

مشكلة البحث

تتبع مشكلة البحث الحالي في ان الشخص الفاعل والعمر في المجتمع هو المحور الاساسي الذي تدور حوله والمشاكل الاجتماعية فطلبة كلية الاداب شريحة تمثل موقع مؤثر عالميا و اجتماعيا ونفسيا وانفصاليا لما تملكه من لذا (Bandura, \1994.p.77) امتداد وتمايز موقع وتنوع و قدرة على التأثير جاءت هذه الدراسة لتتناول التعرف على التفكير الايجابي لدى طلبة كلية الاداب و ارتباطها بأساليب التعامل مع المشاكل الاجتماعية , ومن هنا جاءت فكرة هذه الدراسة لتقديم اطار نظري مهما حول الحاجة الى التفكير الايجابي لدى الطلاب حتى يستطيعوا مواكبة التسارع في حجم ونوعية الطلبة في حياتنا المعاصرة . وزيادة فعالية هذا التفكير ليصبح قادرا على متابعة التقدم التكنولوجي و الثروة المعرفية و الاخذ بالزياة يوم بعد يوم . بسبب المستجدات الطائرة على حياة الانسان لهذا العالم

. (غانم , 2005: 15)

وبسبب الظروف التي مر بها العراق من كثرة الحروب و الاقتصادي و بعد ذلك الاختلاف . اثر ذلك بشكل يلي على الدولة و مؤسساتها و خصوصا الجانب التربوي و بسبب هذه الظروف سيطرت الافكار الايجابية كما يتوقع الذهن الايجابي غلبت النهايات الناجحة والطيبة لكل فعل او حالة بسبب الظروف الصعبة التي مر بها البلد بصورة عامة وطلبة كلية الآداب بصورة خاصة و اذا اصبح الميل خاصة عادت الى ايراد السلبيات اكثر من الايجابيات

فالرؤى والاحكام عند تقويم حالة ما لشخص او مجموعة ما و المشهد العراقي اتسم اغراضه بالسلييات والنزاعات التشاؤمية لكثرة ما تؤثر عليه من ازمات ومعوقات مما يجعل الاحكام السلبية ظاهرة شائعة عرافيا في . تقويم الامور اذ ان التفكير السلبي يعي الجسد و المواقف العدائية

واذا كانت الجامعة صورة مصغرة من المجتمع الانساني فان طلبة كلية الآداب اضافة الى الضغوط الاجتماعية و النفسية التي يعاني منها الافراد لديهم مشكلاتهم الخاصة بطبيعة عملهم فمهمة التعليم تعد من اكثر المهن الخدمية معاناة من الضغوط والتي في حال استمرارها وبمساعدة بعض العوامل الاخرى قد تؤدي الى حدوث ما يعرف بالاحتراق النفسي كاستجابة (دربر : 2007 : 14) .

ويؤدي الاحتراق النفسي لدى الطلبة الى فقدان الاحترام بعمله مما يؤدي بصورة اليه و بدون اكرثا و فقده القدرة على الابتكار في مجال عمله و تتابه حالة من التشاؤم و اللامبالاة و قلة الدفاعية و الغضب الغير مبرر وتوصلت الى ان الشخص الذي لا يستطيع التعامل مع الضغوط المستمرة يفقد اهتمامه وشعوره بكل الامور التي يمكن ان تساعد به الاخرين ويتبع

المسافة بينه وبينهم وبصبح اقل اهتمام لحاجاتهم الاجتماعية و الحسمية و الانفعالية وبالتدريج يجد الفرد نفسه معزولا عن الاخرين (عبد العزيز : 95 : 2010).

الى ان الاحداث التي يكون فيها (thoits ,1983) ومن هذا السياق يشير الفرد غير قادم على التحكم و السيطرة عليها سترتبط بشكل دال بالمشقة و الضيق النفسي مقارنة بالأحداث التي يكون فيها الفرد قادرا على التحكم . والسيطرة عليها .

ان الافراد الذين يفشلون في مواجهة (callau , 1993) في حين يرى الضغوط ويدركون انفسهم على انهم عاجزين وليست لديهم القدرة على فيؤكد على ان الافكار التلقائية (Back) التحكم في المواقف الضاغطة , اما السلبية تؤدي الى الضغوط وتزيد من الصعوبة في مواجهة المواقف الضاغطة اي ان الافكار التلقائية السلبية او الاعتقادات المختلفة وضيغيا , تؤدي الى قصر في مواجهة المواقف الضاغطة حسينوحسن , 60-89) لذا برزت الحاجة الى التعرف للتفكير الايجابي) وهذا ما يستجيب عليه البحث الحالي .

ومن المعروف ان التعبئة السلبية اذا لم تفرغ في مواجهة عنيفة للواقع او السلوك الاخير فأنها ستتراكم و تؤدي الى الاعراض النفسية الجسيمة و ما ينتج عنها من امراض وذلك لان الافكار تسيطر على العواطف فالفكرة السلبية تولد مشاعر وانفعالات سلبية تؤدي الى السلوكيات أو مواقف سلبية (حجازي و

85-83 :2012)

وانما مر به بلدنا من تغيرات و أحداث و ضغوط و انعدام الأمان قد يعود إلى احتمال الحدوث آثار سلبية في افراده من خلال شعورهم بالتشاؤم في الواقع الحالي الذي يعيشونه وانه قد يؤدي هذا الى احتمال كبير في ان يستغل التشاؤم الى مستقبلهم وبالنتيجة قد يصبح التشاؤم طابعا يسود شخصياتهم و عندئذ سيكون بانسا في عين افراده نظرة تشاؤمية للحياة ويكون طلاب كلية الاداب نماذج للتشاؤم في كونهم سوف يكونون قادة المستقبل (البدزنجي , 2010 , 15-
16) لذا فان استمرار تعرض الطلبة للضغوط سواء كانت من بيئة الداخلية ام الخارجية مع فشل الطلبة في التعامل معها تسبب له التعب و الاجهاد العصبي (الدرهدي : 2008 : 167) لذا فان الضغوط بكل انواعه تتاج التقدم الحضاري المناسب لذا يؤدي الى افراز انحرافات تشكل عبئا على قدرة مقاومة الناس في العمل و زيادة التطور يحمل الناس اعباء فوق

قدرة التحمل اذ يمكن القول ان انسان هذا العصر يعيش الضغوط بأشكالها
لذا سمي عصرنا بعصر الضغوط (ابو دلو : 2009 : 192) وفي هذا الوقت
نفسه فان عصرنا بهذه الخصائص يترتب على اثره الكثير من الضغوط التي
تمثل خطرا على صحة الفرد و توازنه و تهديد لحياته الاجتماعية وما يترتب
عنها من اثار سلبية لعدم القدرة على التوافق و ضغط مستوى الاداء و العجز
عن ممارسة مهام الحياة اليومية وانخفاض الدافعية للعمل والشعور
بالإنهاك النفسي لذا فأن اساليب التعامل الايجابي هي السبل الامثل لاعادة
التوافق عند الطالب اذا ما استدل على معرفة السلوك الصحيح (الامارة :
25 : 2004) .

