهوماً أحادي البعد يمثل تقييماً ذاتياً يحدث ضمن الخبرة التي يمر بها الفرد ويمكن قياس مظاهره بشكل موضوعي من خلال السلوك اللفظي وغير اللفظي (Dienar & Ryan, 2009).

وهناك أهمية علمية وتطبيقية لمفهوم الرضا عن الحياة، لكونه بنية نفسية متعددة الأبعاد ترتبط بالعديد من المتغيرات، وتعد هذه البنية المؤشر الأساسي للنجاح في تكيف الفرد مع ظروف الحياة المتغيرة ويعكس تقديره العام لنواحي معينة في حياته كالأسرة والذات، والمجتمع (Gilman et al., 2006).

كما يرتبط الشعور بالرضا عن الحياة ارتباطاً وثيقاً بنجاح الفرد في حياته، كما يسهم إسهاما كبيراً في عملية تكيفية الشخصي والاجتماعي، وفي نظرته الخاصة إلى العالم وإلى أبعاد عالمة الخاص (ميخائيل، ٢٠١٠).

ويذكر سولدو وهيبنر (Suldo & Huebner, 2006) أن الرضا عن الحياة مفهوم ذو طبيعة متعددة، وأن إغفال تلك الطبيعة لا يتيح لنا تحديد مجالات الرضا عن الحياة وكشف اتجاهاتها والعوامل الكامنة ورائها. وقد أعد هيبنر في ضوء ذلك الفهم للرضا عن الحياة مقياسا يهدف إلي تقييم مستوى الشعور بالرضا عن الحياة لدى كل من الأطفال والمراهقين، وأوضح أن إعداد هذه الأداة جاء نتيجة قصور في أدوات قياس الرضا عن الحياة الموجودة التي كانت محددة ببعد واحد بصفة عامة، وبالتالي يؤدي إلى درجة كلية واحدة.

كما يرى هيبنر أن الرضا عن الحياة هو تقييم الأفراد لحياتهم من وجهة نظرهم الخاصة. وهذا التقييم يخضع لجانبين، في جانبه الأول: معرفي يتمثل في إدراك الأفراد وتقيمهم للحياة بشكل عام أو تقييم جوانب محددة من الحياة مثل البيئة، والمجتمع والانجاز والأسرة. وفي جانبه الثاني: تقييم الأفراد لحياتهم بناء على تكرار الأحداث السارة التي تسبب إما السعادة والهناء الشخصي أو التوتر والقلق والضغط، وبالتالي الشعور بالرضا أو عدم الرضا بدرجاته المختلفة (Huebner, 2001).

وأمكن تحديد مجموعة من الأبعاد التى تشير إلى مستوى الرضا عن الحياة أشار إليها فرانكين (Franken, 1994: 261) وهي :

١ - السعادة: وهي مقدار ما يشعر به الفرد من سعادة وشعور بالرضا وارتياح عن ظروف حياته.

٢ - الاستقرار النفسي: ويتمثل في الرضا عن النفس والشعور بالبهجة والتفاؤل تجاه المستقبل.

٣ - التقدير الاجتماعي: ويتمثل في ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته والإعجاب بسلوكه الاجتماعي.

٤ - القناعة: وتعبر عن رضا الفرد وقناعته بما وصل إليه واقتناعه بمستوى الحياة التي يعيشها.

٥ - الاجتماعية: وهي وصف لسلوك الفرد بالتسامح والمرح وميله إلى الضحك وتبادل الدعابة وتقبل الآخرين والتعايش معهم.

٦ - الطمأنينة: وتعبر عن استقرار الحالة الانفعالية ممثلة في النوم الهادئ المسترخي والرضا عن الظروف الحياتية وتقبل نقد الآخرين.

كما يعد الرضا عن الحياة مؤشراً مهما من مؤشرات السعادة الوجدانية الذاتية well-being ويعكس نظرة استبشار نحو المستقبل (عبد الخالق، ٢٠٠٨). وتزداد أهمية الرضا عن الحياة في مرحلة المراهقة، حيث أوضحت نتائج العديد من الدراسات اهمية تقدير الرضا عن الحياة لدى المراهق وانعكاسها على مجمل حياته النفسية والشخصية والعلمية (عبد المقصود، ٢٠٠٦).

ثانياً - الأفكار اللاعقلانية

تفترض نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكى في تفسير السلوك أن أفكار الفرد وطريقة تفكيره تؤثر في سلوكه ومشاعره، حيث إن التفكير والانفعال والسلوك مكونات متفاعلة، فلا يمكن القول أن الإنسان ينفعل فحسب، وذلك لأنه وهو في قمة الانفعال يفكر، ويُترجم انفعالاته إلى نشاطات خارجية. وبالمثل فالقيام بعملية تفكير في حل مشكلة ما مثلاً تكون مصحوبة بجوانب انفعالية متعلقة بالموضوع الذي يفكر فيه الشخص، فضلاً عن ظهور جوانب حركية وسلوكية تصاحب عملية التفكير والانفعال بالموضوع. وعندما يصدر

الإنسان سلوكاً ما كاستجابة لمثير خارجي فإن التفكير يتوسط بين ظهور هذا المنبه والاستجابة له. فالتفكير إذاً يكون بمثابة همزة الوصل بين الاستجابة (الانفعالية أو الحركية) والموقف الذي يسببها. والاضطراب الانفعالي بهذا المعنى ليس حالة وجدانية منعزلة، بل هو عبارة عن جوانب متكاملة ومتفاعلة من النشاط الداخلي (المعرفي) والخارجي (الحركي والسلوكي) الذي وإن بدت مظاهره متنوعة فإنها في الحقيقة مترابطة ومتلاحمة (العازمي، ٢٠١٠: ٣٧).

ويتكون نسق الاعتقادات عند أليس من الأفكار العقلانية، والأفكار اللاعقلانية. حيث **يتصف النسق الأول** (الأفكار العقلانية) بأنها أفكار منطقية، وواقعية، وحياتية، أي متسقة مع الواقع، وتساعد الفرد على تحقيق أهدافه والتوافق النفسي، والتحرر من الاضطرابات الانفعالية، وتؤدي بالفرد إلى الإبداع والإيجابية والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، كما أنها ليست أفكاراً مطلقةً، فضلاً عن أنها تزيد من مشاعر المتعة والسعادة، ويصبح تحقيق الأهداف أسهل منالاً. **أما النسق الثاني** من الاعتقادات، فهو يشمل الأفكار اللاعقلانية، وتكون هذه النوعية من الأفكار هي المسئولة عن إحداث الاضطرابات الانفعالية، والسبب في معظم الأعراض المرتبطة بالضغوط لدى الفرد، كما أنها تسيطر على تفكيره وتوجه سلوكه، فضلاً عن أنها أفكار غير واقعية، وغير منطقية، وغير إمبريقية، وغير مرنة، ودوغماتية في طبيعتها، ومطلقة، وغير ملائمة، وتؤدي إلى نتائج انفعالية غير سارة، ويُعبر عنها الفرد لفظياً في شكل الوجوبيات مثل (يجب أن، ينبغي أن، من الضروري أن...)، وتؤدي إلى هزيمة الذات، وغالباً ما تكون نتاج الخصائص الفطرية وعملية التعلم. ويشير أليس إلى أن الاضطراب الانفعالي يرتبط أساسا باعتناق الفرد لبعض الأفكار التي تخلو من المنطق والعقلانية، ويستمر هذا الاضطراب باستمرار تبنى الفرد وتزويده لهذه الأفكار(في الصقهان، ٢٠٠٥: ٤٦).

وتقوم النظرية المعرفية عند أليس على مجموعة من القواعد والافتراضات من بينها:

* أن كلا من التفكير والانفعال جانبين لزاوية واحدة، وكلاهما يصاحب الآخر في التأثير والتأثر.

* يتميز الإنسان بأنه دائم التفكير، وأثناء القيام بفعل التفكير يكون هناك انفعال بمضمون هذا التفكير، وحيث يوجد التفكير غير العقلاني يوجد الاضطراب الانفعالي.

* العقلانية – اللاعقلانية لها أساس ولادي، أي أن الفرد يُولد ولديه استعداد لأن يكون عقلانياً ممثلاً لذاته، أو لاعقلانياً في سلوكه وهازماً لذاته. فالفرد عندما يفكر ويسلك بطريقة عقلانية، فإنه يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة.

