

الاستقرار النفسي وعلاقته بالأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية

زينب مجيد حميد

طالبة ماجستير / كلية التربية الأساسية – جامعة ديالى

ملخص البحث :

تعد الأفكار الاستحواذية احد الاضطرابات النفسية تنتج عنها اضطرابات في التفكير والشخصية الإنسانية وتسبب للفرد قلق وعدم استقرار للنفس ، والأفراد في مرحلة المراهقة يكونون أكثر عرضة لهذه الأفكار الاستحواذية التي تكون سبب التفكير الخاطئ وبما أن الاستقرار النفسي هو احد العوامل الأساسية التي لها علاقة مباشرة بالأفكار هذه إذا لابد من تهيئة أجواء نفسية جيدة للفرد بشكل عام وللطالبات بشكل خاص حتى يستطيعن التواصل في الدراسة بشكل جيد.

ويهدف البحث الحالي بما يأتي:-

- ١- قياس الاستقرار النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
- ٢- قياس الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
- ٣- تعرف العلاقة بين الاستقرار النفسي والأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

كما قامت الباحثة باستخدام أداتين لتحقيق أهداف البحث الحالي ، فقد تبنت لباحثة مقياس الاستقرار النفسي ل(صادق ٢٠١٢) وقد قامت الباحثة بإجراء جميع المستلزمات للمقياس من صدق وثبات ، كما قامت الباحثة ببناء مقياس الأفكار الاستحواذية والذي يتكون من (٢٣) فقرة واستخدمت الباحثة كل الإجراءات التي تتعلق في بناء المقياس ، حيث أن الباحثة طبقت المقياسين على عينة من طالبات الإعدادية والتي بلغت (١٠٠) طالبة من مدارس بعقوبة .

وتوصلت الباحثة إلى نتائج:

- ١- أن عدم الاستقرار النفسي للطالبة هو السبب في تكوين الأفكار الاستحواذية
- ٢- أن الطالبات اللاتي لديهن أفكار استحواذية يعانين من عدم الاستقرار النفسي التي يشعرن أنهن غير محبوبات من الآخرين.
- ٣- أن الطالبات اللاتي لا يشعرن بالأمن والاستقرار النفسي ، يكونن هن اقل ثقة بانفسهن واقل اندماج بالمجتمع.
- ٤- توجد علاقة قوية مابين الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي.

وفي ضوء نتائج البحث توصي الباحثة:

- ١- ضرورة تركيز الدراسات والبحوث العلمية على البيئتين الأسرية والمدرسية بهدف معرفة جميع العوامل والأسباب التي تكمن وراء الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

- ٢- عقد دورات تدريبية للمرشدين وأولياء أمور الطالبات يحاضر فيها أساتذة متخصصين في علم النفس لغرض تدريبهم على كيفية التعامل مع الطالبات اللاتي لديهن أفكار استحواذية والاضطرابات الأخرى .
- ٣- تأكيد دور المرشد التربوي في العناية بالجوانب المعرفية والاجتماعية والوجدانية

Research Summary

The ideas Obsessive one mental disorders produce disturbances in thinking and personal humanity and cause of the individual concerned and the instability of the same, and individuals in adolescence are more susceptible to these ideas Obsessive that be reason to think the sinner Since the psychological stability is one of the factors exponential, which are directly related to the ideas of these if must create a good psychological atmosphere of the individual in general and students in particular so Isttian communicate well in the study.

The current research aims, including the following: -

- 1 - Measuring the psychological stability to the middle school students.
- 2 - Measurement ideas Obsessive to the middle school students.
- 3 - Learn about the relationship between mental stability and ideas Obsessive to the middle school students.

As the researcher using the tools for achieving the goals of current research, it has adopted a researcher measure of psychological stability for (Sadiq 2012) The researcher has to hold all the requirements of the scale of the validity and reliability, as the researcher to build scale ideas Obsessive which consists of (23) paragraph and used Abagesh all measures relating to the construction of the scale, where the researcher scales were applied to a sample of students Preparatory School, which amounted to (100) students from the Schools of Baquba.

The researcher found the results:

- 1 - that the emotional instability of the student is the reason why in the ideas Obsessive the configuration
- 2 - The students who have ideas Obsessive the suffering of mental instability that they feel they are not pets than others.
- 3 - The students who for Aaharn security and psychological stability, be among are less confident of themselves and less

integration in the society.

4 - There is a strong relationship between ideas Obsessive and psychological stability.

In light of the results of Search recommends researcher:

1 - the need to focus studies and scientific research on the family and school environments in order to know all the factors and reasons that lie behind ideas Obsessive to the middle school students.

2 - holding training courses for counselors and parents of students lectures where professors specializing in psychology for the purpose of training on how to deal with students who have ideas Obsessive and other disorders.

3 - confirm the role of counselor in the cognitive aspects of care, social and emotional

الفصل الأول : التعريف بالبحث

أهمية البحث والحاجة آلية

يعيش الإنسان في بيئة متنوعة ومتشابكة العلاقات من خلال ما يقوم به من سلوكيات يومية تتصف بالتنوع والتغيير نظرا لتنوع حاجاته ومطالبه اليومية ، وعادة ما يقوم الفرد بصور مختلفة من السلوك لمواجهة دوافعه المختلفة، بهدف تحقيق قدر عالٍ من التوافق النفسي الاجتماعي، وغالبا ما يتعرض الفرد عموما وشريحة الطلبة منهم خاصة إلى أزمات نفسية نتيجة مواجهتهم لمطالب متلاحقة تتجاوز أو تفوق بعض الأحيان إمكانياتهم وقدراتهم، إذ إن الصعوبات الدراسية تشكل ضغطا شديدا على الطالب حيث أن الطلبة الذين يواجهون صعوبات دراسية كانوا أقل استقرارا من الناحية النفسية ، في حين نجد العكس ، إن الطلبة الذين لا يواجهون أي صعوبة في الدراسة ، كانوا أميل إلى الاستقرار النفسي.