اهمية التفكير الايجابي

تبرز اهمية التفكير الايجابي من سعي الانسان الى ان تكون حياته و حياة
من غيره مليئة بالسعادة و الرفاهية و النجاح المتواصل
فيشتمجالات الحياة، و لذلك يحاولوا لجاهداً أن يجلبوا لنفسهم لغيرها الخير و المصالح المادية و المعنوية

و، فالإنسان يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره فإذا اختار أحد أساليب التفكير الإيجابي
يستطيع أن يزيل الكثير من المشاعر الغير مرغوب بها والتي ربما تعيقهم من تحقيق أفضل لنفسه
وترتبط أساليب التفكير الإيجابي ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في كل مجال من مجالات الحياة ولكي تحقق النجاح وتعيش سعيداً وتحيا حياة متوازنة
جب أن يثقل من أسلوب تفكيرك، وأسلوب حياتك، ونظرتك تجاه نفسك، والناس، والأشياء، والموقف
التي تحدثك، والسعي الدائم لتطوير جميع جوانب الحياة، وهذا ما يؤكد أهمية التفكير
الإيجابي بالنسبة للفرد والمجتمع فالتفكير الإيجابي يساعد على إيجاد
الشخصية السوية التي تتمتع بمظاهر سلوكية إيجابية مثل الراحة النفسية
ولاطمئنانيه والكفاية في العمل و الإدراك الواقعي للقدرات ومستوى
الطموح والثقة بالنفس والتفائل والحرص والاستقلالية والاثار و الإدراك
الاجتماعي والقدرة على التوافق مع الضغوط المرونة على التوافق و
القدرة على التحمل و الامل و القدرة على ضبط الذات و تحمل المسؤولية
فإن التفكير الإيجابي هو مفتاح البناء والنماء والذي يحتاج الى عملية ذهنية
واعية و مهمة و مثابرة و وقتنا الراهن هو احوج ما يحتاج الى التغيير و
التحول الى التفكير الإيجابي المتفائل و الامل و يمكن القول بان التفكير
الإيجابي هو الذي يرفع شعورا فاذا كان سبيل يجعل الامم متقدمة فهو
التفكير الإيجابي .

اهداف البحث

1 - درجة التفكير الايجابي لدى طلبة كلية الآداب - 1

2 - الفرق في درجة التفكير الايجابي تبعا لمتغير النوع الاجتماعي - 2

3 - قياس التفكير الايجابي لدى طلبة كلية الآداب - 3

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالطلبة المسجلين في جامعة القادسية (الدراسة الصباحية للعام الدراسي **(2016-2017)** لدى طلبة كلية الآداب قسم علم الاجتماع)

تحديد المصطلحات

عظيمة عباس السلطاني اكدت ان التفكير الايجابي هو التفاؤل بكل ماتحمله هذه الكلمة من معنى والنظر الى الجميل في كل شيء والبحث عن الجانب المثير في الحياة وان كانت ومضة ضوء , المؤلف شريف قادر حسين و عظيمة عباس السلطاني , مجلة علوم التربية الرياضية (2010) العدد (3) المجلد الثالث الصفحة 93-138

ولأهمية التفكير الايجابي (قوة التفكير الايجابي في الاعمال) على ان التفكير الايجابي هو الاسلوب العملي لكل ما يسعى الى تطوير و تمكين الخصال العشر للفكر الايجابي)) للمؤلف ديلاوسكوت فنزلا الطبعه (1) , مكتبة . عيبكان المملكة العربية السعودية , 2003 , ص 310

واكدت وفاء محمد مصطفى من خلال هذا الكتاب ((حقق احلامك بقوة التفكير الايجابي)) ان التفكير الايجابي ستتعلم كيف تدير مشاعر كالايجابية وتصنع افكاراً تسعدك، وتساعد الآخرين، وكيف تكون ايجابياً برغم كثرة السلبيات من حولك، وكيف تتعلم من الحياة السعيدة برغم الحالات الاحباط التي تحيط بك، وكيف تقبل على التفاؤل برغم التشاؤم الذي تغلفه نفوس كثير من الناس، وهم يبتون سموهم اليك شيئاً فشيئاً دون ان تدري، وكيف تتفاعل مع منحولك في بيئة ايجابية مفعمة بالحب والسعادة ، وتقول وفاء محمد مصطفى ((ان تستخدم عقلك الباطن عقلك اللاواعي للتأثير على حياتك العامة بطريقة تساعدك على بلوغ املك

و تحقيق احلامك)) المؤلفة وفاء محمد مصطفى , الناشر ابن حزم , ص 287, ط

1, م 1.

وقد عرف التفكير الايجابي على انه المحافظة على التوازن السليم
المحافظة في ادر اكمختلفا لمشكلات، وهـ _____ و :
أسلوب متكامل في الحياة، ويعني التركيز على الايجابيات قفبدلاً من التركيز على السلبيات، إنه يعني أنت
حسن ظنك بذاتك، وأنتظن خير أفي الآخرين، وأنتتبنا أسلوباً مثلاً في الحياة , الكتاب التفكير
الاجيبي سلسلة مهارات الحياة المثلى , بيروت , مكتبة لبنان , ط 1, 2005 ,
. ص 6, , المؤلف محمد عامر القزدر

التفكير الايجابي هو التفاؤل بكل ما تحمله هذه الكلمة من معنى و النظر
و النظر الى الجميل في كل شي والبحث عن الجانب المشرق في الحياة و
ان كانت ومضة ضوء)) المؤلف (بايلسوس لجمان) الكتاب (قوة التفكير
الاجيبي) القاهرة كنوز للنشر و التوزيع 2009 ص 13

ان التفكير الايجابي ل (ابراهيم الفقي) في كتابه (قلة التفكير وتأثير
احاسيسك و سلوكك و نتائج و واقع حياتك)) اكد على ان التفكير الايجابي
هو مصدر قوة الانسان لانه سيساعدك في التفكير في الحل حتى تجده
وبذلك تزداد مهارة و قوة و ثقة و مصدر حرية لأنك ستحرر من معاناة الالم
و التفكير السلبي , من المحتمل انك لا تستطيع التحكم في الظروف ولكن
تستطيع التحكم في افكارك فالتفكير الايجابي يؤدي العقل الايجابي و
. النتائج الايجابية

المؤلف : ابراهيم السيد الفقي , دمشق , دار التوفيق , 2009 , ط 1 , 2

191.

