

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

بابل/ العراق

Mohammedalhajobeid93@gmail.com

الملخص:

يهدف البحث إلى معرفة درجة التفكير بطريقة إيجابية عند الطلبة في المرحلة الثانوية في محافظة بابل، واتبع البحث المنهج العلمي الوصفي الارتباطي، حيث تم اختيار عينة من الطلبة في المرحلة الثانوية، بلغ عددها (100) من الطلبة، طبقت عليهم الأداة البحثية المقياس المتعلق بالتفكير الإيجابي من إعداد الباحث وبعد أن تأكد صدق وثبات الأدوات استُخدم برنامج (SPSS) لتحليل البيانات، بعد تطبيق اختبارات عده منها (ت T-TEST) لعينتين مستقلتين و (ت) لعينتين مرتبطتين ومعامل مربع إيتا، والتباين الأحادي، وتوصلت الاستنتاجات إلى أنه درجة التفكير الإيجابي لدى الطلبة جاءت بدرجة مرتفعة ، وأن وزن الدرجة الكلية النسبي للمقياس المتعلق بالتفكير الإيجابي قيمتها (60 %) وقد أوصى الباحث بتدريب الطلاب والمدرسين وأولياء الأمور على أنماط التفكير الإيجابي لما له الأثر الجيد على تنمية جميع جوانب الشخصية بشكل إيجابي.

الكلمات المفتاحية: التفكير الإيجابي، طلبة المرحلة الثانوية، محافظة بابل، المرحلة الثانوية.

Positive Thinking Among Secondary School Students in Babylon Governorate, Iraq

Mohammed Rageh Kadhim

Mohammedalhajobeid93@gmail.com

Abstract

The research aims to know the degree of thinking in a positive way among students in the secondary stage in Babil Governorate. The research followed the descriptive, correlational scientific approach, where a sample of students in the secondary stage was selected, numbering (100), and the research tool applied to them the scale related to positive thinking. Prepared by the researcher, and after the validity and reliability of the tools were confirmed, the SPSS program was used to analyze the data, after applying several tests, including (T-TEST) for two

independent samples and (T) for two related samples, the eta square coefficient, and the one-way variance, and the conclusions were reached that it is the degree of positive thinking. Among the students, the score was high, and the weight of the relative total score for the scale related to positive thinking was (60%). The researcher recommended training students, teachers, and parents on positive thinking patterns, as it has a good impact on developing all aspects of the personality positively.

Keywords: positive thinking, secondary school students, Babylon Governorate, secondary stage.

1- المقدمة:

إن من أعظم النعم والهبات التي وهبها الله عز وجل للإنسان هي نعمة العقل والتي فضلته على سائر المخلوقات، فبه أستخلفه الله في الأرض لعمارتها وإصلاحها، وبه أدرك الإنسان أسباب وجوده على هذه الأرض. فالعقل البشري هو مصدر الحكمة التي تميز بها الحكماء عبر التاريخ، وبذلك فإن استخدامه بالطرق الصحيحة له دور في إسعاد الإنسان وأبعاده عن كل ما يعوق حياته من مشكلات قد تواجهه خلال مسيرة حياته.

وبهذا العقل يولد التفكير والذي يعد عاملاً أساسياً من عوامل الحياة للإنسان، فيساعده على توجيه حياته وتقدمها، كما سيساعده على حل كثير من المشكلات التي تواجهه وتُجنيه الكثير من المضار، فيستطيع بفضل عقله السيطرة والتحكم بأمور كثيرة في حياته وتسييرها لصالحه. وتتميز عملية التفكير بأنها إنسانية، تتطلب عند تتميتها وتعلمها جهوداً مميزة من أطراف عدة في فترات مختلفة من العمر، فالإنسان يولد ولديه آلة التفكير وهي (العقل)، وأن هذا العقل البشري يركز على شيء معين، ويحاول إلغاء الفشل من حياته، ويركز تفكيره بالسعادة في حياة الفرد، فالعقل بذلك يعطي الأوامر إلى الأحاسيس والحركات الداخلية والخارجية حتى تبقى على الخبرات الجيدة وتقوم بإلغاء الخبرات غير الجيدة، فعندما يدرّب الإنسان عقله على التفكير الإيجابي، فهو بذلك يحول كل أفكاره وأحاسيسه لكي تكون في خدمة مصالحه وحاجاته، بدلاً من أن تكون ضدها [1].

وقد أشار سوهاد فيلد [2] إلى أن تفكير الفرد بطريقة إيجابية هو أن يكون قادراً على أن يركز على ما يملكه، والوعي بالوقت الذي يكون فيه سعيداً، ومقدرته على الشعور بالامتنان بما لديه والتفكير فيما يحدث له،

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

وقدرته على إيجاد أمر طيب في أكثر المواقف إيلاماً، أي أنه القدرة على أن يكون الفرد عضواً مفيداً في المجتمع يهتم بشؤون الآخرين والتطلع إلى المستقبل بثقة.

وتعد الثقة بالنفس مصدراً رئيسياً في جعل الفرد متمتعاً بالسواء ومتوافقاً مع ذاته ومع المجتمع، ولها تأثير عجيب على شخصيته، فالإنسان الواثق بنفسه يجذب انتباه الآخرين له، ويتقدم ويتطور في أعماله ويحقق ذاته بشكل طبيعي وبسهولة [3].

وتعد مرحلة الثانوية من المراحل الهامة لدى الفرد إذ تظهر فيها العديد من التغيرات الجسدية والاضطرابات الانفعالية، والتفكير والسلوكيات التي تجعل الفرد في بعض الأحيان غير متزن عاطفياً وفكرياً، ويحتاج من يوجهه ويضبط مسار تفكيره ومعتقداته نحو الإيجابية حتى يصبح شخص متزن انفعالياً وسلوكياً ولديه ثقة بنفسه تجعله يتعامل مع الأمور بمنطقية وعقلانية بعيداً عن التفكير السلبي.

وذكر نورمي في دراسته [4] إلى أن الطلبة في المرحلة الثانوية يفكرون في المستقبل بشكل كبير، لما تتميز به هذه المرحلة من اتخاذ القرارات التي تدور حول المهنة والتعليم وأسلوب حياة الفرد، ما لهذه القرارات من تأثير على المستقبل، بالإضافة إلى ذلك المراهقين يتعرفون الدور المهم الذي يؤديه المستقبل، فيما يتعلق بوضع الأهداف الخاصة بهم، ومحاولة اكتشاف الاختيارات المتاحة أمامهم في المستقبل والالتزام بإحدى هذه الاختيارات، فالأهداف المستقبلية تتكون في ضوء المرحلة العمرية التي يمرون بها وما يحدث فيها من نضج، فوضع الأهداف القابلة للتحقق أمر يتوقف على مدى الواقعية المتوفرة لدى الفرد، بالإضافة إلى القيم التي تحكمه، والتي تعد بمثابة معيار مهم في توقع الأحداث المستقبلية، ومن ثم يتضح أن مفهوم التوجه المستقبلي عند نورمي يعني نوعية الأهداف والاهتمامات التي تتعلق بالحياة المستقبلية وفقاً للمجال الذي يحدده الفرد سواء التعليم أو المهنة أو الأسرة أو أوقات الفراغ، وكذلك تقدير الأفراد للوقت الذي يمكن من خلاله تحقيق الأهداف والاهتمامات.

