

## تأثير التفكير الايجابي في تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الثالثة لقسم العلوم المالية والمصرفية في كلية الادارة والاقتصاد - جامعة بغداد

د . أريج سعد حسن أبو نايلة

[areej.abunaila@gmail.com](mailto:areej.abunaila@gmail.com)

جامعة بغداد - كلية الادارة والاقتصاد - قسم العلوم المالية والمصرفية

### المستخلص

تضمن البحث الحالي اطاراً فكرياً حول متغيرين وهما التفكير الايجابي وتقدير الذات ، اذ تمثلت اهميته في محاولة الربط بين هذين المتغيرين واثارة الاهتمام بتعزيز تقدير الذات من خلال التفكير الايجابي. تمثلت مشكلة البحث بتدني مستويات التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعات مما أثر سلباً على تقديرهم لذواتهم وهذا يعد احد الاسباب التي تؤدي الى انخفاض مستوياتهم الدراسية، ولهذا فقد هدف هذا البحث الى دراسة اثر التفكير الايجابي في تقدير الذات لعينة من طلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية لكلية الادارة والاقتصاد /جامعة بغداد، وقد بلغ حجم العينة (60) طالبا من مجموع عدد الطلاب والبالغ (180) طالبا وهو مجتمع البحث، وتم استخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات المتعلقة بالبحث، وللمعالجة البيانات فقد استخدمت الباحثة البرنامج الاحصائي (SPSS.v25). وقد اظهرت النتائج قبول الفرضية الرئيسية للبحث أي يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتفكير الايجابي في تقدير الذات وتم تقديم توصيات اهمها نشر الوعي بين الطلبة وحثهم على التفكير الايجابي مما يؤثر ايجابيا على تقديرهم لذواتهم. الكلمات المفتاحية: التفكير الايجابي ، تقدير الذات

## The Effect of Positive Thinking in Self-Esteem for the Third Stage Students in Banking and Financial Sciences Department at the College of Administration and Economic - University of Baghdad

D. Areej S. Hasan Abu-Naila

[areej.abunaila@gmail.com](mailto:areej.abunaila@gmail.com)

University of Baghdad - Collage of Administration and Economic - Banking and Financial Sciences Department

Received 11/5/2020

Accepted 23/6/2020

**Abstract:** The recent research includes two variables positive thinking and self-esteem where this research links these two variables and interest for enhancing the self-esteem through positive thinking. The research problem pictured in the poor levels of the student positive thinking which affected negatively on their self-Esteem and this one of reasons leads to the drop of their educational levels. The goal of this research to study the effect of Positive Thinking in Self-Esteem for sample of the third stage students in Banking and Financial Sciences Department at the College of Administration and Economic - University of Baghdad. The sample was (60) students out of the total (180) students. The questionnaire was used to collect research data and processing them by (SPSS v.25). The results of acceptance of the main hypothesis of the research showed there is statistically significant effect of positive thinking in self-esteem. The main recommendation is that the awareness among students urge them to positive thinking which positively affects their self-esteem.

**Keywords:** Positive Thinking , Self-Esteem.

## المقدمة

يعد التفكير قمة العمليات العقلية والتي توجه سلوك الانسان وتساعد في التحكم بنفسه وحسن التصرف في الامور التي تواجهه ويساعده في حل المشكلات التي يتعرض لها في حياته اليومية، فكلما كان التفكير ايجابيا كلما ادى الى تقديم حلول ناجحة لهذه المشكلات، بعكس التفكير السلبي فانه يقدم حولا سطحية وخاطئة، وكذلك تضخيم المشكلات بدل من تبسيطها والحد من اثارها.

كما يرتبط التفكير الايجابي بالتفاؤل والثقة بالنفس وحب الخير للآخرين والطموح الذي يكون دليلا للنجاح والابداع ويدل على الصحة النفسية والعقلية للفرد، وهذا ما يؤثر في نظرة الفرد لنفسه. وبما ان الشباب والطلبة الجامعيين هم شريحة مهمة جدا في المجتمع وهم الاكثر تأثرا وتأثيرا به فقد حاولت الباحثة في بحثها هذا معرفة مدى تمتع هذه الشريحة بالتفكير الايجابي ومدى تأثير ذلك في نظرتهم وتقديرهم لذاتهم.

## المبحث الاول: الاطار المنهجي للبحث

### • المحور الأول: منهجية البحث

#### 1- مشكلة البحث

يعبر الاساتذة الجامعيون دائما عن قلقهم حول عجز الطلاب في مراحلهم المختلفة على التفكير المنتج والفعال، من حيث الانجاز و التحصيل الدراسي، وظلت هذه المشكلة أساسية وقائمة باستمرار بالرغم من كثافة الدراسات والبحوث النظرية في أدبيات هذا الموضوع وبخاصة في المجتمعات الغربية، إلا انه مازال هناك فقر في توفير البرامج التدريبية والمقترحة في هذا المضمار، وبخاصة في مجتمعاتنا العربية، ومن هنا جاءت فكرة هذا البحث لتقديم إطار نظري معمق حول الحاجة لتطوير مهارات التفكير الايجابي لديه حتى يستطيع الطالب مواكبة التسارع في حجم ونوعية المعلومات المتوفرة في حياتنا المعاصرة وزيادة فعالية هذا التفكير ليصبح قادرا على متابعة التقدم التكنولوجي والثروة المعرفية الأخذة بالزيادة يوما بعد يوم بسبب المستجدات والتغيرات الطارئة على حياة الإنسان في هذا العالم، واستجلاء مدى أهمية تمتع الطلاب بمهارات التفكير الايجابي الذي من خلاله يتوصل الفرد الى الشعور بمدى قيمته الذاتية وكفاءته. وعليه استلزم على الباحثة التعرف على طبيعة التفكير الايجابي إجراء دراسة ميدانية حول علاقته بتقدير الذات في ظل بعض المتغيرات المرتبطة بطلبة الجامعة .

ويمكن ان نقول ان الشباب اليوم يتميزون ومنهم طلبة كلية الادارة والاقتصاد /قسم العلوم المالية والمصرفية الذين سيركز عليهم البحث الحالي بأنهم لا يتمتعون بتفكير ايجابي الامر الذي ادى الى انهم متشائمون اغلب الاحيان وليس لديهم اندفاع قوي نحو الدراسة والحصول على درجات مرتفعة في الامتحانات ولديهم قلق من المستقبل مما ادى الى انخفاض شعورهم بالثقة بالنفس وبإمكانياتهم وقدراتهم الشخصية والعلمية. وعليه يمكن صياغة مشكلة البحث بالاتي:

- أ- ما مدى تمتع طلبة القسم بالتفكير الايجابي ؟
- ب- ما هو مستوى تقدير طلبة الجامعة لذاتهم ؟
- ت- هل توجد علاقة تأثير ذو دلالة معنوية بين التفكير الايجابي وتقدير الذات ؟

#### 2- اهمية البحث

تتبع اهمية البحث من اهمية متغيراته ويمكن تحديدها بالاتي:

- أ- اهمية تأثير تمتع الطلبة بالتفكير الايجابي على سلوكهم ومستوى معيشتهم وطريقة تعاملهم مع المتغيرات في البيئة التي يعيشون بها .
- ب- اهمية تأثير تقدير الطلبة لذاتهم على نظرتهم لانفسهم وثقتهم بها مما يؤثر على مستوياتهم الدراسية وعلاقتهم مع الآخرين .
- ت- اهمية العلاقة بين متغيري البحث وهما التفكير الايجابي وتقدير الذات .
- ث- اهمية شريحة الطلبة الجامعيين كونهم في مرحلة عمرية مهمة جدا تتصلق خلالها شخصياتهم و حيث انهم امل ومستقبل البلد .

#### 3- أهداف البحث

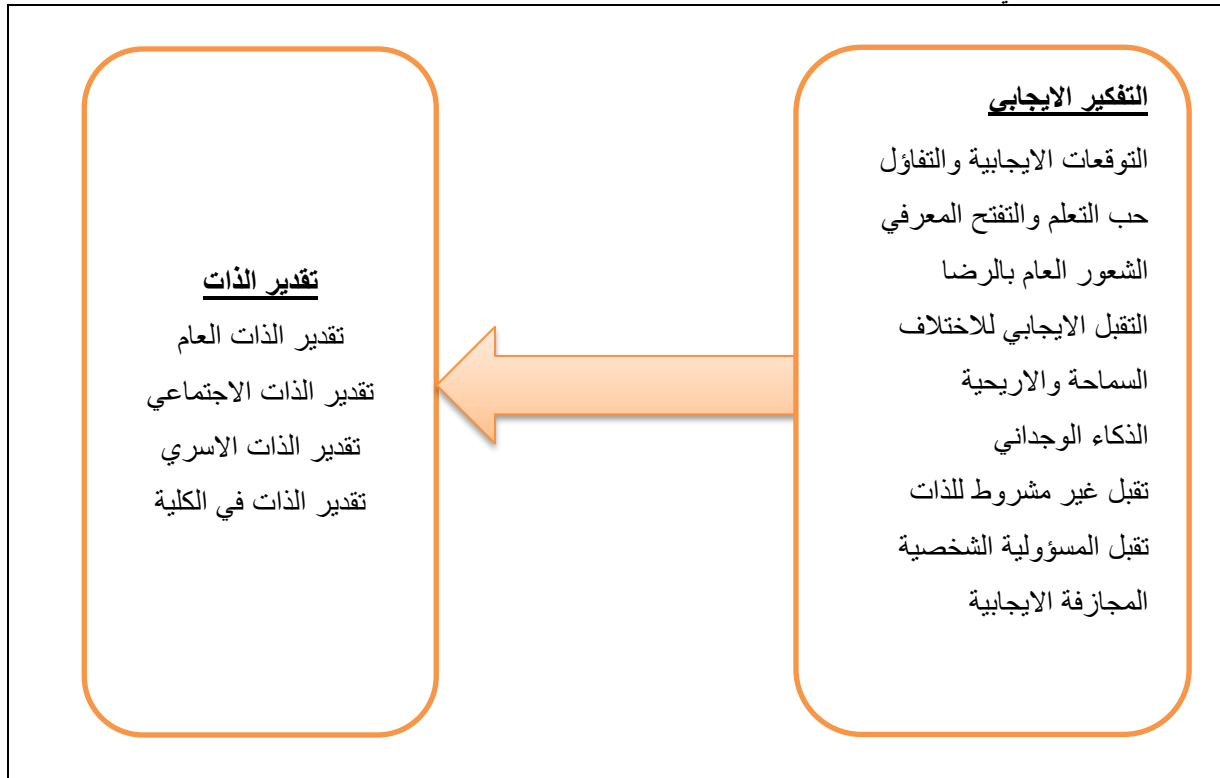
يمكن تحديد هدف هذا البحث الى:

