المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 2، عدد 3، 2006، 143-153

العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين

عبد الكريم جرادات*

تاريخ تسلم البحث 2005/11/21 تاريخ قبوله 2006/7/20

ملخص: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر كل من الجنس والمستوى الدراسي على تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية؛ وكذلك العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى عينة من 397 طالباً وطالبة في مستوى البكالوريوس. أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات تعزى للجنس أو المستوى الدراسي؛ وأن مستويات الاتجاهات اللاعقلانية على المقياس الكلي وعلى بعدي العزو الداخلي للفشل والنزق كانت لدى الإناث أعلى بشكل دال إحصائياً مما هي لدى الذكور؛ وأنه لا يوجد أثر للمستوى الدراسي على الاتجاهات اللاعقلانية. كما أشارت النتائج إلى ارتباط تقدير الذات بشكل دال إحصائياً عند الإناث بمقياس الاتجاهات اللاعقلانية الكلي وبثلاثة أبعاد هي: تقييم الذات السلبي، والعزو الداخلي للفشل والنزق. أما بالنسبة للذكور، فقد ارتبط تقدير الذات بشكل دال إحصائياً بالمقياس الكلي وببعد تقييم الذات السلبي. وكانت الارتباطات جميعها لدى الإناث أعلى مما هي لدى الذكور.(**الكلمات المفتاحية**: تقدير الذات، الاتجاهات اللاعقلانية، الفروق الجنسية).

المقدمة: يعد تقدير الذات إحدى أهم الحاجات النفسية الأساسية بالنسبة للفرد. إذ أن درجة تقدير الفرد لذاته تؤثر على مجالات حياته جميعها. ويُعرّف تقدير الذات بأنه طريقة شعور الفرد نحو ذاته، بما في ذلك درجة احترامه وقبوله لها(Corsini, 1987)، كما يعرف بأنه نظرة الفرد لكفاءته وقيمته (Overholser, Adams, Lehnert, & Brinkman, 1995)، وبأنه تقييم الفرد لقدراته وصفاته وتصرفاته (Woolfolk, 2001).

ويبدأ تقدير الذات في التطور منذ الطفولة. ويعتمد تطوره على اتجاهات الوالدين، وآراء الآخرين إلى جانب خبرة الأطفال في السيطرة على البيئة التي يعيشون فيها. في السنين الأولى من العمر تنشأ مشاعر الأطفال حول قيمتهم وقدراتهم من داخلهم، وتعتمد بشكل أقل على الاستجابات الفورية الصادرة عن أولئك الذين حولهم. وبمرور الوقت، يصبح لتطور تقدير الذات صلةٌ بالجماعات الأخرى، مثل: الأسرة والأصدقاء. إذ يحاول الأطفال أن يجدوا مكانتهم في الجماعات، من خلال الأصدقاء والأندية. فعندما يتعلم الأطفال المشي يستكشفون بيئتهم، ويلعبون، ويتحدثون، وينخرطون في جميع أنواع التفاعلات الاجتماعية، وهم ينظرون إلى والديهم والراشدين الآخرين من أجل ردود أفعالهم. وهكذا، فإن تقدير الذات يتطور مبدئياً نتيجةً للعلاقات الشخصية داخل الأسرة فالمدرسة ثم المجتمع الأكبر. ويتأثر تقدير الذات عند الأطفال الذين يكونون في سن المدرسة، بشكل رئيسي بالأشخاص المهمين في حياتهم، مثل: الوالدين، والمعلمين والأقران (Atkinson & Hornby, 2002). ويرى باومرند (Baumrind, 1991) أن تطور تقدير الذات لدى الأطفال والمراهقين يتطلب بيئة تمنحهم حرية الاستكشاف والتجريب وتحميهم من الخطر.

ويحدث تطور تقدير الذات طوال فترة الطفولة والمراهقة والرشد(Atkinson & Hornby, 2002). وقد لخص روبنس وترزيسنيوسكي(Robins & Trzesniewski, 2005) أهم التغيرات التي تحدث في تقدير الذات من الطفولة حتى الشيخوخة. ففي الطفولة يكون تقدير الذات عالياً نسبياً، وينحدر أثناء المراهقة، ويرتفع تدريجياً خلال الرشد، ومن ثم ينخفض بشكلٍ حادٍ في الشيخوخة.

ويلعب تقدير الذات العالي دوراً مهماً في زيادة دافعية الفرد للإنجاز والتعلم وفي تطوير شخصيته، وجعلها أقل عرضةً للاضطرابات النفسية المختلفة. فقد تبين أن تقدير الذات العالي يرتبط بالصحة النفسية والشعور بالسعادة، في حين أن تقدير الذات

* كلية التربية، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

© حقوق الطبع محفوظة لجامعة اليرموك، اربد، الأردن.

The Relationship between Self-Esteem and Irrational Attitudes in University Students

Abdul-Kareem Jaradat, *Faculty of Education, Yarmouk University, Irbid, Jordan.*

***Abstract**: This study investigated the effects of gender and academic level on students' self-esteem and irrational attitudes. Furthermore, the study examined the relationship between self-esteem and irrational attitudes. 397 university students, aged 18-23 years, completed the Rosenberg self-esteem scale and the irrational attitudes questionnaire. The results showed no significant differences in self-esteem due to gender or academic level. For irrational attitudes, there were significant main effects for gender with higher levels of irrational attitudes for females. No significant main effect for the academic level was found. Correlational analyses indicated that for females, self-esteem correlated significantly with the global measure of irrational attitudes and with three subscales: negative self-evaluation, internal attribution of failure and irritability. For males, self-esteem was significantly correlated with the global measure and with the subscale of negative self-evaluation. All correlations were higher among females than among males. The counseling implications of these findings are discussed. (**Key words**: self-esteem, irrational attitudes, gender differences)*

المنخفض يرتبط بمشكلات نفسية عديدة تتضمن الاكتئاب والقلق والتوتر (Mruk, 1995; Abouserie, 1994). وتنشأ مشكلة تقدير الذات المنخفض عندما يقيّم الأشخاص أنفسهم على أساس سلوكهم أو إنجازاتهم أو أعمالهم، التي تُظهر عدم كفايتهم وأخطاءهم وفشلهم (Patterson, 1980).

أما من حيث دور الأفكار أو الاتجاهات اللاعقلانية كعاملٍ محددٍ للسلوك الإنساني، فقد تم بحثه من قبل كثير من الباحثين في ميدان الإرشاد والعلاج النفسي. وقد تبين أن التفكير اللاعقلاني يرتبط بظواهر متعددة، من بينها الاكتئاب، والقلق، والغضب. ويرى إليس (Ellis, 1962) أن التفكير اللاعقلاني يقود إلى سوء توافق انفعالي. وأكد أن الأفراد لديهم ميل قوي للتفكير والتصرف بشكل لا عقلاني، كما أنهم أيضاً لديهم المقدرة على التفكير بشكل ناقد حول سلوكهم، وتصحيح الأنماط غير المنطقية في تفكيرهم، والحكم على ما إذا كانت فرضياتهم تنسجم مع الواقع (Dryden, 1999).

وهو يعتبر أن الفرد بإمكانه أن يخلص نفسه من تعاسته أو اضطرابه الانفعالي أو العقلي إذا تعلم أن يرتقي بتفكيره العقلاني إلى الحد الأعلى، ويخفّض تفكيره اللاعقلاني إلى الحد الأدنى (Ellis, 1962). وحسب رأيه، بما أن اتجاهات الأفراد المضطربين انفعالياً لاعقلانية، فإنه من الأفضل مهاجمة أفكارهم اللاعقلانية بشكل مباشر (Patterson, 1980). وقد حدد عدد من الأفكار اللاعقلانية، من بينها: من الضروري أن نكون محبوبين من قبل كل الأشخاص المهمين من حولنا؛ يجب أن يكون الفرد ذو كفاءة عالية حتى يكون له قيمة؛ بعض الناس سيئين ويجب أن يعاقبوا على ذلك؛ من الأفضل تجنب الصعوبات والمسؤوليات؛ إنه لأمر شنيع أن تسير الأمور بطريقةٍ غير التي يفترض أن تسير عليها (Ivey, D'Andrea, Ivey & Simek-Morgan, 2002).