وعليه فإن الدراسة التي بين أيدينا جاءت لتوضح علاقة تفكير الفرد بطريقة إيجابية بثقة الفرد بنفسه وذلك عند الطلبة في المرحلة الثانوية إذ لاحظ الباحث عبر عمله في الميدان مع الطلبة وخاصة في ظل الأوضاع المعيشية والحياتية بالغة الصعوبة التي تعانيها أغلب الأسر مما ينعكس على نفسية وتفكير وسلوك الطلبة، وأنه شعر بمشكلة تفكير الفرد بطريقة سلبية وضعف الثقة بالنفس عند الطلبة لذا عمد إلى إجراء البحث لمعرفة علاقة تفكير الفرد بطريقة إيجابية بثقة الفرد بنفسه.

1-1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

بعد إطلاع الباحث على مجموعة من المواضيع في علم النفس والإرشاد النفسي، وجد عناوين كثيرة تحمل اسم علم النفس الإيجابي والتفكير الإيجابي، من هنا بدأ الباحث قراءته لهذه المواضيع التي تمس بصورة مباشرة السمات الإيجابية عند الأفراد.

فالتفكير الإيجابي من الموضوعات الهامة التي أجريت حوله العديد من البحوث والدراسات الأجنبية كدراسة [5-7] بينما يلاحظ أن هناك دراسات وبحوث عربية قلّه على حد علم الباحث، مما ولد لدى الباحث ميلاً لإجراء بحث حول التفكير الإيجابي ذلك الموضوع الهام في حياة كل فرد لما له من أثار ملموسة وبناءة في شخصية الفرد.

ويعد أيضاً موضوع التوجه نحو المستقبل من المواضيع الهامة والتي تشغل دور كبير في حياة كل فرد فما توصلت إليه نتائج بعض الدراسات تؤكد على أهمية البحث في التوجهات المستقبلية لدى الطلبة. فقد أشارت دراسة [8] في ضوء ما توصلت له من نتائج: تنمية المهارات الاجتماعية الإيجابية في التفكير والاتجاهات الإيجابية لدى الطالبات في المرحلة الثانوية نحو الدراسة والعمل. وقد توصلت دراسة [9] إلى أن التوجه الإيجابي نحو المستقبل يوفر قوة دافعة توجه الطلبة نحو اتخاذ القرارات حول اختيار المهنة التي توفر لهم المكانة الاجتماعية. لذلك تبدو الحاجة ماسة لمزيد من البحوث والدراسات حول التفكير الإيجابي لما له من أهمية في حياة كل فرد من أفراد المجتمع.

في ضوء ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في الاسئلة التالي:

- 1- ما درجة التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة بابل؟
- 2- هل هناك فروقات دالة إحصائية في درجة التفكير الإيجابي عند الطلبة في المرحلة الثانوية في محافظة بابل؟
- 3- هل هناك فروقات دالة إحصائية في درجة التفكير بطريقة إيجابية عند الطلبة في المرحلة الثانوية في محافظة بابل؟
- 4- هل يمكن التنبؤ التفكير الإيجابي؟

2-1 أهمية البحث:

1- أهمية نظرية:

- أ- أهمية المرحلة العمرية التي تجرى عليها الدراسة الحالية.
- ب- التركيز على أهم مظاهر الثقة بالنفس لدى الطلاب والتي تحتاج إلى تدخل.
- ت- تشكيل إطار نظري في مجال تفكير الفرد بطريقة إيجابية لإفادة الباحثين.
- ث- يعتبر متغير التفكير الإيجابي من المتغيرات الجديدة بالبحث والدراسة.
- ج- مدى قدرة الدراسة الحالية في سد بعض أوجه النقص في مجال الدراسة.

2- أهمية تطبيقية:

- أ- تقديم بحث إرشادي نوعي عن العلاقة بين تفكير الفرد بطريقة إيجابية من جهة وثقة الفرد بنفسه من جهة أخرى لإفادة الطلبة.
- ب- تبصير المدرسين وأولياء الأمور في آليات تنمية التفكير الإيجابي وزيادة ثقة الطلاب بأنفسهم.

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

ت-توعية الطلبة في أنحاء مختلفة من حياتهم المعرفية والعاطفية بإمكانها المساعدة على توجيه عقولهم والحصول على تحسن مستمر وتقدم في المعارف والمهارات لديهم.
ث-قد تفيد هذه الدراسة المهتمين بالجانب التعليمي والتربوي بوزارة التربية فيما توصلت له من نتائج عن درجة التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة بابل.

3-1 أهداف البحث:

- 1- معرفة درجة التفكير الإيجابي عند طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل.
- 2- التعرف على مدى اختلاف استجابات الطلبة على مقياس التفكير الإيجابي.
- 3- الكشف عن طبيعة التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة بابل.

4-1 مصطلحات الدراسة:

التفكير الإيجابي Positive Thinking: عرفته [3] بأنه: "المعتقدات والآراء والأساليب المتبعة في كل أمور الحياة والتي من شأنها حل كل ما يواجهه الفرد من مشكلات ومواضيع بصورة متفائلة إيجابية ناجحة". إحدى أساليب التفكير المنطقي التكيفي الذي يبعد المرء عن التفكير السلبي ويضم توجيه الأفكار للمشاعر وعد القدرة على التخلص منها والمبالغة في رؤية الأخطاء والاستعداد المسبق لقبول الكل ورؤية العيوب وترك المزايا.

ويتبنى الباحث تعريف [10] وهو تنمية جوانب القوة في تفكير الفرد وسلوكه، وإعانة الفرد على اكتشاف الجوانب الإيجابية التي تحقق الكثير من النجاح والتفوق والسعادة الشخصية والرضا عن النفس.
حدود الدراسة:

المكانية: تتمثل الحدود المكانية في مدارس المرحلة الثانوية محافظة بابل العراق.

الزمانية: العام الدراسي 2023 م / 1444 هـ.

البشرية: عينة من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل.

الموضوعية: التفكير الإيجابي.

2- الاطار النظري والدراسات السابقة

هذا الاطار هو عرض للأدب النظري، ويشتمل على جزأين: الجزء الأول إطار نظري ويحتوي على التفكير الإيجابي. كما يحتوي الجزء الثاني من هذا الفصل على الدراسات السابقة التي تناولت موضوع التفكير الإيجابي، ومنها دراسات عربية، ومنها الدراسات الأجنبية، ثم يليها التعقيب العام على هذه الدراسات.

1-2 الإطار النظري

التفكير الإيجابي Thinking Positive :

يندرج التفكير الإيجابي تحت مظلة علم النفس الإيجابي، من كون الفرد كائن يحمل جوانب إيجابية وسلبية في حياته، وأن الخبرات التي يمر بها تشكل شخصيته، ومن خلاله نسعى لفهم الانفعالات الإيجابية، وعلم النفس يهتم بدراسة المشاعر الإيجابية مثل الأمل، والسعادة، والرضا، ومعرفة كيف يمكن للفرد اكتساب المهارات التي تساهم في ممارسة المشاعر الإيجابية، والجوهر الأساسي الذي يقوم عليه علم النفس الإيجابي فالفرد يولد ولديه العديد من المشاعر السلبية والإيجابية التي تستثار من خلال المواقف وخبرات الحياة، لذا وجب معرفة مصدر هذه الأفكار وتمييزها وتكوينها، بالتالي نمو قدرات عقلية ومهارات اجتماعية تساعد على صقل شخصية الفرد، ويرتبط التفكير الإيجابي ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في كل مجالات الحياة، والفرد كي يحقق النجاح ويعيش سعيداً ويحيا حياة متوازنة يجب أن يغير نمط تفكيره وأسلوب حياته ونظراته تجاه نفسه والأخرين، والسعي الدائم إلى تطوير جميع جوانب حياته [11].