* وجود علاقة تكاملية بين الإدراك والتفكير والانفعال والسلوك، ولكي نفهم السلوك المدمر للذات، يتطلب فهم كيفية إدراك الفرد وتفكيره، وانفعاله، وسلوكه، فما الاضطرابات النفسية إلا نتاج التفكير اللاعقلاني.

* التفكير اللاعقلاني من حيث المنشأ يعود بجذوره إلى التعلم المبكر غير المنطقي، ويكتسبه الفرد من أطراف عملية التنشئة الاجتماعية.

* الإنسان هو كائن عاقل، ومدرك، ومفكر، ومنفعل، وناطق. فالتفكير واللغة متلازمان، حيث يتم التفكير من خلال استخدام الرموز اللفظية، وطالما أن التفكير يصاحب الانفعال والاضطراب الانفعالي، لذا يستمر الاضطراب الانفعالي لاستمرار التفكير اللاعقلاني. وهذا ما يُميزه (إبراهيم، ٢٠٠٥: ٥٠٧).

وحدد أليس إحدى عشرة فكرة لا عقلانية اعتبرها هي المسئولة عن غالبية ما يصيب الأفراد من اضطرابات ومشكلات نفسية، هي (Ellis, 1994, 323-333):

الفكرة الأولى: من الضروري أن يكون الشخص محبوباً ومقبولاً اجتماعياً من المحيطين به.

الفكرة الثانية: يجب أن يكون الفرد على درجة كبيرة من الكفاية والمنافسة والإنجاز لدرجة الكمال حتى يكون ذا أهمية وقيمة.

الفكرة الثالثة: بعض الناس يتصفون بالشر والنذالة والخسة والجبن، لذا يجب تأنيبهم ولومهم ومعاقبتهم.

الفكرة الرابعة: إنه لمصيبة فادحة أن تسير الأمور على عكس ما يريد الفرد.

الفكرة الخامسة: تظهر التعاسة عند الفرد بفعل العوامل الخارجية، والتي ليس بمقدوره السيطرة عليها.

الفكرة السادسة: تستدعي الأشياء الخطيرة أو المخيفة ظهور الهم الكبير والانشغال الدائم في التفكير، وينبغي أن يتوقع الفرد احتمال حدوثها دائماً، وأن يكون على أهبة الاستعداد لمواجهتها والتعامل معها.

الفكرة السابعة: من الأسهل أن نتجنب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلاً من أن نواجهها.

الفكرة الثامنة: يجب أن يعتمد الشخص على الآخرين، ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه.

الفكرة التاسعة: تقرر الخبرات والأحداث الماضية السلوك الحاضر، ولا يمكن تجاهل أو محو تأثير الماضي.

الفكرة العاشرة: ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات.

الفكرة الحادية عشرة: هناك دائماً حل كامل وصحيح يجب التوصل إليه لكل مشكلة، وإلا ستكون النتائج خطيرة.

الدراسات السابقة

العديد من الدراسات الأجنبية والعربية توجهت لفحص العلاقة المباشرة

وغير المباشرة بين التفكير اللاعقلاني والرضا عن الحياة، ومن بين تلك الدراسات دراسة حسن والجمالي (٢٠٠٣) التى هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من الاكتئاب، القلق، قلق الاختبار، الاغتراب، كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة كلية التربية، وفيما إذا كانت درجة هذا الانتشار تختلف باختلاف الجنس أم لا. تكونت عينة الدراسة من (٢٠٤) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتم تطبيق اختبار الأفكار اللاعقلانية للريحاني، ومقاييس: بيك للاكتئاب، وسمة القلق، وقلق الاختيار، والاغتراب. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الأفكار اللاعقلانية تنتشر بين الطلبة بنسبة تتراوح بين (٢٩,١٠ -٤٨,٥٪)، وغياب أثر الجنس في مستوى الأفكار اللاعقلانية، وكانت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وقلق الاختبار والاكتئاب والقلق والاغتراب دالة إحصائيا. كما أمكن التنبؤ بالأفكار اللاعقلانية من خلال اضطرابات الاكتئاب والقلق والاغتراب.

وفي دراسة (Froh et al., 2007) تم فحص دور كل من العلاقات الشخصية والأفكار اللاعقلانية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى مجموعتين الأولى ٢٨ من متلقي العلاج النفسي، والثانية ٢٠٧ من الطلاب الجامعيين بنيويورك، طبق عليهما مقاييس العلاقات الشخصية، وقائمة السلوك العقلاني، ومقياس الرضا عن الحياة لدينر، وبينت النتائج أن العلاقات الشخصية منبئ دال بالرضا عن الحياة، في حين ترتبط الدرجة الكلية لمقياس اللاعقلانية بصورة غير مباشرة بالرضا عن الحياة. وكما بينت النتائج أن العلاقات الشخصية تلعب دورا وسيطا في العلاقة بين الدرجة الكلية للاعقلانية وبين الرضا عن الحياة.

وهدفت دراسة عبد الغفار (٢٠٠٧): إلى تحديد الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدي عينة من طلاب الجامعة، واستخدمت الدراسة مقياس الأفكار اللاعقلانية، ومقياس بيك للاكتئاب، وتكونت عينة الدراسة من (٦٦٠)

طالبا من الذكور والإناث، المدي العمري لهم من (١٧ - ٢٢) عام. يمثلون عدداً من الكليات النظرية والعملية بجامعة بني سويف. أظهرت النتائج وجود علاقة دالة تنبؤية بين الأفكار اللاعقلانية ومؤشرات الاكتئاب، وكذلك وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في نسب انتشار وكم ونوع الأفكار اللاعقلانية، وبين الكليات النظرية والعملية..

وهدفت دراسة العويضة (٢٠٠٨) إلى التعرف إلى كل من نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية، وإيجاد العلاقة بينهم، لدى عينة من طلبة جامعة عمان الأهلية بلغت (١٨١) طالبا وطالبة. وتكونت أدوات الدراسة من اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية لسليمان الريحاني، ومقياس غولدبيرغ وويليام في الصحة العامة. وأشارت النتائج إلى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة. وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في جميع الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير الجنس باستثناء الفكرة الخامسة والمرتبطة بالتهور الانفعالي لمصلحة الذكور. وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في جميع الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير التخصص.

وتوجهت دراسة (Flett et al., 2007) لفحص العلاقة بين كل من الكمالية والكرب النفسى وبين الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين، وذلك لدى عينة مكونة من ٢٥٠ مراهقا (١٠٨ ذكور، ١٤٨ إناث) من الولايات المتحدة الأميركية، طبق عليهم مقياس الكمالية للأطفال والمراهقين، ومقياس المعتقدات الشخصية، ومقياس للاكتئاب، وأظهرت النتائج أن التوجه الذاتي للكمالية يرتبط بصورة دالة بخمس أفكار لا عقلانية، كما تبين أن الأفكار اللاعقلانية ترتبط وتتنبأ بصورة دالة بالكرب النفسي لدى المراهقين الذي يتنبأ بالتوجه نحو الكمالية لدى المراهق.

وهدفت دراسة (Çivitci, 2009) إلى بحث العلاقة بين مجالات الرضا عن الحياة وبين الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين الأتراك، وذلك لدى العينة الكلية، ولدى كل من الذكور والإناث. واستخدمت الدراسة في ذلك مقياس هبنر للرضا

عن الحياة متعدد الأبعاد للطلاب، ومقياس الأفكار اللاعقلانية للمراهقين، وطبق الباحث الأدوات على عينة مكونة من ٣٠٤ من المراهقين الذكور والإناث، واستخدم الباحث كل من تحليل الانحدار ومعامل ارتباط بيرسون لتحليل البيانات، وأشارت النتائج إلى أن الدرجة الكلية للأفكار اللاعقلانية وفكرة طلب الراحة ترتبط سلبيا بصورة دالة إحصائيا مع جميع مجالات الرضا عن الحياة، كما وجد ارتباط دال موجب بين فكرتي طلب الاحترام وطلب النجاح ومجال الرضا عن الذات. ووجد بعينة الإناث والذكور أن فكرة طلب الراحة كانت الوحيدة المنبئة بصورة دالة بمجالات الرضا عن الحياة، بينما في عينة الذكور وجد أنه إضافة إلى فكرة طلب الراحة، فإن فكرتي طلب الاحترام، وطلب النجاح قد تنبأتا بصورة دالة ببعض مجالات الرضا عن الحياة.