- أ- إعداد إطار نظري لمتغيري البحث، وتقديم مساهمة متواضعة فيما يتعلق بهما .
- ب- معرفة مدى تمتع الطلبة الجامعيين بالتفكير الايجابي .
- ت- معرفة مستوى تقدير الطلبة الجامعيين لذاتهم .
- ث- معرفة مدى تأثير التفكير الايجابي في تقدير الطلبة الجامعيين لذاتهم .
- ج- محاولة تقديم حلول للمشاكل التي تتعلق بالطلبة الجامعيين فيما يخص متغيرات البحث .

**4- فرضيات البحث**

يوجد اثر معنوي ذو دلالة احصائية لأبعاد التفكير الايجابي في تقدير الذات، ومن هذه الفرضية تنبثق الفرضيات الفرعية التالية:

- أ. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتوقعات الايجابية والتفاؤل في تقدير الذات.
- ب. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية لحب التعلم والتفتح المعرفي في تقدير الذات.
- ج. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للشعور العام بالرضا في تقدير الذات.
- د. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتقبل الايجابي للاختلاف في تقدير الذات.
- هـ. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للذكاء الوجداني في تقدير الذات.
- و. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتقبل غير مشروط الذات في تقدير الذات.
- ز. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية لتقبل المسؤولية الشخصية في تقدير الذات.
- ح. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للمجازفة الايجابية في تقدير الذات.

**5- المخطط الفرضي للبحث**

المخطط الفرضي للبحث

المصدر: اعداد الباحثة .

**6- مجتمع البحث وعينته**

ارتأت الباحثة ان تطبق الجانب العملي على الطلبة الجامعيين باعتبارهم شريحة مهمة جدا من المجتمع فهم يمثلون امل كل الدول والمجتمعات ومستقبلها العلمي وهم مخرجات التعليم العالي لسوق العمل، ولهذا فقد تمثل مجتمع البحث بطلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية، وهو احد الاقسام السبعة في كلية الادارة والاقتصاد / جامعة بغداد الذين بلغ عددهم ( 180 ) طالبا وطالبة، و تم اختيار عينة عشوائية من هذا المجتمع بلغت ( 60 ) طالبا وطالبة .

**7- منهج البحث**

اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، حيث تم خلال المنهج الوصفي الاستعانة ببعض المصادر العلمية والبحوث في المجالات العربية والاجنبية، كذلك تم الاعتماد على شبكة الانترنت. أما المنهج التحليلي فقد تم جمع البيانات عن طريق استمارة الأسئلة باستخدام مقياس ليكرت الخماسي والأساليب الإحصائية للحصول على النتائج .

**8- اساليب جمع وتحليل البيانات****أ. اساليب جمع البيانات**

- اولاً: الجانب النظري: تم الاعتماد على العديد من المصادر العربية والاجنبية من الرسائل، الاطاريح، الكتب، البحوث، شبكة الانترنت.

- ثانيا: الجانب العملي: اعتمدت الباحثة على استمارة الاستبانة للحصول على البيانات، حيث تضمنت (27) فقرة لقياس متغير التفكير الإيجابي، حيث تم اعتماد مقياس ( النجار والطلاء، 2014 ) الذي تضمن تسعة محاور وهي: (التوقعات الايجابية والتفاؤل، حب التعلم والتفتح المعرفي والصحي، الشعور العام بالرضا، التقبل الايجابي للاختلاف عن الآخرين، السماحة والارحية، الذكاء الوجداني، تقبل غير مشروط للذات، تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الايجابية)، كما تضمنت الاستبانة (24) فقرة لقياس متغير تقدير الذات، حيث تم اعتماد مقياس (عبد العزيز، 2012) الذي تضمن اربعة محاور وهي: ( تقدير الذات العام، تقدير الذات الاجتماعي، تقدير الذات الاسري، تقدير الذات في الكلية)، ولكن قامت الباحثة باجراء التغييرات على فقرات المقياسين بما يتلاءم مع موضوع البحث الحالي.

#### ب. اساليب تحليل البيانات

- اعتمدت الباحثة مجموعة من الاساليب الاحصائية لاختبار فرضيات البحث وهي:
  - اولا: الوسط الحسابي: قيمة تعطي مدلولاً اولياً لطبيعة البيانات وتتبع لتحديد مستوى اجابات افراد العينة لفقرات الاستبانة.
  - ثانيا: الانحراف المعياري: يقيس مدى تشتت اجابات عينة البحث عن وسطها الحسابي.
  - ثالثاً: معامل التحديد: يعتمد لمعرفة نسبة تفسير المتغير المستقل للمتغير التابع.
  - رابعاً: اختبار F : لقياس معنوية نموذج الانحدار.

#### • المحور الثاني: دراسات سابقة

فيما يأتي بعض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث الحالي:

##### 1. دراسات تناولت متغير التفكير الإيجابي

دراسة النجار والطلاء (2015)	
عنوان الدراسة	التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الاهلية بمحافظة غزة
هدف الدراسة	التعرف على مستويات التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة
عينة الدراسة	تكونت عينة الدراسة من (160) فرداً من العاملين بواقع (64) ذكراً و(36) انثى
نتائج الدراسة	وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين التفكير الإيجابي وجودة الحياة
دراسة (John,et.al,2007)	
عنوان الدراسة	Character strengths in United Kingdom
هدف الدراسة	التعرف على علاقة التفكير الإيجابي بالشخصية
عينة الدراسة	كانت عينة الدراسة (17066) فرداً منهم (6332) ذكراً و(10724) انثى في انكلترا لثلاث سنوات من (2005-2002)
نتائج الدراسة	زيادة بعض الجوانب الايجابية في الشخصية مع تقدم العمر مثل حب الاستطلاع وحب التعلم والانصاف وتقدير الجمال والانفتاح العقلي والتواضع في حين يقل الميل للدعابة ، كما اظهرت النتائج فروقا دالة بين الذكور والاناث لصالح الاناث في العطف والقدرة على الحب والذكاء الاجتماعي وعدم وجود فروق دالة بين الجنسين في التفتح العقلي والانصاف وحب الاستطلاع وحب التعلم.

##### 2. دراسات تناولت متغير تقدير الذات

دراسة قمر (2015)	
عنوان الدراسة	تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل
هدف الدراسة	الكشف عن تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل لدى طلاب جامعة دنقلا
عينة الدراسة	بلغ حجم العينة (277) طالبا من طلاب جامعة دنقلا
نتائج الدراسة	وجود علاقة دالة احصائياً بين جميع ابعاد تقدير الذات وابعاد السلوك العدواني وكان تقدير الذات العائلي هو الاكثر تنبؤا بالسلوك العدواني
دراسة (Kristen &Kling,1999)	
عنوان الدراسة	Gender Differences Talent Creativity and Suicide
هدف الدراسة	تحليل الفروق بين الجنسين في تقدير الذات
نتائج الدراسة	الفروق لصالح الذكور حيث اشارت النتائج الى ارتفاع تقدير الذات لدى عينة الذكور مقارنة بالاناث الاقل تقديراً، حيث يعود ذلك الى الدور الذي يؤديه الذكور في المجتمع.

## المبحث الثاني: الجانب النظري

## • المحور الأول: التفكير الايجابي

➤ أولاً: تعريف التفكير: يشير التفكير الى وجود مشكلة او ازمة لذلك ينظم طريقة منهجية لحلها، لهذا ارتبط التفكير العلمي بالطريقة المنهجية التي يستخدمها الانسان في التصدي لهذه المشكلات او التغلب عليها وتبسيطها (دناوي، 2008 : 14)، كما انه نشاط عقلي يقوم به الفرد عندما يرغب في حل مشكلة مستقلة تتاثر بالبيئة الاجتماعية والثقافية للفرد ( ذياب واخرون، 2014 : 3). ويعد التفكير عملية عقلية هادفة تقوم باعادة ما تعرفه من رموز ومفاهيم وتصورات في انماط جديدة حيث يتم فيها استخدام الخبرات المتكررة لحل مشكلة معينة او ادراك علاقة جديدة لموضوع ما والتعامل مع المتغيرات الخارجية لمعرفة المعاني التي تحملها المثيرات في الوسط الادراكي او البيئة المدركة وتتطور هذه العملية بناءً على ماتنتلقاه من تعليم او تدريب (عبد العزيز، 2012: 49).