مفهوم التفكير الإيجابي:

التفكير في اللغة تأتي بمعنى: "فكر، فكر في الأمر، يفكر، فكري: أعمل عقله فيه. والتفكير: إعمال العقل في مشكلة للتوصل إلى حلها" (المعجم الوسيط، ٢/٧٠٥).

يعرف التفكير اصطلاحاً بأنه: "نشاط عقلي يقوم به العقل من أجل تشكيل الأفكار وإدراك الأمور والحكم عليها بصورة منطقية وحل المشكلات وإبداع الجديد، باستغلال المعطيات والمخزون في الذاكرة" (السر ٢٠١٤، ٧).

والتفكير في الإسلام عبارة مطلقة من كل القيود عدا التفكير في ذات الله فهو تعالى: "ليس كمثله شيء وهو السميع العليم" (الشورى ١١:)، وهو سبحانه منزّه عن فلكي الزمان والمكان اللذين سجن فيهما الإنسان. فدرجات التفكير في الإسلام مختلفة، والتفكير بحد ذاته عبادة توجه سلوك المسلم ويرتقي بإيمانه لأعلى الدرجات. فالتفكير بما يحمله من مشاعر ومدرجات وأحاسيس وتخيلات، يؤثر بشكل عام في تشكيل سلوك الفرد وميوله ونشاطاته، فهنا تتضح لنا الحكمة التي تملأ عقولنا وقلوبنا من اهتمام القرآن الكريم والسنة النبوية بالتفكير والتدبر في خلق السماوات والأرض [12].

والإيجابية لغوياً: تأتي بمعنى كل ما يصدر من أمور ناجحة في حياة الفرد (معجم المعاني، ١/٢٥). ويعرف [13] الإيجابية بأنها: "حالة نفسية تنبع من داخل الفرد، يغذيها الإيمان وشعور المؤمن بالمسؤولية الفردية، يدفع المؤمن إلى الإيثار، والمصارعة في فعل الخيرات، والبذل والعطاء، وانتهاز الفرص، واستثمار الواقع".

التفكير الإيجابي اصطلاحاً:

لقد تعددت أوصاف التفكير الإيجابي ومسمياته لدى الباحثين، فلكي هذا الموضوع اهتماماً كبيراً من قبلهم. فيعرف التفكير الإيجابي بأنه: التفاعل في الحياة بكل معانيه، والنظر إلى الأشياء الجيدة في الحياة، والبحث عن جوانب الحياة المثيرة، وإن كانت ومضة ضوء [14].

التفكير الإيجابي لدى طلبه المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

ويفسر ذلك بأنه عندما يتوجه الإنسان بتفاؤل نحو الحياة؛ فإن ذلك يؤدي إلى نجاحه وسعادته وقدرته على الإنجاز، أما عندما يتوجه للحياة بتشائم فإنه بذلك يفقد الثقة في إمكانياته لمواجهة المواقف العادية والصعبة وتخطيها فيؤدي لفشله في الحياة.

والتفكير الإيجابي كما تعرفه الخولي [13] بأنه: "قدرة الفرد على التحكم في أفكاره وانفعالاته وتوجيهها توجيهاً إيجابياً والوعي بذاته والقدرة على قيادتها وإدراك الأهداف والأولويات والسعي إلى تحقيقها مع التمتع بالتفاؤل ومقاومة الأفكار السلبية."

فوائد التفكير الإيجابي:

مما يذكر في أهمية التفكير الإيجابي أن الإنسان باختلاف عمره والزمان والمكان الذي عاش فيه إلا أنه يسعى لإيجاد حياة مليئة بالتفاؤل والرفاهية والنجاح، وذلك في محاولة جاهدة منه لجلب الخير والنفع لنفسه ولغيره، وأن مما يحسن مستواه الفكري ويساعده للوصول لما يريد هو تبني منهج فكري سليم عن نفسه وعن مجتمعه، ويـُـدرب نفسه للتخلي عما قد يحد من قدراته وإمكانياته من أفكار متشائمة والتي تضيق جهوده وتعيق ما يود تحقيقه من طموحات وأهداف [15].

ويرى الباحث أن أهمية التفكير الإيجابي تكمن في أنها تعد باباً من أبواب التفاؤل وحسن الظن بالله، فالتفكير الإيجابي يساعدنا للمضي قدماً نحو أهدافنا وغاياتنا، من دون الالتفات لأي أفكار سلبية وتشاؤمية تحول بيننا وبين تحقيق طموحاتنا ونجاحاتنا.

ذكر [15] عدة فوائد للتفكير الإيجابي منها:

- 1- يدفع إلى الابتكار.
- 2- يدفع إلى التغيير نحو محيط عمل إيجابي.
- 3- يستند إلى الواقعية والأقوى لحل المشكلات.
- 4- يساعد في اختيار الفرد لأهدافه المستقبلية.
- 5- يسهم في تحقيق الثقة والانفتاح والصدق في بيئة العمل.

أبعاد التفكير الإيجابي:

1- التوقعات الإيجابية والتفاؤل: تحقيق مكاسب في مختلف جوانب الحياة، فضلاً عن التفاؤل والتوقع الإيجابية.

2- الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا: توجيه انتباه الفرد وذاكراته وقدراته على التخيل في اتجاهات سليمة ومفيدة تتلاءم مع احتياجات الصحة النفسية.

3- حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي: أي ما يميزه من اتجاهات إيجابية نحو إمكانيات التغيير كالاهتمام بمعرفة ما هو جديد، ويتسم من يتصف بذلك بالنظرة الإيجابية لأهمية العلاج النفسي

والثقة فيما يقدمه المعالج من نصائح وتوجيهات، وما نملك من رصيد معرفي ومعلومات عن الصحة والسعادة وكيف نتعامل مع مواقف الخوف، والقلق، والاكتئاب والاضطراب النفسي.

4- **الشعور العام بالرضا:** السعادة بتحقيق الأهداف في الحياة بما في ذلك مستوى المعيشة والإنجاز والتعليم.

5- **التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين:** تبني أفكار وسلوكيات اجتماعية تدل على تقبّل الاختلاف بين الناس حقيقة، وأنا مطالبين بتشجيع الاختلاف والنظر له بمنظور إيجابي مُتفتح [16].

6- **السماحة والأريحية:** أي أن الفرد يتبنى اعتقادات وتسامح عما مر به من خبرة ماضيه ومصاعب نفسية مرتبطة بهذا الماضي، فالماضي قد انقضى ولا يجب أن يقيد نفسه به.

7- **الذكاء الوجداني:** أي صفات الفرد الشخصية ومهاراته الاجتماعية والوجدانية والتي تمكنه من فهم مشاعر الآخرين وانفعالاتهم، فيكون قادراً على توجيه حياته نفسياً واجتماعياً من منطلق مهاراته التي لديه.