ويتمثل العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بمساعدة المسترشدين في التخلص من الأفكار غير المنطقية أو اللاعقلانية، واستبدالها بأفكار واتجاهات عقلانية (Dryden, 1999). فمهمة المرشد تكمن في تصحيح أنماط التفكير لدى المسترشدين (Ivey et al., 2002). في الخطوة الأولى، يتم التوضيح للمسترشدين بأنهم غير منطقيين، ومساعدتهم في فهم كيف ولماذا أصبحوا كذلك، وإظهار علاقة أفكارهم اللاعقلانية بتعاستهم واضطراباتهم الانفعالية. وتكون الخطوة الثانية بالإظهار للمسترشدين أنهم يُبقون على اضطراباتهم، إذا ما استمروا بالتفكير بشكلٍ لاعقلاني؛ أي أن تفكيرهم اللاعقلاني الحالي مسئولٌ عن ظرفهم وليس التأثير المستمر للأحداث (Patterson, 1980).

الخطوة الثالثة هي جعل المسترشدين يغيرون تفكيرهم ويتخلون عن أفكارهم اللاعقلانية. فبينما تعتمد بعض الأساليب العلاجية على المسترشدين بأن يقوموا بذلك بأنفسهم، يرى العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي أن التفكير غير المنطقي راسخٌ بحيث أن المسترشدين لا يستطيعون تغييره بأنفسهم، وإنما يتم تغييره بالمنطق والبرهان والإيحاءات والجدال والإقناع، وكذلك من خلال الأنشطة والواجبات المنزلية (Patterson, 1980; Dryden, 1999).

أما الخطوة الأخيرة، فهي تتجاوز التعامل مع أفكار لاعقلانية محددة لدى المسترشدين، وتأخذ بالاعتبار الأفكار اللاعقلانية العامة الرئيسية بالإضافة إلى فلسفة حياة أكثر عقلانية، لكي يتمكن المسترشدون من تجنب الوقوع ضحية للأفكار والمعتقدات اللاعقلانية الأخرى، ويكتسب المسترشدون نتيجةً لهذه العملية فلسفة حياة عقلانية؛ ويستبدلون الاتجاهات والمعتقدات اللاعقلانية بأخرى عقلانية. وحالما يتحقق ذلك، يتم التخلص من الانفعالات السلبية المزعجة والسلوك المحبط للذات (Patterson, 1980).

وقد تم بحث علاقة تقدير الذات والمعتقدات اللاعقلانية بالمتغيرات الأخرى بشكلٍ موسع، إذ أجريت دراسات عديدة حول كل من هذين المتغيرين. ومن بين الدراسات التي تناولت بالبحث علاقة تقدير الذات بالجنس و\أو المستوى الدراسي، دراسة مارون وكايسون (Marron & Kayson, 1984)، التي هدفت إلى معرفة أثر الجنس والمستوى الدراسي على تقدير الذات لدى طلبة الكليات. وتكونت عينة الدراسة من 160 طالباً وطالبة. وبينت النتائج أن تقدير الذات لدى الذكور كان أعلى مما هو لدى الإناث. كما أن تقدير الذات لدى الطلبة الخريجين كان أعلى مما هو لدى الطلبة الجدد.

وكذلك دراسة جوب وفيرتمان وروس (Chubb, Fertman, & Ross, 1997)، التي هدفت إلى اختبار ما إذا كان يوجد فروق بين الجنسين في تقدير الذات أثناء سنوات المدرسة الثانوية. إذ بلغ عدد أفراد عينة الدراسة 174 طالباً وطالبة كانوا في الصف التاسع عام 1989 وتم إجراء مسح لهم كل ربيع لمدة أربع سنوات، وقد أظهرت النتائج أن تقدير الذات لم يختلف بشكلٍ دالٍ إحصائياً خلال أربع سنوات المدرسة الثانوية. كما أن تقدير الذات لدى الذكور كان أعلى مما هو لدى الإناث.

كما أجرى كواتمان وواطسون (Quatman & Watson, 2001) دراسة هدفت إلى بحث الفروق بين الجنسين في تقدير الذات لدى المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من 545 مراهقاً، اختيروا من الصفوف الثامن، والعاشر، والثاني عشر. وقد تم التوصل إلى أن درجات الذكور على مقياس تقدير الذات كانت أعلى مما كانت عليه درجات الإناث. ولم يظهر هناك أثر لمستوى الصف على تقدير الذات.

وقام كونر وبويرازلي وفيرر ريدر وجراهما (Connor, Poyrazli, Ferrer-Wreder & Grahame, 2004) بدراسة بحثت العلاقة بين العمر وتقدير الذات، كما اختبرت ما إذا كان هناك فروق بين الجنسين في تقدير الذات. تكونت العينة من 149 طالباً وطالبة في الصفوف من السادس وحتى الثاني عشر، اختيروا من مدرستين تختلفان عن الاتجاه الأكاديمي السائد. أظهرت النتائج أن العمر لم يرتبط بشكلٍ دالٍ إحصائياً بتقدير الذات. كما أنه لم يظهر أثر للجنس على تقدير الذات.

ومن الدراسات الأخرى التي بحثت تقدير الذات لدى الجنسين، دراسة بوكراجاك بوليان وزيفسك بيسيريفك (Pokrajac-Bulian & Zivcic-Becirevic, 2005)، التي بحثت الفروق بين الجنسين في مركز الضبط وتقدير الذات وعدم الرضا الجسمي لدى عينة من الطلبة الجامعيين الكرواتيين. تكونت عينة الدراسة من 717 طالباً وطالبة. وقد بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على كل المتغيرات. وكان تقدير الذات لدى الذكور أعلى مما هو لدى الإناث.

كما أجرى العنزي (El-Anzi, 2005)، دراسة هدفت إلى اختبار العلاقة بين الإنجاز الأكاديمي والمتغيرات التالية: تقدير الذات والقلق والتفاؤل والتشاؤم. وقد تكونت عينة الدراسة من 400 طالباً وطالبة من كلية التعليم الأساسي في الكويت. أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الانجاز الأكاديمي وتقدير الذات ولم يكن هناك فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في متغيرات تقدير الذات والإنجاز الأكاديمي، كما أنه لم يظهر هناك ارتباط بين العمر وتقدير الذات.

يتضح مما سبق أن الدراسات المتوفرة تشير إلى أن تقدير الذات لدى الذكور يكون إما أعلى من تقدير الذات لدى الإناث أو مساوياً له. كما أن معظم الدراسات أظهرت أن مستوى تقدير الذات لا يختلف باختلاف المستوى الدراسي.

ومن الدراسات التي بحثت علاقة الأفكار اللاعقلانية بالجنس و\أو المستوى الدراسي، الدراسة التي أجراها زويمر وديفينباخر (Zwemer & Deffenbacher, 1984) على عينة من 382 طالباً وطالبة كانوا مسجلين في مساق مقدمة في علم النفس، وقد أشارت النتائج إلى أن هناك ارتباطاً بين الغضب والقلق من جهة، والمعتقدات اللاعقلانية من جهة أخرى. كما تبين أنه لا يوجد فروق بين الجنسين في المعتقدات اللاعقلانية.

كما أجرى الريحاني (1987) دراسة هدفت إلى التعرف إلى مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية التي اقترحها إليس في نظريته بين طلبة الجامعة الأردنية، وأثر الجنس والتخصص في التفكير اللاعقلاني. تكونت عينة الدراسة من 400 طالباً وطالبة في مستوى البكالوريوس. وأظهرت نتائج الدراسة أن الأفكار اللاعقلانية التي يشملها الاختبار تنتشر بين طلبة الجامعة بنسب تراوحت بين (5%) في حدها الأدنى و(40%) في حدها الأعلى. ولم تشر النتائج إلى وجود أثر للجنس والتخصص على التفكير اللاعقلاني.

وقام ماركوت (Marcotte, 1996) بدراسة هدفت إلى بحث العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين، اختيروا من ثلاث مدارس كندية للمشاركة في الدراسة، وتراوحت أعمارهم من 11 إلى 18 سنة. بينت النتائج وجود علاقة بين هذين المتغيرين. كما أشارت إلى أنه لا يوجد فروق في الدرجات الكلية على مقياس الأفكار اللاعقلانية تعزى للعمر أو الجنس.

وكذلك قام بريجيز ورويغ (Bridges & Roig, 1997) بدراسة هدفت إلى بحث العلاقة بين التسويف الأكاديمي والتفكير اللاعقلاني لدى عينة من 271 طالباً وطالبة تم اختيارهم من جامعتين. أظهرت النتائج أن التسويف ارتبط بالمقياس الكلي للتفكير اللاعقلاني. كما تبين أنه لا توجد فروق في التفكير اللاعقلاني تعزى للعمر أو التخصص أو المستوى الدراسي. وكذلك لم تظهر هناك فروق جنسية على المقياس الكلي للأفكار اللاعقلانية.