➤ ثانياً: التفكير الايجابي: هو فلسفة السلام بدون تجاهل مشاكل الحياة ، وعلى الفرد ان يثق بنفسه وبقدراته بدون ان يفكر بانه لن ينجح وانه غير سعيد بل يثق بنجاحه ويجب ان يكون لديه ايمان بطاقته الداخلية (Peale,2008:2). فضلا عن المعتقدات والآراء والاساليب المتبعة في كل امور الحياة والتي من شأنها حل كل ما يواجهه الفرد من مشكلات ومواضيع بصورة متفائلة ايجابية ناجحة (العبيدي ، 2013 : ) . فانه ليس من المهم ماذا يعمل الفرد رئيس عمل ام موظف، مدير مصنع ام عامل، طبيب ام ممرض، محامي ام سكرتير، معلم ام طالب، ربة بيت ام عاملة، بل المهم ان يجد الرضا عن عمله وان يجد الطريق لذلك (Hill & Stone,2010:227). وهو قدرة الفرد على التركيز والانتباه الى جوانب القوة في كل من المشكلة وايضا في القدرات التي يمتلكها الفرد كالقدرات النفسية والمثابرة والقدرة على تحمل المشاق والتوافق النفسي ، كما يشمل قدرات عقلية ترتبط باساليب واستراتيجيات متنوعة لحل المشكلات والقدرة على التعلم والاستفادة من المواقف الضاغطة واكتشاف الفرص الايجابية في الموقف كما يشمل تكوين عادات جديدة في حياة الفرد (النجار والطلاع، 2015 : 211). بعكس التفكير السلبي الذي يعكس المعاناة، الالم، عدم السعادة، عدم الرضا والضغط (Woolfolk,2002:22)، ويشير الى الافكار السوداوية ، العصبية، ضعف الصحة النفسية (Norem & Chang ، 2002:997) . فاذا استطاع الفرد ان يفكر بايجابية ، فانه سوف يزيل الكثير من المشاعر غير المرغوب بها وربما تعيقه من تحقيق الافضل لنفسه وان معرفة تفاعل العقل الواعي والعقل الباطن سوف تجعل الانسان قادرا على تحويل حياته كلها ، فعندما يفكر العقل بطريقه صحيحة وعندما يفهم الحقيقة وتكون الافكار المودعة في بنك العقل الباطن افكارا بناءة وبينها انسجام وخالية من الاضطراب فان القوى الفاعلة العجيبة سوف تستجيب وتجلب اوضاعا وظروفا ملائمة والافضل في كل شئ ولكي يغير الانسان الظروف الخارجية فانه يتعين عليه ان يغير السبب، والسبب هو الطريقة التي يستخدم بها الانسان عقله وهو الوسيلة التي يفكر بها الانسان ويتصورها في عقله (الرقيب، 2008 : 7).

➤ ثالثاً: اهمية التفكير الايجابي: تتبلور اهمية التفكير الايجابي في النقاط التالية (السيد ، 2016 : 782):-

1. يزيد من قدر الانسان: ان الافكار هي العماد الذي تأسست عليه معظم البلدان وقد ساعدت الافكار على انشاء شركات ضخمة لدفع عجلة الاقتصاد الامريكي وهو الاضخم في العالم، فالافكار هي اساس كل شيء نقوم ببنائه، وكل خطوة نخطوها للامام والشخص المفكر الذي تتفق مخيئته عن افكار رائعة تعلق قيمته.
2. تحقيق السعادة: ان الافكار التي تشغل العقل تكون ذات اهمية اكثر من اي شئ في الحياة ، فكوننا لانستطيع شراء السعادة ولا الفوز بها ، لذا يجب ان نختارها وذلك بأفكارنا الايجابية، فقد اكدت الدراسات على وجود ارتباط ايجابي بين جوانب التفكير الايجابي في الشخصية وهي (الامتنان والقدرة على الحب وحب الاستطلاع والتسامح مع الذات وتقدير الجمال والابداع وحب العلم والحكمة) والارتياح في الحياة.
3. يجعله واثقاً في نفسه يحب التعبير وخوض المخاطر في سبيل النجاح : الشخصية الناجحة تعرف جيدا ان التغيير شئ واقعي لا يستطيع اي انسان ان يتجنبه ، لذلك فهو يعرف ما يريد من اهداف ويخطط لتنفيذها ويضع كافة الاحتمالات لها ويضعها في الفعل ، واكدت الدراسات ان الافراد الذين يستخدمون التفكير الايجابي لديهم القدرة على تحقيق الاهداف واتخاذ القرارات والتعلم بصورة صحيحة.

## • المحور الثاني: تقدير الذات

➤ أولاً: مفهوم تقدير الذات: هو ماذا تفكر عن نفسك؟، فكلنا لدينا تقدير لذاتنا، كلنا لدينا رأي حول انفسنا (Gilroy,2004:5)، وهو تقدير عام يضعه الفرد لنفسه بنفسه متضمنا الايجابيات التي تدعوه لاحترام ذاته والسلبيات التي لا تقال بالضرورة من شأنه بين الاخرين (محمد، 2010 : 77). وهو القيمة التي تحكم بها على انفسنا في مختلف مراحل حياتنا، وكل فرد لديه فكرة عن نفسه من الناحية الجسدية (امكانياته، هندامه)، الناحية العقلية (قدراته، ذاكرته، تفكيره)، الناحية الاجتماعية (القدرة على اقامة صداقات، الهيبة)، والفرد الذي يكون صورة جيدة عن نفسه في هذه الجوانب يمكن ان يكون تقديره لذاته جيداً والعكس صحيح (توهامي، 2015 : 16) . وهو حكم الفرد على اهمية شخصيته فالاشخاص الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يعتقدون انهم ذو قيمة واهمية، وانهم جديرون بالاحترام والتقدير كما انهم يتقنون في صدق افكارهم، أما الاشخاص الذين لديهم تقدير ذات منخفض فانهم لا يرون أية قيمة أو أهمية لانفسهم ويعتقدون أن الاخرين لا يقيمونهم ويشعرونهم بالعجز (رفراف، 2015 : 6) . ويزداد تقدير الذات عند تحقيق نجاح اكبر وعند تجنب الفشل ، وكذلك عند تبني اهداف اقل طموحا ليكون من السهل الوصول اليها لان عدم تحقيق الاهداف يؤدي الى تكوين الفرد آراء سلبية عن ذاته (Emler,2001:4) .

هناك فرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات، حيث يتعلق الأول بالجانب الإدراكي من شخصية الفرد فهي الصورة الإدراكية التي يكونها عن ذاته، أما تقدير الذات فيتعلق بالجانب الوجداني منها حيث يتضمن الاحساس بالرضا عن الذات أو عدمه، فتقدير الذات نابع عن حاجات أساسية من حاجات الفرد، وهو بمثابة اتجاه الفرد نحو ذاته فتموها ناتج من تفاعل الفرد مع البيئة المحيطة به بوجه عام ومع من يتفاعل معهم بشكل خاص (توهامي، 2015: 17). إن تقدير الذات لا يعتبر فطري المنشأ لأنه شيء يبدأ الطفل تعلمه سريعا بعد الولادة من خلال الخبرة المتعلقة بالظروف ومن خلال التعامل مع الآخرين والتفاعل مع العالم. فكل من الأحداث المحببة وغير المحببة لها تأثير قوي ومباشر على معتقدات الفرد الأساسية. وهذه التأثيرات تتلاشى مع الزمن ولكن أثرها يبقى فكلما زاد عدد الخبرات السلبية المتطرفة للفرد ازداد التأثير السلبي على تقدير الذات وكلما زاد عدد الخبرات الجيدة كان التأثير الإيجابي أقوى على تقدير الذات. وضع ماسلو في هرم الحاجات النفسية للفرد الحاجة إلى تقدير الذات متضمنا امرين: الأول، الحاجة إلى التقدير الذاتي، الثاني، تقدير الآخرين، ويتضمن التقدير الذاتي الشعور بالكفاءة والمهارة والاستقلالية والحرية فاحساس الفرد بالقيمة الذاتية وكفايته وقدرته على التغلب على الإحباطات ومشكلات الحياة المختلفة تساعده على استعادة توافقه النفسي واستمراره عند مواجهة الضغوط والإحباطات المختلفة واعطائه حرية التعبير ويعتمد تقدير الذات على عدة أمور وهي (Gilroy,2004:5):

1. كيف كان التعامل مع الفرد عندما كان طفلا
2. كيف كان في المدرسة
3. علاقاته مع الآخرين (الأصدقاء، العائلة، الأصحاب)
4. المهنة
5. مكان السكن
6. كيف يكون النجاح بالنسبة له
7. قوته وضعفه
8. ماهي ثقة الآخرين به

➤ ثانيا: مستويات تقدير الذات (توهامي، 2015: 17) :-

1. تقدير الذات المرتفع: يعتبر الأفراد انفسهم هامين ويستحقون الاحترام والاعتبار والتقدير وتكون لديهم فكرة كافية لما يظنونه صحيحا ودائما يتمتعون بالتحدي ولا يخافون او يبتعدون عن الشدائد.
2. تقدير الذات المنخفض: يعتبر الأفراد انفسهم غير هامين جدا وغير محبوبين وهم غير قادرين على فعل الأشياء التي يودون فعلها كما يفعل الآخرون، وهنا يعتبرون ان ما يكون لدى الآخرين افضل وما لديهم من امكانيات وقدرات واستعدادات وكفاءات.

