عمادة الدراسات العليا
جامعة القدس

الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا

مروان فخري فزاع سعيد

رسالة ماجستير

القدس – فلسطين

1441 هـ - 2020 م

الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا

إعداد:

مروان فخري فزاع سعيد

بكالوريوس علم اجتماع، جامعة النجاح الوطنية / فلسطين

المشرف: د. فدوى حلبية

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد التربوي والنفسي من كلية العلوم التربوية / عمادة الدراسات العليا في جامعة القدس/ فلسطين

1441 هـ - 2020 م

جامعة القدس

عمادة الدراسات العليا

الإرشاد التربوي والنفسي

إجازة الرسالة

الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا

اسم الطالب: مروان فخري فزاع سعيد

الرقم الجامعي: 21510069

المشرف: د. فدوى حلبية

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ: 25/ 1 /2020 من قبل لجنة المناقشة المُدرجة أسماؤهم وتواقيعهم:

1. رئيس لجنة المناقشة: د. فدوى حلبية التوقيع: .....
2. ممتحناً داخلياً: د. نبيل عبد الهادي التوقيع: .....
3. ممتحناً خارجياً: أ. د. عفيف زيدان التوقيع: .....

القدس/ فلسطين

1441هـ/2020م

الإهداء

إلى سيد البشرية ومعلمها الأول الرسول محمد

صلى الله عليه وسلم

وإلى صاحب القلب الطيب ومصدر القوة أبي الغالي

وإلى مصدر الحب والحنان إلى المرأة التي مهدت لي طريق الحياة أمي الحبيبة

وإلى المسنين الذين ضحوا في سنين أعمارهم لخدمة أبنائهم ووطنهم

وإلى كل من يرعى المسن في منزله ويضحي من أجله

وإلى زوجتي الحبيبة

وإلى قرة عيني ابني مجد حفظهم الله جميعاً ورعاهم

الباحث

مروان سعيد

الإقرار:

أُقر أنا مقدم الرسالة أنها قدمت لجامعة القدس لنيل درجة الماجستير وأنها نتيجة أبحاثي الخاصة باستثناء ما تمت الإشارة اليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة أو أية جزء منها لم يقدم لنيل أي درجة عليا لأية جامعة أو معهد.

الاسم: مروان فخري فزاع سعيد

التوقيع: .....

التاريخ: 1/25 / 2020م

الشكر والتقدير

من لا يشكر الناس لا يشكر الله

بداية أتقدم للشكر الجزيل للمشرفة القديرة د. فدوى حلبية التي أشرفت ووجهت وقدمت كل ما تملك من خبرات في سبيل خروج هذه الرسالة بصورتها النهائية

كذلك أتقدم بالشكر العرفان إلى السادة المحكمين والممتحنين الذين تفضلوا بآرائهم السديدة في تحسين وتطوير هذه الرسالة

كذلك أتقدم بالشكر الجزيل إلى كلّ مسنّ تحمّل مشاق الحياة ومشاق تعبئة الاستبانة

وإلى جامعة القدس ممثلة بكافة محاضريها وخاصة كلية العلوم التربية

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مستوى الأفكار اللاعقلانية ومستوى الاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا، والكشف عن وجود علاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاتزان الإنفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا، والتحقق من الاختلاف في مستوى الأفكار اللاعقلانية والاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا حسب متغيرات النوع الاجتماعي، المستوى الاقتصادي، نوع السكن، المستوى التعليمي.

ولتحقيق هذه الأهداف استخدام الباحث المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس الاتزان الإنفعالي مع عينة عشوائية بلغ عددها (300) مسن ومسنة من محافظة أريحا.

وبعد إجراء التحليل الإحصائي أوضحت النتائج أنّ أن مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المسنين في محافظة أريحا جاء بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي بلغ (3.10)، وأنّ مستوى الاتزان الإنفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا جاءت بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي بلغ (2.81).

وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلاله إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية والاتزان الإنفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا، فكلما قل مستوى الأفكار اللاعقلانية زاد ذلك مستوى الاتزان الإنفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا.

وأظهرت النتائج عدم وجود فروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المسنين في محافظة أريحا تعزى لمتغير النوع الاجتماعي، ولمتغير المستوى الاقتصادي، واتضح وجود فروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية بحسب متغير نوع السكن وكانت الفروق بين سكن الملك ومع أحد الأبناء لصالح سكن الملك، وبين سكن بالأجرة ومع أحد الأبناء لصالح سكن بالأجرة. ووجود فروق تعزى لمتغير المستوى التعليمي، وكانت الفروق بين توجيهي فأقل وبكالوريوس فأعلى لصالح توجيهي فأقل، وبين الدبلوم وبكالوريوس فأعلى لصالح الدبلوم.