8- **تقبل غير مشروط للذات:** أي تقبل الفرد لذاته ورضاه عما يملك، وتجنبه التقليل من شأن نفسه أمام الآخرين لكي يحصل على التعاطف من الآخرين ولفت نظرهم، فتقبل الذات يعد جانباً عقلياً كبيراً.

9- **تقبل المسؤولية الشخصية:** أي تحمل الفرد لمسؤوليته الشخصية بدون تردد فلا يتحجج بضيق الوقت ويلقي الأعداء على من حوله، فهو من الجانب الإيجابي الذي يعد نموذجاً جميلاً من النماذج الناجحة التي تساعد غيرها على النجاح، وتحقق لها الفوز ولغيرها.

10- **المجازفة الإيجابية:** أي قدرة الفرد العالية ورغبته في الاكتشافات المجهولة وتقبله الغموض بحبه للاستطلاع، وقدرته على اتخاذ القرار الإيجابي أي تكون مجازفة محسوبة فعالة.

العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي:

ان للتفكير العديد من العوامل التي تؤثر فيه وفي تكوينه الإيجابي، فكل ما يشعر به الفرد ويعتقد فيه وبما يشمل من معارف، تقوم في الأساس على ما يوجد لديه من أفكار بداخل عقله فهي تأتي بصورة شعور ولا شعور كما ذكرتها [17] ومن أهمها ما يلي:

- نظرتة الشمولية وتحركاته بمحيطة بشكل شامل.
- الضبط الداخلي والالتزام بمشاركته في العمل.
- تأثير بناء الدماغ وما يحمله من جينات متوارثة على بناء العقل.
- الوعي والتنبه والممارسات والحث على الاكتشاف.
- تأثير نشأة الفرد الاجتماعية والأسرية ومستوى الثقافة في بيئته المحيطة.
- استعمال المهارات الذاتية في تنظيمه الإستراتيجي لأفكاره.

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

- عندما يمتلك الفرد لمفاهيم ذاتية إيجابية تجعله يميل لأفكار أكثر اختلاف وتنوع لوجهة النظر لدى الآخرين، وبعبارة تبني أفكار غير إيجابية تكون غير مطمئنة ولا آمنة، كما تقل قدرته على تحدي الأفكار.
- يكون لدى الفرد القدرة على أن يستوعب الألفاظ وينظم إدراكه وأفكاره.
- يستغل الفرد الجهد الذي يبذله في التفكير الإيجابي بتطوير المهارات الثانوية له.

2-2 الدراسات السابقة:

سنعرض في هذا الفصل بعض ما حظيت به موضوعات الدراسة الحالية من إهتمام مسبق من قبل الباحثين الذين تناولوا التفكير الإيجابي، وسيتم عرض هذه الدراسات من الأحدث إلى الأقدم، وتقديم ما من شأنه الإفادة في دعم الدراسة الحالية، وبيان أهميتها، والإستفادة منها في بناء أدوات الدراسة وتفسير نتائجها.

1- دراسة رنده (2023) [13]: يهدف البحث إلى معرفة العلاقة بين التفكير بطريقة إيجابية والثقة بالنفس عند الطالبات في المرحلة الثانوية في غزة، واتباع البحث المنهج العلمي الوصفي الارتباطي، حيث تم اختيار عينة من الطالبات في الصف العاشر بمدرسة بلقيس اليمن الثانوية، بلغ عددها (97) من الطالبات، طبقت عليهم الأداة البحثية المقياس المتعلق بالتفكير الإيجابي من إعداد الباحثة و(المقياس المتعلق ب الثقة بالنفس) من إعداد لتحليل البيانات، بعد تطبيق (SPSS) وبعد أن تأكد صدق وثبات الأدوات استخدم برنامج لعينتين مستقلتين و(ت) لعينتين مرتبطتين ومعامل مربع إيتا، والتباين T-TEST اختبارات عدة منها (ت الأحادي، وتوصلت الاستنتاجات إلى أنه توجد علاقة ارتباطية طردية تربط الثقة بالنفس وتفكير الفرد بطريقة إيجابية، وأن وزن الدرجة الكلية النسبي للمقياس المتعلق بالتفكير الإيجابي قيمتها % 60، وقد أوصت الباحثة بتدريب الطلاب والمدرسين وأولياء الأمور على أنماط التفكير الإيجابي لما له الأثر الجيد على تنمية جميع جوانب الشخصية بشكل إيجابي وزيادة الثقة بالنفس.

2- دراسة الحربي (2021) [18]: هدف البحث معرفة علاقة ثقة الفرد بذاته بتفكير الفرد بطريقة إيجابية عند طلاب الثانوية بمركز كتيفة، ودراسة تأثيرهما بكل من الجنس، مستوى تعليم الأبوين، المعدل التراكمي، الشعبة استند إلى المنهج العلمي الوصفي التحليلي الارتباطي، واختيرت عينة عشوائية بسيطة من 200 طالب و 200 طالبة، وخلص البحث إلى أن هناك علاقة ارتباطية دالة على الصعيد الإحصائي بين الأمرين وكانت معاملات الارتباط موجبة أي توجد علاقة طردية بين كل بعد أي كلما زادت الثقة بالنفس زادت أساليب التفكير الإيجابي، وأن هناك فروقات دالة على

الصعيد الإحصائي في متوسط درجات التفكير الإيجابي للدرجة الكلية للمقياس لصالح الطلاب الذكور، وأوصت الدراسة بإعداد برامج إرشادية لتنمية الثقة بالنفس.

3-دراسة البري (2016) [17]: سعت إلى التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطالبات السعوديات، وهدفت الدراسة إلى التعرف على مدى ارتباط التفكير الإيجابي والتحصيل الدراسي لصلتها بشخصية الفرد وقدراته وصحته النفسية وتكامله النفسي بوجه عام في محاولة للوقوف على الدور الذي تلعبه الأفكار الإيجابية كمتغير معرفي، تمثلت عينة الدراسة في (٥٤) طالبة من طالبات الجامعة واستخدمت الباحثة في دراستها مقياس التفكير الإيجابي لعبدالستار إبراهيم (٢٠٠٨)، كما اتبعت المنهج الوصفي الارتباطي في دراستها، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها عدم وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والمعدل الدراسي، كما أوصت الدراسة بإجراء العديد من الدراسات التي تخص المجال التعليمي لدورة في إعداد جيل المستقبل.

4-دراسة خليل (2014) [19]: هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة القيم بمهارات التفكير الإيجابي لدى عينة من طالبات جامعة الملك عبدالعزيز، تكونت عينة الدراسة من (٥٨) طالبة تم إختيارهن بطريقة عشوائية، استخدمت الباحثة فيها المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين التفكير الإيجابي وبين الإتجاهات نحو القيم كفرض رئيسي. أيضاً وجدت الدراسة الحالية صحة العديد من الفروض ومنها وجود علاقة بين التوقعات الإيجابية والتفاؤل وبين قيمة السلام والأمان، وتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا وبين قيمة الإنجاز.

5-دراسة العبيدي (2013) [20]: هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة التفكير (الإيجابي-والسلبي) لدى طلبة جامعة بغداد وعلاقته بالتوافق الدراسي، فضلاً عن التعرف على الفروق في التفكير (الإيجابي- السلبي) والتوافق الدراسي لدى الطلبة وفق متغير (الجنس- التخصص الدراسي- المرحلة الدراسية)، تألفت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة تم إختيارهم عشوائياً، استخدمت الباحثة فيها المنهج الوصفي التحليلي، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن الطلبة يتمتعون بنمط تفكير إيجابي ومستوى مرتفع من التوافق الدراسي.