### المبحث الثالث: الجانب العملي

بعد التأكد من توافر شرط الثبات في فقرات استبانة البحث إذ بلغت قيمة معامل ثبات (كرونباخ ألفا) للمتغير المستقل المعبر عن التفكير الإيجابي (0.901) وللتابع تقدير الذات سجلت قيمته (0.877) ولمجمل فقرات الاستبانة كانت قيمة معامل ثبات (0.939) وجميعا تؤكد وجود ثبات عال في فقرات الاستبانة وبعد التيقن من صدق تمثيل فقرات الاستبانة للتفكير الإيجابي ولتقدير الذات خير تمثيل ولاسيما ان قيم معامل صدق المحك لفقرات التفكير الإيجابي ولفقرات تقدير الذات ولمجمل فقرات الاستبانة سجلت (0.949، 0.936، 0.969) على التوالي وجميعها تؤكد على وجود صدق عال. إذ استقرت الباحثة على استعمال مقياس الاوساط الحسابية المرجحة (Weighted Mean) ومقياس الانحرافات المعيارية (Standard deviation) ومقياس الأهمية النسبية (The relative importance) في التحليل الوصفي لمتغيرات البحث بأبعادها، أما لتحديد اتجاه اجابة المستجيب على فقرات الاستبانة فقد استخدمت الباحثة الوسط الفرضي البالغ (3) والذي يؤشر الحد الفاصل بين التطبيق وعدم التطبيق ضمن مقياس Likert الخماسي، اما لتعيين مستوى استجابة المستجيب على الفقرات اعتمدت الباحثة على مصفوفة قوة استجابة المستجيب وكما مؤشر في جدول (1).

جدول (1): مصفوفة قوة استجابة المستجيب على فقرات الاستبانة

الفئة	قيمة الوسط الحسابي المرجح محصورة ضمن الفترة	الأوزان	قوة الاستجابة على فقرات الاستبانة	مستوى الاستجابة من قبل المستجيب
الأولى	من 1 إلى أقل من 1.8	1	لا تنطبق ابدا	منخفض
الثانية	من 1.8 إلى أقل من 2.6	2	تنطبق نادرا	منخفض
الثالثة	من 2.6 إلى أقل من 3.4	3	تنطبق احيانا	معتدل
الرابعة	من 3.4 إلى أقل من 4.2	4	تنطبق غالبا	مرتفع
الخامسة	من 4.2 إلى 5	5	تنطبق دائما	مرتفع

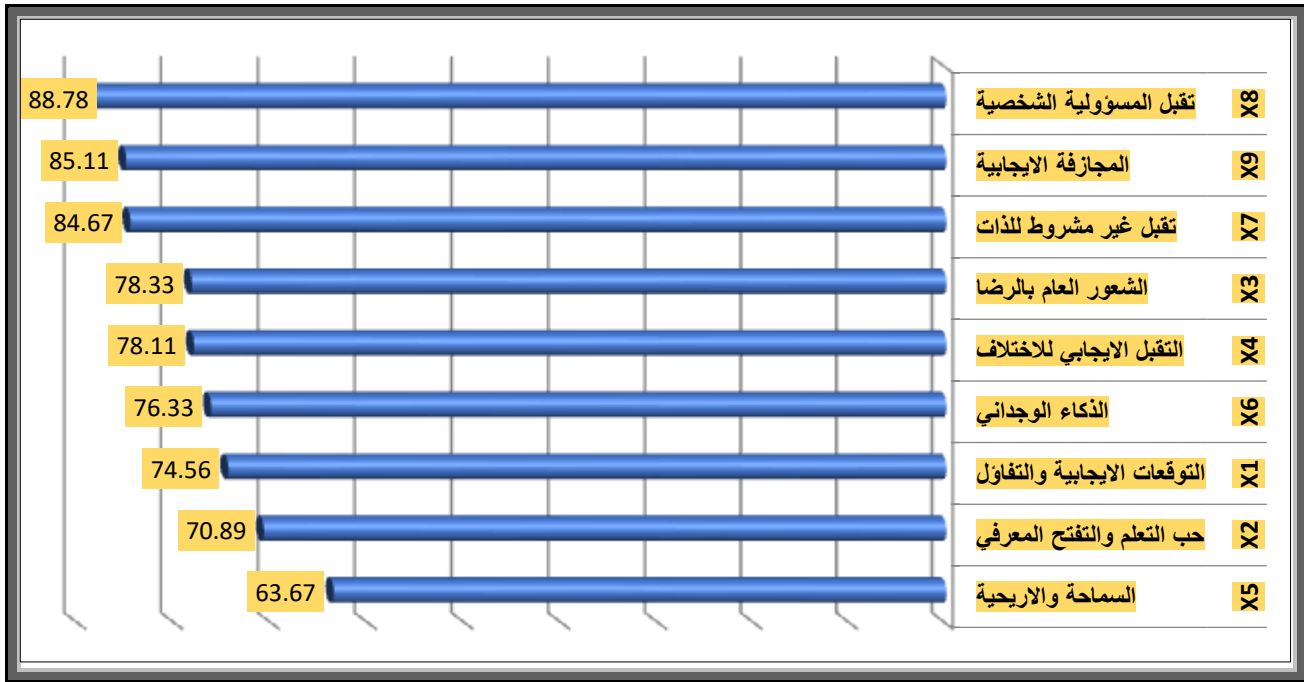
المصدر: اعداد الباحثة على وفق معطيات مقياس Likert الخماسي.

### ➤ أولاً: التحليل الوصفي لإجابات المستجيبين على فقرات التفكير الإيجابي

نستدل من جدول (2) ان قيمة الوسط الحسابي المرجح للتفكير الإيجابي بصفته المتغير المستقل سجلت (3.97223) وهي أكبر من قيمة الوسط الفرضي بما يؤشر ان اتجاه اجابات العينة البحثية بخصوص التفكير الإيجابي نحو التطبيق، إذ سكنت قيمة الوسط الحسابي المرجح للتفكير الإيجابي ضمن الفئة (من 3.4 إلى أقل من 4.2) في مصفوفة قوة استجابة المستجيب، ليؤكد ذلك ان مستوى استجابة المستجيب على معظم فقرات التفكير الإيجابي كانت بمستوى مرتفع، وبانحراف معياري للتفكير الإيجابي بلغت قيمته (1.07093)، والذي يؤشر وجود تناغم في اجابات العينة البحثية بخصوص فقرات التفكير الإيجابي، بينما سجلت الأهمية النسبية للتفكير الإيجابي (79.45%)، بما يوضح اتفاق معظم افراد العينة البحثية على فقرات التفكير الإيجابي، ومنه نستخلص ان طلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية كلية الإدارة والاقتصاد عينة الدراسة مهتمون وبشكل ملحوظ بالتفكير الإيجابي بأبعاده التسعة والمتمثلة بـ ( التوقعات الايجابية والتفاؤل، حب التعلم والتفتح المعرفي، الشعور العام بالرضا، التقبل الايجابي للاختلاف، السماحة والارحية، الذكاء الوجداني، تقبل غير مشروط للذات، تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الايجابية)، ولكن الاهتمام من قبل الطالب بهذه الابعاد كان بنسب متباينة، وكما مبين في شكل (1).

جدول (2): مستوى استجابة المستجيب على فقرات التفكير الإيجابي

الرمز	الفقرات	الوسط الحسابي الموزون Weighted Mean	الانحراف المعياري Std. Deviation	الأهمية النسبية % The relative importance	مستوى استجابة المستجيب
1	اشعر ان المستقبل سيكون افضل	3,9500	0,87188	79	مرتفع
2	اشعر ان الحياة مليئة بالفرص	3,9833	0,89237	79,67	مرتفع
3	اشعر بالسرور والبهجة في حياتي	3,2500	1,27059	65	معتدل
X1	التوقعات الايجابية والتفاؤل	3,7278	1,01161	74,56	مرتفع
4	اشعر بمتعة اثناء الدراسة	3,0833	1,41770	61,67	معتدل
5	اشعر بضرورة زيادة معلوماتي	3,8500	1,27326	77	مرتفع
6	اعتقد ان علي ان ابحت عن مصادر متعددة للتعلم	3,7000	1,13943	74	مرتفع
X2	حب التعلم والتفتح المعرفي	3,5444	1,27680	70,89	مرتفع
7	تبدو لي الحياة بانها مريحة	3,2167	1,05913	64,33	معتدل
8	اشعر بالرضا عن نفسي	4,0833	1,19734	81,67	مرتفع
9	اعتقد اني اتعلم من مصاعب الحياة	4,4500	1,08025	89	مرتفع
X3	الشعور العام بالرضا	3,9167	1,11224	78,33	مرتفع
10	اتقبل فكرة طلب المساعدة من الاخرين	3,4500	1,38301	69	مرتفع
11	اشعر ان الاختلاف عن الاخرين امر طبيعي	4,6500	0,79883	93	مرتفع
12	يوجد من هم اكثر كفاءة مني	3,6167	1,45079	72,33	مرتفع
X4	التقبل الايجابي للاختلاف	3,9056	1,21088	78,11	مرتفع
13	اتقبل انتقاد الاخرين لي	3,4500	1,32031	69	مرتفع
14	اسامح الاخرين اذا اخطأوا بحقي	3,2167	1,43906	64,33	معتدل
15	اسال عن احوال الاخرين حتى في حالة لم يسالوا عني	2,8833	1,40329	57,67	معتدل
X5	السماحة والارحية	3,1833	1,38755	63,67	معتدل
16	استطيع التكيف مع الظروف المتغيرة	3,2000	1,24601	64	معتدل
17	اشعر ان علاقاتي مع الاخرين متوازنة	4,0333	0,84305	80,67	مرتفع
18	استطيع التعامل مع الاخرين مهما كانت شخصياتهم	4,2167	0,84556	84,33	مرتفع
X6	الذكاء الوجداني	3,8167	0,97821	76,33	مرتفع
19	اتقبل فكرة ان الفشل يمكن ان يؤدي للنجاح	3,8000	1,62397	76	مرتفع
20	اعترف بأخطائي واحاول تصحيحها	4,3333	0,96843	86,67	مرتفع
21	اشعر بقدرتي على تطوير نفسي	4,5667	0,69786	91,33	مرتفع
X7	تقبل غير مشروط للذات	4,2333	1,09675	84,67	مرتفع
22	اواجه المشاكل التي اتعرض لها	4,5667	0,69786	91,33	مرتفع
23	اتعامل مع الناس كما احب ان يعاملوني	4,2000	1,08612	84	مرتفع
24	اسعى لتحقيق اهدافي	4,5500	0,72311	91	مرتفع
X8	تقبل المسؤولية الشخصية	4,4389	0,83570	88,78	مرتفع
25	استطيع وضع حلول للمشكلات التي تتعارض مع تحقيق اهدافي	4,2333	0,87074	84,67	مرتفع
26	اتقبل انتقاد الاخرين من اجل تطوير امكانياتي	4,1000	0,93337	82	مرتفع
27	احاول بجد تحقيق اهدافي رغم وجود العقبات	4,4333	0,94540	88,67	مرتفع
X9	المجازفة الايجابية	4,2556	0,91651	85,11	مرتفع
X	التفكير الايجابي	3,97223	1,07093	79,45	مرتفع