واتضح عدم وجود فروق في مستوى الاتزان الإنفعالي لدى المسنين في تعزى لمتغير النوع الاجتماعي، ولمتغير المستوى الاقتصادي، ولمتغير نوع السكن، بينما توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الاتزان الإنفعالي تعزى لمتغير المستوى التعليمي، وكانت الفروق بين بكالوريوس فأعلى وتوجيهي فأقل لصالح بكالويوس فأعلى، وبين بكالوريوس فأعلى والدبلوم لصالح بكالوريوس فأعلى.

وبناء على ذلك أوصى الباحث بالعمل على تقليل المؤثرات والعوامل الداخلية والخارجية ذات التأثير السلبي على التفكير اللاعقلاني والاتزان الانفعالي لديهم، خاصة التي تؤدي إلى اعتلالات نفسية وصحية، وتفعيل برامج مخصصة للمسنين تعالج التغيرات في نمط التفكير، وتسهم في زيادة الضبط الانفعالي لديهم، والعمل على زيادة الأفكار العقلانية لدى المسنين عن طريق تعريفهم بأنه لا يزال لديهم المكانة والاحترام بين الناس كما في السابق.

Irrational Thoughts And Their Relationship To Emotional Equilibrium For The Elderly In Jericho Governorate

Prapared by: Marwan Fakhri Faza' Sa'ed

Supervised by: Dr. Fadwa Halabiyah

Abstract:

This study aimed to identify the level of irrational thoughts and the level of emotional equilibrium among the elderly in Jericho Governorate, and to uncover the existence of a relationship between irrational thoughts and emotional equilibrium among the elderly in Jericho governorate, and to verify the difference in the level of irrational thoughts and emotional equilibrium among the elderly in Jericho governorate according to gender variables Social, economic level, type of housing, educational level.

To achieve these goals, the researcher used the Relational descriptive approach, the irrational thoughts scale and the emotional balance scale with a random sample of (300) elderly and elderly women from Jericho Governorate.

After conducting the statistical analysis, the results showed that the level of irrational thoughts among the elderly in Jericho Governorate came with a medium degree and an average score of (3.10), and that the level of emotional balance among the elderly in the Jericho Governorate came with a medium degree and an average score of (2.81).

The results showed that there is an inverse relationship with statistically significant between irrational thoughts and emotional equilibrium among the elderly in Jericho Governorate. The lower the level of irrational thoughts, the more emotional equilibrium level among the elderly in Jericho governorate.

The results showed that there were no differences in the level of irrational thoughts among the elderly in the Jericho governorate due to the variable of gender, and to the variable of the economic level, and it was found that there were differences in the level of irrational thoughts according to the variable of the type of housing and the differences were between the residence of the owner's and with one of the children in favor of the owner's residence, between housing with rent and with A son in favor of rented accommodation. And the presence of differences attributable to the variable of the educational level, and the differences were between Tawjihi and less and Bachelor's and above in favor of Tawjihi and less, and between the diploma and Bachelor and above for the benefit of the diploma.

It was clear that there were no differences in the level of emotional balance among the elderly in the attribution of the gender variable, and the variable of

the economic level, and the variable of the type of housing, while there are statistically significant differences in the level of emotional balance attributed to the variable of the educational level, and the differences were between the bachelor's degree or higher and the directive and lower in favor of Bachelor's and above, and between Bachelor and above and diploma in favor of Bachelor and above.

Accordingly, the researcher recommended working to reduce internal and external influences and factors that have a negative impact on irrational thinking and emotional equilibrium, especially those that lead to psychological and health disorders, and activate programs for the elderly that address changes in thinking style, and contribute to increasing their emotional control, and working to increase ideas Rationality in the elderly by definition that they still have the status and respect between people as before.

الفصل الأول:

خلفية الدراسة:

1.1 مقدمة

ينتقل الفرد من مرحلة عمرية إلى أخرى، وكل مرحلة لها خصائصها وسماتها التي تميزها عن باقي المراحل، وكل مرحلة تُكسب الفرد مميزات وخبرات تستمر معه في المراحل اللاحقة. فيمر الإنسان بالطفولة والصبا والشباب حتى مرحلة الشيخوخة أو كبر السن، فقد تكون هذه المرحلة إما من أبرز وأهم مراحل عمر الفرد، باعتبارها مرحلة النضوج الفكري وخلاصة التجارب وقمة العطاء، بعد ما قدمه المسنّ من خدمات وأفكار أسهمت بشكل كبير وفعال في بناء عالمه الخاص أو مجتمعه وحاضره ومستقبل الأجيال، وإمّا أن تكون مرحلة تشوبها اضطرابات نفسية واجتماعياً، تبعاً لخصائص هذه المرحلة النفسية والاجتماعية والصحية الفسيولوجية، والتي لها تأثير على شخصية الفرد، وعلى دوره وتفاعله مع المجتمع، وعلى صحته النفسية والاجتماعية، فعادة ما يرافق الفرد في مرحلة الشيخوخة تغيّرات عدّه تنعكس على حالة المسن، تتطلب منّا فهمها ودراستها في جوانبها جميعاً لفهم المسنين واحتياجاتهم (بركات، 2006).