6-دراسة اندريو وآخرون (2007) [5]: هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والسلبي نحو التوقع للأحداث المستقبلية وبين محاولات الإنتحار، تكونت عينة الدراسة من (480) فرد من الأفراد الذين حاولوا الإنتحار وتراوحت أعمارهم ما بين (16 _ 65) عام من الذكور والإناث، أتبعت الباحثون المنهج الوصفي، كما استخدم الباحثون مقياس اليأس ومقياس التفكير الإيجابي ومقياس التفكير السلبي من إعداد الباحثين، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها: وجود علاقة موجبة بين التفكير السلبي ومحاولة الإنتحار، وايضاً توجد علاقة موجبة بين التفكير السلبي واليأس.

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

7-دراسة Kristine (2004) [21]: هدفت الدراسة إلى دراسة أثر مستوى التفكير الإيجابي والسلبي في التحصيل لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الجنس ومستوى التعليم، أستخدم فيها المنهج الوصفي، وبلغ عدد أفراد العينة ٢٠٠ طالباً وطالبة الملتحقين في إحدى الجامعات الأمريكية ومن مستويات مختلفة أستخدم فيها أداتي التفكير الإيجابي والسلبي ومقياس التحصيل الدراسي. وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والسنة الأخيرة من حيث مستوى التفكير الإيجابي والسلبي.

التعقيب على الدراسات السابقة:

اتفقت نتائج ما سبق من أبحاث مع البحث الحالي في توضيح أهمية التفكير الإيجابي في تكوين الشخصية الإنسانية الناجحة، ويرى الباحث أن التفكير الإيجابي عند الإنسان له أهمية كبيرة حيث أثبتت الأبحاث أن الإنسان الذي يكون تفكيره أكثر إيجابية يكون إنساناً فاعلاً في الحياة الاجتماعية وذو آراء وأفكار سديدة قادرة على معالجة معظم المشكلات والمواقف التي يتعرض إليها بصورة صحيحة وواقعة، فالتفكير هو الأداة الأساسية والفاعلة التي تستخدم من قبل الإنسان لغرض حل ومعالجة مشكلاته على المستوى الفردي وعلى المستوى المجتمعي، وفي ضوء ذلك ونظراً لأهمية التفكير فإنه ينبغي أن يعمل الإنسان على فهمه وبحث وسائل تطويره وزيادة فاعليته، وأن الإنسان المفكر هو الذي يكون صانعاً للأفكار كما أن الأفكار هي التي تسبب التفكير، الذي يسبب التركيز، الذي يسبب الأحاسيس، التي تسبب السلوك، الذي يسبب النتائج، التي تحدد واقع حياة الإنسان. فلو أراد الإنسان أن يحدث تغييراً جوهرياً في حياته ينبغي عليه أن يغير أسلوب إدراك المفكر، وعلى الإنسان السعي المستمر والدائم في محاولة تحسين مستوياته الفكرية لتحقيق أهدافه المنشودة من خلال اتباع منهجية فكرية سليمة عن نفسه ومجتمعه والحياة وأن يحاول نبذ أي فكرة غير إيجابية تضعف من قدراته وتضيع جهوده في سبيل أهدافه، وتتبع أهمية الثقة بالنفس من قدرتها على بث التفاؤل في نفس الإنسان من خلال منحها المرونة له في التفكير ليكون أكثر إيجابية وهذا يساعده على تجاوز لحظات الفشل والتعامل معها على أنها خبرات متعلمة، وتفكير الفرد بطريقة إيجابية هو التفاؤل بمعناه العام والنظر إلى الجميل في الأشياء والحياة اذن للثقة بالنفس ومن خلالها التفكير الإيجابي أثر فعال في النفس الإنسانية في الحاضر أو المستقبل.

3- منهج الدراسة وإجراءاتها

سيعرض الباحث في هذا الفصل إجراءات الدراسة بما تتضمنه من منهج الدراسة، ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة، ومتغيرات الدراسة، وأدوات الدراسة، والتحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة.

منهج الدراسة:

تبع الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يهتم بوصف الظاهرة وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي ودراسة العلاقات التي توجد بين الظاهرتين والتعبير عنها بشكل كمي.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من عينة من طلبة المرحلة الثانوية (الصف الرابع - الصف الخامس - الصف السادس) بمحافظة بابل، حيث بلغ عدد عينة الطلبة (670) طالب.

عينة الدراسة:

قام الباحث باستخدام عينة عشوائية طبقية بنسبة ١٥% من العدد الكلي لمجتمع الدراسة، حيث تكونت عينة الدراسة من (100) طالب من طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة بابل.

أدوات الدراسة:

نظراً لطبيعة الدراسة من حيث الأهداف، والمنهج، والمجتمع. تم اختيار أدوات الدراسة (الإستبانة) والتي تعد من أكثر أدوات البحث شيوعاً، واستخداماً. تم الرجوع إلى الدراسات السابقة التي تناولت متغير التفكير الإيجابي فتم اختيار ما يتوافق منها مع متطلبات الدراسة الحالية، فكانت أداة الدراسة لمتغير التفكير الإيجابي من إعداد/ عبدالستار (٢٠٠٨).

أولاً: مقياس التفكير الإيجابي: يضم مجموعة من الفقرات وعددها (45) فقرة مقسمة على خمسة أبعاد وهي بعد الثقة بالنفس، الأمل، وتقدير الذات، المناعة النفسية ومقاومة المخاوف، وبعد التأكد من الصدق والثبات تم حذف الفقرة رقم (1) في بعد الأمل والفقرة رقم (6) في بعد تقدير الذات، كما ويحتوي المقياس على تدرج ثلاثي وهو (تتطبق علي بدرجة قليلة = 1 وتتنطبق علي بدرجة متوسطة = 2، تتطبق علي بدرجة كبيرة = 3) وللتحقق من صدق المقياس قام الباحث بالإجراءات الآتية:

حساب الصدق: تم التحقق من الصدق من خلال صدق المحكمين، وصدق الاتساق الداخلي والصدق البنائي من خلال الإجراءات التالية:

صدق المحكمين: من خلال عرض المقياس على عدد (12) من المحكمين المتخصصين، وقد تم إجراء التعديلات بناءً على تجميع آراء المحكمين، والاطلاع على ملاحظاتهم وتوجيهاتهم ثم تم إجراء التعديلات عند صياغة المقياس كالآتي:

أ- استبدال بعض الكلمات، وأحياناً العبارة كاملة في البدائل.

ب- إعادة صياغة بعض الكلمات في راس السؤال، وبالتالي أصبح المقياس جاهزاً للتجريب.