وهكذا، فإن معظم الدراسات أشارت إلى أنه لا يوجد أثر للجنس أو المستوى الدراسي على الأفكار اللاعقلانية. كما أنها أظهرت أن الأفكار اللاعقلانية ترتبط بعدد من المتغيرات كالاكتئاب والغضب والقلق والتسويف الأكاديمي.

وفيما يتعلق بالدراسات التي اختبرت العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية، فقد قام فاستا وبروكنر (Vasta & Brockner, 1979) بدراسة هدفت إلى اختبار العلاقة بين تقدير الذات وتقييم الذات السلبي، الذي يعد أحد الاتجاهات اللاعقلانية، لدى عينة من 33 طالباً جامعياً. وأظهرت النتائج أن تقدير الذات ارتبط بشكل سلبي بتقييم الذات السلبي. وتبين أيضاً أن أفراد العينة الذين جاء تقدير الذات لديهم عالياً، أظهروا درجات أعلى على مقياس تقييم الذات الإيجابي مما أظهروا على مقياس تقييم الذات السلبي.

كما قام دالي وبورتون (Daly & Burton, 1983) بدراسة هدفت إلى بحث العلاقة بين تقدير الذات والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات. وقد بلغ عدد أفراد العينة 251 طالباً وطالبة. وأشارت النتائج إلى وجود ارتباطاً سلبياً دالاً إحصائياً بين تقدير الذات والأفكار اللاعقلانية. ولم تظهر هناك فروق بين الجنسين في المعتقدات اللاعقلانية أو في تقدير الذات.

وأجرى مكلينان (Mclennan, 1987) دراسة هدفت إلى بحث علاقة الاكتئاب وتقدير الذات بالأفكار اللاعقلانية لدى عينة من الطلبة وغير الطلبة الأستراليين. تكونت العينة من 268 طالباً وطالبة. أشارت النتائج إلى وجود أفكار لاعقلانية ذات علاقة بتقدير الذات المنخفض والاكتئاب، من بين هذه الأفكار: التوقعات الذاتية العالية، والاهتمام الزائد، وتجنب المشكلات. ولم تظهر هناك علاقات دالة إحصائياً فيما يتعلق بالجنس والمكانة الدراسية والتفاعل بين الجنس والمكانة الدراسية.

يلاحظ مما سبق ندرة الدراسات التي بحثت العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية، الأمر الذي يستدعي إجراء مزيد من الدراسات التي من شأنها توضيح هذه العلاقة لدى كلا الجنسين وفي بيئات ومجتمعات مختلفة، لأن نتائج مثل هذه الدراسات سوف يكون لها تضمينات إرشادية على جانبٍ كبيرٍ من الأهمية.

مشكلة الدراسة

حاولت الدراسة الحالية تحقيق هدفين، الأول: بحث الفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية من حيث تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية، والثاني: اختبار العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى عينة من الطلبة الجامعيين.

وبشكل أكثر تحديداً، هدفت الدراسة الحالية إلى الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (P=0,05) بين الذكور والإناث على بعد تقدير الذات ؟
2. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (P=0,05) على بعد تقدير الذات تعزى إلى المستوى الدراسي؟
3. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (P=0,05) على بعد تقدير الذات تعزى إلى التفاعل بين عاملي الجنس والمستوى الدراسي؟
4. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (P=0,05) بين الذكور والإناث في الأداء على البعد الكلي والأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية؟
5. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (P=0,05) في الأداء على الأبعاد الفرعية والبعد الكلي لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية تعزى إلى المستوى الدراسي؟
6. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (P=0,05) على البعد الكلي والأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية تعزى إلى التفاعل بين عاملي الجنس والمستوى الدراسي؟
7. هل هناك ارتباطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى (P=0,05) بين درجات الأداء على بعد تقدير الذات والدرجات على الأبعاد الفرعية والبعد الكلي لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية؟

أهمية الدراسة

تهدف العملية الإرشادية، بشكلٍ عام، إلى رفع مستوى الصحة النفسية والتوافق لدى المسترشدين، إضافة إلى مساعدتهم في حل مشكلاتهم. لذلك، ينبغي أن يؤدي المرشد أثناء عمله مهمات وقائية وأخرى علاجية. ومن بين الواجبات التي على المرشد القيام بها الكشف عن الطلبة الذين لديهم تقدير منخفض لذواتهم، ومن ثم مساعدتهم في تغيير نظرتهم لأنفسهم لتصبح أكثر إيجابية، مما يزيد من شعورهم بالرضا والسعادة في حياتهم، ويحسّن كذلك دافعيتهم للدراسة وبالتالي تحصيلهم الدراسي. فبقاء مثل هؤلاء الطلبة دون مساعدة قد يؤدي إلى زيادة مشاعر الاكتئاب لديهم إلى جانب اضطرابات انفعالية أخرى.

ربما يكون لتقدير الذات المنخفض علاقة بالاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة، مما يظهر الحاجة إلى تطوير برامج علاجية تهدف إلى تغيير الاتجاهات اللاعقلانية لديهم وجعلهم يفكرون بطريقة عقلانية، قد يكون لها أثرٌ بالغٌ في زيادة تقدير الذات لديهم. كما أن مستويات تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية قد تختلف وفقاً لمتغير الجنس أو المستوى الدراسي، الأمر الذي ينبغي أيضاً أن يؤخذ بالاعتبار عند تطوير برامج تهدف إلى تحسين تقدير الذات أو تعديل أنماط التفكير غير المنطقي أو الخاطئ لدى الطلبة.

وهكذا، فإن بحث العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية، قد يكون له فائدة كبيرة بالنسبة للمرشدين في فهم العوامل التي تؤثر في جعل تقدير الذات لدى بعض المسترشدين منخفضاً، ومن ثم اختيار الأساليب الإرشادية المناسبة للتعامل مع هذه العوامل مما يؤدي إلى تحسين مستوى تقدير الذات لدى هؤلاء المسترشدين.

يشير الأدب إلى توفر عدد كبير من الدراسات التي بحثت علاقة تقدير الذات بمتغيراتٍ شخصية أخرى. على الرغم من ذلك، يُلاحَظ أن الدراسات التي اختبرت علاقة هذا المتغير بالأفكار أو الاتجاهات اللاعقلانية قليلة جداً ولا تكفي حتى لتوضيح هذه العلاقة، خاصةً إذا ما أخذنا بالاعتبار أن العلاقات بين المتغيرات قد تختلف من ثقافةٍ إلى أخرى. من هنا، تأتي أهمية الدراسة الحالية في أنها حاولت أن تستكشف العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى عينة من الطلبة الأردنيين، وأن تبحث ما إذا كان هناك فروق في هذين المتغيرين تعزى إلى الجنس أو المستوى الدراسي. كما تبرز أهميتها في أنها تضمنت مقياساً لتقدير الذات ومقياساً آخراً للاتجاهات اللاعقلانية، اللذين من الممكن أن يُستخدما من قبل باحثين آخرين لإجراء مزيدٍ من الدراسات، ومن قبل المرشدين أو المعالجين النفسيين لأغراضٍ تشخيصية أو علاجية.

التعريفات الإجرائية

- تقدير الذات: يشير إلى مدى قبول الفرد وتفضيله واحترامه لذاته.
- الاتجاهات اللاعقلانية: هي مجموعة من الأفكار أو المعتقدات غير المنطقية التي يتبناها الفرد وتؤثر في مشاعره وسلوكه.

الطريقة والإجراءات

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب وطالبات مرحلة البكالوريوس في جامعة اليرموك، المنتظمين في الدراسة خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2006/2005.

عينة الدراسة

تم اعتماد معيار الجنس والمستوى الدراسي في اختيار عينة الدراسة. فقد اختيرت العينة بالطريقة القصدية، وذلك باختيار إحدى شعب مساق العلوم العسكرية، نظراً لأن هذا المساق إجباري لجميع طلبة الجامعة الذين هم في مرحلة البكالوريوس. وقد كان عدد الإناث في الشعبة التي تم اختيارها يزيد على عدد الذكور، الأمر الذي دفع الباحث إلى أن يوضح للطلبة قبل توزيع الاستبانتين أن طبيعة الدراسة تقتضي أن يكون عدد الإناث اللواتي يشاركن في الدراسة مساوياً تقريباً لعدد الذكور. وهكذا، فقد سأل الباحث أولاً الذكور حول رغبتهم في المشاركة، وكان عدد الراغبين منهم 170، مما أتاح الفرصة أيضاً لـ170 طالبة في المشاركة. إضافةً إلى ذلك، اختيرت إحدى شعب مساق مقدمة في علم النفس، لأن هذا المساق اختياري بالنسبة لطلبة الجامعة. وأُعلم أفراد العينة أن المشاركة طوعية، وأُكد لهم على السرية، كما أنهم أُخبروا أنهم يشاركون في دراسة حول "تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين". تكونت عينة الدراسة من 397 طالباً وطالبة ممثلين للتخصصات والمستويات الدراسية المختلفة في جامعة اليرموك. وتراوحت أعمار الطلبة بين

18-23 سنة (الوسط الحسابي = 20.78، والانحراف المعياري = 1.10). ويوضح الجدول رقم (1) توزيع أفراد العينة على متغيري الجنس والمستوى الدراسي.