أن الاستقرار النفسي يمكن الفرد من التعلم الجيد ، الذي يتطلب قدر من التركيز والثبات الانفعالي والهدوء النفسي والخلو من الاضطرابات النفسية والشخصية، وإن مثل هذه الأمور تتوفر لدى الأفراد الأسوياء المتمتعين باستقرار نفسي جيد ، فهؤلاء هم أكثر من غيرهم قدرة على التعلم واكتساب الخبرات في حين أن الإنسان المضطرب نفسيا وانفعاليا حتى لو كان على درجة من الذكاء تكون قدرته على التحصيل العلمي قليلة بسبب هذه الاضطرابات ، إذ إن بعض الطلاب من ذوي الذكاء المرتفع انخفض تحصيلهم كثيرا بسبب اضطراباتهم النفسية (الشويلي، 2010، ص5). وتعد مرحلة المراهقة مرحلة حرجية من عمر الإنسان إذ تتسم بالثورة والصراع والقلق ولاسيما إن سمة هذا العصر هي القلق، وهذا القلق مصدره الإحساس، وإن

انتشار العلم والتقنية يهددان أساليب الحياة المستقرة ، وإن المخاوف التي يعاني منها المراهق تعزى إلى غموض المجال السلوكي الجديد المترتب على انتماءاته الجديدة ، وإلى ما يتبع ذلك من تردد وعدم استقرار ، وعدم المعرفة بقواعد المجال السلوكي وأصوله (جاد ، 1988، ص42) .

ويرى بيك (Beck) إن الاضطرابات الانفعالية تكون ناتجة أساساً عن اضطراب في تفكير الفرد ، فطريقة تفكير الفرد وما يعتقده وكيف يفسر الأحداث من حوله كلها عوامل مهمة في الاضطرابات الانفعالية وتؤدي إلى عدم الاستقرار النفسي وبالتالي إلى تكوين أفكار استحواذية، وأن المشاكل النفسية يمكن أن تحل عن طريق الفهم والتمييز ، وتصحيح المفاهيم الخاطئة وتعلم اتجاهات أكثر تكيفاً لأنها في الأصل حصلت عن استدلال مبني على معلومات غير كافية ومقدمات خاطئة (p: 318 ، Beck ، 1976) (حسين ، ٢٠٠٧ ، ص٣٧).

أن المشكلات النفسية لا تنجم عن إحداث والظروف الضاغطة والتي يتعرض لها الفرد فحسب وإنما من تفسير الإنسان وتقييمه لتلك الأحداث والظروف ، والإنسان الذي تكون لديه رغبة بالاستمرار في الحياة اللاحقة بالطرق الفعالة تكون استجابته للضغوط عن طريق تقيد الفرد بتلك الأفكار السلبية ، وتغييرها بأفكار أخرى تكون أكثر منطقية وإيجابية لإحداث حالة من الاستقرار النفسي والتوازن لدى الفرد (العبيدي ، 2009، ص4) .

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

إن العديد من الاضطرابات النفسية تنتج من تفكير الخاطئ في المواقف أو فاعلية الذات، وأن العوامل الفكرية المسببة للاضطراب تكون إما على هيئة معتقدات أو وجهات نظر خاطئة يتبناها الشخص عن نفسه أو عن الآخرين أو عن كليهما ، مما يسبب له التعاسة والهزيمة الذاتية وسوء التوافق، ووقوعه تحت وطأة أساليب خاطئة في التفكير في الأمور من قبل التعميم ووجود التفكير والتشاؤم والتشويهاً المعرفية. (الجبوري، 2005، ص5)

تُعد الأفكار الاستحواذية أحد الاضطرابات النفسية والتي هي في الأساس (وسواس قهري)، تختص باضطرابات في التفكير ، والأفكار الاستحواذية موضوع يمس حياة الناس بشكل مباشر ، لأن خبرة الأفكار الاستحواذية كخبرة نفسية معرفية وشعورية ، هي خبرة تحدث في ٩٠% من البشر في كل المجتمعات (أبو هندي ، ٢٠٠٤ ، ص١٠). ويرى بعض علماء النفس أن الأفكار الاستحواذية عند اقتحامها عقل الشخص تتركز وتكون هي محور كل تفكير الشخص ، في بعض الحالات تكون أفكار قهرية فضلاً عن سلوك قهري ، ويحاول الشخص أن ينفذ هذه الأفكار سلوكياً من أجل التخلص من حالات القلق المستمرة (التميمي والدفاعي ، ٢٠١٠ ، ص١٤٥). ويدرك معظم الأشخاص الذين لديهم أفكار استحواذية أنها تأتي من عقولهم وليدة أفكارهم وأنها ليست حالة قلق زائد بشأن مشاكل حقيقية في الحياة، وتسبب الأفكار

الاستحواذية قلقلنا نفسيا ينتج عنه الحاجة إلى القيام بإعمال التي توفر أحساسا مؤقتا بالراحة (بطرس ، ٢٠٠٨ ، ص ٢٤٥-٢٤٨).

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

وهناك العديد من الدراسات التي تناولت الاستقرار وعلاقته بمتغيرات مختلفة وعلى عينات مختلفة ، دراسة الجميلي (2004) توصلت الى ان أفراد العينة يتمتعون باستقرار نفسي عال و (49,29%) من أفراد العينة يتمتعون باستقرار نفسي واطيء. أما دراسة الخزرجي (2006) فقد بينت ان طلبة الجامعة يتمتعون باستقرار نفسي عال .

وهناك العديد من الدراسات التي تناولت الافكار الاستحواذية حيث أثبتت الدراسات الغربية أن الذين يعانون من أفكار استحواذية بنسبة (٩%) ، ومن أفعال قهرية بنسبة (١%) ، ومن الذين يعانون من أفكار وأفعال بنسبة (٩٥%) (أبو هندي ، ٢٠٠٣ ، ص ٧١).

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

وبذلك يتجلى أهمية البحث الحالي بما يأتي:-

- يوفر البحث الحالي أداتين يمكن استخدامها من قبل باحثين آخرين، أحدهما لقياس الاستقرار النفسي، وثانيهما لقياس الأفكار الاستحواذية.

- تقديم بيانات كمية ومعلومات كيفية حول اثر الاستقرار النفسي على تكوين أفكار استحواذية لطالبات المرحلة الإعدادية مما يؤدي إلى حالة سلبية قد تؤثر على العملية التربوية.