صدق الاتساق الداخلي: جرى تحقّقه عبر تطبيقه على عينة استطلاعية، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين فقرات كل مجال في المقياس والدرجة الكلية للاختبار وقد قام الباحث بحذف الفقرات التي لم تحصل على ارتباط مع الدرجة الكلية لمجالها وقد تم حذفها من أداة البحث وقد تراوحت معاملات الارتباط بين فقرات الاختبار ما بين (0.362*) و (0.927*) وهي ذات دلالة على الصعيد الإحصائي عند (0.01) و (0.05) ويؤكد ذلك أن المقياس يتمتع باتساقٍ عالٍ:

التفكير الإيجابي لدى طلبه المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

جدول رقم (1): صدق الاتساق الداخلي لفقرات المقياس

الثقة بالنفس			الأمل			تقدير الذات		
رقم الفقرة	الارتباط	قيمة. Sig	رقم الفقرة	الارتباط	قيمة. Sig	رقم الفقرة	الارتباط	قيمة. Sig
1	.464*	.010	1	.265*	.070	1	.562**	.001
2	.826**	.000	2	.888**	.000	2	.906**	.000
3	.406**	.026	3	.692**	.000	3	.832**	.000
4	.741**	.000	4	.668**	.000	4	.897**	.000
5	.495*	.005	5	.888**	.000	5	.312*	.094
6	.372**	.043	6	.915**	.000	6	.897**	.000
7	.826**	.000	7	.741**	.000	7	.906**	.000
8	.826**	.000	8	.852**	.000	8	.865**	.000
9	.791**	.000	9	.691**	.000	9	.865**	.000
10	.741**	.000				10	.832**	.000
مقاومة المخاوف			المناعة النفسية					
رقم الفقرة	الارتباط	قيمة. Sig	رقم الفقرة	الارتباط	قيمة. Sig			
1	.655**	.000	1	.925**	.000			
2	.362**	.049	2	.845**	.000			
3	.618**	.000	3	.927**	.000			
4	.755**	.000	4	.830**	.000			
5	.436*	.016	5	.883**	.000			
6	.547*	.000	6	.718**	.000			
7	.566**	.000	7	.931**	.000			
8	.776**	.000	8	.755**	.000			

الصدق البنائي: يحدد ارتباط الدرجة الكلية لكل مجال والدرجة الكلية للمقياس:

جدول رقم(2): يوضح الصدق البنائي

المجال	الارتباط	قيمة. Sig
--------	----------	-----------

الثقة بالنفس	.792 **	.000
الامل	.899 **	.000
تقدير الذات	.745 **	.000
مقاومة المخاوف	.754 **	.000
المناعة النفسية	.726 **	.000

يوضح الجدول أن قيم الصدق البنائي مرتفعة ويمكن الاعتماد عليها في طمأنة الباحث للتطبيق.

حساب الثبات: وذلك بطريقتين التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرو نباخ وهي على النحو التالي:

الثبات بالتجزئة النصفية:

جدول رقم (3): ثبات المقياس بالتجزئة النصفية

المجال	الفقرات الفردية	الفقرات الزوجية	الارتباط بين مجموعتين	تصحیح سبيرمان	معادلة جثمان
الثقة بالنفس	.937	.836	.932	.965	.942
الامل	.796	.810	.803	.870	.861
تقدير الذات	.818	.810	.887	.891	.882
مقاومة المخاوف	.908	.881	.873	.804	.804
المناعة النفسية	.818	.934	.955	.977	.962
الدرجة الكلية	.896	.927	.820	.901	.889

يوضح الجدول (3) أن قيم الفقرات الفردية والزوجية متقاربة، وارتفاع معامل ارتباط بيرسون، وتصحيح سبيرمان براون ومعادلة جثمان، مما يدل على ثبات جيد جداً للمقياس.

الثبات باستخدام معامل ألفا كرو نباخ:

جدول رقم (4) ثبات معامل ألفا كرونباخ

المجال	عدد الفقرات	Cronbach's Alpha	الدراسة الحالية
الثقة بالنفس	10	.820	.906
الامل	8	.918	.839
تقدير الذات	10	.950	.897
مقاومة المخاوف	8	.835	.904
المناعة النفسية	8	.956	.974
الدرجة الكلية	45	.951	.967

يوضح الجدول (4) أن جميع قيم ألفا ممتازة، وقد كانت قيمة معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية (0.951) ما يدل على أن اتسام الأداة البحثية بمستوى عالٍ من الثبات والصدق.

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

الأساليب والمعالجات الإحصائية:

قام الباحث بتحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لاستخدامها عبر الأساليب الإحصائية التالية:

1- أساليب الإحصاء الوصفي (المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري) لقياس مستويات متغيرات الدراسة لدى عينة الدراسة.

2- معامل الارتباط البسيط لبيرسون لحساب صدق الإتساق الداخلي لأدوات الدراسة.

3- معامل ألفا-كرونباخ، ومعادلة سبيرمان براون، ومعادلة جثمان لحساب الثبات.

4- نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

سيعرض الباحث أهم ما توصلت إليه الدراسة من نتائج بعد القيام بالتحليلات الإحصائية والإجابة على أسئلة الدراسة كما تبين من إستجابات أفراد العينة على أدوات الدراسة، كما سيعرض الباحث تفسيرات لهذه النتائج ومناقشة ما تم التوصل إليه.

السؤال الأول /ما درجة التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة بابل؟

للتعرف على درجة التفكير الإيجابي، تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على عبارات التفكير الإيجابي، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول(5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أبعاد مقياس التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة بابل

المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
62.727513	.51270	1.8818	الثقة بالنفس
57.083333	.47539	1.7125	الأمل
64.402778	.45371	1.9321	تقدير الذات
59.937269	.47600	1.7981	مقاومة المخاوف
57.277778	.54077	1.7183	المناعة النفسية
60.28571	.53678	1.80	الدرجة الكلية

يتبين أن النسبة المئوية للدرجة الكلية بقيمة (60 %) وحصل مجال الثقة بالنفس على وزن نسبي (62 %) ومجال الأمل على وزن نسبي (57%)، ومجال تقدير الذات على وزن نسبي (64%)، ومجال مقاومة المخاوف على وزن نسبي (59%) والمناعة النفسية على وزن نسبي (57 %) ولتفسير ذلك قام الباحث بعرض الفقرات الخاصة بكل مجال:

أولاً: مجال الثقة بالنفس:-

جدول رقم (6) المتوسط والانحراف المعياري لمجال الثقة بالنفس

م	الفقرة الخاصة بمجال الثقة بالنفس	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	تزداد ثقتي عندما اتحدث امام الآخرين	1.6000	.68056	53.33
2	أقبل آراء الآخرين بكل اريحيه	1.6500	.67082	55
3	اشعر ان بمقدرتي التفوق على الآخرين	1.8500	.81273	61.66
4	أحاول ان احل مشكلاتي بنفسي	2.1000	.85224	70
5	انقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد الآخرين	1.6000	.59824	52.33
6	اطمح لتكوين علاقات جيدة مع الآخرين	1.4500	.60481	47.33
7	أشارك في النشاطات المدرسية	1.5500	.68633	51.66
8	أتحدث بطلاقة أمام الآخرين	1.6000	.59824	52.33
9	يسهل علي حل المشاكل	1.5500	.68633	51.66
10	مظهري الخارجي له دور في تميزي	1.5500	.60481	51.66

يتبين أن أعلى فقرة رقم (4) ويفسر الباحث ذلك: بأن أهمية التفكير الإيجابي تنبع من كونه الباعث على استنباط الحل للمشكلة الأفضل وهو الذي من الممكن أن يعزز مناخ العمل بالانفتاح والثقة والصدق، ويجعل الإنسان قادراً على إجراء التغيير الإيجابي داخل نفسه فيكون له الأثر النافع في شخصيته وكل نشاطاته، وهو الذي يجعل المواقف الإيجابية تأتي إلى الإنسان، كما أنه يعمل على إعداد الإنسان لمواجهة ظروف الحياة العملية لاكتساب مهارات التفكير الإيجابي. بالإضافة إلى أنه يجعل الإنسان قادراً على الابتكار كي يستطيع طرح المقترحات والآراء الصحيحة التي من الممكن أن تعطي حلولاً إيجابية وصحيحة لمشكلات قائمة في المجتمع.