الجدول (1): توزيع أفراد العينة حسب الجنس والمستوى الدراسي

المستوى	الجنس ذكور	إناث	المجموع
سنة أولى	18	35	53
سنة ثانية	54	55	109
سنة ثالثة	50	64	114
سنة رابعة	72	49	121
المجموع	194	203	397

حدود الدراسة: تتحدد نتائج هذه الدراسة بما يلي:

- اقتصرت الدراسة الحالية على طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة اليرموك.
- اقتصرت أداة تقدير الذات على عشر فقرات تظهر فقط مستوى تقدير الذات العام لدى المستجيبين.
- اقتصرت أداة الاتجاهات اللاعقلانية على أربعة أبعاد هي: تقييم الذات السلبي، والاعتمادية، والعزو الداخلي للفشل، والنزق.

أدوات الدراسة

1. مقياس روزنبرغ لتقدير الذات (Rosenberg, 1965)

قام الباحث بترجمة مقياس روزنبرغ لتقدير الذات واستخدمه كأداة لقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية. يتكون المقياس من 10 فقرات تقيس تقدير الذات العام (Global Self-Esteem) لدى المراهقين والراشدين. وتكون الإجابة عن هذه الفقرات من خلال أسلوب ليكرت ذي التدريج الرباعي، بحيث يمثل الرقم (1) أوافق بشدة، ويمثل الرقم (4) لا أوافق بشدة. وتجمع الدرجات على جميع الفقرات بعد إجراء تدريج عكسي للفقرات المصاغة بشكل إيجابي. وتتراوح الدرجات من 10 إلى 40، بحيث تشير الدرجات الأعلى إلى تقدير ذات أعلى (أنظر الملحق رقم 1).

2. مقياس الاتجاهات اللاعقلانية، الذي طوره كلاقس (Klages, 1989)

قام الباحث بترجمة هذا المقياس من اللغة الألمانية إلى اللغة العربية واستخدمه كأداة لقياس الاتجاهات اللاعقلانية في الدراسة الحالية. يتكون المقياس من 30 فقرة، تتم الإجابة عنها من خلال أسلوب ليكرت ذي التدريج السداسي، بحيث يمثل الرقم (0) لا تنطبق على الإطلاق، ويمثل الرقم (5) تنطبق تماماً. وتتوزع فقرات المقياس على أربعة أبعاد، تمثل أربعة اتجاهات لاعقلانية، هي:

أ. تقييم الذات السلبي: يظهر المستجيبون الذين يحصلون على درجات عالية على هذا البعد أن نظرتهم سلبية تجاه أنفسهم. فهم غالباً ما يفكرون بأنهم فاشلون، وأنهم لا قيمة لهم، ولا يسيطرون على حياتهم بشكل صحيح. وتشير الدرجات الأعلى على هذا البعد إلى مستوى أعلى في تقييم الذات السلبي. ويتكون هذا البعد من 7 فقرات.

ب. الاعتمادية: يظهر المستجيبون الذين درجاتهم عالية على هذا البعد أنهم يولون أهمية كبيرة لآراء الآخرين بهم. فهم بحاجة لأن يحبهم كل الأشخاص الآخرين، وأن يُسر الناس بما يعملونه أو ما يمارسونه من أنماط سلوكية. وتشير الدرجات الأعلى إلى اعتمادية أعلى. ويتكون هذا البعد من 4 فقرات.

ج. العزو الداخلي للفشل: يظهر المستجيبون الذين درجاتهم عالية على هذا البعد أنهم يعزون أسباب فشلهم لأنفسهم. فعندما تسير الأمور على عكس ما يتوقعون أو عندما يفشلون يلقون اللوم على أنفسهم. وتشير الدرجات الأعلى على هذا البعد إلى مستوى أعلى في العزو الداخلي للفشل. ويتكون هذا البعد من 9 فقرات.

د. النزق: يظهر المستجيبون الذين درجاتهم عالية على هذا البعد أن لديهم حساسية عالية للمثيرات الخارجية. فالمشكلات الصغيرة غالباً ما تثير غضبهم، ومشاعرهم تجرح بسهولة. وكذلك فإنهم يتذمرون من الواجبات غير السارة التي يجب أن يقومون بها. وتشير الدرجات الأعلى إلى نزق أعلى. ويتكون هذا البعد من 10 فقرات (أنظر الملحق رقم 2).

إجراءات الصدق

للتأكد من صحة ترجمة أداتي القياس ومن ملائمة فقرات الأداتين للمجتمع الأردني، تم أولاً عرض النسخة الأصلية ونسخة مترجمة من مقياس الاتجاهات اللاعقلانية على متخصصَين في اللغة الألمانية كلغة أجنبية لمعرفة رأيهما في مدى دقة ترجمة المقياس وتصحيح الأخطاء إن وجدت. وقد تم تعديل ترجمة 3 فقرات وفقاً للاقتراحات التي قدماها. ومن ثم، عرضت النسخة الأصلية من مقياس روزنبرغ لتقدير الذات، ونسختين مترجمتين للأداتين على خمسةٍ ممن يجيدون اللغتين الانجليزية والعربية من بين المتخصصين في الإرشاد وعلم النفس في جامعة اليرموك للاطلاع على وجهات نظرهم فيما يتعلق بدقة ترجمة مقياس روزنبرغ من الانجليزية إلى العربية، ومراجعة الصياغة اللغوية وإجراء صدق محتوى للمقياسين. عُدلت صياغة 9 فقرات من مقياس الاتجاهات اللاعقلانية، و4 فقرات من مقياس تقدير الذات أجمع عليها (40%) على الأقل من المحكمين. وفيما يتعلق بمدى ملائمة الفقرات لمجتمع الدراسة، أجمع المحكمون على أن الفقرات جميعها مناسبة، وبذلك بقي عدد الفقرات في كل من النسختين المترجمتين مساوياً لذلك الذي في النسختين الأصليتين.

إجراءات الثبات: تم حساب معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات ولمقياس الاتجاهات اللاعقلانية ولكل من أبعاده، وذلك بتطبيق معادلة كرونباخ الفا على درجات أفراد العينة. وقد أظهر المقياسان اتساقاً داخلياً مقبولاً. ويبين الجدول رقم (2) قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة كرونباخ الفا.

جدول (2): معاملات الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات ومقياس الاتجاهات اللاعقلانية الكلي وأبعاده الفرعية.

المقياس الكلي	الفا
تقدير الذات	.73

الاتجاهات اللاعقلانية	.84
الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية	
تقييم الذات السلبي	.65
الاعتمادية	.65
العزو الداخلي للفشل	.72
النزق	.68

تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية

متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على متغيرين تابعين، هما:

1) تقدير الذات
2) الاتجاهات اللاعقلانية، متمثلة بأربعة أبعاد.

كما اشتملت على متغيرين مستقلين هما:

1) الجنس: ذكر – أنثى.
2) المستوى الدراسي: سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة، سنة رابعة.

تحليل البيانات

حسبت في البداية الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس تقدير الذات وعلى مقياس الاتجاهات اللاعقلانية وفقاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي. ومن ثم أجري تحليل التباين الثنائي لمعرفة أثر الجنس والمستوى الدراسي على تقدير الذات، كما أجري تحليل التباين الثنائي متعدد المتغيرات لمعرفة أثر الجنس والمستوى الدراسي على الاتجاهات اللاعقلانية. وأخيراً تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات تقدير الذات ودرجات الاتجاهات اللاعقلانية.