وهدفت دراسة (Matta et al., 2009) لمعرفة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وبين كل من الرضا عن الحياة والتوافق الوجدانى، لدى عينة من طلبة الجامعة بالبرتغال عددهم (١٥٧) طالباً وطالبة، طبق عليهم الباحثون كل من مقياس الأفكار اللاعقلانية، والمقياس العاملى للعصابية، ومقياس الرضا عن الحياة. أظهرت النتائج ارتباطاً دالا موجبا بين مقياس الأفكار اللاعقلانية وبين عاملين من عوامل العصابية هما القابلية للاضطراب والقلق. بينما وجد ارتباط دال سلبي بين الأفكار اللاعقلانية وبين الرضا عن الحياة والعمر.

وهدفت دراسة القيسي (٢٠١٠) إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والجنس وتقدير الذات لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. تكونت عينة الدراسة من (٢٨٠) طالبا وطالبة. واستخدمت المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت الأدوات من مقياس روزنبرغ لتقدير الذات ترجمة ذويب (٢٠٠٦)، ومقياس الأفكار اللاعقلاني لجرادات (٢٠٠٦). وأظهرت النتائج أن مستويات الأفكار اللاعقلانية على أبعاد العزو الداخلي للفشل، وتقييم الذات السلبي وسرعة الانفعال كانت لدى الإناث أعلى منها لدى الذكور، كما وجد أثر سلبي للمستوى الدراسي في الأفكار اللاعقلانية. كما ارتبط تقدير الذات بشكل دال إحصائيا عند الإناث بمقياس الأفكار اللاعقلانية.

وهدفت **دراسة** (Spörrle et al., 2010) إلى التعرف على القدرة التنبؤية للتفكير اللاعقلاني في التنبؤ بكل من الرضا عن الحياة، والسعادة الذاتية عند ضبط متغيرات الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ من الذكور والإناث من ألمانيا متوسط أعمارهم ٢٨,١ سنة، طبق عليهم مقاييس: الأفكار اللاعقلانية الست لفورشتيرنلنج وبوهنر (6IRBS; Försterling & Bühner, 2003)، والنسخة الألمانية من مقياس كوستا للعوامل الخمس الكبرى للشخصية، ومقياس دينر للرضا عن الحياة، ومقياس تقدير السعادة الذاتية. وتم استخدام تحليل الانحدار في التعرف على العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وبين كل من الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية عند ضبط العوامل الخمس الكبرى للشخصية، وبينت النتائج أن التفكير اللاعقلاني كان الأعلى تنبؤا بالرضا عن الحياة عند ضبط العوامل الخمس الكبرى. بينما لم يكن ذا دلالة تنبؤية بالسعادة الشخصية عند ضبط العوامل الخمس الكبرى للشخصية.

وتوجهت دراسة (مجلى وبلان، ٢٠١١) نحو الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية صعده – جامعة عمران في اليمن، وتكونت عينة البحث من ٣٠٠ طالب وطالبة من طلبة كلية التربية صعده، واستخدم الباحث اختبار الأفكار اللاعقلانية، واختبار الضغوط النفسية. وبعد إجراء المعالجات الإحصائية تم التوصل إلى وجود علاقة ارتباطيه بين الأفكار اللاعقلانية وبين الضغوط النفسية، وإلى انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة الكلية حيث بلغ متوسط درجاتهم أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية بين الطلبة وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور.

وهدفت دراسة (Davood& Mehrvali, 2012) إلى فحص التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال أبعاد رفاهية العيش well-bieng، والأفكار اللاعقلانية، وتكونت عينة الدراسة من ١٠٣٦ من طلبة خمس جامعات بإيران. طبق عليهم مقاييس الرضا عن الحياة، ورفاهية العيش، واختبار جونز للأفكار اللاعقلانية.

وبينت النتائج وجود ارتباطات دالة بين كل من مقياس العيش الطيب والأفكار اللاعقلانية وبين الرضا عن الحياة، كما تبين أن اثنين من أبعاد رفاهية العيش هما الهدف من الحياة، والسيطرة البيئية تتنبأ بصورة دالة بالرضا عن الحياة، كما وجد أن غالبية الأفكار اللاعقلانية (طلب الاستحسان، التوقعات الذاتية المرتفعة، لوم الذات، رد الفعل الاحباطى، القلق الزائد، تجنب المشكلات، الاعتمادية، العجز، الكمالية) تتنبأ بصورة دالة بالرضا عن الحياة.

وقام (محمد، ٢٠١٢) بدراسة لفحص العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاكتئاب لدى عينة من المراهقين، والكشف عن طبيعة العلاقة في جميع الأفكار اللاعقلانية الإحدى عشر التي تحدث عنها ألبرت إليس وعلاقة كل فكرة بالاكتئاب، وللتحقق من ذلك تم الاعتماد على مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين (لمحمد السيد عبد الرحمن ومعتز سيد عبد الله) ومقياس الاكتئاب للأطفال والمراهقين (لأحمد عبد الخالق) وطبقت الأدوات على عينة عشوائية عنقودية قوامها(١٣١) مراهقاً ومراهقة من الجزائر، معتمدين في ذلك على المنهج الوصفي الارتباطي، وأشارت النتائج لوجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين فكرة طلب الاستحسان وفكرة ابتغاء الكمال الشخصي وفكرة اللوم القاسي للذات وللآخرين وفكرة توقع الكوارث وفكرة التهور الانفعالي وفكرة القلق الزائد وفكرة الشعور بالعجز وفكرة ابتغاء الحلول الكاملة والاكتئاب.

ودراسة (الحميدى، ٢٠١٣) التى هدفت إلى التعرف على الأفكار اللاعقلانية الشائعة لدى المراهقين الكويتيين، والتعرف على دلالة تباين التفكير اللاعقلاني لدى المراهقين بتباين مرحلتي المراهقة المبكرة والمتوسطة، وجنس المراهق، والأثر التفاعلي لهما على الأفكار اللاعقلانية. وتكونت عينة الدراسة من (٤٨٩) مراهقاً من الجنسين من طلبة المرحلة المتوسطة والثانوية بدولة الكويت، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين توجد بدرجة متوسطة، وكانت أكثر الأفكار اللاعقلانية شيوعا لدى عينة المراهقين الكلية هي توقع الكوراث، تلاها فكرة ابتغاء الحلول الكاملة، وفكرة تجنب المشكلات. وتبين

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين في المرحلة المبكرة، والمرحلة المتوسطة في الدرجة الكلية للأفكار اللاعقلانية وفي ٨ من الأفكار اللاعقلانية حيث ارتفعت متوسطاتها لدى المراهقين بالمرحلة المتوسطة، وتبين تقارب مستويات الأفكار اللاعقلانية بين الذكور والإناث من المراهقين بصورة عامة عدا ثلاث أفكار ارتفعت درجتها لدى الإناث مقارنة بالذكور هي توقع الكوارث والتهور الانفعالي والقلق الزائد. كما أشارت النتائج إلى وجود أثر دال إحصائيا لتفاعل عاملي مرحلة المراهقة وجنس المراهق على كل من مجموع الأفكار اللاعقلانية، وأفكار طلب الاستحسان وتوقع الكوارث، والتهور الانفعالي، والاعتمادية، والشعور بالعجز، والانزعاج لمشاكل الآخرين، وابتغاء الحلول الكاملة.

ومن مراجعة الدراسات السابقة يتبين أن التفكير اللاعقلاني ذو أثر في التكوين النفسي للأفراد والمراهقين خصوصا، فقد تبين أن التفكير اللاعقلاني يرتبط بمجموعة من الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق والاغتراب، كما يؤثر على مستويات تقدير الصحة النفسية، ويؤثر على تقدير المراهقين للرضا عن الحياة بالعديد من الدراسات الأجنبية. كما تبين أن هناك أثرا نوعيا للأفكار اللاعقلانية في علاقتها بالمتغيرات النفسية الأخرى، وتباينت نتائج الدراسات فيما يتعلق بالفروق بين الذكور والإناث في الفروق في كل من الرضا عن الحياة والتفكير اللاعقلاني.

الإجراءات المنهجية للدراسة

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة الحالية من طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت من الجنسين من مختلف المحافظات تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وبلغ عددهم (٢٩٠) طالبا وطالبة منهم (١٤٥) طالبا، و(١٤٥) طالبة، وتراوح المدى العمري للعينة بين (١٤- ١٨) عام. بمتوسط قدره (١٦,١) سنة وانحراف معياري (١,٢) سنة.