ويتبين أن أدنى فقرة رقم (6) ويفسر الباحث ذلك: بأن الثقة بالنفس تعمل في أعماق الشخصية الإنسانية والصحة العامة لدى الإنسان وترتبط بما لديه من خبرات تدعم مكانته الاجتماعية وتجعله قادراً على أن يصبح شخصاً إيجابياً في المجتمع ويستطيع تنمية ثقته بنفسه من خلال معرفة نقاط القوة في شخصيته وكتابة قائمة بها وبالإنجازات التي استطاع تحقيقها في حياته وسؤال الأصدقاء أو الأقارب عن هذه الإنجازات لضمان أن تكون القائمة أكثر موضوعية، حيث أن زيادة ثقة الإنسان بنفسه تجعله يكون صداقات جديدة.

ثانياً: مجال الأمل:

جدول رقم (7) يوضح المتوسط والانحراف المعياري لمجال الأمل

م	الفقرة الخاصة بمجال الأمل	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	أسعى إلى جعل حياتي مشوقة	2.1000	.92587	70
2	أستطيع ان انجح بما فشلت به سابقا	1.4500	.60481	48.23

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

3	إذا فشلت فسأنجح في المرة القادمة	1.3000	.57124	43.43
4	أرى في المستقبل سأكون ناجحاً	1.3500	.67082	45
5	أشعر أن المستقبل مليء بالخير والأمل	1.6000	.59824	46.76
6	أرى أن مستقبلي يدعو للتفاؤل	1.3000	.65695	43.53
7	أعتقد إن مع العسر يسرا	1.0500	.22361	35
8	أعتقد أن غدا أفضل من اليوم	1.2000	.41039	40
9	ألمي كبير في مستقبل ناجح	1.3000	.47016	42.43

يتبين أن أعلى فقرة رقم (1) ويفسر الباحث ذلك بأنه من خلال الثقة بالنفس والتفكير الإيجابي تجعل الإنسان يقرر طريقة تفكيره ونوعها حيث أنه يستطيع إبعاد المشاعر السلبية إذا تمكن من التفكير بصورة إيجابية والعكس صحيح من حيث اعاققتها لتحقيق أهدافه المنشودة حتى تسير أموره نحو الأفضل وكما يتمنى. ويتبين أن أ دنى فقرة رقم (7) ويفسر الباحث ذلك: بأن للثقة بالنفس دوراً كبيراً وفاعلاً في خلق التفكير الإيجابي عند الإنسان وتجعله مؤثراً في محيطه الاجتماعي وينظر لمختلف الأمور والقضايا الحياتية نظرة إيجابية متفائلة يستطيع من خلالها المجتمع أن يعول على ذلك الإنسان ليكون نافعا في عملية التنمية والبناء والتطوير، وتجعل الشخص يؤمن بأنه مهما مر بصعوبات وأمور عسيرة سوف يتخطاها وتنتسر أموره بإذن الله.

ثالثاً: مجال تقدير الذات:

جدول رقم (8) يوضح المتوسط والانحراف المعياري لمجال تقدير الذات

م	الفقرة الخاصة بمجال تقدير الذات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	أشعر بالاطمئنان حيال المستقبل	1.1000	.30779	35.66
2	اثق بإمكانياتي وقدراتي	1.5500	.51042	52.66
3	احترام ذاتي واقدرها	1.7500	.55012	57.33
4	مهاراتي الايجابية تميزني عن غيري	1.5500	.60481	51.66
5	افعل أشياء كثيرة افضل من الآخرين	1.4000	.50262	47.66
6	امتك من الصفات ما تميزني عن غيري	1.8500	.58714	60.66
7	أمتلك ذاتا ايجابية	1.7000	.65695	57.66
8	أنني محط إعجاب الآخرين	1.5000	.60698	50
9	أشعر بأهمية وجودي في مساعدة الآخرين	1.6500	.58714	55
10	أترجع عن ارائي إذا كانت خاطئه	1.7500	.63867	58.33

يتبين أن أعلى فقرة رقم (6) ويفسر الباحث ذلك بأنه ممكن أن تتشابه بعض صفات الشخصية ويمكن أن لا تشبه شخصية أي إنسان، فإن للإنسان أفكاره وطريقته واسلوبه الخاص في الإدراك والشعور والسلوك والذي يطبع بطابع مميز لا يتكرر يمكن أن تكون هذه الأفكار تتصف بحجم من الخصوصية كبير أو صغير، والفرد السوي الذي يتسم ببعض الصفات أو السمات المفترض أن تتواجد بها لتعطيها طابعاً مقبولاً من الجميع، حيث أن فقدان هذه السمات كلها أو سمة منها يؤدي إلى وجود خلل في الشخصية عموماً، وتشكل عيباً يعاني منه الفرد، فالفرد المسلم الذي يتحلّى بمكارم الأخلاق السائر على سنة النبي صلى الله عليه وسلم وصاحب الشخصية السوية يصبح فعلاً إنساناً رائعاً وسعيداً في حياته ومواجهاً قوياً للكثير من الأزمات ولا يعاني من العوارض النفسية كسمة الثقة بالنفس، وضبط النفس والتحكم في السلوك والمرونة وتقبل الآخرين، الطموح، المتعاون، الفعال والمؤثر، والمقدر للمسؤولية، والمعتمد على الذات.

يتبين أن أدنى فقرة رقم (1) ويفسر الباحث ذلك: بأن العصر الحالي المنفتح على العالم والغزو الفكري أضعف التقرب من الشعائر الدينية لدى الشخص حيث أن مما يزيد مشاعر القلق، فالإيمان بالآخرة يخلق الطمأنينة ويدعم فكرة المعنى من الحياة، لكن التكنولوجيا شيدت كهوفا ضخمة بين البشر، وقللت التواصل بينهم، وجعلت الإنسان في حاجة ماسة إلى العواطف، فرغم أن العقلانية بشرت بالطمأنينة ارتكاز على قدرة العلم، والعقل على حل المشكلات وإيجاد السعادة تحولت الطمأنينة مع الوقت إلى حلم مفقود، وغايبها كابوس قائم، مما يشعر الطلبة بالقلق وغياب الطمأنينة.