النتائج

فيما يلي عرض لنتائج الدراسة وفقاً لترتيب أسئلتها:

أولاً: النتائج المتعلقة بالأسئلة من 1-3: للإجابة عن الأسئلة حول الفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية في تقدير الذات، ومعرفة ما إذا كان هناك فروق في تقدير الذات تعزى إلى تفاعل متغيري الجنس والمستوى الدراسي، تم استخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس تقدير الذات وفقاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي، ويوضح ذلك الجدول رقم (3).

جدول (3): الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس تقدير الذات.

المقياس	المستوى		السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة	السنة الرابعة	المتوسط الكلي
	الجنس						
تقدير الذات	الذكور	س	3.04	3.04	3.01	3.08	3.05
		ع	0.40	0.42	0.41	0.40	0.40
	الإناث	س	2.91	3.05	3.03	3.06	3.02
		ع	0.38	0.56	0.39	0.51	0.47
	العينة كاملة	س	2.86	2.88	2.86	2.98	2.90
		ع	0.41	0.56	0.44	0.48	0.48

ملاحظة: س= الوسط الحسابي، ع= الانحراف المعياري

يبين الجدول رقم (3) وجود فروق ظاهرية في الأوساط الحسابية في الخلايا المتعلقة بالجنس والمستوى الدراسي. وللتأكد مما إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً عند مستوى (P=0,05)، استخدم تحليل التباين الثنائي. وتتضح نتائج هذا التحليل في الجدول رقم (4). يبين الجدول عدم وجود فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات تعزى إلى الجنس أو المستوى الدراسي أو التفاعل بينهما.

جدول (4): نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية في تقدير الذات.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجنس	8,44	1	8,44	0,44	0,509
المستوى الدراسي	0,31	3	0,11	0,54	0,654
الجنس x المستوى	0,18	3	5,85	0,30	0,823

ثانياً: النتائج المتعلقة بالأسئلة من 4-6: للإجابة عن الأسئلة حول الفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية في الاتجاهات اللاعقلانية، ومعرفة ما إذا كان هناك فروق في الاتجاهات اللاعقلانية تعزى إلى تفاعل متغيري الجنس والمستوى الدراسي، تم استخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية وفقاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي، ويوضح ذلك الجدول رقم (5).

جدول (5): الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية (المقياس الكلي والأبعاد الأربعة) وفقاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي.

المقياس الكلي \البعد	المستوى الجنس		السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة	السنة الرابعة	المتوسط الكلي
الاتجاهات اللاعقلانية (المقياس الكلي)	الذكور	س	3.75	3.71	3.56	3.69	3.67
		ع	0.70	0.64	0.72	0.73	0.70
	الإناث	س	3.82	3.88	4.08	3.88	3.93
		ع	0.77	0.71	0.67	0.75	0.72
	العينة كاملة	س	3.80	3.80	3.85	3.77	3.80
		ع	0.74	0.68	0.74	0.74	0.72
تقييم الذات السلبي	الذكور	س	3.45	2.10	3.05	2.85	2.10
		ع	0.97	1.02	0.91	1.07	1.01
	الإناث	س	3.25	3.12	3.24	3.10	3.18
		ع	1.06	1.09	0.95	0.95	1.00
	العينة كاملة	س	3.32	3.06	3.16	2.95	3.09
		ع	1.02	1.06	0.93	1.03	1.01
الاعتمادية	الذكور	س	4.19	3.97	3.99	4.21	4.08
		ع	1.25	1.19	1.43	1.20	1.26
	الإناث	س	3.85	3.98	4.45	4.24	4.17
		ع	1.28	1.29	1.18	1.27	1.26
	العينة كاملة	س	3.97	3.97	4.25	4.22	4.13
		ع	1.27	1.23	1.31	1.22	1.26
العزو الداخلي للفشل	الذكور	س	3.77	4.02	3.64	4.12	3.94
		ع	1.14	0.85	1.09	0.91	0.98
	الإناث	س	4.08	4.19	4.38	4.13	4.22
		ع	0.99	0.88	0.92	0.98	0.94
	العينة كاملة	س	3.98	4.11	4.06	4.12	4.08
		ع	1.04	0.87	1.06	0.93	0.97
النزق	الذكور	س	3.75	3.82	3.69	3.69	3.73

المقياس الكلي \البعد	المستوى الجنس		السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة	السنة الرابعة	المتوسط الكلي
		ع	0.87	0.92	0.70	0.77	0.80
النزق	الإناث	س	3.97	4.11	4.23	4.06	4.11
		ع	1.06	0.92	0.82	0.90	0.91
	العينة	س	3.90	3.97	3.10	3.84	3.93
	كاملة	ع	0.10	0.93	0.81	0.84	0.88

ملاحظة: س= الوسط الحسابي، ع= الانحراف المعياري

يبين الجدول رقم (5) وجود فروق ظاهرية في الأوساط الحسابية في الخلايا المتعلقة بالجنس والمستوى الدراسي. وللتأكد مما إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً عند مستوى (P=0,05)، استخدم تحليل التباين الثنائي متعدد المتغيرات. ويبين الجدول رقم (6) نتائج هذا التحليل.

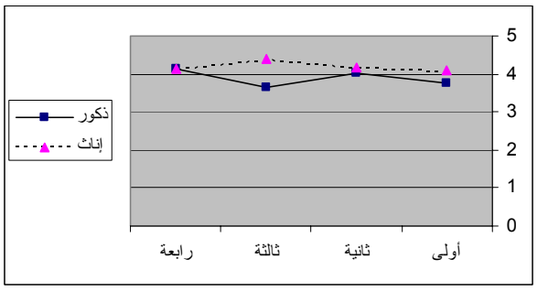
جدول (6): نتائج تحليل التباين الثنائي متعدد المتغيرات للفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية في الاتجاهات اللاعقلانية (المقياس الكلي والأبعاد الأربعة).

مصدر التباين	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
	الاتجاهات اللاعقلانية (المقياس الكلي)	4.70	1	4.70	9.33	0.002
	تقييم الذات السلبي	0.68	1	0.68	0.67	0.415
الجنس	الاعتمادية	0.15	1	0.15	0.09	0.760
	العزو الداخلي للفشل	7.84	1	7.84	8.64	0.003
	النزق	10.58	1	10.58	14.24	0.001
	الاتجاهات اللاعقلانية (المقياس الكلي)	7.93	3	2.65	0.05	0.984
	تقييم الذات السلبي	5.24	3	1.75	1.72	0.163
المستوى الدراسي	الاعتمادية	5.26	3	1.75	1.11	0.344
	العزو الداخلي للفشل	1.82	3	0.61	0.67	0.571
	النزق	0.83	3	0.28	0.37	0.773
	الاتجاهات اللاعقلانية (المقياس الكلي)	2.53	3	0.84	1.68	0.172
	تقييم الذات السلبي	1.86	3	0.62	0.61	0.609
الجنس x المستوى	الاعتمادية	6.50	3	2.17	1.37	0.251
	العزو الداخلي للفشل	8.41	3	2.80	3.09	0.027
	النزق	1.31	3	0.44	0.59	0.622

يُظهر الجدول رقم (6) أنه يوجد فروق دالة إحصائياً بين درجات الذكور ودرجات الإناث على الدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات اللاعقلانية (ف=9.33 P=0,002). ويبين الجدول رقم (5) أن متوسط درجات الإناث (3.93) على المقياس الكلي أعلى من متوسط درجات الذكور (3.67). كما يظهر الجدول رقم (6) أنه يوجد فروق دالة إحصائياً بين درجات الذكور ودرجات الإناث على بعد العزو الداخلي للفشل (ف=8.64 P=0,003). ويتضح من الجدول رقم (5) أن متوسط درجات الإناث (4.22) على هذا البعد أعلى من متوسط درجات الذكور (3.94). وكذلك يبين الجدول رقم (6) وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات الذكور ودرجات الإناث على بعد النزق (ف=14.24 P=0,001). وكما يتضح من الجدول رقم (5) أن متوسط درجات الإناث (4.11) على هذا البعد أعلى من متوسط درجات الذكور (3.73). من ناحية أخرى، يُظهر الجدول أنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين درجات الذكور ودرجات الإناث على بعدي تقييم الذات السلبي والاعتمادية.

وفيما يتعلق بالفروق بين المستويات الدراسية في الاتجاهات اللاعقلانية، يظهر الجدول رقم (6) أنه لم تظهر هناك فروق دالة إحصائياً على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية الكلي أو على أبعاده الفرعية تعزى إلى المستوى الدراسي.