Positive Thinking : التفكير الايجابي

يمثل التفكير الايجابي ابرز جوانب الاقتدار الانساني . اذ انه بلا شك الاداة الاكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة و تحدياتها , فالعقبات و الصعوبات والمعوقات على اختلافها لا تحل عمليا الا من خلال التفكير الايجابي الذي وحده يوفر المخارج ويستكشف امكانات الحلول . (حجازي , 2005 , : 329)

كما انه يشكل العلاج الناجح للحفاظ على المعنويات وحسن الحال النفس
و هناك ثابته اساسيا التفكير الايجابي يتعلق بالموقف من الذات اذ يتعين على الشخص غمضات هو خيباته وحا
لا تفشلها أيضا ايجابيا في نظرته الذات هو قدراته و امكاناته و فرصه و ممارساته ، أن لا يدعها عالية سيتر بد
الذات هو الشطط في الحكم عليها اذ في مقابل الخيبات هناك العديد من الانجازات و النجاحات . (حجازي ,
2012 , : 38)

فالفكر الايجابي يشمل كلمات ايجابية للتعبير عن المشاعر و الافكار و النظر
للأشياء الايجابية بايجابيه و التركيز على النجاحات فالفكر الايجابي لا يفكر
بالخسارة ولكنه يرمج عقله للفوز دائما . (قطامي و اخرون , 2010 , :
448)

- 6- . يميل الى اعطاء تصور طبيعي و واقعي لذاته امام الاخرين
- 7- يعطي حلول ناجحة ومبتكرة للمشكلات التي يصادفها و لذلك يعتبر من الاشخاص المبدعين .
- 8- لا يضع نفسه في مواقف محرجة اثناء المناقشات لانه يمتلك ثقافة و معرفة و . المرونة الفكرية التي تساعد على تجنب هذه المواقف
- 9- ينظر الى نفسه بتواضع و يقدم نفسه للاخرين بشفافية ، ويدرك ان المثالية و الكمال . ليس من صفاة البشر
- 10- . الاكثر تكيفا مع نفسه و افكاره و مشاعره
- 11- . يقدر الحياة و يرفض الهزيمة
- 12- . يركز على النجاحات و يستخدم الالفاظ التي تدعم هذا النجاح في ابسط صوره
- 13- يستخدم اسلوب التحدث مع الذات الذي يجعله متمكنا من مراقبة و تقويم افكاره . الداخلية و قناعته لتوقع النجاح في حل المشكلات التي تصادفه
- 14- لديه القدرة على الاسترخاء الطبيعي و التحكم في التغييرات التي تحدث تقاطيع و . جهة و ضغط دمه
- 15- يتميز بانخفاض ضربات القلب و انخفاض مستويات القلق و الخوف من مواجهة . المشكلات الضاغطة مثل مواقف التنافس و مواجهة الجمهور و مواقف الاختبار

(دريب ، 2013 : 108 – 109)

خصائص التفكير الايجابي

ان من تتسع له فرصة الاطلاع المكثف على نماذج البحث العلمي وفتيان الممارسة الاكلينيكية بين علماء النفس الايجابي سيجد اهتماما مكثفا لدراسة خصائص متنوعة من التفكير الايجابي و الخصائص الشخصية من بينها :

التفاؤل : يعرف بقاموس اكسفورد اللغة الانكليزية التفاؤل تلك النزعة للنظر الى - 1 الجانب المشرق من الازواض والى توقع افضل النتائج اي تتابع الاحداث ، و التفاؤل بشكل دافعية قوية .

اما فلسفيا فيمثل التفاعل ذلك الاعتقاد بان العالم يتقدم الى الامام و ان الخير سينتظر في النهاية على الشر وهو المذهب الذي اكدته الفيلسوف (لايبنتز) و القائل بان هذا العالم هو افضل العوالم بايلوجيا فان الانسان مدفوع بالتفاؤل بالاساس وهو ما جعله يجابه التحديات على امل الحفاظ على الحياة . فالطاقات الحية متفائلة بطبيعتها طالما انها (مدفوعة بدافع النماء و التوسع .) (حجازي ، 2012: 114

الذكاء الوجداني : القدرة على الانتباه والادراك الجيد للانفعالات و المشاعر الذاتية و -2 فهمها و صياغتها بوضوح ، وتنظيمها وفقا لمراقبة و ادراك دقيق لانفعالات الاخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية ايجابية تساعد الفرد على الرقي الفعلي و الانفعالي و المهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة . (الخولي ، 2011: 29 .

الرضا ، وتقبل الذات غير المشروط و الكفاءة الشخصية -3
والإنجاز وتحقيق الذات، والمشاركة الوجدانية، والعطاء،
والتشجيع على المودة والحب، والتفتح والانفتاح على الخبرة، والحكماء الأخلاقي، ومهارات
التفاعل الاجتماعي، والإحساس بالجمال، والتسامح والمثابرة، والإبداع، والحكمة،
والتطلع نحو المستقبل، والتلقائية . ومن ثم فان التفكير الايجابي يصفهم بمراد وجود عدد من
الخصائص المعرفية و الوجدانية والسلوكية التي تتعاون فيما بينها على التمكين من

التفكير ومن ثم التصرف و التفاعل في مواقف الحياة المختلفة بطريقة تحقق للفرد و المحيطين به النجاح و الفاعلية و السعادة .

(Seligman & sikenthmihalyi ,2000 : 55)

العوامل المؤثرة على التفكير الايجابي

- التنشئة الاجتماعية -

تواجه التنشئة الاجتماعية نوعين من التحديات ، احدهما داخلي بمعنى انه نابع من المجتمع ذاته و انظمته و معاييرها ، و الاخر خارجي بمعنى انه مصدر خارج حدود المجتمع المتمثلة بالمتغيرات التي تدخل على المجتمع من الثقافات الاخرى نتيجة للتفاعل السلبي و الايجابي ، لقد كانت التنشئة الاجتماعية في المجتمعات التقليدية محصورة في عدد قليل ومحدود من المؤسسات التربوية و الاجتماعية ، كالأسرة و المدرسة و الجماعة بحيث تساند هذه المؤسسات بعضها البعض لتحقيق تنشئة سليمة بعيدة عن التناقض ، ولكن مع تطور المجتمعات تعددت وسائط التنشئة الاجتماعية لتشمل ما هو موجود ، التلفزيون و الاذاعة و الانترنت و القنوات الفضائية و التي تتعارض فيما بينها من حيث الاهداف و الاساليب و الوسائل و ينعكس هذا التناقض و التصارع بين هذه المؤسسات على عملية التنشئة الاجتماعية فتصبح الافكار مشوشة فينعكس كل ذلك على شخصية الفرد و نفسيته فيصاب بالاضطرابات النفسية المختلفة .

((غانم ، 2005 : 12

وتتضمن عملية التنشئة الاجتماعية

- المناخ الاسري -

لا يوجد هناك من المؤسسات و الهيئات التي تستطيع ان تلعب الدور الذي تلعبه الاسرة : في حياة الافراد ، ومن اهم هذه المميزات للمناخ الاسري

التشجيع على الاستقلال في التفكير و اتباع اسلوب الحوار والنقاش والتفاهم و ليس-1
اسلوب القاء الاوامر و اسلوب الطاعة العمياء وذلك من خلال ما تقدمه من الشعور
بالأمن والاطمئنان يؤدي بالتالي الى التفكير الايجابي البناء .

التخلص ما امكن من اساليب التربية غير السوية كالعسوة والسخرية و العقاب البدني -2
. و المعنوي

تنمية حب الاستطلاع لدى الابناء وتعزيزه لديهم من اجل تطوير قدراتهم العقلية و -3
الابداعية .