شكل (1): توزيع أبعاد التفكير الإيجابي على وفق مستوى استجابات العينة

المصدر: اعداد الباحثة على وفق معطيات برنامج SPSS v.25

كما نستشف من جدول (2) وشكل (1) أن مستويات استجابات العينة البحثية على أبعاد التفكير الإيجابي التسعة قد توزعت بين أعلى مستوى استجابة من قبل المستجيب حققه بعد تقبل المسؤولية الشخصية من بين جميع أبعاد التفكير الإيجابي بوسط حسابي مرجح بلغ (4.4389) وبانحراف معياري بلغ (0.83570)، وأهمية نسبية شكلت (88.78%) بما يرجح اتفاق معظم افراد العينة البحثية على أهمية تقبل المسؤولية الشخصية، بينما حقق جدول (2) وشكل (1) أن بعد السماحة والارحية حقق ادنى مستوى استجابة بين أبعاد التفكير الإيجابي التسعة إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي المرجح لهذا البعد (3.1833) وكان الانحراف المعياري للسماحة والارحية قد سجل (1.38755)، وأهمية نسبية بلغت (63.67%) ليؤكد ذلك اتفاق معظم افراد العينة البحثية على وجود اهتمام أقل من قبل طلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية كلية الإدارة والاقتصاد ببعد السماحة والارحية مقارنة بباقي أبعاد التفكير الإيجابي.

### ➤ ثانياً: التحليل الوصفي لإجابات المستجيبين على فقرات تقدير الذات

ونستخلص من جدول (3) أن قيمة الوسط الحسابي المرجح لتقدير الذات بصفته المتغير التابع سجلت (3.8903) وهي أكبر من قيمة الوسط الفرضي بما يؤشر أن اتجاه اجابات العينة البحثية بخصوص تقدير الذات نحو التطبيق، إذ سكنت قيمة الوسط الحسابي المرجح لتقدير الذات ضمن الفئة (من 3.4 إلى أقل من 4.3) في مصفوفة قوة استجابة المستجيب، ليؤكد ذلك أن مستوى استجابة المستجيب على معظم فقرات تقدير الذات كانت بمستوى مرتفع، وبانحراف معياري لتقدير الذات بلغت قيمته (1.14103)، والذي يؤشر وجود تناغم في اجابات العينة البحثية بخصوص فقرات تقدير الذات، بينما سجلت الأهمية النسبية للتقدير الذات (77.81%)، بما يوضح اتفاق معظم افراد العينة البحثية على فقرات تقدير الذات، ومنه نستخلص أن طلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية كلية الإدارة والاقتصاد عينة الدراسة مهتمون وبشكل ملحوظ بتقدير الذات بأنواعه الأربعة والمتمثلة بـ (تقدير الذات العام، تقدير الذات الاجتماعي، تقدير الذات الاسري، تقدير الذات في الكلية)، ولكن الاهتمام من قبل الطالب بهذه الأنواع كان بنسب متفاوتة، وكما مبين في شكل (2).

جدول (3): مستوى استجابة المستجيب على فقرات تقدير الذات

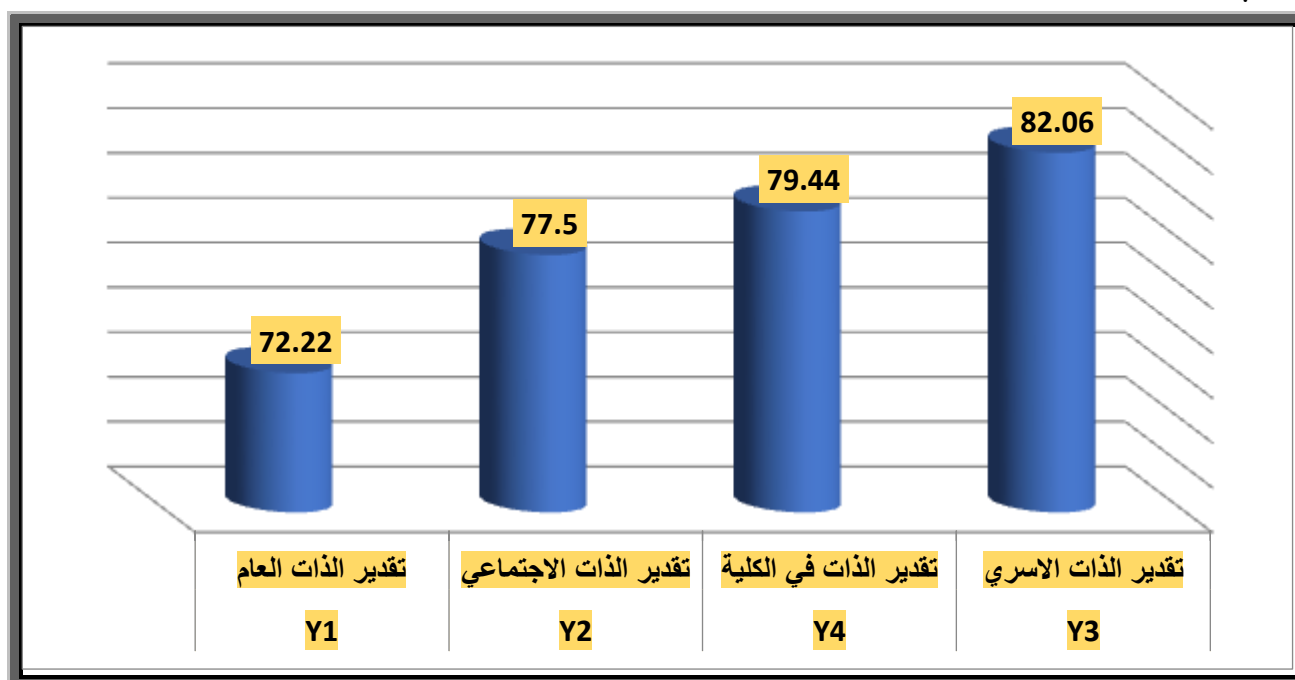
الرمز	الفقرات	الوسط الحسابي الموزون	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	مستوى استجابة المستجيب
				The relative importance	
28	اشعر بالراحة بشكل عام	3,4167	1,10916	68,33	مرتفع
29	اسعى لتغيير اشياء في نفسي	4,2833	1,24997	85,67	مرتفع
30	اتخذ القرارات بدون صعوبات	3,7833	0,82527	75,67	مرتفع
31	احتاج وقتاً قصيراً للتكيف	3,3833	1,34154	67,67	مرتفع
32	اشعر بسهولة التعبير عما بداخلي	2,8500	1,36326	57	مرتفع
33	استطيع اقناع الاخرين عند النقاش	3,9500	0,94645	79	مرتفع