يضاف إلى ذلك التحول الكبير في التعامل مع كبار السّن، والذي حصل نتيجة التطور والتسارع الالكتروني والتكنولوجي الكبير، والتسارع غير المسبوق في استخدام التكنولوجيا، فقد تناقص الدور الذي يؤديه المسن في أسرته ومجتمعه، وأخذ بالتراجع لما يشهده المجتمع من تغيرات جذرية في بنيته، فقد دخلت على المجتعات نظرة جديدة تجاه خبرة الفرد والتعامل مع المشكلات، وتحوّل الأسرة من عائلة ممتدة كان له فيها مكانة مميزة، إلى أسرة نووية تخلصت من دوره فيها بشكل كبير، واعتماد المجتمع على التكنولوجيا في جميع مناحي الحياة التي جعلت من خبرة المسن خبرة تقليدية بسيطه، وفرضت عليه أن يعيش ظروفاً وأوقاتاً لم يألفها من قبل، فلم يعد كبير السن مرجعية الأسرة الممتدة، إنما تقلص دوره في حدود التقاليد والعادات المتبعة، ونتيجة لهذه التغيرات وغيرها من الأسباب في تحولات تركيبة المجتمع، خصوصاً المعتقدات الجديدة مثل الحرية الفردية والانفتاح على العالم، والانتقال من سلطة العائلة إلى السلطة الفردية، جعلت المسنين من أكثر الفئات عرضة لتبني الأفكار والمعتقدات الخاطئة وغير عقلانية المؤثرة على نفسيتهم وصحتهم، وأثرت بصورة مباشرة على تفاعلهم مع المجتمع، وذلك بعد استحداث ما يسمى بدور رعاية المسنين (الخفش، 2011).

فعندما يتعرض المسن إلى مواقف غير مرغوب فيها فإن أفكاره هي التي تحركه، فإذا كانت هذه الأفكار عقلانية سيتحرك بشكل سليم، أما إذا كانت أفكاراً غير عقلانية ستقوده إلى الانفعال والغضب، أو إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي، وهذا بدوره يقوده إلى ضغوطات نفسية تؤثر سلباً على صحته، وبسبب هذه التغيرات التي يشهدها المجتمع فقد جعلت المسنين يتبنون الكثير من المعتقدات والأفكار غير العقلانية التي أصابتهم وسيطرت على طريقة تفكيرهم، وذلك بناءً على تفاعلهم غير السليم مع البيئة التي يعيشونها، وتستند إلى حقيقة عدم مقدرتهم على تفهّم وتقبّل الواقع الجديد المفروض عليهم، وهذا الواقع شهدناه منذ شيوع التكنولوجيا والأفكار الدخيلة على مجتمعاتنا

العربية، والتي تؤثر على صحتهم النفسية، كأن يعتقدون أنه بانتهاء حياتهم العملية وبتوقف مقدرتهم الجسدية والفكرية عند حد معين، هو دليل على نضوب ذخيرتهم الفكرية والاجتماعية والصحية، وانتقال دورهم إلى من هم أقل شأناً منهم داخل الأسرة، وشعورهم بأنهم قد أصبحوا عبئاً على الآخرين وعالة على المجتمع وعلى أسرهم، مما قد يُنشيء لديهم كثيراً من المشكلات التي تعيق فكرهم، وتؤثر على انفعالاتهم ومشاعرهم، فتظهر لديهم مشكلات تتمثل في فقدان العلاقات الاجتماعية وبتراجع الاهتمامات والنشاطات وزيادة الاعتمادية والعدوانية، وتناقص الثقة بالذات أو فقدانها، والشعور بالوحدة والاغتراب وعدم التوافق النفسي (صيام، 2010).