منهج الدراسة :

المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي الارتباطى وذلك لملائمته لطبيعة الهدف من الدراسة الحالية،

أدوات الدراسة

١- **مقياس الأفكار اللاعقلانية للاطفال والمراهقين:** "تعريب وإعداد معتز سيد عبد الله، ومحمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٢) لمقياس هوبر ولاين (Hooper & Layne, 1983) الذي اعتمد في إعداده على الافكار اللاعقلانية الإحدى عشرة التي قدمها إليس وهي: (طلب الاستحسان، ابتغاء الكمال الشخصي، اللوم القاسي للذات والآخرين، توقع الكوارث، التهور الانفعالي، القلق الزائد، تجنب المشكلات، الاعتمادية، الشعور بالعجز، الانزعاج لمشاكل الآخرين، ابتغاء الحلول الكاملة). وخصص معدا المقياس أربعة بنود لكل فكرة من الأفكار الإحدى عشرة بحيث أصبح العدد الكلي لبنود المقياس ٤٤ بنداً وزعت بصورة عشوائية على الأفكار التي تعبر عنها عند واستخدم الباحثان في المقياس اللغة العربية البسيطة التي تناسب أدنى مستوى عمري في عينة الدراسة التي قاما بها، وتتم الإجابة على نظام ليكرت الخماسي ويتراوح مدى الدرجات على المقياس بين ٤٤ درجة إلى ٢٢٠ درجة؛ (عبد الله وعبد الرحمن،٢٠٠٢: ٨-١٢).

وقاما معدا المقياس بالتحقق من صدق المقياس بطريقتين: الاتساق الداخلي والصدق العاملي على عينات من المراهقة المبكرة والمتوسطة والمتأخرة، بالنسبة للاتساق الداخلي للمجموعات الثلاثة، جاءت معاملات الارتباط الخاصة بعلاقات البنود بأبعادها جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، وبالنسبة للصدق العاملي أسفرت للمجموعة الأولى (مرحلة الطفولة المتأخرة) عن استخراج عاملين استوعبا ٤٧,٧٩٪. من التباين الكلي. وبالنسبة للمجموعة الثانية (مرحلة المراهقة المبكرة)، تم استخرج عامل واحد استوعب ٤٣,٧٠ ٪ من التباين الكلي. أما بالنسبة للمجموعة الثالثة (المراهقة المتوسطة) تم

استخراج ثلاثة عوامل استوعبت ٥٦,٢٠ ٪ من التباين الكلي. كما تم التحقق من ثبات المقياس بتطبيقه على ١٠٠ طالب يمثلون ثلاث مراحل عمرية: (مرحلة الطفولة المتأخرة ن = ٢٥) ومرحلة (المراهقة المبكرة ن = ٣٨) ومرحلة (المراهقة المتوسطة ن = ٢٤)؛ من خلال أساليب ثلاثة هي: إعادة التطبيق وألفا كرونباخ والتجزئة النصفية. وجاءت النتائج بدرجات ثبات مرتفعة وخاصة بالمرحلتين المراهقة المبكرة والمراهقة المتوسطة؛ (عبد الله وعبد الرحمن، ٢٠٠٢: ٨-١٢).

وقام الباحث الحالي بإعادة حساب الثبات والصدق في دراسة سابقة له (الحميدى، ٢٠١٣) على عينة استطلاعية من المراهقين الكويتيين (٢٠٠ مراهق من الجنسين) للتأكد من ملائمة المقياس للمراهقين بالبيئة الكويتية، حيث استخدم الاتساق الداخلي للتأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بحساب العلاقة بين درجة كل بند ودرجة البعد المنتمى اليه في المقياس (جدول رقم ١) وكانت جميع معاملات الارتباط بين درجات البنود ودرجات أبعاد الأفكار اللاعقلانية موجبة ودالة عند مستوى دلالة ٠,٠٠١، وهو ما يشير إلى توافر صدق التكوين الداخلى للمقياس بالبيئة الكويتية.

جدول رقم (١)

معاملات الارتباط بين درجة كل بند ودرجة البعد المنتمية له (ن = ٢٠٠)

الفكرة ١	الفكرة ٢	الفكرة ٣	الفكرة ٤	الفكرة ٥	الفكرة ٦	الفكرة ٧	الفكرة ٨	الفكرة ٩	الفكرة ١٠	الفكرة ١١
,٦٣٣**	,٦٧٠**	,٦٢٩**	,٦٤٢**	,٦٤٤**	,٦٢١**	,٦٦١**	,٧٢٩**	,٧٧٠**	,٦٦٢**	,٥٢٨**
,٦٧٤**	,٦٣٩**	,٦٦٦**	,٧٠٩**	,٦٧٩**	,٦٧١**	,٧٠١**	,٧١٣**	,٧٦٥**	,٥٨٦**	,٦٢٤**
,٦٦٩**	,٦١٤**	,٦٣٨**	,٧٤٠**	,٧٢١**	,٦٥٥**	,٧٠٤**	,٧٨٠**	,٥٨٣**	,٥٩٢**	,٦٦٣**
,٦٤٩**	,٦٢٩**	,٥٧٢**	,٦٦١**	,٧٢٩**	,٦٣٦**	,٥٨٢**	,٧٠٠**	,٥٩٤**	,٦٥٢**	٦٧٠**

❖❖ دالة عند مستوى ٠,٠٠١

كما تم حساب ثبات المقياس بطريقتين؛ الأولى معامل التجزئة النصفية مع تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان بروان للمقياس ككل وبلغت قيمته

(٠,٨٦٢) وهو معامل مرتفع ودال على الثبات. والثانية هي معامل ألفا كرونباخ للثبات، وبلغ معامل الثبات الكلى للمقياس (٠,٩١٥)، وتراوحت معاملات الثبات لأبعاد الأفكار اللاعقلانية بين (٠,٤٧١ - ٠,٧٠٩). وتشير نتائج إعادة حساب الثبات والصدق إلى ملائمة المقياس وصلاحيته للتطبيق على المراهقين الكويتيين بالدراسة الحالية.

٢- **مقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد للطلبة (MSLSS)**: ترجمة وإعداد الباحث الحالي وهو الصورة الكويتية لمقياس سكوت هيبنر (٢٠٠١) Scott Huebner، ويتكون من ٤٠ بنداً تغطي خمسة مجالات فرعية للرضا عن الحياة هي: الأسرة (٧ بنود)، الأصدقاء (٩ بنود)، المدرسة (٨ بنود)، البيئة الحياتية (٩ بنود)، الذات (٧ بنود). ويعطي هذا المقياس درجة منفصلة لكل بعد على حدة، كما أنه يعطي درجة كلية للرضا عن الحياة. وتتم الإجابة على المقياس وفق تدريج سداسي للاستجابة بدءا من (غير موافق بشدة = ١) (غير موافق بدرجة متوسطة = ٢) (غير موافق بدرجة ضعيفة = ٣) (موافق بدرجة ضعيفة = ٤) (موافق بدرجة متوسطة= ٥) (موافق بشدة = ٦). ويحتوى المقياس على بعض العبارات التى صيغت في عكس اتجاه المقياس.

وأمكن التحقق من صدق البناء العاملى للمقياس في صورته الأجنبية سواء عن طريق استخدام التحليل العاملى الاستطلاعي exploratory factor analysis، وباستخدام التحليل العاملى التوكيدى Confirmatory factor analysis أمكن التحقق من نموذج البناء الهرمي متعدد الأبعاد للرضا عن الحياة كما يقيسه المقياس (Huebner,2001)

وقام الباحث الحالي بتقنين وإعداد المقياس في البيئة الكويتية في دراسة سابقة (الحميدى، ٢٠١٢) حيث قام بحساب مؤشرات المقياس السيكومترية على عينة من المراهقين الكويتيين بلغ عددها (١٠٠٠) طالبا وطالبة في المدى العمري من (١٣- ١٨) عام، تمت إجراءات التحقق من الصدق والثبات بالتطبيق على ٤ عينات فرعية (ذكور متوسط، إناث متوسط، ذكور ثانوى، إناث ثانوي)

إضافة إلى العينة الكلية، وتم التحقق من صدق المقياس من خلال حساب صدق الاتساق الداخلي وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والدرجة الكلية لكل محور، وحساب الارتباط بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وحساب الارتباط بين درجة المحاور والدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميع معاملات الارتباط بتلك المعاملات دالة وموجبة. كما تحقق الباحث من صدق المقياس باستخدام صدق المحك من خلال حساب معامل الارتباط بين المقياس ومقياس دينر للرضا عن الحياة من إعداد أحمد عبد الخالق (٢٠٠٨) وحصل الباحث على معاملات ارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس هيبنر وبين مقياس دينر ٠,٧٤١ وهو معامل ارتباط دال ومرتفع. وتراوحت معاملات الارتباط للأبعاد الفرعية لمقياس هيبنر مع مقياس دينر بين ٠,٤٦٨ - ٠,٧٧٩ وجميعها معاملات ثبات موجبة ودالة إحصائيا. كما تحقق الباحث من صدق المقياس التمييزي وتبين وجود قدرة تمييزية للمقياس للتمييز بين المراهقين حسب الفئة العمرية والجنس (جدول رقم ٢، جدول رقم ٣).