المدرسة-

المدرسة هي المؤسسة التربوية الرسمية الوحيدة التي يمكنها تقديم خدمات تربوية
متوازنة للأفراد ، بمعنى انها تمتاز عن غيرها من المؤسسات بتقديم الخدمات التربوية
بشكل مخطط و منظم وحسب العمر الزمني و العقلي للتلميذ وهذا غير متوفر في اي من
المؤسسات الاخرى على أهميتها . و المدرسة بشكل عام مثلها مثل المؤسسات المختلفة
تتكون من مجموعة من العناصر الاساسية التي تتكامل مع بعضها البعض بنائيا و تتساند
وظيفيا للحفاظ على استمرار هذه المؤسسة ومن هذه العناصر المعلم و المتعلم و مدير
المدرسة و المناهج و التقنيات و الوسائط المستخدمة و كلما تكاملت هذه العناصر و
قامت بوظائفها بشل سليم كلما قدمت المدرسة خدماتها بالشكل المطلوب ، وكلما حصل
قصور او عجز في هذه العناصر كلما انخفضت فاعلية هذه المدارس كمؤسسة تربوية و
(تعليمية . (غانم ، 2005 : 14

وسائل الاعلام المختلفة -

ان حجم الاقبال على وسائل الاعلام المتطورة بأشكالها المختلفة يتضاعف تقريبا كل عام
و بشكل متسارع ، فقد اثبتت بعض الدراسات ان هناك تأثير مباشر وملحوظ للتلفاز و
البث الفضائي على سـلوك وتفكير

المشاهدين، كما وجد تأثير ملحوظ للمشاهدة التلفازية في مبادئ الأفراد ومدى تقبلهم وقدرة تعلمها والتكيف مع المعايير الاجتماعية. سهولة الوصول إلى المعلومات بالجزيرة جداً باستخدام تقنيات في متناول الجميع كشبكة الانترنت العالمية، تؤدي إلى كون الأفراد بالوسائل والتقنيات ونانيس تستخدم تفكره، وهنا يجب أن لا يفهم محاربة هذه التقنيات ومقاطعتها، وإنما يجب استخدامها بالقدر الذي يؤدي الغرض والهدف، وأن يعتمد الفرد على ما يليه وسما ته في التفكير والبحث وأن لا يركن إلى ما هو سهل .
((غانم ، 2005 : 15

مقومات التفكير الايجابي -

يأتي الوعي في اول خطوات التفكير الايجابي فالوعي هو اساس تفتح الرؤى حول - 1 الواقعيين الموضوعي و الذاتي في ان معا . فالوعي هو ان تصبح على صلة بما انت عليه تشعر به وتفكر فيه وتفعله يكون الوعي هو الوجه الذاتي للعمليات الإدراكية التي تستوعب ما يصل إلى الذهن من مثيرات خارجية او داخلية . انها تدرك خصائص الواقع : و تصنعه وتعطيه دلالاته ومعناه ، يمتلك الوعي وظيفتين

اولهما : هي المراقبة و التنبيه للذات و المحيط و الاستجابات لهما و رصد الوقائع و الاحداث ذات الاهمية الخاصة بالنسبة للفرد في وظيفة معينة ، وثانيهما : هي وظيفة التوجيه التي تتيجل للشخص حسنا التصرف في التعامل مع واقعه الذاتي و الموضوعي لجهة الصواب (Westen , 1999 ,
p:23)

و تتيح تكامل هاتين الوظيفتين بالتعامل الفاعل مع القضايا ، و يتخل الوعي عادة حين تفشل عمليات المعرفة الالية (عادات السلوك اليومية) في التعامل مع الوضعية فيتنبه المرء إلى هذا الفشل ويحلل الموقف و يتخذ التدابير الملائمة بصدده .

(حجازي ، 2005 : 323)

وهناك مهمة مزدوجة على صعيد الوعي ضمن نطاق التفكير الايجابي يتمثل شعثها الاول بالوعي بالمعوقات الذاتية الدافعة الى تحصيل الطاقات و الركون الى السلبية و الاستسلام ، اما شعثها الثاني فيتمثل بالوعي بالفاعلية الذاتية و الجماعة ، و الوعي (Ccervone&Caprera,) بالإمكانات و الفرص الظاهرة منها و الخفية و اشار كل من ان الوعي بالإمكانات و القدرات و الفرص يشكل نواة التفكير الايجابي و (2003) الاقتدار الانساني من دون منازع ، ويستقصي الوعي الامكانات و الفرص الظاهرة و يقارن بينهما و يتفحصهما وصولا الى اختيارتهما كما انه يستقصي الامكانات و القدرات الكامنة و المغيبة على المستوى الذاتي ، و الفرص الخفية غير البادية للعيان . لأول وهلة على المستوى الموضوعي

ذي الصلة الوثيقة بارتفاع المعنويات و حسن (Mind fuiness) اليقظة الذهنية – 2 الحال النفسي و المقصود باليقظة الذهنية هي حالة ذهنية مرنة تتمثل بالانفتاح على الجديد و المستجد ، وهي بذلك تمثل حالة متقدمة من الوعي بالإمكانات و الفرص عندما نكون يقضين ذهنيا نصح حساسين لما نملك من قدرات ، و حساسين كذلك للسياق كما . نكون حساسين للمنظور و تغييره

تعرف التلاؤمية (المرونة الذهنية و السلوك) (Resiliense) المرونة و التلاؤمية -3 بانها تلك القدرة على تدبر الامور في الظروف الصعبة او المهدد او حتى في حالات المحن بمقاربة فعالة و ناجحة . انها تلك القدرة على تعبئة الطاقات الذهنية و المهارية بغية القيام بالتصرف الجيد في الظروف التي تفرض المعوقات على النجاح (وتهدد نتائجه . (حجازي ، 2005 : 334

4- النظرة الايجابية للمجتمع :

ثمة طريقتان أساسيتان للنظر بالعالم ، بوسعك التحليل بنظرة للعالم تتميز بالإيجابية فتصير شخصاً إيجابياً

أ، وترى العالم في إطار الخير و الإحسان ، وتصير أكثر تفاؤلاً لحيالذاتك ، وتصير شخصاً أكثر سعادة ، و أكد

ثرفاعلية، أو التحليلينظرة تتسمبالسلبيةوالخبثتجاهالعالمفلنترسوبالمشكلاتوالظلمفيكلمكان، وتربالقيودوعدمالإنصافيدلاًمنرؤيةالفرصوالأمل، فحين تترسخ هذه النظرة لدى المفكر . الايجابي فانه بلا شك سيقبل على مجتمعه ويخالطه و يصححه

5- محبة الاخرين و محبة الخير لهم :

يعتمد النجاح على المهنة على عاملين هما : مهارات العمل والعلاقات الانسانية ، ان بناء علاقة انسانية ناجحة يبدأ بالموقف الانساني الايجابي ، وأولالمواقفالإيجابيةفيأنشءعلاقةإيجابيةهي محبةالناس ابتداءً ، فمحبةالناسلكهيأصلاًانعكاسمحبتكلمهم، فيفتحاناسلك قلوبهمكما تفتحالزهور لأشعة الشمس " ولذكر بطنبي (صلى الله عليه واله) . هذاالحببالإيمانلأنهاوثقالعري، وأقوبرابطةبين الناس

حيث قال النبي (صلى الله عليه واله) " ورجلانتحابافيالهاجمعاعليهوتفرقا عليه " فحيننحبالآخرينبصدقانانساعدهمعلناإحساسبالأمن والطمأنينة، ونؤكد قيمتهما الأساسية، ونسهلهمأنيعيشواقوانينالحياةمن التعاونوالمشراكة، والانضباط، والاستقامة " .