أما فيما يتعلق بأثر التفاعل بين متغيري الجنس والمستوى الدراسي على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية الكلي أو على أبعاده الفرعية، يبين الجدول رقم (6) أن هناك تفاعلاً دالاً إحصائياً فقط على بعد العزو الداخلي للفشل. ويوضح الشكل رقم (1) هذا التفاعل، إذ يُظهر الشكل أن العزو الداخلي للفشل لدى الإناث أعلى مما هو لدى الذكور في جميع السنوات الدراسية، ويتضح هذا الفرق لدى طلبة السنة الثالثة، ويكاد يتلاشى لدى طلبة السنة الرابعة.



شكل (1): تفاعل الجنس والمستوى الدراسي على بعد العزو الداخلي للفشل

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال السابع: للإجابة عن السؤال حول العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية، تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات تقدير الذات ودرجات الاتجاهات اللاعقلانية (الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية) للعينة بكاملها وبشكل منفصل للذكور والإناث. بالنسبة للذكور، يبين الجدول رقم (7) أن هناك ارتباطاً دالاً إحصائياً (P=0,01) بين تقدير الذات وتقييم الذات السلبي؛ وكذلك بين تقدير الذات والدرجة الكلية على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية (P=0,05). أما بالنسبة للإناث، يبين الجدول وجود ارتباطات دالة إحصائياً (P=0,01) بين تقدير الذات وكل من الأبعاد التالية: تقييم الذات السلبي، والعزو الداخلي للفشل، والنزق. ويتضح كذلك أن هناك ارتباطاً دالاً إحصائياً (P=0,01) بين تقدير الذات والدرجة الكلية على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية.

جدول (7): معاملات الارتباط بين درجات تقدير الذات ودرجات الاتجاهات اللاعقلانية (الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية) للعينة بكاملها وبشكل منفصل للذكور والإناث.

البعد	العينة كاملة	الذكور	الإناث
تقييم الذات السلبي	-0.42**	-0.32**	-0.50**
الاعتمادية	0.05	0.03	0.07
العزو الداخلي للفشل	-0.13*	-0.05	-0.19**
النزق	-0.21**	-0.12	-0.27**
الدرجة الكلية	-0.26**	-0.17*	-0.33**

ملاحظة= تشير الارتباطات السلبية إلى أن تقدير الذات المنخفض يتعلق بمستويات عالية من الاتجاهات اللاعقلانية.

* الارتباطات دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05

** الارتباطات دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01

المناقشة: هدفت هذه الدراسة إلى بحث الفروق بين الجنسين وبين المستويات الدراسية من حيث تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية؛ وإلى اختبار العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى عينة من الطلبة الجامعيين.

أظهرت النتائج أنه لا يوجد فروق بين الجنسين في تقدير الذات، مما يشير إلى أن الإناث يحترمن ويتقبلن أنفسهن ويشعرن بالرضا عن انجازاتهن، وبالكفاءة اللازمة للقيام بواجباتهن بدرجة مساوية لما يشعر به الذكور نحو أنفسهم. وربما يرجع سبب ذلك التشابه في مستويات تقدير الذات إلى أن المهمات الأكاديمية، التي تمثل فرصاً للطلبة لأن يُظهروا مدى كفاءتهم وتميزهم، هي ذاتها بالنسبة للذكور والإناث. وبالتالي، فإن عدم وجود فروق بينهم في تقدير الذات قد يكون ناتجاً عن عدم وجود فروق في أدائهم لهذه المهمات، فتقدير الذات لدى الطلبة له علاقة مباشرة في إنجازهم الأكاديمي. كما أن العوامل الثقافية التي تتحدد في ضوئها الأدوار الجنسية قد تؤثر على مستوى تقدير الذات لدى الجنسين. فمثلاً، يتشابه مجتمع الدراسة الحالية من الناحية الثقافية مع مجتمع دراسة العنزي (El-Anzi, 2005)، وهكذا، تتفق نتائج كلا الدراستين على أنه لا يوجد فروق بين الجنسين في تقدير الذات. في الوقت نفسه، تختلف نتائج الدراسة الحالية مع تلك التي توصلت إليها دراسة مارون وكايسون (Marron & Kayson, 1984) ودراسة بوكراجاك بوليان وزيفسك بيسيريفك (Pokrajac-Bulian & Zivcic-Becirevic, 2005) اللتان أجريتا أيضاً على طلبة الكليات والجامعات، ولكن في ثقافات تختلف عن ثقافة مجتمع الدراسة الحالية. إذ بيّنت نتائج هاتين الدراستين أن تقدير الذات لدى الذكور أعلى مما هو لدى الإناث.

وعند مقارنة نتائج الدراسة الحالية المتعلقة بتقدير الذات لدى الجنسين مع نتائج الدراسات التي أجريت على طلبة المدارس الثانوية، نجد أن نتائج هذه الدراسة تختلف مع نتائج دراسة مارون وكايسون (Marron & Kayson, 1984)، ودراسة جوب وفيرتمان وروس (Chubb, Fertman, & Ross, 1997)، ودراسة كواتمان وواطسون (Quatman & Watson, 2001)، التي بيّنت أن تقدير الذات لدى الذكور كان أعلى مما هو لدى الإناث. وتتفق مع نتائج دراسة كونر وبويرازلي وفيرر ريدر وجراهما (Connor, Poyrazli, Ferrer-Wreder & Grahame, 2004) التي أظهرت أنه لا يوجد فروق بين الجنسين في مستويات تقدير الذات.

كما أشارت نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق بين المستويات الدراسية في تقدير الذات. وهذا يعني أن درجة احترام الطالب لذاته وتقبله لها لا تتأثر بالمستوى الدراسي الذي يكون فيه. مثل هذه النتيجة من الممكن أن تفيد المرشدين، الذين يعملون في الجامعات، في أنهم إذا تعاملوا مع مسترشدين لديهم تقدير ذات منخفض، عدم افتراض أن تقدير الذات لدى هؤلاء المسترشدين سوف يتحسن بشكل تلقائي مجرد انتقالهم إلى مستوى دراسي أعلى، وإنما عليهم البحث في الأسباب التي جعلت مثل هؤلاء المسترشدين يكوّنون مفاهيم سلبية نحو أنفسهم، ومن ثم العمل على تحديد الأساليب المناسبة لتعديل هذه المفاهيم.

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة العنزي (El-Anzi, 2005)، التي أظهرت أنه لا يوجد ارتباط بين العمر وتقدير الذات لدى طلبة الكليات. كما أنها تتفق مع نتائج عدد من الدراسات التي أجريت على طلبة المدارس الثانوية، من بينها دراسة جوب وفيرتمان وروس (Chubb, Fertman, & Ross, 1997)، التي أظهرت أن تقدير الذات لم يختلف بشكلٍ دالٍ إحصائياً خلال أربع سنوات المدرسة الثانوية؛ ودراسة كواتمان وواطسون (Quatman & Watson, 2001)، التي أشارت إلى عدم وجود أثر لمستوى الصف على تقدير الذات؛ ودراسة كونر وبويرازلي وفيرر ريدر وجراهما (Connor, Poyrazli, Ferrer-Wreder & Grahame, 2004)، التي أظهرت أن العمر لم يرتبط بشكلٍ دالٍ إحصائياً بتقدير الذات. وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة مارون وكايسون (Marron & Kayson, 1984)، التي أظهرت أن تقدير الذات لدى الطلبة الخريجين كان أعلى مما هو لدى الطلبة الجدد.

وكذلك من النتائج المهمة التي توصلت لها هذه الدراسة أن هناك فروقاً بين الجنسين في الاتجاهات اللاعقلانية. فقد تبين أن درجات الاتجاهات اللاعقلانية على المقياس الكلي وعلى بعدي العزو الداخلي للفشل والنزق لدى الإناث أعلى مما هي لدى الذكور، مما يشير إلى أن مستوى التفكير اللاعقلاني لدى الإناث أعلى مما هو لدى الذكور. فالإناث يملن أكثر لعزو الأخطاء أو خبرات الفشل لأنفسهن؛ إذ إنهن يلمن أنفسهن أكثر فيما يتعلق بهذه الأخطاء أو العواقب السلبية للسلوكيات، على الرغم من أن أسبابها قد ترجع لظروف خارجة عن سيطرتهن. كما أن مستوى النزق لدى الإناث يُظهر أن لديهن حساسية أعلى للمثيرات الخارجية مقارنة مع الذكور. ويعكس ذلك أن حاجة الإناث للخدمات الإرشادية تفوق حاجة الذكور لها، خاصة إذا ما أخذنا بالاعتبار أن التفكير اللاعقلاني يرتبط إيجابياً بالاضطرابات والمشكلات النفسية المختلفة.

تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة دالي وبورتون (Daly & Burton, 1983)، ودراسة زويمر وديفينباخر (Zwemer & Deffenbacher, 1984)، ودراسة ماركوت (Marcotte, 1996)،

ودراسة بريجيز ورويغ (Bridges & Roig, 1997)، التي أشارت إلى أنه لا يوجد فروق بين الجنسين في المعتقدات اللاعقلانية. وربما يعزى سبب هذا الاختلاف إلى عوامل ثقافية. أما فيما يتعلق باختلاف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة الريحاني (1987)، التي أشارت إلى أنه لا يوجد أثر للجنس على الاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الأردنيين، فقد يرجع سبب هذا الاختلاف في نتائج الدراستين إلى اختلاف نمط الاستجابة لأداة القياس المستخدمة في هذه الدراسة عن تلك المستخدمة في دراسة الريحاني. فبينما تعامل المستجيبون في الدراسة الحالية مع تدريج سداسي، تعامل المستجيبون في دراسة الريحاني مع خيارين فقط (نعم أم لا). فبازدياد الخيارات أمام المستجيبين تزداد احتمالية ظهور فروق فيما بينهم. ويُترك ذلك للبحث المستقبلي في أن يتم إجراء دراسات تُستخدم فيها الأداتان معاً.

وبيّنت النتائج كذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السنوات الدراسية في الاتجاهات اللاعقلانية، مما يشير إلى أن مستوى التفكير اللاعقلاني لدى الطلبة لا يتغير عند انتقالهم من سنة دراسية إلى أخرى. وهذا يؤكد ضرورة تقديم الخدمات الإرشادية للمسترشدين بصرف النظر عن مستواهم الأكاديمي، لأنهم جميعاً بحاجةٍ لها. وتتفق هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت لها دراسة ماركوت (Marcotte, 1996)، التي أظهرت أنه لا يوجد فروق في الدرجات الكلية على مقياس الأفكار اللاعقلانية تعزى للعمر؛ ودراسة بريجيز ورويغ (Bridges & Roig, 1997)، التي أشارت إلى أنه لا توجد فروق في التفكير اللاعقلاني تعزى للعمر أو المستوى الدراسي.

وفيما يتعلق بالتفاعل بين العزو الداخلي للفشل والجنس، فقد تبين أن العزو الداخلي للفشل لدى الإناث أعلى مما هو لدى الذكور في جميع السنوات الدراسية، وأن مستوى العزو لدى الإناث ثابت تقريباً في السنتين الأولى والثانية، في حين أنه يرتفع بوضوح في السنة الثالثة ثم يعود وينخفض في السنة الرابعة. أما بالنسبة للذكور، فإن مستوى العزو ثابت أيضاً في السنتين الأولى والثانية، إلا أنه ينخفض في السنة الثالثة ثم يعود ويرتفع في السنة الرابعة. وقد يعود سبب اختلاف مستوى العزو لدى طلبة السنة الثالثة، مقارنة بطلبة السنوات الدراسية الأخرى، إلى أن الظروف الدراسية التي يمر بها طلبة السنة الثالثة تختلف عن تلك التي يمر بها طلبة السنوات الأخرى. فقد تشعر الإناث اللواتي في مستوى السنة الثالثة بإحباط أكثر أثناء دراستهن مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى العزو لديهن، بينما يشعر الذكور الذين في مستوى السنة الثالثة بإحباط أقل أثناء دراستهم مما يؤدي إلى انخفاض مستوى العزو لديهم.

وأظهرت النتائج أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى أفراد العينة، وأن قوة هذه العلاقة لدى الإناث تختلف عما هي لدى الذكور. فقد تبين أنه بالنسبة للإناث هناك علاقة سلبية دالة إحصائياً بين تقدير الذات، والدرجة الكلية على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية، وبين تقدير الذات وثلاثة أبعاد من مقياس الاتجاهات اللاعقلانية، هي: تقييم الذات السلبي، والعزو الداخلي للفشل، والنزق. أما بالنسبة للذكور، فقد تبين أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين تقدير الذات وتقييم الذات السلبي؛ وكذلك بين تقدير الذات والدرجة الكلية على مقياس الاتجاهات اللاعقلانية. ومن الجدير ذكره، أن هذه الارتباطات بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية كانت جميعها لدى الإناث أعلى مما هي لدى الذكور.

وهكذا، فإنه ربما تكون هناك علاقة متبادلة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات. بمعنى أن تقدير الذات المنخفض لدى هؤلاء الطلبة له اثر بالغٌ على تفكيرهم وانفعالاتهم ورغباتهم وأهدافهم. وفي الوقت نفسه، تؤدي الاتجاهات اللاعقلانية إلى تقدير ذات منخفض لديهم.

ويستطيع المرشدون الاستفادة من هذه العلاقة إما بالارتقاء بمستوى التفكير العقلاني أو بتعزيز تقدير الذات لدى المسترشدين. فبما أن تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية يرتبطان بشكل دالٍ إحصائياً، فإن التغيرات في أحد المتغيرين على الأرجح أن تقود إلى تغيرات في المتغير الآخر. على سبيل المثال، بإمكان المرشدين توجيه المسترشدين نحو الاشتراك في أنشطة تهدف إلى تحسين تقدير الذات لديهم. وبتعزيز تقدير الذات، يصبح المسترشدون واثقين أكثر بأنفسهم، وأن ثقتهم بأنفسهم سوف تجعلهم يفكرون بشكل أكثر عقلانية. من جانب آخر، عندما يعمل المرشدون من خلال البرامج الإرشادية المختلفة على تشجيع المسترشدين على أن يفكروا بطريقة عقلانية، بحيث يؤدي ذلك إلى شعور المسترشدين بأنهم يتطورون نتيجة لتفكيرهم العقلاني، فإنهم عندئذ سوف يصبحون واثقين أكثر بما يفعلون. وبالتالي، سوف يتحسن تقدير الذات لديهم.

تتفق نتائج هذه الدراسة مع تلك التي توصلت لها دراسة دالي وبورتون (Daly & Burton, 1983)، من حيث وجود علاقة سلبية بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية بالنسبة للعينة بكاملها، وتختلف معها من حيث عدم وجود اختلاف في هذه العلاقة بين الذكور والإناث. كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة مكلينان (Mclennan, 1987)، التي أشارت إلى وجود أفكار لاعقلانية ذات علاقة بتقدير الذات المنخفض. وتتفق أيضاً مع نتائج دراسة فاستا وبروكنر (Vasta & Brockner, 1979)، التي أظهرت أن تقدير الذات ارتبط بشكل سلبي بتقييم الذات السلبي، مما يشير إلى أن تقدير الذات المنخفض يتميز بتقييم ذات سلبي ويكون مصحوباً بمشاعر عدم الكفاءة وعدم الأهمية.

وقد يرجع السبب في أن العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الإناث أقوى مما هي لدى الذكور، إلى أن تأثير الأفكار أو المعتقدات اللاعقلانية على تقدير الذات لدى الإناث أعلى مما هو لدى الذكور. فالنتائج أظهرت وجود فروق بين الجنسين في الاتجاهات اللاعقلانية ولم تظهر مثل هذه الفروق في تقدير الذات.

من التضمينات الإرشادية لهذه النتائج أن برامج العلاج المعرفي الهادفة إلى تحسين تقدير الذات يمكن أن تكون أكثر فاعلية بالنسبة للإناث مما هي بالنسبة للذكور. لذلك، فإن الدراسات

المستقبلية ينبغي أن تختبر هذه الفرضية من خلال مقارنة برامج علاجية مختلفة تهدف إلى تحسين تقدير الذات لدى كل من الجنسين. كما أنه ينبغي تطبيق برامج أخرى تهدف إلى رفع مستوى تقدير الذات ومعرفة أثر ذلك على الاتجاهات اللاعقلانية، أو تهدف إلى تعديل الاتجاهات اللاعقلانية ومعرفة أثر ذلك على تقدير الذات.

المصادر والمراجع

الريحاني، سليمان (1987). الأفكار اللاعقلانية عند طلبة الجامعة الأردنية وعلاقة الجنس والتخصصات في التفكير اللاعقلاني. **دراسات**، 14 (5)، 103-124.

Abouserie, R. (1994). Sources and levels of stress in relation to locus of control and self-esteem in university students. *Educational Psychology*, 14, 323-330.

Atkinson, M. & Hornby, G. (2002). *Mental health handbook for schools*. London: RoutledgeFalmer.