جدول رقم (٢)

اختبار ت للفروق بين الذكور والإناث في مقياس الرضا عن الحياة

البعد	الذكور (ن= ٤٦٢)		الإناث (ن = ٥٣٨)		قيمة ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	١٧٧,٩٧٨٤	٢١,٩٣٨٧٧	١٨٣,١٣٠١	٢٠,٧٠٢٣٣	-٣,٨١٦	,٠٠١

جدول رقم (٣)

اختبار ت للفروق بين طلبة المرحلة المتوسطة وطلبة المرحلة الثانوية في مقياس الرضا عن الحياة

البعد	طلبة متوسط (ن= ٤٠٠)		طلبة ثانوي (ن = ٦٠٠)		قيمة ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	١٨٣,١٤٠٠	٢٠,٠٦١١٩	١٧٩,١٥٦٧	٢٢,١٦٣٦٥	٢,٨٩١	,٠٠٤

تبين نتائج جدول رقم (٢) وجدول رقم (٣) السابقين وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المراهقين الذكور والمراهقات الإناث في الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة، كما تبين وجود فروق بين المراهقين بالمرحلة المتوسطة والمراهقين بالمرحلة الثانوية في الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة.

واستخدم الباحث كل من معادلة ألفا كرونباخ وإعادة الاختبار لحساب ثبات المقياس، وتراوح معامل الثبات الكلي للرضا عن الحياة بالعينات الأربع بين ٠,٨٠٠ - ٠,٨٤٤ وهي معاملات ثبات مرتفعة ودالة على الثبات، وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد الفرعية للمقياس بعينات الدراسة بين ٠,٥٣٤ - ٠,٨٦٧. كما استخدم الباحث طريقة إعادة التطبيق لحساب الثبات بفارق زمنى قدره ٢١ يوما وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين ٠,٦٠٢ الدرجة الكلية للرضا عن الحياة؛ (الحميدى، ٢٠١٢).

الأساليب الإحصائية

استخدم الباحث الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS الاصدار (١٧) في ادخال وتحليل بيانات الدراسة الحالية، وأستخدم الأساليب التالية :

* المتوسط الحسابي والانحراف المعيارى
* معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation coefficient.
* اختبار ت للفروق بين المجموعات المستقلة independent samples t.test.
* تحليل الانحدار المتدرج stepwise regression.

نتائج الدراسة

نتائج السؤال الأول: هل توجد علاقة دالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وبين الرضا عن الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

يعرض الجدول رقم (٣) لمعاملات ارتباط بيرسون للعلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والرضا عن الحياة وأبعاده الفرعية لدى العينة الكلية للدراسة:

جدول رقم (٣)

معاملات ارتباط بيرسون للعلاقة بين درجات الأفكار العقلانية وبين درجات الرضا عن الحياة

البعد / المتغيرات	الرضا الاسرى	الرضا عن الأقران	الرضا المدرسى	الرضا عن مكان الاقامة	الرضا عن الذات	الرضا الكلى
طلب الاستحسان	,٠٠٩	-,٠٨٦	-,٠٥٠	-,١٢٧*	,١٠٢*	-,٠٤٨
ابتغاء الكمال الشخصي	,٠٣٣	-,٠٥٩	,٠٢٤	-,٠٩٧*	,٠٦٣	-,٠١١
اللوم القاسي للذات والآخرين	,٢٥٥**	,٠٧٧	,١٠٨*	,١٠٥*	,١٥٧**	,١٩٥**
توقع الكوارث	,١٤٢**	,٠٦٦	,٠٧٣	-,٠٧٣	,١٦٤**	,١٠٣*
التهور الانفعالي	,٠٣٦	-,٠٦٣	,٠٧٠	-,١٥٩**	,١١٥*	-,٠٠١
القلق الزائد	,١٣١*	,٠٨٣	,٠٧٠	-,٠٠٣	,١٤٦**	,١١٨*
تجنب المشكلات	,٠٩٩*	,٠٠٣	,١٣٥*	-,٠٨٠	,١٣٦*	,٠٨٣
الاعتمادية	,٠٧٨	-,١٠٠*	,٠٠٨	-,٠٦٠	,٠٦٢	-,٠٠٦
الشعور بالعجز	-,٠٦٢	-,٠٥٨	,٠٤٢	-,١٦٤**	,٠٨٣	-,٠٤٦
الانزعاج لمشاكل الآخرين	,١٤٣**	-,٠١٤	,١٦٤**	,٠٢٧	,١٤٠**	,١٢٨*
ابتغاء الحلول الكاملة	,١٣٦*	,٠٧٥	,٠٨٥	-,٠٧٧	,٢٠٥**	,١١٦*
مجموع الأفكار اللاعقلانية	,١٢٣*	-,٠١٢	,٠٩١	-,٠٩٢	,١٧١**	,٠٧٧

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ ** دالة عند مستوى ٠,٠١ أو أقل

* بينت نتائج الجدول أعلاه وجود علاقة دالة إحصائيا بين درجات المقياس الكلى للرضا عن الحياة وبين درجات أفكار: اللوم القاسي للذات والآخرين، وتوقع الكوارث، والقلق الزائد، والانزعاج لمشاكل الآخرين، وابتغاء الحلول

الكاملة، ولكن يلاحظ ان غالبية هذه الارتباطات كانت ضعيفة من حيث القوة ن حيث كانت جميعها أقل من ٠,٣.

* وتبين وجود ارتباط دال إحصائيا بين بعد الرضا الأسرى وبين أفكار: اللوم القاسي للذات، والقلق الزائد، والانزعاج لمشاكل الآخرين، وابتغاء الحلول الكاملة، ومجموع الأفكار اللاعقلانية.

* وتبين وجود ارتباط دال إحصائيا بين الرضا عن الأقران وبين فكرة الاعتمادية.

* وكانت لبعد الرضا المدرسي ارتباطات دالة إحصائية مع أفكار: اللوم القاسي للذات والآخرين، والانزعاج لمشاكل الآخرين، وتجنب المشكلات.

* وارتبط بعد الرضا عن مكان الإقامة بصورة دالة إحصائيا بدرجات أفكار: طلب الاستحسان، واللوم القاسي للذات والآخرين، وابتغاء الكمال الشخصي، والتهور الانفعالي، والشعور بالعجز.

* وكان للرضا عن الذات أكثر الارتباطات الدالة مع الأفكار اللاعقلانية حيث ارتبط بصورة دالة مع درجات أفكار: طلب الاستحسان، واللوم القاسي للذات والآخرين، وتوقع الكوارث، والقلق الزائد، وتجنب المشكلات، والانزعاج لمشاكل الآخرين، وابتغاء الحلول الكاملة، ومجموع الأفكار اللاعقلانية.

* والملاحظ أن بعض هذه الارتباطات الدالة جاءت سالبة والكثير منها موجبة، إلا أن جميعها كانت أقل من حيث قوة الارتباط من ٠,٣.