ويتجلناالحبالحقيقيلاًآخرينفيصورعمليةشتتومنها : محبةالخيرلهم ففي محبة الخير للناس قالالنبي(صلىاللهعليهواله) قال ((لا يؤمن احدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه)) ، " حيث قال النووي في شرح الحديث : معناه لا يكمل ايمان احدكم حتى يحب لأخيه في الاسلام مثلما يحب لنفسه فالسلوك الايجابي الواقف : هو تصرف فاعل و مباشر و صادق وهو يترك انطباعا من احترام الذات واحترام الاخرين فاتباعنا السلوك الايجابي نصنع رغباتنا و متطلباتنا

و حقوقنا بالتساوي مع رغباتو متطلباتو حقوقنا الآخرينو بهذايؤديسلوكنا بالتساوي والتكافؤ فيالنتائجبينناوبينالآخرين، ممايجعلهميتقبلونالتفاعلوالتعاونوالمعابدونالتعرضلردودالفعالوالانتقام، بذ (يشجععلنا إقامةعلاقاتنزيهةوصريحةوواضحة . (الرقيب ، 2008 : 30-33)

المنظور المعرفي

النظريات التي تناولت التفكير الايجابي بالتفسير

اولا : نظرية البرت اليس

د Ellis) أعتد

علمقدمة منطقية تقضي بأن الناس يتحكمون بنفيا أقدارهم بما يحملونهم فكريا يتصرفون نعلنحو غير مميز طبقا لأفكار زانفة .

ومن الجانب النفسي حيث تأثر بأفكار (الفرد البرت 1937) و كذلك تأثر بأفكار (صوني 1950) تأثيرا بالغا فيما يتعلق بأفكار غير معقولة تقود الى الحوار او الحديث الداخلي . الانهزامي والذي يتكون من خلال العبارات الذاتية السلبية .

الى ان هناك العديد ممن يعانون الاكتاب و اليأس والغيظ و الحقد على (Ellis) يذهب الذات و الدنيا و الناس او القلق ، ويهدرون حياتهم و امكاناتهم من خلال الوقوع اسرى مجموعة من الافتراضات الخاطئة التي تتحكم بتفكيرهم و تحكم سلوكياتهم و مواقفهم ، انهم يقعون افكار سلبية معمة قد تتخذ طابعا قطعيا متصلبا ، او طابع تعميمات لا تقوم على اساس الواقع مثل ان الامور خير كلها او شر كلها و اذا لم تكن كما نشتهي فهي شر او من مثل تعميم عشرة او فشل على الوجود بحيث لا يعود هناك من خلال ممكن ، . او مثل ان هناك حلا وحيدا و اذا لم نجده فأنها كارثة .

1) فايد ، 2001 : 354

2) ابو زيد، 2003 : 237 – 247

3) حجازي ، 2012 , 86

لذا يري

انكالبشر يفكرون ويشعرون ويتصرفون وهم يفعلون ذلك في صور ةتفاعلية وتبادلية فأفكارهم تتوثر بشد

الى ان الانسان يمتلك ميولا غريزية تجاه العادات و المتعة و الحركة و (Ellis) وقد اشار المزاج المقترنة بالتفكير الايجابي و ان الانسان لديه ميولا قوية على ان جميع اموره تسير بشكل افضل و انه جهاز ليدين او يلوم نفسه والآخرين العالم عندما لا يحصل على ما يريد .

وكذلك فان الانسان يصل بفكره بطريقة انسانية (عاطفية) طول حياته حتى يتعلم وبعد . جهد جهيد ان يفكر بطريقة ايجابية

: لذا صاغ مثالا نظريا للشخصية الايجابية ينطوي على مفاهيم عدة هي

1- الاستعدادات البيولوجية :

فالإنسان يولد ولديه استعداد قوي ان يكون منطقياً مثل الذاته محققها (كما يقول ماسلو

(روجرز

الذات اشارا الى ان الانسان يولد وهو يتمتع بميول قوية لتطوير نفسه و تحقيق ذاته ولكن لديه ايضا استعداد قوي ليكون غير منطقي و سلبي في تفكيره وهذا ما يسبب تهديدا للذات و من جهة ثانية يفكر الناس بسهولة ، و يفكرون حول تفكيرهم نفسه (ما وراء المعرفة ، ما وراء التفكير) وهم مبتكرون ويتعلمون من اخطائهم

2- التأثير الحضارى

يميل الانسان فطريا ان يخضع للتأثير و بصفة خاصة من جانب البيئه الحضارية و محيطه الاجتماعي ، علما اننا نرى هنا اختلافات شاسعة بين الافراد في هذا التأثير فان البشر يتعرضون . عدم المنطقية بالتفكير بالخضوع لتعاليم الاسرة و المجتمع و عاداته

3- قوة تأثير التفكير الايجابي

ان التغيير الجوهرى في الجواب المعرفية هو الاساس في ان التغييرات المهمة في الجوانب الانفعالية و السلوكية للشخص ، اما احداث تغيير في الانفعالات و السلوك فلن

يؤدي الى تغييرات جوهرية في التفكير او الجوانب المعرفية لان الانسان يتصف في التفكير و الحوار الذاتي الذي يميزه عن غيره من الحيوانات ، ومن هنا يستعمل الانسان التفكير الايجابي لتغيير الافكار السلبية متى يتم احداث التغيير العميق في شخصية الفرد

1) القوة غولي ، العكيلي ، 2012 : 13

2) الزيود ، 2008 : 249

3) عبد الله ، 2012 : 166

4) الزيود ، 2008 : 249

5) نفس المصدر

6) عبدالله ، 2012 : 166-167

ثانيا : نظرية ارون بيك

ظهرت هذه النظرية على يد (ارون بيك) على حقيقة مؤداها ان لكل فرد افكارا وتوقعات ومعاني وافتراضات عن الذات وعن الاخرين وعن العالم المحيط به ، وهي تشكيل في جملتها الفلسفة الاساسية للشخص في الحياة ، و ان المشكلات و الصعوبات النفسية (قلق ، اكتئاب ضغط) في الحياة تحدث عندما تكون هذه الافكار والاعتقادات و الافتراضات ذات سلبية طبيعة سلبية و خاطئة ، ومن هنا فسعي الفرد لكي يصبح اكثر وعيا بأنماط التفكير التلقائية السلبية و الخاطئة لديه ، وبوجه خاص عند التعرف على هذه الافكار السلبية او اللاتوافقية يتم استبدالها بأفكار ايجابية توافقية اكثر منطقية .

على دور العمليات العقلية بالنسبة للدوافع و الانفعالات و السلوك، (Beak) و يركز حين تتحدد الاستجابات الانفعالية و السلوكية الخاصة بشخص ما عن طريق كيفية ادراكه و تفسيره ، والمعنى الذي يعطيه لحدث ما ، ولذلك فان الكثير من الاستجابات الوجدانية و السلوكية و الاضطرابات النفسية تعتمد على حد بعيد على معتقدات فكرية خاطئة يبينها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به و من ثم فيعي ان تعتمد على سياسة التغير لهذه الافكار السلبية بأخرى ايجابية عن طريق اعادة تشكيل مدركاته حتى . يتيسر له التغير في سلوكه

حسين و حسين ، 2006 : 268)1

ابو اسعد ، 2011 : 143-146)2

وفقا لنظريته هذه ردود الفعل الانفعالية ليست مجرد استجابات مباشرة (Beck) و يرى و تلقائية بالنسبة للمؤثر الخارجي ، وانما يجري تحليل المثيرات و تفسيرها من خلال النظر الى المعرفي الداخلي ، و ينتج عن ذلك عدم الاتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية مما يتسبب في الاضطرابات النفسية، وان ردود الفعل التي يستجيب بها الناس الكثير من المواقف تكون متسقة مما يوحي بان هذه الاستجابات توجهها مجموعه من القواعد التي تشكل الاساس الذي ينطلق منه تفسيرات الافراد و توقعاتهم.