- استمرار الأفكار الاستحواذية عند الأفراد والتي تؤدي إلى عدم الاستقرار النفسي هي بحاجة إلى بحث علمي لإيجاد الحلول الملائمة لشريحة مهمة في المجتمع وهي شريحة الطالبات .

أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي الأهداف الآتية

١ - قياس الاستقرار النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

- ٢- قياس الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
٣- تعرف العلاقة بين الاستقرار النفسي والأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

حدود البحث :

يقتصر البحث الحالي على طالبات المرحلة الإعدادية في المديرية العامة لمحافظة ديالى للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣.

تحديد المصطلحات :

أولا :- الاستقرار النفسي Psychological Stability

هناك تعريفات عدة للاستقرار النفسي ، فقد عرفه كل من :-

١- عرفة رولومي (1935, Rolomay) :-

الشخص المستقر نفسيا بأنه ذلك الشخص القادر على تكوين حالة من التوازن بين الأشكال الثلاثة للوجود (الوجود المحيط بالفرد، والوجود الخاص بالفرد، والوجود المشارك في العالم) (90, p, 1935, may)

٢- عرفة إبراهيم (1987) :-

بأنه رغبة الفرد لتجنب الألم والحصول على الراحة النفسية والجسدية ، والتحرر من الخوف والقلق والشعور بعدم الأمن ، والبحث عن الحماية والاستقرار ، والاعتماد على الأشخاص القادرين على تحقيق المقتضيات الحيوية (إبراهيم، 1987، ص99).

٣- عرفة (1992, Beach) :-

بأنه العملية التي من خلالها يحاول الفرد المحافظة على أمنه وراحته من خلال توافقه مع محيطه الاجتماعي (56, p, 1992, Beach).

٤- عرفة الخرجي (2006) :-

بأنه شعور الفرد بالاطمئنان، وتقبل ذاته والتوافق معها، وتقبل الآخرين والتسامح معهم ، فضلا عن البساطة والتلقائية في التعامل مع الذات ومع الآخرين ، وشعوره بالصحة الجسدية والنفسية (الخرجي، 2006، ص19) .

التعريف الإجرائي:-

هي الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الاستقرار النفسي المعد لهذا الغرض.

ثانيا: الأفكار الاستحواذية Obsessive Ideas

هناك عدة تعريفات للأفكار الاستحواذية، فقد عرفها كل من

١- عرفها بيك (1990) Beck

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

٢- عرفها ألحفي (١٩٩٩)

فكرة تتسلط على الشخص وتستحوذ عليه وتتكرر بشكل نمطي لا يتغير وتأثيره قهراً أو قسراً ، وقد يحاول معارضتها ويعلم أنها أفكار غير معقولة ويرفضها وينفر منها ولا يستسغها، والأفكار الاستحواذية غالباً ما تكون نشاطات محظورة يتخيلها الشخص باستمرار، وقد تكون عدوانية الطابع أو جنسية (ألحفي ، ١٩٩٩ ، ص ٧٢٠).

٣- عرفها بطرس (٢٠٠٨)

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

٤- عرفها باير (٢٠١٠)

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

التعريف الإجرائي للأفكار الاستحواذية

هي الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الأفكار الاستحواذية المعد لهذا الغرض.

الفصل الثاني

الإطار النظري ودراسات سابقة

القسم الأول / الإطار النظري

أولاً:- الاستقرار النفسي psychological stability

الاستقرار بمعناه (النفسي) على شعور المرء بقيمته الشخصية واطمئنانه إلى وضعه وثقته بالنفس ، وهو شعور ينشأ لدى الفرد في أعقاب حصوله على نسبة كافية من التقدير والتشجيع ولاسيما من جانب أساتذته وأوليائه . (رزوق ، ١٩٧٧ ، ص ٣٩) والاستقرار النفسي من وجهة نظر الدين هو الاعتدال والقدرة على تكوين علاقات مستقرة مرضية خلقياً ونفسياً واجتماعياً ودينياً لتفادي المؤثرات السلبية للبيئة، ولا يقصد بها البيئة المحيطة فحسب، بل الأهم من ذلك هي البيئة النفسية. فمهما يحدث في البيئة الخارجية فإنه لا يترك أثراً سلبياً إذا لم تتصدع أو تتأثر البيئة النفسية للفرد، والبيئة النفسية الحصينة نتاج الدين والإيمان الصادق التي تعد أهم الحوافز التي تؤدي إلى تحقيق السلوك الناضج (عبد العزيز ، ١٩٩٧ ، ص ٧٨-٨٦)

ثانياً- النظريات التي فسرت الاستقرار النفسي

أولاً:- نظرية التحليل النفسي psychoanalytic theories

للشخصية عند فرويد ثلاثة مكونات أساسية، أولها المكون أو الجانب البيولوجي، والثاني يمثل الجانب النفسي، أما الثالث فيعكس إسهام المجتمع في بنية الشخصية، وأنها ليست أجزاء من الشخصية أو أقساماً بالمعنى ولا هي موضوعاً نوعياً أو مكنياً عند الشخصية، بل إنها تشير إلى عمليات أو أنظمة أو انساق للعقل، إنها تنظم الحياة العقلية، وتتفاعل دينامياً بعضها مع بعض (الكفافي وآخرون، 2010، ص59). وتتكون الشخصية من وجهة نظر رائد التحليل النفسي فرويد من ثلاثة نظم أساسية أو قوى رئيسية هي :- الهو (ID)، والانا (Ego)، والانا الأعلى (Super-Ego)، وعلى الرغم من أن كل جزء من هذه الأجزاء للشخصية الكلية له وظائفه وخصائصه ومكوناته ومبادئه التي تعمل وفقه (هول ولندزي، 1971، ص53). ويصل فرويد من خلال تحليله لهذه القوى الثلاثة للشخصية إلى أن الشخصية المستقرة مرتبطة بقوى الأنا التي تعمل على حماية الشخصية، وإحداث حالة التوازن مع الظروف البيئية (هول ولندزي، 1987، ص55).