لذا تقوم هذه الدراسة بدراسة الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا، بالاعتماد على نظرية (أليس) في العلاج العقلاني المعرفي، ونظرية (ABC) لتحديد الأساس المعرفي للسلوك. إذ تشير نظرية (أليس) إلى أنّ الإنسان وُلِد ولديه إمكانية لأن يكون عقلانيّاً وبتفكير سليم، كذلك غير عقلاني بتفكير مشوّه، وأنّ الإنسان يتعلم معتقدات من أشخاص مهمين في حياته، ومن ثم يجعل هذه المعتقدات عقيدة يتمسك بها على حساب نفسيته، ولومه لنفسه هو السبب الجوهري لمعظم الاضطرابات الانفعالية، وعلى الرغم من الأحداث الإنسانية ناتجة عن عوامل خارجية، إلا أنّ لدى الفرد المقدرة على اتخاذ الإجراءات التي من شأنها أن تعدل وتضبط حياته في المستقبل، وهذا يظهر جليا في نظريته للشخصية التي يطلق عليها نظرية (ABC) حيث:

A (Acts): الحدث البسيط.

B (Beliefs): الأفكار والمعتقدات.

C (Emotional Consequences): النتيجة الانفعالية.

إنّ نظرية أليس في العلاج تؤكد على الارتباط الوثيق بين السلوك والانفعال والتفكير الإنساني المضطرب، وترى أن الإنسان هو الذي يخلق مشكلاته الانفعالية بطريقة غير عقلانية في التفكير، وبهذا فهو قادر على التقليل من حدة هذه المشكلات (الخفش، 2011، ص 354).

1.2 مشكلة الدراسة وأسئلتها

من خلال عمل الباحث كمرشد اجتماعي متخصص في مجال خدمة كبار السن، وجد ضرورة ماسة لدراسة الأفكار اللاعقلانية التي تتشكل لديهم ومعرفة مدى انتشارها، ولمعرفة إذا كان لها علاقة بالثبات الانفعالي لديهم وقدرتهم على التحكم في انفعالاتهم ومشاعرهم، إذ كثيراً ما ألاحظ دخول المسن في حالة من التوتر والانفعال غير المبرر، أو قد يدخل بحالة من الاتكالية المطلقة، ولاحظت أيضاً على بعض المسنين سلوكيات دخيلة عليهم لم تكن مدونة في سجلاتهم المرضية، مثل الانفعال لأبسط الأسباب، والحديث بطريقة تدل على مستوى تقدير الذات لديهم، والتي بدورها تؤثر ردود أفعالهم عندما يتم التعامل معهم، أو حتى الإشارة إليهم للقيام بأمر ما، وبما أنّ ردود الأفعال لها علاقة بالاتزان الانفعالي الذي يتأثر بالعوامل البيئية المحيطة، فالظروف النفسية والفسيولوجية والصحية والاجتماعية الصعبة التي يعيشها المسن، والتطورات السريعة في المجال العلمي والاجتماعي أدت إلى تشكّل ظروف ضاغطة ذات تأثير سلبيّ على حياة المسن خاصة النفسية والاجتماعية.

وقد تطرقت إلى هذه المشكلة دراسات سابقة عدة، منها (عيسى، 2013) و(حمدان، 2010) و(مجلي، 2011)، وأوضحت أنه يظهر لدى الفرد اضطرابات وسلوكيات غير سوية ناتجة عن التغيرات الفسيولوجية والصحية والاجتماعية والنفسية التي تظهر في هذه المرحلة العمرية، مما يجعله يتبنى أفكاراً غير عقلانية ناتجة عن سوء تكيّف مع البيئة المحيطة، وأشارت هذه الدراسات

إلى أنه قد ينتج لدى المسن سوء في توافقه مع واقعه المعاش، وبشكل يصبح فيه غير قادر على التحكم بانفعالاته، ومن الآثار السلبية للانفعالات جعل تفكير الفرد يتوقف ويضطرب ولا يمكنه أن يصدر أحكاما سليمة كما يفقده المقدرة على ضبط نفسه والتحكم في إرادته.

ويمكن تلخيص مشكلة الدراسة بالتساؤل الرئيس الآتي: **ما العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا؟**

ويتفرع عن هذا السؤال الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المسنين في محافظة أريحا؟
2. ما مستوى الاتزان الإنفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا؟
3. هل توجد علاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاتزان الإنفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا؟
4. هل يختلف مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المسنين في محافظة أريحا حسب متغيرات النوع الاجتماعي، المستوى الاقتصادي، نوع السكن، المستوى التعليمي؟
5. هل يختلف مستوى الاتزان الإنفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا حسب متغيرات النوع الاجتماعي، المستوى الاقتصادي، نوع السكن، المستوى التعليمي؟

1.3 فرضيات الدراسة

1) لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الأفكار الأفكار اللاعقلانية من جهة، والاتزان الانفعالي لدى المسنين في محافظة أريحا.
2) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى المسنين في محافظة أريحا تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.