الإجابة عن السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الثانوي بدولة الكويت تعزى للجنس؟

يعرض الجدول رقم (٤) لنتائج اختبار ت للفروق بين متوسطات الذكور والإناث في الأفكار اللاعقلانية:

جدول رقم (٤)

اختبار ت للفروق بين الذكور والإناث في الأفكار الاعقلانية

البعد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	ت	الدلالة
طلب الاستحسان	ذكر	١٤٥	١١,٣٣١٠	٣,٩٣٣٥٧	٣,١٥٧	,٠٠٢
	أنثى	١٤٥	٩,٩٩٣١	٣,٢٥٢١٣		
ابتغاء الكمال الشخصى	ذكر	١٤٥	١٢,١٨٦٢	٤,١٢١٤٠	,٢١٤	,٨٣١
	أنثى	١٤٥	١٢,٠٨٩٧	٣,٥٥٨٨٦		
اللوم القاسى للذات والآخرين	ذكر	١٤٥	١٢,٤٠٠٠	٣,٨٦٦٥٢	,٧٨٢	,٤٣٥
	أنثى	١٤٥	١٢,٠٨٢٨	٢,٩٨٧٢٥		
توقع الكوراث	ذكر	١٤٥	١٢,٧٧٩٣	٣,٩٥٧١٨	-١,٥١٧	,١٣٠
	أنثى	١٤٥	١٣,٤٤١٤	٣,٥٤٧٨٣		
التهور الانفعالي	ذكر	١٤٥	١١,٩٥٨٦	٤,٣٩٠٤٥	-,٧٩٧	,٤٢٦
	أنثى	١٤٥	١٢,٣٤٤٨	٣,٨٤٤٨٧		
القلق الزائد	ذكر	١٤٥	١١,٥٩٣١	٣,٩٤٣١٧	-٢,٧١٣	,٠٠٧
	أنثى	١٤٥	١٢,٧٧٩٣	٣,٤٨٩٠١		
تجنب المشكلات	ذكر	١٤٥	١٢,٣١٠٣	٣,٩٨١٧٦	-,٠٣٠	,٩٧٦
	أنثى	١٤٥	١٢,٣٢٤١	٣,٧٧٢٨٦		
الاعتمادية	ذكر	١٤٥	١٠,٩٥١٧	٤,٢٠٥٣٧	٣,٣٧٦	,٠٠١
	أنثى	١٤٥	٩,٣٨٦٢	٣,٦٧٤٥٩		
الشعور بالعجز	ذكر	١٤٥	١٢,١٥٨٦	٣,٨٦٣٤٣	١,٤٩٥	,١٣٦
	أنثى	١٤٥	١١,٥١٧٢	٣,٤٢٨٠٤		
الانزعاج لمشاكل الآخرين	ذكر	١٤٥	١٢,٢٦٩٠	٣,٨٤٤٦٥	٢,٥٩١	,٠١٠
	أنثى	١٤٥	١١,١٨٦٢	٣,٢٤٦٧٦		
ابتغاء الحلول الكاملة	ذكر	١٤٥	١٢,٤٤٨٣	٣,٨٧١٠٧	-,٠٣٣	,٩٧٤
	أنثى	١٤٥	١٢,٤٦٢١	٣,١٩٧٢٧		
مجموع الأفكار اللاعقلانية	ذكر	١٤٥	١٣٢,٣٨٦٢	٣٥,٧٠٣٦٨	,٧٩٢	,٤٢٩
	أنثى	١٤٥	١٢٩,٦٠٦٩	٢٢,٥٦٠٢٠		

تبين نتائج الجدول رقم (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت في ٤ من الأفكار اللاعقلانية هي طلب الاستحسان، والقلق الزائد، والاعتمادية، والانزعاج لمشاكل الآخرين. وتظهر قيم المتوسطات الحسابية لهم ارتفاع قيم أفكار طلب الاستحسان والاعتمادية والانزعاج لمشاكل الآخرين لدى الذكور مقارنة بالإناث، بينما ترتفع قيم القلق الزائد لدى الإناث بصورة دالة عن الذكور. ولم تكن لباقى الأفكار اللاعقلانية أو مجموعها دلالة إحصائية للفروق بين الذكور والإناث.

وتشير نتيجة السؤال الثاني إلى وجود ارتفاع مستوى التفكير اللاعقلاني ببعض الأفكار لدى الذكور عنها لدى الإناث.

الإجابة عن السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للرضا عن الحياة وأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت تعزى للجنس؟

يعرض الجدول رقم (٥) لنتائج اختبار ت للفروق بين متوسطات الذكور والإناث في الرضا عن الحياة:

جدول رقم (٥)

اختبار ت للفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة

البعد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	ت	الدلالة
الرضا الأسري	ذكر	١٤٥	٣٢,٩٧٩٣	٨,٠١٠٨٢	-١,٩٥٨	,٠٥١
	أنثى	١٤٥	٣٤,٧٨٦٢	٧,٧٠٣٨٨		
الرضا عن الأقران	ذكر	١٤٥	٤١,٣١٠٣	٨,٢٦٧٦٧	-٤,٨٥٩	,٠٠٠
	أنثى	١٤٥	٤٥,٦٨٩٧	٧,٠٢٩٢٢		
الرضا المدرسى	ذكر	١٤٥	٢٧,٥٥١٧	٨,٠٩٧٤٤	-,٠٩١	,٩٢٨
	أنثى	١٤٥	٢٧,٦٤١٤	٨,٧٠٩٥٧		

تابع/ جدول رقم (٥)

اختبار ت للفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة

البعد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	ت	الدلالة
الرضا عن مكان الاقامة	ذكر	145	36.7793	6.15480	-1.600	.111
	أنثى	145	38.1034	7.83486		
الرضا عن الذات	ذكر	145	31.6690	6.51820	-2.992	.003
	أنثى	145	33.8621	5.95075		
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	ذكر	145	170.2897	26.73427	-3.134	.002
	أنثى	145	180.0828	26.48650		

تظهر نتائج الجدول رقم (٥) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في أبعاد الرضا عن الأقران، والرضا عن الذات، والدرجة الكلية للرضا عن الحياة، ويبين عرض المتوسطات ارتفاع هذه الأبعاد والدرجة الكلية لدى الإناث بصورة دالة عن الذكور.

كما تبين النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في أبعاد الرضا الأسرى، والرضا المدرسي، والرضا عن مكان الاقامة.

وتشير نتائج السؤال الثالث إلى ارتفاع مستوى الرضا العام والرضا عن الأقران والرضا عن الذات عن الحياة لدى الإناث من طالبات المرحلة الثانوية مقارنة بالذكور.

الإجابة عن السؤال الرابع : هل تسهم الأفكار اللاعقلانية بصورة دالة في التنبؤ بدرجات الرضا عن الحياة وأبعاده الفرعية لدى طلبة المرحلة الثانوي بدولة الكويت تعزى للجنس؟

يعرض الجدول رقم (٦) لنتائج تحليل الانحدار المتدرج stepwise regression للتعرف على الأفكار اللاعقلانية المنبئة بكل بعد من مجال من مجالات الرضا عن الحياة ودرجته الكلية :

جدول رقم (٦)
تحليل الانحدار المتدرج للأفكار اللاعقلانية المنبئة بمجالات الرضا عن الحياة

المتغير التابع	المتغيرات المنبئة	معامل الارتباط R	معامل التحديد R^2	ف	قيمة الارتباط المعيارى B	الخطأ المعيارى	قيمة بيتا المعيارية Beta	ت	الدلالة
الدرجة الكلية عن الحياة	قيمة الثابت	,٣٣٨ a	,١١٤	٣,٢٦٢	١٥٨,٢٣٩	٧,٢١٧		٢١,٩٢٥	,٠٠٠
	اللوم القاسي للذات والآخرين				١,٥٢٥	,٥٧٣	,١٩٥	٢,٦٦٠	,٠٠٨
	الشعور بالعجز				-١,٨٣٣	,٦١٧	-,٢٤٨	-٢,٩٦٩	,٠٠٣
الرضا الأسرى	قيمة الثابت	,٣٨٧ a	,١٥٠	٤,٤٥٧	٢٧,٢١٥	٢,٠٦٧		١٣,١٦٦	,٠٠٠
	اللوم القاسى للذات والآخرين				,٥٦١	,١٦٤	,٢٤٥	٣,٤١٩	,٠٠١
	الشعور بالعجز				-,٧٥٧	,١٧٧	-,٣٥١	-٤,٢٨٤	,٠٠٠
الرضا عن الأقران	قيمة الثابت	,٢٨٦ a	,٠٨٢	٢,٢٥٢	٤١,٧١٥	٢,١٦٨		١٩,٢٤٦	,٠٠٠
	القلق الزائد				,٤٥١	,١٨٢	,٢١٣	٢,٤٨١	,٠١٤
	ابتغاء الحلول الكاملة				,٣٥٧	,١٧٩	,١٥٩	١,٩٩٠	,٠٤٨
الرضا عن مكان الاقامة	قيمة الثابت	,٢٨٦ a	,١١٦	٣,٣٢٩	٣٨,٧٣١	١,٨٨٥		٢٠,٥٤٦	,٠٠٠
	اللوم القاسي للذات والآخرين				,٤٥٥	,١٥٠	,٢٢٢	٣,٠٤٠	,٠٠٣
	التهور الانفعالى				-,٣٧٧	,١٥٤	-,٢٢٠	-٢,٤٤٣	,٠١٥
	الشعور بالعجز				-,٣٨١	,١٦١	-,١٩٨	-٢,٣٦٥	,٠١٩

تبين معادلات تحليل الانحدار المجمعة في جدول رقم (٥) أن بعض الأفكار اللاعقلانية تنبأت بالدرجة الكلية للرضا عن الحياة، وبـثلاث مجالات من مجالاته الخمس، بينما لم تكن لها دلالة تنبؤية بمجالي الرضا المدرسي والرضا عن الذات وكانت قيمتا ف فيهما غير دالة احصائيا.