أما الشخصية فتتكون عرضة لعدم الاستقرار والتوازن النفسي، وينتهي بها الحال إلى الاضطرابات النفسية أو العصبية (الشمري، 2005، ص339). ففي رأي فرويد أن ما يجعل الفرد يتوازن ويتجه نحو الاستقرار، أو يختل توازنه، ويتجه نحو عدم الاستقرار هو الكميات الخاصة بالتوازن الداخلي المتغير، وقوة عامل معين من عوامل كبت (الأنا أو القوى المضادة له) أو المنع أو الكف الصادر عن الأنا الأعلى. لذلك يرى فرويد أن هنالك عدة عوامل تقرر نوع وحالة الاضطراب في التوازن، وهذه العوامل هي :-

- ١- المستويات البنائية السابقة من التطور والصلات البنائية الشخصية.
 - ٢- الفعالية الإجرائية لهذه البناءات (كالأنا، والانا الأعلى).
 - ٣- الأدوات الكيفية للانا التي تم تعلمها من خبرات الحياة السابقة.
 - ٤- نوعية المطالب اللبديدية والعدوانية وكميتها للشخص.
 - ٥- الثبوت على مرحلة سابقة من النضج، أو حول صدمة معينة بسبب كثافة في الشحنات النفسية أو تصادم بالعلاقات المتبادلة مع الآخرين أو بالظروف الاجتماعية.
- (علي، 1995، ص42-41)

ثانياً:- النظرية الوجودية

يعتقد الوجوديون أن البشر هم وحدهم القادرون على اختيار سلوكهم في أي وقت، ويتحمل الراشدون ذو الشخصية السليمة مسؤولية أفعالهم، والقرارات التي يتخذونها، ويحاولون تخطي العقبات والمعوقات والضغوط الاجتماعية نحو الانصياع والتوتر الشديد والنزوات البيولوجية والمشاعر، ويصبحون واعين لضغوط القوى الخارجية المفروضة على أفعالهم، لكنهم مع ذلك بين أن يستسلموا لهذه الضغوط أو يعارضوها، وبناءاً على ذلك يستطيع الناس الاختيار، وبذلك فهم يصنعون أنفسهم. (جورارد، 1988، ص36)

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

- ١- الشخص المستقر نفسياً ، هو ذلك الشخص القادر على تكوين حالة من التوازن
- ٢- الشخص المستقر نفسياً، ملتزم بالحياة، وانه يسعى وراء الأهداف التي يختارها
- ٣- الشخص المستقر نفسياً هو ذلك الشخص الذي تكون لديه القدرة على تحمل المسؤولية، ومفهوم الوجودية عن المسؤولية مفهوم صارم جداً، فهو لا يرتبط بالإنسان المتردد أو الضعيف والخاضع للأعراف والتقاليد .
- ٥- الشخص المستقر نفسياً هو ذلك الشخص الذي يتمتع بتكامل الشخصية، وطبقاً للوجودية فان التفكير أو ضعف التكامل ينجم عن صراع الذات، وللتخلص من هذا الصراع يحاول الفرد أن يكون واعياً بذاته، أو يؤكد وجوده الخاص غير المميز للوجود لان إدراك الفرد لذاته يجعله شخصاً متسامياً، وفي الوقت نفسه حراً (الجميل، 2004، ص39).

واستناداً الى النظرية الوجودية، فان الشخصية المستقرة هي القدرة على إبداء الشجاعة في مواجهة المستقبل من خلال معرفة الفرد لقدراته، وإمكاناته التي تجعله قادراً على تحمل النتائج التي ستترتب على أفعاله، ويرى الوجوديون إن الاستقرار النفسي للفرد يكون في حريته، وفي اختيار القيم الدينية التي تكون في اللجوء الى الله وعبادته (الخزرجي، 2006، ص53) .

ثانياً : الأفكار الاستحواذية Obsessive Ideas

الأفكار الاستحواذية موضوعٌ يمس حياة الناس بشكل مباشر لأن خبرة الأفكار الاستحواذية كخبرة نفسية معرفية وشعورية هي خبرة تحدث في ٩٠% من البشر في كل المجتمعات، ومعنى ذلك أن الوسوسة قديمة قدم العقل البشري ذاته، أي أنها موجودة منذ خلق الله الإنسان، وبالرغم من ذلك لم يصل إلينا تفسير لها، من حيث كونها خبرة بشرية عامة، والشخص الذي لديه أفكار استحواذية عادةً ما يعاني من أفكارٍ ومن أفعالٍ قهرية (أبو هندي، ٢٠٠٤، ص١٥).

يحدث لدى كثير من الناس أن تلح على خاطرهم فكرة معينة أو يشغلهم موضوع، كاسم شخص معين أو أحد التصرفات من قبل زميل أو صحيفة وتلح الفكرة إلحاحاً شديداً فنكرها ولا نستطيع الفكاك منها ولا نجد لها مخرجاً وقد يستمر الإلحاح واقتحام العقل والتكرار فترة ما أو غالباً ما يختفي بعد ذلك، زميل هذه الأفكار التي تقتحم عقولنا إلى الحدوث بتكرار أكثر في أثناء الخبرات الانفعالية العميقة كالقلق ومواجهة موقف عصيب أو حادث ضاغط، وتزداد هذه الأفكار في حالات التعب أو التوتر وتتناقص في حالات الاسترخاء (عبد الخالق، ٢٠٠٢، ص١٦).

أن الأفكار الاستحواذية ما هي إلا أفكار أو اندفاعات قهرية تقتحم المجال الشعوري للفرد وتكون غير مرغوب فيها فتعكر مزاجه، وتثير فيه القلق، وتسمى بالأفعال القهرية أي ناتجة عن وجود أفكار استحواذية، وفي البداية يمكن اعتبارها مثيرات تؤدي إلى رفع الطاقة الذاتية للفرد، وهي أفكار هائجة منتشرة لا معنى لها،

وقد نجد الشخص يردد كلمات معينة أو نغمة معينة دون أن تكون لها علاقة بحدث محدد، وغالباً ماتكون الأفكار الاستحواذية شكوكاً (أخالدي، ٢٠٠١، ص٢٦٨-٢٦٩).