ان التفكير الايجابي يساعد على اعادة صياغة المشكلة ، (Beck 1985) و اشار فالمشكلة اذا لم يتحرك الفرد لحلها تبقى تبقى داخل نفسه حتى ينطلق هو الى الاخرين لحلها ، ومن هنا فان التعرف على الافكار السلبية و الجوانب ذات العلاقة بها المعرفية السلوكية و الوجدانية و التعامل معها و استبدالها بافكار اكثر واقعية و قبولا واقرب الى التحقيق منها الى الحقيقة ، وكذلك لمعرفة الافكار السلبية التي تواجه الافراد في يساعد الافراد على اختيار البدائل المناسبة ، ومن هنا يكون العمل على مساعدة الفرد بشكل واقعي واقرب الى الحياة التي تسبب لهم الضغوط النفسية ، مما يتيح الفرصة لتعديل هذه الافكار و استبدالها و اختيار الاسلوب الانسب لتصحيح نمط التفكير بشكل اكثر واقعية و ايجابية .

1) سيد يوسف ، 2001 : 101

2) الغرير ، ابو اسعد ، 2009 : 70

Seligmanet ,et ,1998 ثالثا : نظرية سيلجمان واخرون

وكل من Seligmanet ,et ,1998 يرى صاحب هذه النظرية سيلجمان واخرون وتبعاً لسيلجمان فان كلا من التفاؤل و التشاؤم هما اسلوبان (person and steen) في التفكير، وفي تفسير الوقائع و الاحداث ، طريقة تفسيرنا للوقائع لا تقتصر على مجابهة حالة خاصة من نجاح او فشل ، بل هي تتوقف على الفكرة التي تكونها على القيمي التي نعطيها لأنفسنا وإمكانياتنا وفرصنا و لمكانتنا في الحياة ويمن ان نتعلم التفاؤل او التشاؤم بناءاً على خبراتنا و نمط تنشئتنا ، بما يتصف به من رعاية وهي تشجيع و تعزيز و مكانة او احاطة و زجر و اهمال و حط من القدر ان هذا الاسلوب التفاؤلي او التشاؤمي في التفكير متعلم ، فانه يمكن اعادة تعلمه واستبداله من خلال اساليب تدريبية علاجية .

لذا فقد اشار كل من سيلجمان و اخرون 1998 الى ان التفاؤل يعد بعدا رئيسيا في الشخصية التي تفكر بإيجابيه ، فالتفاؤل يرتبط بالتوقعات الايجابية التي لا تتعلق بموقف معين فهو يحدد للناس الطريق لتحقيق اهدافهم.

تبعاً لذلك فقد وضع (سلجمانو آخرون) قائمة تضم أربعة وعشرون عنصراً موزعة على ست فئات، تشكل الاستراتيجية التفكير الإيجابي للشخصية هي :
الحكمة والمعرفة، والشجاعة، والنزعة الإنسانية، والاعتدال المزاجي
والعدالة، والسمو وانتوظيف الإنسان لهذا الصفات تجعله يحقق السعادة الحقيقية

1) حجازي ، 2012 : 120

2) Carr, 2004 : p . 83 716 :2009 (في) قاسم ،

3) Seligman, 2002 : p :8

كما اكد سيلجمان على تنمية الخصال الايجابية في الشخصية امر ضروري للإنسان فهي تعد حصنا وقائيا ضد الظروف الضاغطة و نواتجها السلبية ، كما ان لهذه الخصال الايجابية دورا في استثارة السعادة الحقيقية فهي من افضل السبل للوصول للهناء و السعادة و تحمل الصعوبات لتحرير الفرد من قسوة الماضي .

الى ابعاد التفكير الايجابي التي تتضمن (seligman&pawelski , 2003) وقد اشار التوقعات الايجابية نحو المستقبل تلك التوقعات البناءة التي تهدف الى تحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص الاجتماعية و المهنية في المستقبل / و المشاعر الايجابية من حيث تمتع الشخص للتفاعلات التي تتمحور حول التعاطف و السعادة و الطمئينة في العلاقات الاجتماعية مع الاخرين / ومفهوم الذات الايجابي ، نظرة الفرد الايجابية نحو ما يمتلك من افكار و قوى معتقدات و قدرات متنوعة / و الرضى عن الحياة اي تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا للأفكار و معتقداته و قيمه و التي من خلالها يقارن الفرد الظروف حياته بالمستوى الامثل الذي يعتقدده / و المرونة الايجابية ، قدرة الفرد الذهنية الايجابية على تغير الافكار و معتقداته بما يناسب الموقف و خصائصه و ضغوطه ليكون . قادر على مواجهة

1) Seligman , 2002 , p:8

2) Seligman & Pawelski , p :162

رابعاً / نظرية البناء و التوسع في الانفعالات الايجابية

حيث تطرح الرأي القائل بان (fredrickson , 1998) وضعت هذه النظرية الانفعالات الايجابية تقوم بتوسعة نطاق التفكير – الفعل الانى عند الناس كما تبني مواردهم الشخصية المستدامة لذا فان الانفعالات الايجابية غائبة وذات طبيعه توسعية عامة . توسع الانفعالات الايجابية مجال الرؤية و الخيار و القرار وبدائل السلوك فالاهتمام و الميل بما هو انفعال ايجابي يحرض على الاستكشاف و الانفتاح على معطيات جديدة و تجارب متكاثرة ، مما يوسع من مدى الذات . و كلما توسع نطاق التفكير- الفعل ادى الى بناء موارد شخصية اكثر دوما : موارد مهارات حياتية مختلفة ، او موارد علاقات اجتماعية و فكرية(توسع المدارك و المعلومات) تحسين الوعي و الاستبصار النفسي و ادارة الذات وكلها موارد مستدامة على وجه العموم ومن خلال خيرات الانفعالات الايجابية يحول الناس ذواتهم بحيث يصبحون اكثر ابداعا و معرفة . ومرونة استيعابية واندماجا اجتماعيا و صحة فردية

تجارب على هذه النظرية اظهرت ان تداعيات الافكار تزداد (fredrickson) اجرت مع الانفعالات الايجابية و تتدنن مع السلبية . و من تلك التجارب المختبرية ان رفع الحالة المزاجية للمفحوصين من خلال مثيرات سارة او ثناء ، او قراءة افكار محببة عن

الذات او تذكر خبرات سارة او تفاعل مع ناس محبين كلها تؤدي الى اثار ايجابية على تنشيط العمليات الذهنية (التذكر الطلاقة الفكرية ، الابداع) ، بينما ادت الانفعالات السلبية الى تضيق النشاط الذهني (انسداد الافاق في وجها في حالة الضيق و الهم