مرتفع	72,22	1,13927	3,6111	تقدير الذات العام	Y1
مرتفع	88,33	0,69603	4,4167	يتمتع الناس برفقتي	34
مرتفع	88,33	0,69603	4,4167	اشعر اني محبوب من قبل زملائي	35
مرتفع	81	1,04840	4,0500	استطيع التأثير على الاخرين	36
مرتفع	81,67	1,16868	4,0833	اشعر اني متساو مع الاخرين	37
مرتفع	56,33	1,50132	2,8167	افضل ان يكون اصدقائي بنفس سني	38
مرتفع	69,33	1,09648	3,4667	يشعروني اساتذتي ان نناجي جيدة	39
مرتفع	77,5	1,03449	3,8750	تقدير الذات الاجتماعي	Y2
مرتفع	86	1,18322	4,3000	يراعي والداي مشاعري	40
مرتفع	79,67	1,22808	3,9833	اشعر بالراحة اثناء تواجدي بالبيت	41
مرتفع	83,67	1,44377	4,1833	اقضي اوقاتا ممتعة مع والداي	42
مرتفع	86,33	1,21421	4,3167	تهتم عائلتي بي	43
مرتفع	75,67	1,26346	3,7833	استطيع التفاهم مع اخوتي	44
مرتفع	81	1,25448	4,0500	اشعر بالسعادة عند عودتي للبيت	45
مرتفع	82,06	1,26454	4,1028	تقدير الذات الاسري	Y3
مرتفع	87	,87962	4,3500	اجد من السهل علي ان اعبر عن رأبي	46
مرتفع	80,67	1,30146	4,0333	اشعر بالارتياح داخل الكلية	47
مرتفع	78,33	1,07816	3,9167	اقوم بعملتي بقدر المستطاع	48
مرتفع	88	0,80675	4,4000	يحترمني زملائي	49
مرتفع	64	1,36295	3,2000	اشعر بالرضا عن ادائي بالدراسة	50
مرتفع	78,67	1,32597	3,9333	افتخر بكوني طالب في الكلية	51
مرتفع	79,44	1,12582	3,9722	تقدير الذات في الكلية	Y4
مرتفع	77,81	1,14103	3,8903	تقدير الذات	Y

المصدر: اعداد الباحثة على وفق معطيات برنامج SPSS v.25

كما نستدل من جدول (3) وشكل (2) أن مستويات استجابات العينة البحثية على أنواع تقدير الذات الأربعة قد توزعت بين أعلى مستوى استجابة من قبل المستجيب حققه بُعد تقدير الذات الاسري من بين جميع أنواع تقدير الذات بوسط حسابي مرجح بلغ (4.1028) وبانحراف معياري بلغ (1.26454)، وأهمية نسبية شكلت (82.06%) بما يرجح اتفاق معظم افراد العينة البحثية على أهمية تقدير الذات الاسري، بينما حقق جدول (3) وشكل (2) أن بُعد السماح والاربية حقق ادنى مستوى استجابة بين أنواع تقدير الذات الأربعة إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي المرجح لهذا النوع (3.6111) وكان الانحراف المعياري لتقدير الذات العام قد سجل (1.13927)، وأهمية نسبية بلغت (72.22%) ليؤكد ذلك اتفاق معظم افراد العينة البحثية على وجود اهتمام أقل من قبل طلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية كلية الإدارة والاقتصاد بتقدير الذات العام مقارنة بباقي أنواع تقدير الذات.



شكل (2): توزيع أنواع تقدير الذات على وفق مستوى استجابات العينة

## ➤ ثالثاً: اختبار فرضية البحث

بعد التحقق من ان بيانات المتغيرات الرئيسية (التفكير الإيجابي وتقدير الذات) تتوزع توزيعاً طبيعياً فضلاً عن تخطيها للاختبارات الخطية الواجب توفرها في البيانات لتصبح مؤهلة لتطبيق الاختبارات الاحصائية المتعلقة بفرضيات البحث، إذ ستختبر الباحثة في هذه المرحلة من التحليل الفرضية الرئيسية على النحو الآتي:  
الفرضية الرئيسية ( يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتفكير الإيجابي في تقدير الذات ) وتتفرع منه تسع فرضيات ثانوية على النحو الآتي:

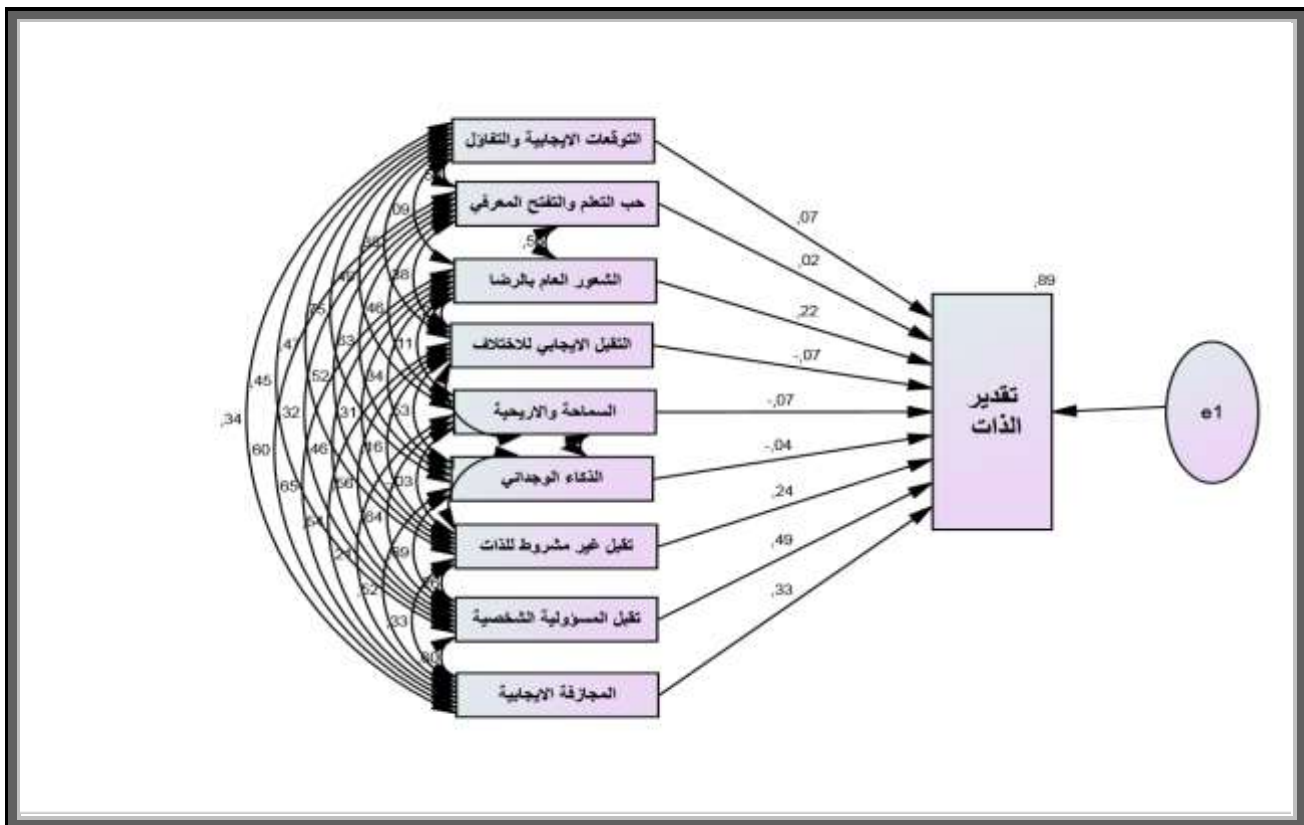
1. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتوقعات الايجابية والتفاؤل في تقدير الذات.
2. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية لحب التعلم والتفتح المعرفي في تقدير الذات.
3. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للشعور العام بالرضا في تقدير الذات.
4. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتقبل الايجابي للاختلاف في تقدير الذات.
5. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للسماحة والارحية في تقدير الذات.
6. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للذكاء الوجداني في تقدير الذات.
7. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتقبل غير مشروط للذات في تقدير الذات.
8. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية لتقبل المسؤولية الشخصية في تقدير الذات.
9. يوجد تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للمجازفة الايجابية في تقدير الذات.

## جدول (4): نتائج اختبار الفرضيات الثانوية

تعليق الباحثة	F – test		معامل التحديد R <sup>2</sup> % نسبة التفسير	المتغيرات		الفرضية
	مستوى الدلالة	قيمة F المحتسبة		التابع	المستقلة الثانوية	
يوجد تأثير معنوي	0.000	15.36	20.9%	تقدير الذات	التوقعات الايجابية والتفاؤل	1
يوجد تأثير معنوي	0.000	14.55	20.1%	تقدير الذات	حب التعلم والتفتح المعرفي	2
يوجد تأثير معنوي	0.000	37.18	39.1%	تقدير الذات	الشعور العام بالرضا	3
يوجد تأثير معنوي	0.000	28.15	32.7%	تقدير الذات	التقبل الايجابي للاختلاف	4
يوجد تأثير معنوي	0.014	6.46	0.10%	تقدير الذات	السماحة والارحية	5
يوجد تأثير معنوي	0.000	25.77	30.8%	تقدير الذات	الذكاء الوجداني	6
يوجد تأثير معنوي	0.000	58.33	50.1%	تقدير الذات	تقبل غير مشروط للذات	7
يوجد تأثير معنوي	0.000	106.04	64.6%	تقدير الذات	تقبل المسؤولية الشخصية	8
يوجد تأثير معنوي	0.000	85.23	59.5%	تقدير الذات	المجازفة الايجابية	9
9	العدد			الفرضيات المقبولة		
100%	النسبة المئوية لعدد الفرضيات المقبولة					
قيمة F الجدولية عند مستوى ثقة 95 % تساوي ( 4.0012 )						

المصدر: اعداد الباحثة على وفق معطيات برنامج SPSS v.25

يؤكد جدول (4) قبول جميع الفرضيات الثانوية إذ سجلت قيم F المحتسبة للفرضيات التسع أعلاه ( 14.55، 15.36، 37.18، 28.15، 6.46، 25.77، 58.33، 106.04، 85.23 ) على التوالي وهي جميعها معنوية بسبب كونها أكبر ومن نظيرتها الجدولية البالغة ( 4.0012 )، وبلغت نسبة تأثير كل من أبعاد التفكير الإيجابي المتمثلة بـ ( التوقعات الايجابية والتفاؤل، حب التعلم والتفتح المعرفي، الشعور العام بالرضا، التقبل الايجابي للاختلاف، السماحة والارحية، الذكاء الوجداني، تقبل غير مشروط للذات، تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الايجابية) في تقدير الذات بلغت ( 20.9 %، 20.1 %، 39.1 %، 32.7 %، 0.10 %، 30.8 %، 50.1 %، 64.6 %، 59.5 % ) على التوالي. كما أشر جدول (4) ان تقبل المسؤولية الاجتماعية أكبر تأثير في تقدير الذات على وفق آراء طلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية كلية الإدارة والاقتصاد، بينما شكل السماحة والارحية أدنى نسبة تأثير في تقدير الذات من بين جميع أبعاد التفكير الإيجابي التسعة.