ثانياً- النظريات التي فسرت الأفكار الاستحواذية

أولاً:- نظرية التحليل النفسي psychoanalytic theories

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

يرى فرويد الذين يعانون من الأفكار الاستحواذية قد حدث لهم (تثبيت Fixation) على المرحلة الشرجية من التطور النفسي الجنسي ، نتيجة الصراعات بين الوالدين والطفل حول التدريب على عادات الحمام(عبد الخالق،٢٠٠٢، ص٢٧٣) ، وتبعاً للتحليل النفسي ليست الأفكار الاستحواذية سوى أعراض لصراعات نفسية داخلية المنشأ أضافه الى بعض العناصر الأخرى المكبوتة بالصورة نفسها التي توجد عليها الأعراض العصابية حيث يجد الفرد طريقة أمنة نسبياً للتعبير عن الأفكار والمشاعر المكبوتة عنده من خلال افكاره الاستحواذية وسلوكه القهري (نصار، ٢٠٠٧، ص٥٧)

ثانياً :- النظرية المعرفية

نظرة المعرفيين للإنسان أنه هو المسؤول عن ما يقوم به من أعمال وليس الناس من حوله، (بيك ، ٢٠٠٠ ، ص٢١)، وهو قادر على التخلص من الحالة التي هو عليها عن طريق تصحيح الاستنتاجات الخاطئة(ابوأسعد وعريبات، ٢٠٠٩، ص٢٢٩)، وأن الفرد قادر على حل مشكلاته ولكنه بحاجة إلى من يوجهه (الشناوي ، ١٩٩٤ ، ص٥٦)، وأن الإنسان قادر على التخلص من مشكلاته الانفعالية واضطراباته النفسية إذا تعلم أن يذم تفكيره الايجابي (المنطقي) إلى أقصى درجة ممكنة ، وأن يخفض من الأفكار السلبية الخاطئة وغير المنطقية ، والمبالغات الانفعالية إلى أدنى درجة ممكنة أيضاً إن كل إنسان يقول لنفسه طوال الوقت شعورياً أو لا شعورياً أفكاراً ً وجماً باستمرار عن كل ما يتذكره وما يواجهه أو ما يتصوره من مواقف وبناء على هذه الجمل أو بناء على ما يقوله لنفسه في حوارهِ وان وما يقوله الفرد لنفسه باستمرار، يؤدي إلى ضبط الانفعال والاستقرار النفسي تبعاً لذلك الأسلوب يعتمد على تعديل الأفكار والمعتقدات السلبية والتي تؤدي إلى التوتر والصراع النفسي (كمال، ١٩٨٩، ص٤٨٦).

واستنتج (ريد Reed) أن التفكير الاستحواذي يتسم بنقص في التضمين (Underindusion) أو بزيادة في تبسيط المفاهيم ويرجع كل من الشك وعدم الحسم لدى ذوي الأفكار الاستحواذية إلى عدم ثقتهم في استنتاجاتهم الخاصة وأن القائمين بطقوسهم يستخدمون مفاهيم خاصة وتنوعا في أنماط تفكيرهم بالنسبة لكل المنبهات الاستحواذية أو المحايدة (عبدالخالق، ٢٠٠٢، ص ٢٩٢).

القسم الثاني/ الدراسات السابقة

أولاً: الدراسات التي تناولت الاستقرار النفسي

١- دراسة الجميلي (2004) ((الاستقرار النفسي، وعلاقته ببعض المتغيرات)) استهدفت الدراسة الكشف عن مستوى الاستقرار النفسي لدى بعض الشرائح في المجتمع العراقي، وهم (أساتذة الجامعة، والأطباء، والأدباء، الصحفيون، والمدرسون، والمعلمون، والموظفون، والعمال والفلاحون، وطلبة الجامعة وطلبة الإعدادية) كما استهدفت الكشف عن إسهام المتغيرات (الشرائح الاجتماعية، والجنس، والحالة الاجتماعية، والتحصيل الدراسي، والعمر) في الاستقرار النفسي، وقد تألفت عينة البحث الأساسية من (600) مستجيب لاختيروا عشوائياً من (10) شرائح اجتماعية مختلفة من مجتمع مدينة بغداد، وبلغ العدد الكلي لأغراض التحليل الإحصائي (560) مستجيباً، وعينة بناء (300) من ضمن عينة التطبيق، وقد بنى الباحث مقياس الاستقرار النفسي الذي تألف من (56) فقرة، بعد أن روعي فيه الصدق الظاهري وصدق البناء، والصدق العاملي، واستخراج الثبات بثلاث طرق هي أسلوب التجزئة النصفية، ومعامل (إلفا- كرونباخ) للاتساق الداخلي، وطريقة إعادة الاختبار، وتوصلت الدراسة إلى نتائج منها أن أفراد العينة يتمتعون باستقرار نفسي عالٍ، و 49,29% من أفراد العينة يتمتعون باستقرار نفسي واطئ (الجميلي، 2004، ص ١-٢-٣).

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

استهدفت الدراسة معرفة درجة فاعلية الذات والاستقرار النفسي لدى المرشدين التربويين، وكذلك معرفة العلاقة بين فاعلية الذات والاستقرار النفسي لدى المرشدين التربويين، وتألفت عينة البحث من (400) مرشد ومرشدة، اختيروا بطريقة عشوائية طبقية، من المجتمع الأصلي للمرشدين التربويين في محافظة بغداد والبالغ (569) مرشداً ومرشدة، وبنى الباحث مقياسي فاعلية الذات والاستقرار النفسي متبعاً الخطوات العلمية في بناء المقاييس النفسية مستخرجاً مؤشرات الصدق والثبات للمقياس، وقد أظهرت النتائج أن المرشدين التربويين يتمتعون بفاعلية الذات واستقرار نفسي عالٍ، وهي علاقة دالة إحصائية عند مستوى (0,01)، والعلاقة ضعيفة بين فاعلية الذات والاستقرار النفسي لدى المرشدين التربويين (عبيد، 2006، ص ط).