لقد بينت فريد ريكسون في مختبرها في جامعة وكسونسن (2002) ان الانفعالات الايجابية و التعامل الذهني المنفتح يتبادلان التعزيز ، مما يتضمن نطاقا اوسع من الاستجابات والحلول الفاعلة من جهة و تحسين الصحة وسرعة الشفاء و التعامل . الناجح مع الشدائد من الجانب الاخر

قدمت فريد ريكسون انطلاقا من ذلك فرضية تقول بقدرة الانفعالات الايجابية على ابطال الانفعالات السلبية فطالما الانفعالات الايجابية تبني و توسع ، بينما الانفعالات السلبية تضيق و تحدد ، فمن الممكن بالتالي على العمل لمعالجة السلبية من خلال تنشيط الايجابية ، تلك هي في الواقع الية اشتغال العلاج المعرفي الذي يعمل على تحويل الانفعالات السلبية الى انفعالات ايجابية او اكثر واقعية و توازنا ، من خلال محاكمة الافتراضات الضمنية المولدة للانفعالات السلبية ، ولقد تبين من الممارسة ان الناس ذوي الافكار الايجابية و المرونة الاستيعابية هم خبراء في توظيف الانفعالات الايجابية . لتبديل الانفعالات السلبية

1) Fredrickson, 2001 : p.219

2) Fredrickson , 2002 , p. 347

3) حجازي ، 2012 : 275

خامسا / نظرية الامل و المبادرة الى الفعل

يعني الامل تقليديا بإمكانية تحقيق الاهداف ، و هو وثيق الصلة بالتفاؤل و هو الامل في ثقافة القصر و الهدر الرجاء بتغيير الاحوال ، بتدخل عوامل خارجه عن الشخص . و انتظار الفرغ من خلال فعلها . او هو يعي الرجاء بالتوفيق في المساعي الحياتية والتطلع المتلقي وتحقيق الاهداف . يختلف هذا الموقف المنفعل الاستجابي الذي تحكمه مقولة ((الحظوظ كليا عن نظرية الامل الفاعل المبادر القائم على حسن التدبير ، وشحن الطاقات و المثابرة في بذل الجهد المنتظم وصولا الى تحقيق الاهداف ، ذلك هو منطلق نظرية الامل طورها عدد من علماء النفس الايجابي ، وفي مقدمتهم (سنايدروروميلاه راند وسايمون ، 2002

تبدأ نظرية الامل مع افتراض ان الانشطة البشرية و الهدف الموجه وفقا لذلك هي اهداف تسلل العمل العقلي ، و انها توفي المكو المعرفي التي تستند عليه نظرية الامل، و قد تكون الاهداف قصيرة او طويلة الاجل ، ولكن التي يحتاجوها لتكون ذات قيمة لاحتلال الفكر الواعي وبالمثل ، يجب ان تكون الاهداف قابلة للتحقيق ، لكنها ايضا تحتوي عادة على بعض الدرجة من عدم اليقين . وحول هذه المسئلة اجريت مقابلات مع

الناس ، و اشار التقرير ان الامل يزدهر في ضل الاحتمالات المتوسطة في تحقيق الاهداف .

ان نظرية الامل تؤكد صراحة ان الدافع او المعتقد التي يمكن توليدها/ الاستراتيجيات المعرفية و يستمر في الحصول على النتائج المرجوة من حيث القياس ، و يتم تقييم الامل باستخدام العناصر الكفاءة الذاتية و الاعتقاد بانه يمكن التخلي على العوائق الاهداف .

1) Snyder et , al , 2002 , p. 258

2) William et , al , 2002 ,p.444

(أ – دراسة) غانم ، 2005

استهدفت الدراسة معرفة مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة فان هذه الدراسة حاولت الاجابة عن الاستفسارات الاتية :

1- ماهو نمط التفكير السائد لطلبة الجامعات ؟ هل هو التفكير الايجابي ام السلبي؟- 1

2- هل تختلف انماط التفكير الايجابي او السلبي لدى طلبة الجامعة تبعا للمتغير الجنس و -التحصيل الاكاديمي و التخصص ومكان السن ومستوى تعليم الاب و الام ؟

تألفت عينة الدراسة (200) طالبا و طالبة الملتحقين في جامعة القدس المفتوحة منطقة طول كرم التعليمية ، موزعين تبعا لمتغيرات الدراسة موضوع البحث و تم استعمال مقياس التفكير الايجابي و السلبي لدى طلبة الجامعة تم اعداده من قبل الباحث .

استعمل لتحليل البيانات برنامج الحزمة الاحصائية المحسوبة في العلوم الاجتماعية اذا استعملت المعالجات الاحصائية المناسبة مثل : المتوسطات و الانحرافات المعيارية و

و تحليل التباين الاتحادي و اختبار كيفية للمقارنات (T- test) النسب المؤية و اختبار البعدية

: توصلت الدراسة الى النتائج الاتية

ان نسبة (45%) من افراد الدراسة قد اضهروا نمطا من التفكير الايجابي منهم (40%) من الذكور و (16,5 %) من الاناث وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الايجابي والسلبى تبعا لمتغيرات : الجنس و عمل الام و ذلك لمصلحة الطالبات الاناث و الطلاب ابناء الامهات الغير عاملات ، عدم وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار مدى التفكير الايجابي و السلبى تعزى المتغيرات التحصيل الاكاديمي ، و مكان السكن و عمل الاب و مستوى تعليم الاب و الام. ((غانم ، 2005 : 4-38

بعنوان جوانب التفكير الايجابي في الشخصية (Johnet,2007) دراسة -2

هدف الدراسة : الكشف عن جوانب التفكير الايجابية في الشخصية تبعا لمتغيرات العمر و الجنس تألفت عينة الدراسة من (17056) فردا و كان عدد الذكور (6332) اما عدد الاناث (10724) و تراوح اعمار عينة البحث (18-65) سنة من المملكة (المتحدة) انجلترا) عبر فترة 3 سنوات (2002-2005

طبق على العينة قائمة استراتيجيات الايجابية في الشخصية (718) اعداد اشارت النتائج الى زيادة بعض الاجوانب الايجابية في (petersonet , al .2002) الشخصية مع تقدم العمر مثل حب الاستطلاع و حب التعلم و التواضع في حين يقل الميل للعبادة مع تقدم العمر فضلا عن ذلك اظهرت النتائج فروقا دالة بان الذكور و الاناث لصالح الاناث في العطف و القدرة على الحب و الذكاء الاجتماعي و تقدير الجمال و الامتنان وفي حين كانت هناك فروق دالة لصالح الذكور في الابداع واخيرا اشارت

النتائج الى عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في التفتح العقلي و الانصاف و حب
(John,et, al. 2007, p. 341-351). الاستطلاع وحب التعلم

مجتمع البحث

يتحدد البحث الحالي (كلية الآداب قسم علم الاجتماع ولكلا الجنسين للعام
الدراسي **2016-2017** البالغ عددهم **(662)** بواقع **(367)** اناث و **(295)**
ذكور . و الجدول **(1)** يوضح ذلك

المجموع	الاناث	الذكور	عدد	لمراحل	الطلاب
					الذكور
					الاناث

1) جدول

عينة البحث

يقصد بالعينة هي من المجتمع يختارها الباحث بطريقة عشوائية لاجراء الدراسة عليها وفق قواعد خاصة لكي يمثل المجتمع تمثيلا صحيحا . تمت الدراسة على عينة كان عددها (60) مقسمة (30) ذكور و (30) اناث على . المرحتين الثانية و الثالثة .