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance abuse, *Journal of Early Adolescence*, 11, 56-94.

Bridges, K. R., & Roig, M. (1997). Academic procrastination and irrational thinking: A re-examination with context controlled. *Personality and Individual Differences*, 22, 941-944.

Chubb, N. H., Fertman, C. I., & Ross, J. L. (1997). Adolescent self-esteem and locus of control: A longitudinal study of gender and age differences, *Adolescence*, 32, 113-129.

Connor, J. M., Poyrazli, S., Ferrer-Wreder, L., & Grahame, K. (2004). The relation of age, gender, ethnicity, and risk behaviors to self-esteem among students in nonmainstream schools. *Adolescence*, 39, 457-473.

Corsini, R. (1987). *Encyclopedia of psychology*. New York: John Wiley and Sons.

Daly, M. J., & Burton, R. L. (1983). Self-esteem and irrational beliefs: An exploratory investigation with implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 361-366.

Dryden, W. (1999). *Rational emotive behavioural counselling in action*. London: Sage.

El-Anzi, F. O. (2005). Academic achievement and its relationship with anxiety, self-esteem, optimism, and pessimism in Kuwaiti students. *School Behavior and Personality*, 33, 95-104.

Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy.* New York: Lyle Stuart.

Ivey, A. E., D'Andrea, M., Ivey, M. B., & Simek-Morgan, L. (2002). *Theories of counseling and psychotherapy: A multicultural perspective*. Boston: Allyn and Bacon.

Klages, U. (1989). *Fragebogen irrationaler Einstellungen (FIE)*. Goettingen: Hogrefe.

Marcotte, D. (1996). Irrational beliefs and depression in adolescence. *Adolescence*, 31, 935-954.

Marron, J. A., & Kayson, W. A. (1984). Effects of living status, gender, and year in college on college students' self-esteem and life change experiences. *Psychological Reports*, 55, 811-814.

McLennan, J.P. (1987). Irrational beliefs in relation to self-esteem and depression. *Journal of Clinical Psychology*, 43, 89-91.

Mruk, C. (1995). *Self-esteem: Research, theory, and practice*. New York: Springer.

Overholser, J. C., Adams, D. M., Lehnert, K. L., & Brinkman, D. C. (1995). Self-esteem deficits and suicidal tendencies among adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 34, 919-928.

Patterson, C. H. (1980). *Theories of counseling and psychotherapy*. New York: Harper & Row.

Pokrajac-Bulian, A., & Zivcic-Becirevic, I. (2005). Locus of control and self-esteem as correlates of body dissatisfaction in Croatian university students. *European Eating Disorders Review*, 13, 54-60.

Quatman, T., & Watson, C. M. (2001). Gender differences in adolescent self-esteem: An exploration of domains. *The Journal of Genetic Psychology,* 162, 93-117.

Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 158-162.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Vasta, R. & Brockner, J. (1979). Self-esteem and self-evaluative covert statements. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 776-777.

Woolfolk, A. (2001). *Educational psychology (8th ed.)*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.

Zwemer, W. A., & Deffenbacher, J. L. (1984). Irrational beliefs, anger, and anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 391-393.

ملحق (1)

مقياس روزنبرغ لتقدير الذات (Rosenberg Self-Esteem Scale)

تتعلق قائمة الفقرات أدناه بمشاعرك العامة حول نفسك، أرجو وضع دائرة حول الرقم المناسب بالنسبة لكل فقرة اعتماداً على ما إذا كنت توافق بشدة، توافق، لا توافق، أو لا توافق بشدة، فيما يتعلق بالفقرة التي تقرأها.

		أوافق بشدة	أوافق	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	إنني راضٍ عن نفسي، بشكل عام.*	1	2	3	4
2	أعتقد أنني لست جيداً على الإطلاق.	1	2	3	4
3	أشعر أن لدي عددً من الصفات الجيدة.*	1	2	3	4
4	أنني قادرً على القيام بالأعمال كمعظم الأشخاص الآخرين.*	1	2	3	4
5	أشعر أنه ليس لدي الكثير كي أفخر به.	1	2	3	4
6	أشعر أنه لا فائدة مني.	1	2	3	4
7	أشعر أنني شخص ذو قيمة، على الأقل بدرجة مساوية للآخرين.*	1	2	3	4
8	أتمنى أن احترم نفسي أكثر.	1	2	3	4
9	أشعر أنني فاشلٌ.	1	2	3	4
10	اتجاهي نحو نفسي إيجابي.*	1	2	3	4

* توضح درجات هذه الفقرة بشكل عكسي قبل تحليل البيانات.

ملحق (2)

مقياس الاتجاهات اللاعقلانية Fragebogen Irrationaler Einstellungen (FIE)

الفقرات التالية تتعلق بالصورة المكونة لديك نحو ذاتك. أرجو أن تضع إشارة (×) على أحد الأرقام من (0-5) المقابلة لكل فقرة، لتحدد كم تنطبق الأفكار أو المشاعر أو السلوكيات المشار إليها عليك. 0 = لا تنطبق على الإطلاق 5= تنطبق تماماً

1	أتذمر من الواجبات غير السارة التي يجب أن أقوم بها. ن	0	1	2	3	4	5
2	من المهم بالنسبة لي، أن يعجب الناس بما أعمله. ع	0	1	2	3	4	5
3	لا أشعر بالارتياح، عندما تسير الأمور على غير ما أريد. خ	0	1	2	3	4	5
4	إنني بحاجة لأن يحبني الناس. ع	0	1	2	3	4	5
5	هناك أمور شخصية كثيرة، أشعر بالحرج إذا سألني الآخرون عنها. خ	0	1	2	3	4	5
6	من المحرج بالنسبة لي، أن أرتكب خطأً بحضور الآخرين. خ	0	1	2	3	4	5
7	أفضل أن أتجنب تجريب الأشياء عندما أكون لست متأكداً من النتيجة. خ	0	1	2	3	4	5
8	أفكر بالأخطاء التي ارتكبتها سابقا. خ	0	1	2	3	4	5
9	عندما أكون بانتظار شخص ما ويتأخر علي، سرعان ما أغضب. ن	0	1	2	3	4	5
10	أشعر بالحزن معظم الأوقات. ن	0	1	2	3	4	5
11	لا أستطيع أن اطلب من الناس الآخرين أن يقدموا لي معروفاً. ن	0	1	2	3	4	5
12	لا أكون مسروراً عندما أرتدي ملابساً غير مناسبة. خ	0	1	2	3	4	5
13	تُجرح مشاعري بسهولة. ن	0	1	2	3	4	5
14	عندما لا أستطيع أن أحل مشاكلي، أشعر أنني فاشلٌ. ق	0	1	2	3	4	5
15	من المهم جداً بالنسبة لي، أن يحبني كل الأشخاص الآخرين. ع	0	1	2	3	4	5
16	أعتقد أنه من غير الممكن أن أغير شخصيتي. ق	0	1	2	3	4	5
17	من المهم جداً بالنسبة لي، أن يُسر الناس الآخرين بما أعمله. ع	0	1	2	3	4	5
18	أعتقد أنني لست مسيطراً على حياتي بشكل صحيح. ق	0	1	2	3	4	5
19	غالباً ما أفكر بأنني فاشلٌ. ق	0	1	2	3	4	5
20	أتجنب القيام بأعمال قد تبدو للآخرين سخيفة. خ	0	1	2	3	4	5
21	أشعر بالارتباك عندما أتناقش مع الآخرين بموضوع لا أفهمه جيداً. ن	0	1	2	3	4	5
22	أشعر أنني عديم القيمة. ق	0	1	2	3	4	5
23	ألقي اللوم على نفسي، إذا لم تتم الأمور بشكل جيد. خ	0	1	2	3	4	5
24	لا أطيق أن يراقبني الآخرون. ن	0	1	2	3	4	5
25	لا أستطيع أن احتمل الظروف الصعبة. ن	0	1	2	3	4	5
26	عندما لا أستطيع الوصول إلى شيء ما، ألوم نفسي. خ	0	1	2	3	4	5
27	غالباً ما تثير المشكلات الصغيرة غضبي. ن	0	1	2	3	4	5
28	أحزن عندما أفكر كم هنالك من ظلم في العالم. ن	0	1	2	3	4	5
29	لدي إرادة ضعيفة جدا. ق	0	1	2	3	4	5
30	فقط عندما أحقق إنجازاً كبيراً، أعتبر نفسي أنني ذو قيمة. ق	0	1	2	3	4	5

ق = تقييم الذات السلبي ع = الاعتمادية خ = العزو الداخلي للفشل ن = النزق