ثانياً:- الدراسات التي تناولت الأفكار الاستحواذية

١- دراسة (صالح ٢٠٠٠) ((اثر برنامج جمعي في تعديل السلوك لخفض بعض أشكال الوسواس القهري))

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

٢- دراسة سغفان (٢٠٠٢) ((فعالية برنامج إرشادي انتقالي في خفض الوسواس والأفعال القهرية المرتبطة بالشعور بالذنب))،

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العاقبة الارتباطية بين الشعور بالذنب والوسواس القهري ، وقد تم اختيار عينة عشوائية من طلاب الدبلوم من الجنسين ، وتكونت العينة من (١٦٤) وقد استخدم الباحث في الدراسة الحالية اختبار ((بادو)) للوسواس والأفعال القهرية والشعور بالذنب ، وقام الباحث باستخدام أسلوب إرشادي جماعي، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين الشعور بالذنب والوسواس والأفعال القهرية ، وكما بينت النتائج إلى أن التدخل الإرشادي القائم على إعادة الفهم والموجه إلى خفض الشعور بالذنب كان له فاعلية في خفض الشعور بالذنب (سغفان، ٢٠٠٢، ص ٥٥).

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

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

أولاً:- منهجية البحث :

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

ثانياً:- مجتمع البحث :

يقصد بالمجتمع المجموعة الكلية من العناصر التي تسعى الباحثة إلى أن تعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة ويتكون مجتمع هذا البحث من طالبات المرحلة الإعدادية في مركز محافظة ديالى البالغ عددهم وفق الإحصاء التربوي لمديرية تربية ديالى للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣ (٤٨٦٦) طالبة موزعين على مدارس مركز محافظة ديالى البالغ عددها (١٨) مدرسة إعدادية وثانوية.

ثالثاً:- عينة البحث :

تعد عملية اختيار العينة مشكلة تواجه الباحثة أحيانا إذ يجب معرفة بعض الاعتبارات التي يمكن من خلالها تحديد حجم العينة، وفي هذا المجال يرى (Ebel) أن سعة حجم العينة وكبرها هو الأفضل في عملية اختيار العينة لاعتقاده أنه كلما زاد حجم العينة قل احتمال وجود الخطأ (الكبيسي والجنابي، ١٩٨٧). وفي ضوء متقدم تم اختيار العينة لتشمل (١٠٠) طالبة من طالبات المرحلة الإعدادية للتخصص الأدبي في اعداية زينب الهلالية في محافظة ديالى كما موضح في الجدول التالي.

المرحلة	الصف	عدد الطالبات
الإعدادية	الرابع	٣٣
	الخامس	٣٤
	السادس	٣٣
المجموع		١٠٠

رابعاً:- أدوات البحث :

لما كان البحث الحالي يرمي إلى معرفة العلاقة بين الاستقرار النفسي وعلاقته بالأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية، لذا توجب ذلك البحث توفر أداتين ملائمتين لقياس (الاستقرار النفسي، الأفكار الاستحواذية). ولذلك قامت الباحثة ببناء مقياس الأفكار الاستحواذية، وتبني مقياس (صادق ٢٠١٢) لقياس الاستقرار النفسي. وسوف يتم عرض لكل مقياس من المقاييس التي تم الاستعانة بها.

مقياس الاستقرار النفسي :

تبنت الباحثة مقياس الاستقرار النفسي الذي أعدته صادق (٢٠١٢) حيث يتكون هذا المقياس من (٣٥) فقرة ومن ثلاثة مجالات يجب عنها باختيار إحدى البدائل الثلاث الموجودة أمام كل فقرة وهي (تنطبق علي ، تنطبق علي بدرجة ما ، لا تنطبق علي) وقد تم اعتماد هذا المقياس وتبنيه وهذا ما يسهل تطبيقه لتشابه الأفكار والسلوكيات وكذلك لموافقة الخبراء عليه.

وقد قامت معدة المقياس باستخراج الخصائص السايكومترية وهي:-

أولاً:- استخراج القوة التمييزية بطريقتين هما :

١- أسلوب العينتين المتطرفتين.

٢- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية.

ثانياً:- الثبات :

تم استخراج ثبات المقياس بطريقتين هما:-

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

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

ثالثاً:- صدق الاداة :

تم استخراج الصدق عن طريق الصدق الظاهري من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء وعن طريق صدق البناء.

استبانه الأفكار الاستحواذية :

لما كان البحث الحالي يهدف إلى قياس الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية وفق تقديراتهم لأنفسهم لذا قامت الباحثة ببناء استبانه لقياس الأفكار الاستحواذية الذي أعدته لهذا الغرض. وهو أداة ملائمة لمجتمع البحث الحالي، حيث تم تطبيقه على طالبات المرحلة الإعدادية في مركز محافظة ديالى وهو أداة ملائمة للبحث.

ويتكون هذا المقياس من مجالين في كل مجال (١٤) فقرة بحيث عدد فقرات المقياس (٢٨) فقرة جاب عنها باختيار إحدى البدائل الموجودة أمام كل فقرة هي (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ كثيراً، لا تنطبق عليّ أبداً)) وتحسب الدرجات على كل فقرة من فقرات المقياس حيث تراوحت درجات الاستجابة لكل فقرة من فقرات المقياس من (١-٤) هي تقابل البدائل الأربعة كما موضح في الشكل التالي:-

البدائل	درجة الاستجابة
ائماً	٤
حياناً	٣
كثيراً	٢
ابداً	١

ثم جمعت درجات البدائل للحصول على الدرجة الكلية من المقياس وطبقت هذه الطريقة على جميع الاستثمارات.

وقد قامت الباحثة باستخراج الخصائص السايكومترية لفقرات المقياس :

أولاً:- صدق الاداة :-

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

ثانياً:- ثبات المقياس :-

تم استخراج الثبات بطريقتين هما:-

١- طريقة إعادة الاختبار، وقد كان معامل الثبات الذي قيس بهذه الطريقة بلغ (0.83).

٢- طريقة الفاكرونباخ، وقد كان معامل الثبات (0.86).