اداة البحث

من اجل قياس التفكير الايجابي لدى طلبة كلية الاداب قسم الاجتماع استخدمت الباحثات كأداة قياس بحث مكونة من استبانة تحتوي على 35 فقرة من الاسئلة الموجهة للعينة . وكانت اداة البحث هي مقياس التفكير الايجابي والوسائل الاحصائية 0

-: الخصائص السيكومترية لمقياس التفكير الايجابي -

validity اولا : مؤشرات الصدق

يعد الصدق من الخصائص الاساسية للحكم على صلاحية المقياس , ومن اهم الشروط الواجب توافرها في المقياس النفسي قبل الشروع بتطبيقه , كونه يعكس جودته وصدقه بوصفه (Stanley&Hopkins, 1972: فرج , **1980: 360**) وقد تحقق البحث الحالي مؤشرات (101 . p : الصدق التالية :

face validity الصدق الظاهري ¹⁻

يقوم هذا النوع من الصدق على عرض الباحث فقرات المقياس قبل تطبيقه على مجموعة من المحكمين الذين ينصفون بخبرة تمكنهم من الحكم على صلاحية فقرات الاختبار في قياس الخاصية (المراد قياسها المقياس (الكيسي, **2010: 265**)

Reliability ثانيا: مؤشرات الثبات

يعد الثبات من الخصائص القياسية الاساسية للمقياس النفسية مع الاخذ بنظر الاعتبار تقدم اهمية الصدق عليه لان المقياس الصادق يعد ثابتا , فيما قد لا يكون المقياس الثابت صادقا , الا انه ينبغي التحقق من ثبات المقياس على الرغم من المؤثرات صدقة الا انه لا يوجد مقياس يتسم بالصدق التام (ثورندايك وهيجن, **1989: 79**)

ان الثبات يعني ان المقياس موثوق به ويعتمد عليه في اعطاء النتائج نفسها عند تطبيقه اكثر من مرة

المجموع	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	القسم
30	15	15	علم الاجتماع

العينة الاستطلاعية -

بعد الانتهاء من الخصائص السيكومترية من حيث الصدق والثبات تم (تطبيق على الاداة على عينة استطلاعية بلغت **30**)

المجموع	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	القسم
10	5	5	علم الاجتماع

التطبيق النهائي -

بعد الانتهاء من خصائص المقياس من حيث الصدق والثبات ثم تطبيق الاداة على العينة الاساسية المكونة من **(60)** في كلية الاداب قسم علم الاجتماع للمرحلة الثانية والثالثة وتم التطبيق في الطريقة

المباشرة من خلال الباحثات انفسهم وتم التطبيق من تاريخ)

0(2,16,12,18,12,16

: الوسائل الاحصائية -

: استعملت الباحثات الوسائل الاحصائية الاتية

- 1- الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة مستوى التفكير الايجابي لدى
طلبة كلية الاداب قسم علم الاجتماع **0**
- 2- لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق (T, Test) الاختبار التائي
لعينتين (T. Test) على وفق متغير المرحلة الاختبار التائي
مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق على وفق متغير القسم معامل
الارتباط (بيرمن) لمعرفة عينه الثبات
- 3- استخدام النسبة المؤوية لمعرفة مدى القبول او الرفض للخبراء
من خلال فقرات المقياس **0**

عرض النتائج وتفسيرها و مناقشتها

يتضمن الفصل الرابع عرضا شاملا لتتائج الدراسة وتحليلها و تفسيرها
ويتضمن عرض الاستنتاجات و التوصيات التي اظهرتها نتائج الدراسة وما فرض
. به من مقترحات وفق اهداف الدراسة الحالية على النحو التالي

// الهدف الاول

للكشف عن الهدف الاول (التفكير الايجابي) فقد استخدمت الباحثات الاختبار
التائي بعينة واحدة حيث كان المتوسط الفرضي (70) بينما بلغ المتوسط
العضلي (74,01) بانحراف معياري مقداره (10,87) و بذلك بلغت القيمة التائية
المحسوبة (2,81) و هي اعلى من القيمة التائية الجدولة عند مستوى دلالة)
(0,05) و درجة حرية حرة (57) و البالغة (2,01)
و بما ان القيمة المصورة اعلى من الجدولية و هذا يعني ان لديهم تفكيراً)
ايجابيا و الجدول رقم (1) يوضح ذلك

الدلالة	قيمة الجدولية	قيمة المحسوبة المعيارية	الانحراف المتوسط الحسابي الفرضي	المتوسط المتوسط العينة	المجموعة
دالة لديهم تفكير ايجابي		10,87	74,01		طلبة كلية الآداب

(جدول 1)

الهدف الثاني // حسب الجنس

استخدمت الباحثات الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فكانت القيمة التائية المحسوبة **(-0,47)** و هي اقل من القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة **(0,05)** ودرجة حرية **(56)** وهذا يعني انه لا يوجد فروق بين المجموعتين **((الذكور و الاناث) في التفكير الايجابي و الجدول رقم 2)**

الدلالة	قيمة الجدولية	قيمة المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المجموعة
غير دلالة		0,47-	11,84	73,36		الاناث
				74,71		الذكور

(جدول رقم 2)

ثالثا // الهدف الثالث

للتعرف على التفكير الايجابي لدى طلبة كلية الاداب حسب الصف طبقتين التفكير الايجابي على عينة البحث وفقا لمتغير الصف البالغ عددها (60) طالبا بواقع (30) طالبة من الصف الثاني و (28) من الصف الثالث وقد ظهرت النتائج بان المتوسط الحسابي للصف الثالث على مقياس التفكير الايجابي بلغ (78,46) و للصف الثاني بلغ (69,86) و الانحراف المعياري (9,77) و (10,32) للصف الثاني فقد اظهرت القيمة التائية المحسوبة (3,25) عند مستوى الدلالة مقارنة بالقيمة الجدولية التي بلغت (2,01) مما يشر الى فرق بين افراد العينة في التخصص لصالح الصف الثالث عند تطبيق مقياس التفكير الايجابي و الجدول رقم (3) يبين عينة نتائج الاختبار التائي بين التخصص علم الاجتماع في مستوى التفكير الايجابي.

الدالة	قيمة الجدولية	قيمة المحسوبة	الانحراف المعياري الحسابي	المتوسط الحسابي	العينة	المجموعة
دالة لصالح الصف الثالث				78,46		الثالث
			10,32	69,86		الثاني

(جدول رقم 3)

التوصيات

زيادة الاهتمام من قبل وزارة الجامعة و المديريات التابعة لها بالعمل على - 1
تحسين التفكير الايجابي و كل من شأنه رفع مستوى الكادر التعليمي من تهيئة
الظروف الصحية المدرسية و كذلك ضرورة مساعدة القائمين من التربية و
التعليم من خلال توعيتهم بالتفكير الايجابي