* وفي الدرجة الكلية للرضا عن الحياة: كانت هناك دلالة لمعادلة التنبؤ الخاصة حيث كانت قيمة ف المستخرجة لتحليل التباين للمعادلة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠١، وتبين معادلة التنبؤ أن الأفكار المنبئة بالرضا عن الحياة هي: الشعور بالعجز، واللوم القاسي للذات والآخرين كما تبين نتائج تحليل الانحدار أن هذه الأفكار تسهم بنسبة ١١,٤٪ من تباين درجات عينة الدراسة على المقياس الكلى للرضا عن الحياة كما يبين ذلك معامل التحديد R^2.

* وفي مجال الرضا الأسرى: كانت هناك دلالة لمعادلة التنبؤ الخاصة حيث كانت قيمة ف المستخرجة لتحليل التباين للمعادلة ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ٠,٠١، وتبين معادلة التنبؤ أن الأفكار المنبئة بالرضا عن الحياة هي الشعور بالعجز، واللوم القاسى للذات والأخرين كما تبين نتائج تحليل الانحدار أن هذه الأفكار تسهم بنسبة ١٥٪ من تباين درجات عينة الدراسة على المجال كما يبين ذلك معامل التحديد R^2.

* وفي مجال الرضا عن الأقران : كانت هناك دلالة لمعادلة التنبؤ الخاصة حيث كانت قيمة ف المستخرجة لتحليل التباين للمعادلة ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ٠,٠١، وتبين معادلة التنبؤ أن الأفكار المنبئة بالرضا عن الحياة هي القلق الزائد، وابتغاء الحلول الكاملة كما تبين نتائج تحليل الانحدار أن هذه الأفكار تسهم بنسبة ٨,٢٪ من تباين درجات عينة الدراسة على المجال كما يبين ذلك معامل التحديد R^2.

* وفي مجال الرضا عن مكان الإقامة: كانت هناك دلالة لمعادلة التنبؤ الخاصة حيث كانت قيمة ف المستخرجة لتحليل التباين للمعادلة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠١، وتبين معادلة التنبؤ أن الأفكار المنبئة بالرضا عن الحياة هي الشعور بالعجز، والتهور الانفعالي واللوم القاسى للذات والآخرين كما تبين نتائج تحليل الانحدار أن هذه الأفكار تسهم بنسبة ١١,٦٪ من تباين درجات عينة الدراسة على المجال كما يبين ذلك معامل التحديد R^2.

مناقشة النتائج :

بينت نتائج السؤال الأول وجود ارتباط دال بين بعض الأفكار اللاعقلانية وبين الدرجة الكلية للرضا عن الحياة ومجالاته الفرعية، وجاءت بعض قيم معاملات الارتباط موجبة وبعضها سالبة، بما يشير إلى أن زيادة تقدير المراهقين من طلبة المرحلة الثانوية لبعض الأفكار اللاعقلانية يرتبط بزيادة تقديرهم للرضا عن الحياة، في حين أن انخفاض تقدير المراهقين لبعض الأفكار يرتبط بزيادة تقديرهم للرضا عن الحياة، ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء طبيعة معاملات الارتباط المستخرجة، وهى إن كانت في بعض الأفكار دالة إحصائيا إلا أنها كانت ضعيفة من حيث قوة الارتباط، وهو ما يشير إلى أن التفكير اللاعقلاني قد لا يكون ذا تأثير مباشر على الرضا عن الحياة لدى المراهقين، ولكنه ربما يكون ذا تأثير غير مباشر من حيث تأثيره على مستوى الصحة النفسية، ومشاعر القلق والاكتئاب التي قد تقود إلى التأثير السلبى للرضا عن الحياة.

وقد أكدت هذا التفسير نتيجة السؤال الرابع، التى أشارت إلى أن فكرتين فقط من الأفكار اللاعقلانية تسهم في التنبؤ بصورة دالة بالرضا عن الحياة وبعض أبعاده هما فكرتا الشعور بالعجز التي تؤثر سلبيا على الرضا عن الحياة، واللوم القاسي للذات والآخرين التى تؤثر إيجابيا. وجاءت غالبية نسب التباين التى تعود لهاتين الفكرتين بين ١٥٪ - ٨٪، وهو ما يشير إلى وجود العديد من المتغيرات الأخرى التى يمكن أن يكون لها اسهام مباشر في تقدير الرضا عن الحياة لدى المراهقين اكثر من التفكير اللاعقلاني.

كما يمكن تفسير هذه النتائج في ضوء مرحلة المراهقة التى تتميز بالحساسية الشديدة من قبل المراهقين، هذه الحساسية التى يمكن أن تجعله من بعض أفكارهم غير عقلانية حتى وإن كان لديهم شعورا بالرضا عن الحياة.

وتشير هذه النتائج إلى الحاجة إلى بحث العلاقة بين التفكير اللاعقلانى

والرضا عن الحياة في إطار وجود العديد من المتغيرات الأخرى وهو ما يتفق مع ما توصل اليه (Froh et al., 2007).

كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن الدرجة الكلية للتفكير اللاعقلاني لا تختلف بين الجنسين وإن ارتفعت بعض الأفكار اللاعقلانية لدى الذكور عن الإناث والعكس، وتتفق هذه النيجة مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة **حسن والجمالي** (٢٠٠٣) **والعويضة** (٢٠٠٨) .

إلا أن تقدير الرضا عن الحياة يرتفع لدى الإناث مقارنة بالذكور. ويفسر ذلك في ضوء أن طبيعة الذكور بمرحلة المراهقة تميل إلى الاستقلالية والشعور بالتفرد، والخروج عن السلطة الوالدية، وإثبات الذات ربما بطرق مبالغ فيها، وهو ما قد يتعارض مع طبيعة المجتمع ونظمه ولذا ينخفض مستوى تقديرهم للحياة مقارنة بالإناث.

ويرى الباحث أن نتائج دراسته تزيد من فهم الرضا عن الحياة بمرحلة المراهقة، وتوضح وجود العديد من العوامل المتفاعلة التى ربما تؤثر عليه تحتاج إلى مزيد من الدراسة لاستيضاحها.

التوصيات والمقترحات :

في ضوء نتائج الدراسة الحالية فإن الباحث يوصي بالتالي :

١ - تدريب الآباء والأمهات على تنمية التفكير الايجابى والعقلانى لدى الأبناء.

٢ - توجيه الباحثين النفسيين لفحص أساليب وانماط التفكير لدى التلاميذ وطلبة المدارس.

٣ - تدريب الباحثين النفسيين على عمل برامج إرشادية لتعديل التفكير اللاعقلاني لدى الطلاب في المدارس.

كما يقترح الباحث الدراسات التالية:

١ - دراسة علاقة التفكير اللاعقلاني بمفهوم الذات لدى المراهقين.

٢ - دراسة علاقة التفكير اللاعقلاني بفعالية الذات الأكاديمية والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

٣ - دراسة علاقة الرضا عن الحياة بالسلوك الدينى لدى المراهقين.

The Relationship Between Irrational Thoughts and Life Satisfaction of Secondary School Students in the State of Kuwait

Dr. Hassan A. Alhumaidi
College of Basic Education - PAAET
State of Kuwait

Abstract

The current study aims at investigating the significance of the relationship between the irrational thoughts and life satisfaction of secondary school students in the State of Kuwait. In addition, it aims to determine the irrational thoughts that can predict life satisfaction. Also, it aims to investigate the significance of the differences between males and females in the irrational thoughts and life satisfaction. The sample of the study consists of (290) students distributed equally; (145) males and (145) females. The age of the sample ranges from (14) to (18) years old with a mean 16.1 year and a standard deviation (1.2) year. Tools of the study included a scale of irrational thoughts for children and teenagers. Multidimensional Students Life Satisfaction Scale (MSLSS) was also used.