اجراءات الباحثة في استخراج صدق وثبات المقياس :-

أولاً:- الصدق:-

يعد الصدق من أكثر المؤشرات القياسية أهمية للمقياس، فالمقياس الصادق هو الذي يقيس ما اعد لقياسه او الغرض الذي اعد من اجله (Franssella, 1980) وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما تم عرض فقراته على مجموعة من الخبراء في قسم الإرشاد النفسي وقسم العلوم التربوية والنفسية .
ثانياً :- الثبات :-

يراد بثبات المقياس معرفة مدى الدقة والاتساق في أداء الأفراد والاستقرار في النتائج، فهو يعطي الاتساق بفقرات المقياس بصورة منتظمة (الخطيب، ١٩٨٥).
وقد قامت الباحثة بإيجاد الثبات بطريقتين هما :-

١- طريقة إعادة الاختبار:

يكشف معامل الثبات الذي جرى حسابه بطريقة إعادة الاختبار إلى استقرار استجابات المفحوصين على المقياس عبر الزمن إذ يفترض إن السمة ثابتة مستقرة خلال المدة الزمنية بين التطبيق الأول والثاني ولذلك فإن الثبات يكشف درجة ثبات المقياس خلال هذه المدة (عودة، ١٩٩٨). لذلك قامت الباحثة بحساب الثبات بهذه الطريقة بعد إعادة تطبيق المقياس على العينة بعد مرور (١٥) يوماً من التطبيق الأول وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني فبلغت قيمة معامل الارتباط (0.83) وهو معامل ثبات يمكن الركون إليه، إذ يشير عودة إلى أن الثبات العالي يعني اتساق النتائج.

٢- طريقة الفاكرونباخ :

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

الوسائل الاحصائية :

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

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

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

تم عرض النتائج طبقاً لأهداف البحث:

١- قياس الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية .

لقد أظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الأفكار الاستحواذية على عينة البحث ان متوسط درجات الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية المشمولين بالبحث هو (64) بانحراف معياري مقدار (16) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس (*) والبالغ (57,5) وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان القيمة التائية (1,96) انه ذي دلالة معنوية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (214) ، وكما موضح في الجدول (1).

جدول (1)

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

متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
64	16	57,5	5, 66	1,96	0.05

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

٢- قياس الاستقرار النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية .

لقد أظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الاستقرار النفسي على عينة البحث ان متوسط درجات الاستقرار النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية المشمولين بالبحث هو (55.8) بانحراف معياري مقداره (18) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس (*) والبالغ (87,5) وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية (٦ - ١٧) تبين انه ذي دلالة معنوية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (214) ، وكما موضح في الجدول (2).

جدول (2)

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

متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة

* لقد استخرج المتوسط الفرضي من خلال جمع بدائل الاداة الاربعة وقسمتها على عددها ، ثم ضرب الناتج في عدة فقرات . ذلك ان اوزان البدائل هي (١,٢,٣,٤) ومجموعها (١٠) وعددها (٤) وعند القسمة يصبح متوسط اوزان البدائل (٢,٥) وعند ضربه في عدد الفقرات الـ (٢٣) يصبح مقدار المتوسط للمقياس (٥٧.٥) درجة .

0.05	1.96	-١٧، ٦	87.5	18	53.8
------	------	--------	------	----	------

ومن الجدول يتضح أن طالبات المرحلة الإعدادية كما كشف عنه البحث يعانين من عدم استقرار نفسي باعتبار ان الدرجة العالية في المقياس تؤثر إلى تكوين أفكار استحواذية

٣- تعرف العلاقة بين الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية

اعتمدت الباحثة في قياس العلاقة بين متغيري الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي وعلى معامل ارتباط بيرسون. حيث بلغ معامل الارتباط (0.75) وهو معامل ارتباط يمكن الركون إليه مما يشير إلى أن هناك علاقة بين الأفكار الاستحواذية والاستقرار النفسي. أي كلما أصبح لدى الطالبة عدم استقرار نفسي زاد تكوين أفكار استحواذية لديهن .

الاستنتاجات :

- ١- أن الطالبات اللاتي لديهن أفكار استحواذية يعانين من عدم الاستقرار النفسي التي يشعرن انهن غير محبوبات من الآخرين.
- ٢- أن الطالبات اللاتي لا يشعرن بالأمن والاستقرار النفسي ، يكونن هن اقل ثقة بانفسهن و اقل اندماج بالمجتمع.

التوصيات :

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية في نتائجها توصي الباحثة بما يلي:-
- ١- ضرورة تركيز الدراسات والبحوث العلمية على البيئتين الأسرية والمدرسية بهدف معرفة جميع العوامل والأسباب التي تكمن وراء الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
 - ٢- عقد دورات تدريبية للمرشدين وأولياء أمور الطالبات يحاضر فيها أساتذة متخصصين في علم النفس لغرض تدريبهم على كيفية التعامل مع الطالبات اللاتي لديهن أفكار استحواذية والاضطرابات الأخرى .
 - ٣- تأكيد دور المرشد التربوي في العناية بالجوانب المعرفية والاجتماعية والوجدانية.

المقترحات :

تقترح الباحثة ما يأتي :

- ١- إقامة دراسة مماثلة على طلاب الجامعة.
- ٢- إجراء دراسة حول مقارنة الأفكار الاستحواذية باعتماد الجنس (ذكور – اناث).