شكل (3): يوضح طبيعة العلاقة التأثيرية لأبعاد التفكير الايجابي مجتمعين في تقدير الذات على وفق معطيات برنامج التحليل الاحصائي SPSS v.25

جدول (5): نتائج اختبار الفرضية الرئيسية

تعليق الباحثة	F – test		معامل التحديد R <sup>2</sup> %	نوع التحليل الاحصائي	التابع	المستقل	
	مستوى الدلالة	قيمة F المحسوبة				التوقعات الايجابية والتفاؤل	أبعاد التفكير الايجابي
قبول الفرضية الرئيسية بنسبة ثقة 95 % اي يوجد تأثير معنوي ملحوظ للتفكير الايجابي بأبعاده التسعة مجتمعة في تقدير الذات لطلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية و المصرفية كلية الادارة والاقتصاد	0.000	44.56	88.9%	تحليل الانحدار الخطي المتعدد	تقدير الذات	التوقعات الايجابية والتفاؤل	أبعاد التفكير الايجابي
						حب التعلم والتفتح المعرفي	
						الشعور العام بالرضا	
						التقبل الايجابي للاختلاف	
						السماحة والارحية	
						الذكاء الوجداني	
						تقبل غير مشروط للذات	
						تقبل المسؤولية الشخصية	
						المجازفة الايجابية	

قيمة F الجدولية عند مستوى ثقة 95 % تساوي ( 2.1240 )

المصدر: اعداد الباحثة على وفق معطيات برنامج SPSS v.25

ويستدل من جدول (5) وشكل (3) وعلى وفق نتائج برنامج التحليل الاحصائي Amos قبول الفرضية الرئيسية التي تنص على وجود تأثير معنوي ذو دلالة احصائية للتفكير الايجابي في تقدير الذات { وبنسبة ثقة (95 %)، إذ استندت الباحثة إلى تحليل الانحدار الخطي المتعدد لبيان تأثير أبعاد التفكير الايجابي (التوقعات الايجابية والتفاؤل، حب التعلم والتفتح المعرفي، الشعور العام بالرضا، التقبل الايجابي للاختلاف، السماحة والارحية، الذكاء الوجداني، تقبل غير مشروط للذات، تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الايجابية) مجتمعين في تقدير الذات، إذ بلغت قيمة F المحسوبة (44.56) وهي معنوية، بسبب كونها أكبر من قيمة F الجدولية البالغة (2.1240) عند مستوى معنوية (0.05)، ولا سيما ان القيمة الاحتمالية (مستوى الدلالة) المناظرة لقيمة F

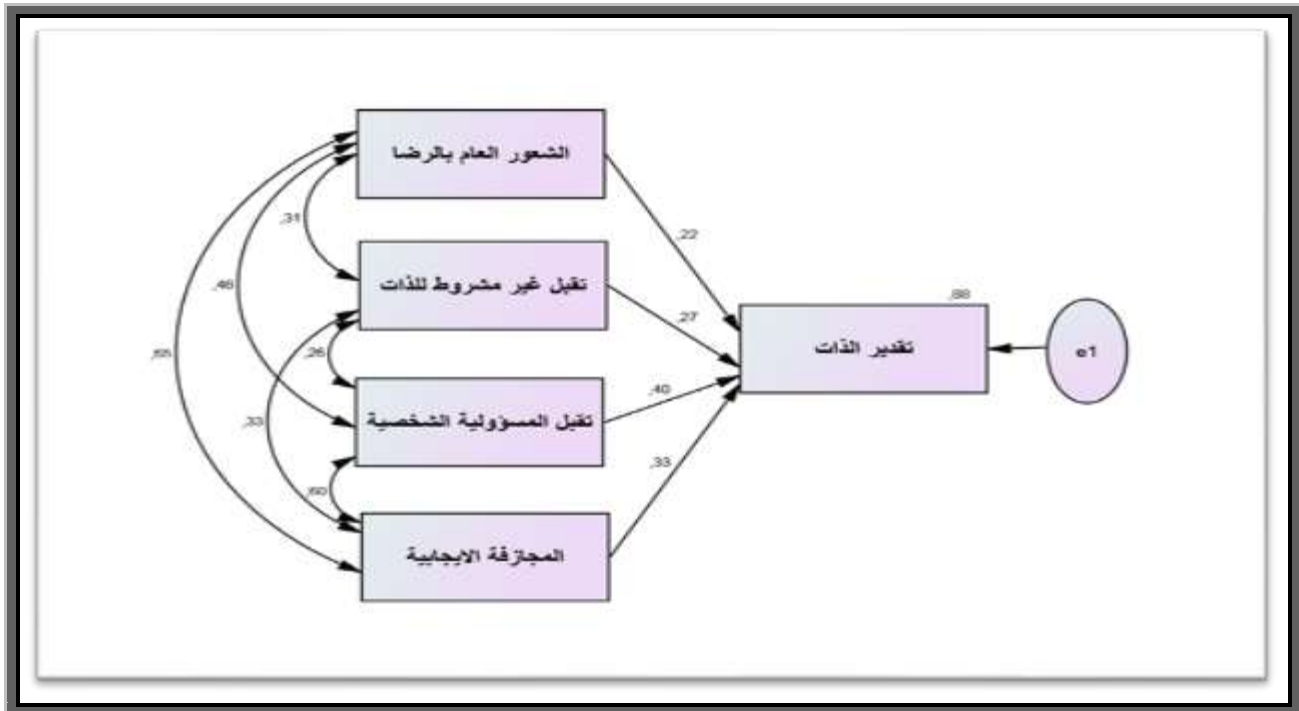
المحتسبة كانت (0.00) وهي أصغر من مستوى معنوية (0.05)، بينما بلغت قيمة معامل التحديد  $R^2$  % (88.9) مؤشرة بذلك نسبة تأثير أبعاد التفكير الايجابي التسعة مجتمعين في تقدير الذات. أما لمعرفة أبعاد التفكير الايجابي الأكثر تأثيراً في تقدير الذات، من بين أبعاد المتغير المستقل المتمثلة بـ (التوقعات الايجابية والتفاؤل، حب التعلم والتفتح المعرفي، الشعور العام بالرضا، التقبل الايجابي للاختلاف، السماحة والارحية، الذكاء الوجداني، تقبل غير مشروط للذات، تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الايجابية) ستطبق الباحثة تحليل الانحدار الخطي المتسلسل Stepwise Multiple Linear Regression، إذ أظهرت نتائج التحليل وكما موضح في جدول (6) ان أبعاد التفكير الايجابي الأكثر تأثيراً في تقدير الذات هي (تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الايجابية، تقبل غير مشروط للذات، الشعور العام بالرضا) وعلى التوالي إذ بلغت قيمة F المحتسبة (104.12) وهي معنوية لكونها أكبر من نظيرتها الجدولية البالغة (2.6060) بينما كانت نسبة تأثير (تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الايجابية، تقبل غير مشروط للذات، الشعور العام بالرضا) سوية في تقدير الذات (88.3%) وهي نسبة عالية وكما مثبت وعلى وفق معطيات برنامج التحليل الاحصائي Amos في شكل (4) على النحو الاتي:

جدول (6): نتائج اختبار Stepwise لتعيين الأبعاد الأكثر تأثيراً في تقدير الذات

تعليق الباحثة	F – test		معامل التحديد $R^2$ %	نوع التحليل الاحصائي	التابع	المستقل	
	مستوى الدلالة	قيمة F المحتسبة				تقبل المسؤولية الشخصية	المجازفة الايجابية
المتغيرات الأكثر تأثيراً في تقدير الذات لطلبة المرحلة الثالثة قسم العلوم المالية والمصرفية كلية الإدارة والاقتصاد هي تقبل المسؤولية الشخصية و المجازفة الايجابية و الشعور بالرضا العام وتقبل غير مشروط	0.000	104.12	88.3%	الانحدار الخطي المتسلسل Stepwise	تقدير الذات	تقبل المسؤولية الشخصية	أبعاد التفكير الايجابي الأكثر تأثيراً في المتغير التابع
						المجازفة الايجابية	
						تقبل غير مشروط للذات	
						الشعور العام بالرضا	

قيمة F الجدولية عند مستوى ثقة 95% تساوي (2.6060)

المصدر: اعداد الباحثة على وفق معطيات برنامج SPSS v.25



شكل (4): يوضح طبيعة العلاقة التأثيرية لأبعاد التفكير الايجابي الأكثر تأثيراً مجتمعين في تقدير الذات على وفق معطيات برنامج التحليل الاحصائي SPSS v.25

**المبحث الرابع: الاستنتاجات والتوصيات****➤ أولا: الاستنتاجات**

تم التوصل الى الاستنتاجات التالية :

1. يشعر الطلبة ان لديهم القدرة على مواجهة المشاكل التي يواجهونها.
2. يحب الطلبة ان يعاملوا الآخرين كما يعاملونهم أي التعامل بالمثل وليس التعامل وفق مبدأ التسامح والتغاضي عن الاخطاء.
3. يشعر الطلبة ان لديهم القدرة على تطوير انفسهم من خلال الاعتراف بأخطائهم وتصحيحها.
4. لدى الطلبة سعي لتحقيق اهدافهم ويشعرون انهم قادرين على حل المشاكل التي تعوق ذلك.
5. يتمتع الطلبة بشكل عام بالتفكير الايجابي ولكن بصورة عامة لا يعتبرون ان الحياة مريحة مما قد يؤثر سلبا على شعورهم بالسعادة والبهجة في حياتهم.