Results of the study showed that there is a statistically significant relationship between the overall score of life satisfaction and its sub-dimensions as well as some of the irrational thoughts. It also revealed that there is a difference in the nature of the correlation detected between life satisfaction dimensions and the irrational thoughts of males and females. It was shown that there are statistically significant differences in the mean scores of males and females in four of the irrational thoughts namely: emotional Responsibility seeking approval, and dipendability (in favor of male students) and excessive worry (in favor of females students). Findings also revealed that there are statistically significant differences between males and females in peer satisfaction, self-satisfaction and overall score of life satisfaction and three dimensions of life satisfaction, whereas it was not statistically significant for school satisfaction and self-satisfaction. Finally, it is also indicated that helplessness and blaming proneness contribute to predict life satisfaction and some of its dimensions.

المراجع

١ - إبراهيم، فاطمة محمود (٢٠٠٥). مدى فاعلية كل من الارشاد النفسي المعرفي والتحكم الذاتي في التخفيف من حدة الشعور بالاكتئاب واليأس لدى تلاميذ الصف الثاني الثانوي. **مؤتمر الجمعية العربية لتكنلوجيا التربية**، ٤٢٩-٥٠٧.

٢ - الحميدي، حسن عبدالله (٢٠١٢). الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة المتعدد الأبعاد للمراهقين "النسخة الكويتية". **مجلة الدراسات التربوية والنفسية**، جامعة الزقازيق، (قيد النشر).

٣ - الحميدي، حسن عبدالله (٢٠١٣). تطور الافكار اللاعقلانية بمرحلتي المراهقة المبكرة والمتوسطة لدى عينة من المراهقين الكويتيين. **مجلة الدراسات الاجتماعية**، جامعة الكويت مايو، (قيد النشر).

٤ - الدسوقي، مجدي محمد (١٩٩٨). **مقياس الرضا عن الحياة**. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

٥ - الريحاني، سليمان (١٩٨٥). تطوير اختبار الأفكار اللاعقلانية. **مجلة دراسات**، الجامعة الأردنية، ١٢(١١)،٧٧- ١٠٥.

٦ - الصقهان، ناصر عبدالعزيز (٢٠٠٥). تقييم فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي في خفض درجة القلق والافكار اللاعقلانية لدى مدمن المخدرات. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

٧ - العازمي، احمد سعيدان (٢٠١٠). فاعلية برنامج ارشادي قائم على نظرية أليس في خفض مستوى الاكتئاب لدى الطلبة المراهقين ذوي الميول الاكتئابية في دولة الكويت. رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

٨ - العويضة، سلطان بن موسي (٢٠٠٨). العلاقة بين الأفكار العقلانية - اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية عند عينة من طلبة جامعة عمّان الأهلية. **مجلة رسالة الخليج العربي**، ١١٣، كلية التربية، جامعة الملك سعود، ١٠٩-١٥٣.

٩ - القيسى، لما ماجد (٢٠١٠). العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والمستوى الدراسي والجنس وتقدير الذات لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، جامعة البحرين، (١١) ١، ٢٠٥ - ٢٢٨.

١٠ - حسن، عبد الحميد والجمالي، فوزية (٢٠٠٣). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية لدى عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس. **مجلة العلوم التربوية**، كلية التربية، قطر، العدد الرابع، ١٩٥-٢٤٥.

١١ - شعبان، إيمان (٢٠٠٩). مشكلات التقاعد لدي المسنين وأثرها علي الرضا عن الحياة. **مجلة بحوث التربية النوعية**، جامعة المنصورة، ١٤، ٩٦-١٢٤.

١٢ - عبد الخالق، أحمد (٢٠٠٨). الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي. **دراسات نفسية**، ١٨(١)، ١٢١ - ١٣٥.

١٣ - عبد الغفار، غادة (٢٠٠٧). الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدي عينة من طلاب الجامعة. **مجلة دراسات نفسية**، رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة، (١٧)٣، ٦٤٣ - ٦٨٨.

١٤ - عبدالله، معتز وعبد الرحمن، محمد (٢٠٠٢). **مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين (كراسة التعليمات)**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

١٥ - مجلى، شابع وبلان، كمال (٢٠١١). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعده - جامعة عمران. **مجلة جامعة دمشق**، ١١، ١٩٣ - ٢٤١.

١٦ - عبد المقصود، أمانى (٢٠٠٦). السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، ٢، ٢٥٥- ٣٠٨.

١٧ - عبد المقصود، أمانى (٢٠٠٩). أثر المساندة الوالدية على الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأبناء المراهقين من الجنسين. **المؤتمر السنوي الرابع عشر**، جامعة عين شمس، ٢٤٣-٢٨٩.

١٨ - محمد، روبي (٢٠١٢). العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاكتئاب لدى عينة من المراهقين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر.

١٩ - منازع، أكمل نجاح عبدالله (٢٠٠٨). فاعلية العلاج المعرفي السلوكي الجمعي في خفض الرهاب الاجتماعي لدى عينة من المراهقين. رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية الآداب، جامعة المنيا.

٢٠ - ميخائيل، امطانيوس (٢٠١٠). مؤشرات الثبات والصدق لمقياس الرضا عن الحياة المتعدد الأبعاد للطلبة MSLSS على عينات سورية. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، ١١(١)، مارس، ٩٧ - ١٢٣.

21 - Ellis, A. (1975). Counseling and psychotherapy classics on theories and issues. **Science and behavior book**, Palo Alto.co.

22 - Chen, S.H., Yang, C.C., Shiau, J.Y., and Wang, H.H. (2006). "The development of an employee satisfaction model for higher education". **The TQM Magazine**, 18(5), 484-500.

23 - Çivitci, Asim (2009). Relationship between Irrational Beliefs and Life Satisfaction in Early Adolescents. **Eurasian Journal of Educational Research EJER**, (Fall), 37, 91-109.

24 - Davood, M. & Mehrvali, F. (2012). Predicting life satisfaction using psychological well- being and irrational beliefs. **International Journal of General Psychology**, (1), 6-22.

25 - Diener, E.D. (2000). Subjective Well - Being: The Science of happiness and a proposal for a national index. **American Psychology**, 55, 35-45.

26 - Diener, E. D & Ryan, K. (2009). Subjective Well-being: A general overview. **South African Journal of Psychology**, 39(4), 391-406.

27 - Ellis, A. (1977). Rational Emotive Therapy Data that Supports the Clinical and Personality Hypotheses of Rational Emotive Therapy and Other Modes of Cognitive Behavior Therapy. **The Counseling Psychologist**, 7(1), 2-42.

28 - Ellis, A. (1994). Rational Emotive Behavior Therapy in the Treatment of Stress. **British Journal of Guidance and Counseling**, 22, 323-333.

29 - Flett, G. L.; Hewitt, P.L; & Cheng, W. M. W. (2008). Perfectionism, Distress, and Irrational Beliefs in High School Students: Analyses with an Abbreviated Survey of Personal Beliefs for Adolescents. **Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy** September, 26(3). 194-205.

30 - Franken, R. (1994). **Human Motivation**. California : books Cole pub.

31 - Froh, J. J.; Fives, C. J.; Fuller, J. R.; Jacofsky, M. D.; Terjesen, M. D. & Yurkewicz, C. (2007). Interpersonal relationships and irrationality as predictons of life satisfaction. **The Journal od Positive Psychology**, 2, 29-39.

32 - Froh Jeffrey J. The Journal of Positive Psychology.

33 - Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. **Journal of Youth and Adolescence**, 35, 311-319.

34 - Huebner, S. (2001). Manual for the Multidimensional Students life Satisfaction Scale. Universty of South Carolina Depart of Psychology, Columbia, SC .

35 - Matta, Adriana da; Bizarro, Lisiane; and Reppold, Caroline Tozzi (2009). Irrational beliefs, psychological adjustment and life satisfaction in college students. **Psico-USF**, 14, (1), 71-81.

36 - Spörrle Matthias, Strobel, Maria, and Tumasjan, Andranik (2010). On the incremental validity of irrational beliefs to predict subjective well-being while controlling for personality factors. **Psicothema**, 22(4), 48-543.

37 - Suldo, S. & Huebner, E.S. (2006). Is Extremely high life satisfaction during adolescence advantageous **Social Indicators Research**, 78(2), 179-203 .