اولا: المصادر العربية

- ١- إبراهيم، لطفي عبد الباسط (١٩٨٧): عمليات تحمل الضغوط وعلاقتها بعدد من المتغيرات لدى المعلمين، مجلة مركز البحوث التربوية العدد (5).
- ٢- أبو أسعد، عربيات، أحمد (٢٠٠٩): نظريات الإرشاد النفسي والتربوي. ط١، دار المسيرة، عمان، الأردن.
- ٣- أبو هندي، وائل (٢٠٠٣): الوسواس القهري من منظور عربي اسلامي"، (عالم المعرفة؛ ٢٩٣) المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- ٤- بطرس ، حافظ بطرس (٢٠٠٨): المشكلات النفسية وعلاجات_ ط 1 ، دار المسيرة للنشر و التوزيع ، عمان
- ٥- بيك، آرون؛ ووليامز، مارك؛ وسكوت، جان (٢٠٠٢):العلاج المعرفي والممارسة الاكلينيكية (موسوعة علم النفس العيادي،) ترجمة حسن عبد المعطى القاهرة : دار زهراء الشرق (مترجم،
- ٦- ثورندايك، روبرت وهيجن، اليزابيت (١٩٨٩): القياس والتقويم في علم النفس. ترجمة عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتاب الاردني، عمان.
- ٧- جاد، سهير (١٩٨٨) : مشكلة الثقافة والخصائص التثقيفية للتلفزيون . مجلة القافلة
- ٨- الجبوري ، كاظم جبر، (٢٠٠٥) : أثر العلاج السلوكي المعرفي في تعديل البنى المعرفية للمصابين بالاكتئاب ، أطروحة دكتوراه ، كلية الآداب – المستنصرية .
- ٩- الجسماني، عبد علي، (١٩٩٨): سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الاساسية_، الدار العربية للعلوم.
- ١٠- الجميلي، كريم حسين حمد صالح (٢٠٠٤): الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات، الجامعة المستنصرية، كلية الآداب، رسالة ماجستير غير منشورة .
- ١١- جورادر، سدني وتيد لاندزمن (١٩٨٨) :الشخصية السليمة، ترجمة، الكربولي، حمد دلي والحمداني، موفق، مطبعة التعليم العالي، بغداد، العراق .
- ١٢- حسين ، طه عبد العظيم (٢٠٠٧): الارشاد النفسي : النظرية – التطبيق – التكنولوجيا ، الاردن : دار الفكر .
- ١٣- الحفني ، عبد المنعم (١٩٩١): موسوعة التحليل النفسي، (المجلد الاول) ، مكتبة مدبولي القاهرة .
- ١٤- الخالدي، أديب (٢٠٠١): الصحة النفسية، ط ١، الدار العربية للنشر والتوزيع، المكتبة الجامعية، غريان، ليبيا.
- ١٥- الخزرجي، سناء صاحب محمد (٢٠٠٦): القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- ١٦- الخطيب، احمد وآخرون(١٩٨٥)، البحث والتقويم التربوي، عمان، دار المستقبل للنشر والتوزيع.
- ١٧- رزوق، اسعد (١٩٧٧): موسوعة علم النفس ، ط1، مطبعة الشروق – بيروت.
- ١٨- الشمري، جاسم فياض (٢٠٠٥): الإنسان وعلم النفس في ضوء القرآن الكريم ، دمشق .

- ١٩- الشناوي ، محمد محروس (١٩٩٤): العملية الارشادية والعلاجية، دار الغريب ، القاهرة .
- ٢٠- الشويلي ،ميثم علي حسين (٢٠١٠):_الأسلوب المعرفي (الجارفة – الحذر) وعلاقته بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة ،الجامعة المستنصرية ،آداب علم النفس والارشاد التربوي،رسالة ماجستير .
- ٢١- صادق، مروة شهيد (٢٠١٢):_الاستقرار النفسي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الاعدادية،_رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الاسية، جامعة ديالى.
- ٢٢- صالح ، قاسم حسين (٢٠٠٠):_التفكير الاضطهادي وعلاقته بأبعاد الشخصية . كلية الآداب ، جامعة بغداد (أطروحة دكتوراه غير منشورة) .
- ٢٣- عبدا لخالق،أحمد (٢٠٠٢):_الوسواس القهري، التشخيص والعلاج"، جامعة الكويت: مجلس النشر العلمي
- ٢٤- عبد العزيز، مفتاح محمد، (١٩٩٧):_القرآن وعلم النفس، ط١، منشورات قار يونس – بنغازي.
- ٢٥- العبيدي، محمد جاسم (٢٠٠٨) :مشكلات الصحة النفسية، أعراضها وعلاجها، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن
- ٢٦- عبيد، سالم حميد (٢٠٠٦):_فاعلية الذات وعلاقتها بالاستقرار (النفسي) لدى المرشدين التربويين ، رسالة ماجستير كلية التربية، الجامعة المستنصرية .
- ٢٧- علي ، إسماعيل علي،(١٩٩٥) _ نظرية التحليل النفسي واتجاهاتها الحديثة في خدمة الفرد ، دار المعرفة الجامعية – الاسكندرية
- ٢٨- عودة ، احمد سليمان وملكاوي، فتحي حسن (١٩٩٢) : اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية. ط٢ ، جامعة اليرموك ، الاردن .
- ٢٩- الكفافي ،النبال،سهير محمد سالم (٢٠١٠):_نظريات الشخصية ،الارتقاء- النمو- التنوع، ط١ ، دار الفكر للنشر،القاهرة .
- ٣٠- كمال ، علي (١٩٨٩):_ النفس، انفعالاتها وامراضها وعلاجها ، الجزء الاول الطبعة الرابعة ، دار واسط .
- ٣١- الانصاري، بدر محمد، (٢٠٠٠)، التفاؤل والتشاؤم، المفهوم والقياس والتعلقات، ط١، الكويت، جامعة الكويت.
- ٣٢- نصار، كريستين (١٩٩٨):_أُتجاهات معاصرة في العلاج النفسي : نحو تكاملها وتدامجها واقعيًا وتطبيقيًا، بيروت : شركة المطبوعات
- ٣٣- هول ، ك ، ولندزي ، ج. (١٩٧١) :نظريات الشخصية ، ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون ، القاهرة، الهيئة المصرية العامة.
- ٣٤- هول، كالفين، وليندزي، جاردنر، (١٩٧٨):_نظريات الشخصية، ترجمة احمد فرج احمد، محمد عثمان نجاتي، ط٢، دار المشاريع للنشر القاهرة .

ثانيا: المصادر الاجنبية

- 1- Anastasi , A(1976): **Psychological testing** , New York, Mac-Millan.
- 2- Back-a (1991).Cognitive therapy.**American Psychologist**,46:368-37
- 3- Beach,h.r, (1992). a . **behavioral approach to the management of stress practical**
- 4- Breslin, F.C.,zack,(2002): **An information –processing analysis of mindfulness : implications for relapse prevention in the treatment of substance abuse**.clinical psychology
- 5- Ferguson, G & Takan, Y. (1980), **Statistical Analysis in Psychology & Education**, MC. Graw Hill Book. Co., N. Y.