**➤ ثانيا: التوصيات**

قدمت الباحثة التوصيات التالية:

1. التركيز على كل ما يحفز الطلبة على التفكير الايجابي.
2. نشر الوعي بين الطلبة وحثهم على تنمية التفكير الايجابي بالشكل الذي يؤثر ايجابيا على تفكيرهم بأنفسهم.
3. تعزيز ثقة الطلبة بأنفسهم بالشكل الذي يجعلهم يقدرون ذواتهم تقديرا عاليا فهذا يؤدي الى نجاحهم بالحياة.
4. توعية الطلبة بما يجعلهم يتعاملون بتسامح مع بعضهم البعض.
5. اجراء دراسات تهتم بموضوع التفكير الايجابي.

**المصادر**

- [1] بركات، زياد، (2006)، التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- [2] توهامي، عائشة، (2015)، "تقدير الذات لدى امهات الاطفال المتوحدين"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.
- [3] دناوي، مؤيد سعيد، (2008)، تطوير مهارات التفكير الابداعي، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، عمان.
- [4] ذياب، سهيل رزق، النويري، خالد عبد الله، العريني، بهاء الدين احمد، عودة، محمد عودة، الخالدي، فاطمة مصطفى، (2014)، مهارات التفكير والبحث العلمي

<http://www.mohe.ps/research> .

- [5] رفراف، لمياء، (2015)، "مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المشاغبين"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر.
- [6] الرقيب، سعيد بن صالح، (2008)، "اسس التفكير الايجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية"، المؤتمر الدولي عن تنمية المجتمع - تحديات وافاق، الجامعة الاسلامية، ماليزيا.
- [7] السيد، شيماء محمد كمال محمد بدر، (2016)، "التفكير الايجابي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية الفنية التجارية - دراسة ارتباطية تنبؤية"، مجلة كلية التربية، جامعة بور سعيد، العدد 20 .
- [8] عبد العال، تحية محمد احمد، (2010)، "تقدير الذات وقضية الانجاز الفائق - قراءة جديدة في سيكولوجية المبدع"، المؤتمر العلمي الاول، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة بنها.
- [9] عبد العزيز، حنان، (2012)، نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير، جامعة ابي بكر بلقايد بتلمسان، قسم العلوم الاجتماعية، الجزائر.
- [10] العبيدي، عفراء ابراهيم خليل، (2013)، "التفكير (الاجيبي - السلبي) وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد"، المجلة العربية لتطوير التفوق، المجلد الرابع، العدد 7.
- [11] قمر، مجذوب احمد، (2015)، "تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديمغرافية"، اطروحة دكتوراه، جامعة دنقلا، كلية الدراسات العليا، السودان.
- [12] ماكلود، سول، (2010)، سيكولوجيا مفهوم الذات - دراسة في صورة الذات - قيمة الذات - الذات المثالية، ترجمة علي عبد الرحيم صالح، شبكة العلوم النفسية العربية .
- [13] النجار، يحيى، الطلاع، عبد الرؤوف، (2015)، "التفكير الايجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الاهلية بمحافظة غزة"، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، المجلد 29، العدد 2.
- [14] C. K, Kristen, et al, (1999), "Gender Differences Talent Creativity and Suicide", The Creative Child and adult quarterly, Vol. 11, No. 1.
- [15] Donna, Gilroy, (2004), "Boosting Your Self-Esteem", South East Glasgow – Community Health & Care , Partnership .

- [16] Emler, Nicholas, (2001), Self-Esteem , The costs and causes of low self-worth, York Publishing Services Ltd , UK .
- [17] Hill, Napoleon, Stone, W. Clement, (2010), Success Through a Positive Mental Attitude” Pocket Books, A division of Simon and Schuster Inc., New York, U.S.A.
- [18] Peale, Norman Vincent, (2008), The Power of Thinking, Simon and Schuster, New York, U.S.A.
- [19] Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-control as a limited resource: Regulatory depletion patterns. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 74, No. 3, 774–789.
- [20] Woolfolk, Robert L., (2002), “The Power of Negative Thinking”, Journal of Theoretical and Philosophical Psy., Vol. 22, No. 1.

## ملحق رقم (1): الاستبانة

## عزيزي الطالب ... عزيزتي الطالبة

بين ايديكم استبانة خاصة بالبحث (اثر التفكير الايجابي في تقدير الذات لطلبة المرحلة الثالثة في قسم العلوم المالية والمصرفية في كلية الادارة والاقتصاد). يرجى منك قراءة فقراتها ووضع اشارة ( √ ) امام الفقرة التي تنطبق عليك، على ان تكون الاجابة بصدق وامانة وعدم ترك اية فقرة بدون اجابة، ولا داعي لذكر الاسم .

د. اريج سعد حسن ابو نايلة

## ➤ مقياس التفكير الايجابي

## • اولاً: التوقعات الايجابية والتفاؤل

ت	الفقرة	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
1	اشعر ان المستقبل سيكون افضل					
2	اشعر ان الحياة مليئة بالفرص					
3	اشعر بالسرور والبهجة في حياتي					

## • ثانياً: حب التعلم والتفتح المعرفي

ت	الفقرة	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
1	اشعر بمتعة اثناء الدراسة					
2	اشعر بضرورة زيادة معلوماتي					
3	اعتقد ان علي ان ابحث عن مصادر متعددة للتعلم					

## • ثالثاً: الشعور العام بالرضا

ت	الفقرة	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
1	تبدو لي الحياة بانها مريحة					
2	اشعر بالرضا عن نفسي					
3	اعتقد اني اتعلم من مصاعب الحياة					

## • رابعاً: التقبل الايجابي للاختلاف

ت	الفقرة	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
1	اتقبل فكرة طلب المساعدة من الاخرين					
2	اشعر ان الاختلاف عن الاخرين امر طبيعي					
3	يوجد من هم اكثر كفاءة مني					

## • خامساً: السماحة والارحية

ت	الفقرة	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
1	اتقبل انتقاد الاخرين لي					
2	اسامح الاخرين اذا اخطأوا بحقي					
3	اسال عن احوال الاخرين حتى في حالة لم يسألوا					

						عني
--	--	--	--	--	--	-----

## • سادسا: الذكاء الوجداني

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	استطيع التكيف مع الظروف المتغيرة					
2	اشعر ان علاقتي مع الاخرين متوازنة					
3	استطيع التعامل مع الاخرين مهما كانت شخصياتهم					

## • سابعا : تقبل غير مشروط للذات

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	اتقبل فكرة ان الفشل يمكن ان يؤدي للنجاح					
2	اعترف بأخطائي واحاول تصحيحها					
3	اشعر بقدرتي على تطوير نفسي					

## • ثامنا: تقبل المسؤولية الشخصية

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	اواجه المشاكل التي اتعرض لها					
2	اتعامل مع الناس كما احب ان يعاملوني					
3	اسعى لتحقيق اهدافي					

## • تاسعا: المجازفة الايجابية

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	استطيع وضع حلول للمشكلات التي تتعارض مع تحقيق اهدافي					
2	اتقبل انتقاد الاخرين من اجل تطوير امكانياتي					
3	احاول بجد تحقيق اهدافي رغم وجود العقبات					

## ➤ مقياس تقدير الذات

## • اولا : تقدير الذات العام

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	اشعر بالراحة بشكل عام					
2	اسعى لتغيير اشياء في نفسي					
3	اتخذ القرارات بدون صعوبات					
4	احتاج وقتا قصيرا للتكيف					
5	اشعر بسهولة التعبير عما بداخلي					
6	استطيع اقناع الاخرين عند النقاش					

## • ثانيا: تقدير الذات الاجتماعي

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	يتمتع الناس برفقتي					
2	اشعر اني محبوب من قبل زملائي					
3	استطيع التأثير على الاخرين					
4	اشعر اني متساو مع الاخرين					
5	افضل ان يكون اصدقائي بنفس سني					
6	يشعروني اساتذتي ان نتاجي جيدة					



## • ثالثا : تقدير الذات الاسري

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	يراعي والداي مشاعري					
2	اشعر بالراحة اثناء تواجدي بالبيت					
3	اقضي اوقاتا ممتعة مع والداي					
4	تهتم عائلتي بي					
5	استطيع التفاهم مع اخوتي					
6	اشعر بالسعادة عند عودتي للبيت					

## • رابعا: تقدير الذات في الكلية

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	اجد من السهل علي ان اعبر عن رأبي					
2	اشعر بالارتياح داخل الكلية					
3	اقوم بعلمي بقدر المستطاع					
4	يحترمني زملائي					
5	اشعر بالرضا عن ادائي بالدراسة					
6	افتخر بكوني طالب في الكلية					