ربعا: مجال مقاومة المخاوف - :

جدول رقم (9) المتوسط والانحراف المعياري لمجال مقاومة المخاوف

م	الفقرة الخاصة بمجال مقاومة المخاوف	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	ينتابني الشعور بالرضا والسعادة بالمواقف الاجتماعية	1.3500	.48936	45
2	أشعر بالاطمئنان عند مواجهة الأصدقاء الجدد	1.3000	.57124	44.23
3	يسهل علي الحديث أمام الجماعة	1.1000	.30779	35.76
4	أواجه مشكلاتي بكل اريحية	1.2000	.52315	40
5	أشعر برباطة الجأش في الدفاع عن أفكار	1.1000	.30779	36.56
6	أستحضر أفكار جميله قبل ذهابي إلى النوم	1.1000	.44721	37.56
7	أشعر أن الأماكن المرتفعة فرصة لرؤية العالم بشكل أجمل	1.2000	.41039	40
8	أقوم بجهد في مذاكرة دروسي لمستقبل	1.1500	.36635	38.43

التفكير الإيجابي لدى طلبه المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

			افضل	
--	--	--	------	--

يتبين أن أعلى فقرة رقم (1) ويفسر الباحث ذلك بأن سر السعادة يكمن في العلاقات مع الأصدقاء والعائلة وأفراد المجتمع، فالأشخاص الأكثر سعادة وصحة، يحافظون على علاقاتهم مع الأصدقاء والعائلة وأفراد المجتمع، وهم الأفضل والأكثر سعادة وصحة، ويحافظون على علاقاتهم، وينشطون في الحفاظ عليها، والبقاء على تواصل مع الأصدقاء وأفراد العائلة وأفراد المجتمع، مما يشعر الشخص دائماً بالرضا والسعادة في جميع المواقف الاجتماعية.

ويتبين أن أدنى فقرات (رقم 3، 5، 6) واللواتي نصصن على (يسهل علي الحديث امام الجماعة، أشعر برباطة الجأش في الدفاع عن أفكاري، أستحضر افكار جميلة قبل ذهابي إلى النوم) ويفسر الباحث ذلك: بأن الشخص الذي يسيطر على نفسه في أشد حالات الغضب والاضطراب، يمكنه الاحتفاظ بمظهر هادئ جداً، وتظل تعبيرات وجهه جامدة، فهي مرحلة نحو رباطة الجأش التامة، والتسلح بالشجاعة لكي يجتاز هذه المرحلة فإذا تظاهر بالغضب لم يلبث أن تدور في رأسه أفكار خطيرة وذكريات حزينة، ولكن لو تكلم بهدوء واتزان يسهل عليه التفاعل مع الآخرين واستحضار ما هو جميل في مخيلته في جميع أوقاته.

خامساً: مجال المناعة النفسية:

جدول رقم (10) المتوسط والانحراف المعياري لمجال المناعة النفسية

م	الفقرة الخاصة بمجال المناعة النفسية	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	اسعى الى إدخال السرور على الآخرين	1.5000	.60698	50
2	احل المشكلات التي تواجهني	1.4000	.50262	45.66
3	اعمل على مواجهة الأزمات والصعوبات	1.3500	.58714	45
4	في ذهني كثير من الأفكار الابداعية	1.8500	.74516	61.66
5	أتحدى المشكلات النفسية بصبر وثبات	1.2500	.63867	42.66
6	اتكيف مع المواقف الجديدة	1.8000	.69585	59.44
7	أتمتع بشعور الرضا والسعادة	1.8000	.69585	60

يتبين أن أعلى فقرة (رقم 4) ويفسر الباحث ذلك بأن الشخص المبدع لديه صفات الاستقلالية والقدرة على التفكير الحر غير مقيد بآراء الآخرين ولديه الطموح وحب معرفة الجديد وهو بذلك لا يفكر بالأفكار المستهلكة ويطمح خارج نطاق المعروف والمألوف الاستكشاف ويتبحر بالقراءة ويتتبع الجديد بحب وشغف وعدم الخوف من المجازفة الاستكشاف، ويكون دائماً تواق للجديد، ولا يتوقف عند الإنجازات بل دائماً ينشد الجديد.

ويتبين أن أدنى فقرة (رقم 5) ويفسر الباحث ذلك: بأن الإنسان الذي يتحلى بصفة الصبر تكون له قدرة عالية على التحمل وتخطي العقبات ويكون ناجحاً في حياته، ويستطيع التغلب على مصاعب الحياة، ويكون أقل عرضة للإصابة بالالاكتئاب والأمراض النفسية والجسدية وهذا ما يفقده الطلبة في هذه المرحلة وتحتاج إلى التوعية والتدريب.

ويمكن تفسير ذلك لكون الطلبة في المرحلة الثانوية يمتلكون مهارات وقدرات تمكنهم من حل المشكلات التي تواجههم ويرجع ذلك إلى دور التفكير الإيجابي في زيادة ثقة الطلبة بأنفسهم وقدرتهم على إيجاد الحلول المهارية الكفيلة لمواجهة المواقف والمشاكل التي تواجههم، كون الطلبة رهينة تفكيرهم فباختياره الطريقة الإيجابية في التفكير يستطيع تجنب الأمور غير المرغوبة في حياته وهذا كما يتفق هذا التفسير مع نظرية روجرز والتي تقول بأننا نملك قوة إيجابية تنطلق بنا نحو إنتاجية ناجحة عندما نستطيع إكتشاف نواتنا ونعرف كيف نعبر عنها بالشكل الجيد.

5- النتائج والتوصيات:

توصل الباحث في ختام الدراسة إلى عدة نتائج وهي كالآتي:

- 1- درجة التفكير الإيجابي لدى الطلبة جاءت بدرجة مرتفعة حيث بلغ المتوسط الحسابي (0.66) وإنحراف معياري (0.47)، ويشير ذلك إلى اتجاه الطلبة نحو الإيجابية في التفكير بدرجة متوسطة.
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في درجة التفكير الإيجابي.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث الحالي أوصى الباحث بعدة أمور:

- 1- العمل على تنمية بعض المهارات الاجتماعية الإيجابية في التفكير من خلال البرامج الإرشادية المتبعة بالمدارس.
- 2- عمل برنامج إرشادي من قبل الإرشاد المدرسي؛ لبيان أهمية التوجه الإيجابي للطلبة نحو مستقبلهم الدراسي والعمل، ومدى تأثيره على سلوكهم في المستقبل. وذلك مما يساعد في خفض الشعور بالقلق نحو المستقبل لدى الطلبة.
- 3- تدريب الطلبة على مهارات التفكير الإيجابي قبل إلحاقهم بالمرحلة الجامعية.
- 4- تنمية الاتجاهات الإيجابية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية نحو المدرسة والعمل.
- 5- غرس مفاهيم التفكير الإيجابي عند الطلبة من خلال جميع الجهات الداعمة لهم سواء الأسرة أو المدرسة أو الجهات الإعلامية وغيرها.

6- المقترحات:

- 1- القيام بأبحاث علمية تربوية حول متغيري التفكير الإيجابي مع متغيرات أخرى تعود بالنفع على الطلبة في جميع المراحل التعليمية.

التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بابل العراق

محمد راجح كاظم

2- إجراء دراسة تتناول التفكير الإيجابي لدى طلبة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية (الجنس/ التخصص الدراسي).

3- إجراء دراسة تتناول فاعلية برنامج إرشادي جمعي لتنمية التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة بابل.

4- ضرورة دراسة عن مخاطر التفكير السلبي وضعف الثقة بالنفس على تكوين شخصية الأبناء.

المصادر

- [1] بركات، زياد. التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات. (دراسة غير منشورة). جامعة القدس المفتوحة. طولكرم. (2006).
- [2] سوهاد فيلد. التفكير الإيجابي الرائع، مكتبة جرير، السعودية. (2016).
- [3] رندة جمال سكيك. التفكير الإيجابي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طالبات المرحلة الثانوية في غزة. مجلة ابن خلدون للدراسات والأبحاث، 3(4). (2023).

[4] Nurmi, J. E. How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning (Review): University of Helsinki: Finland. (1991).

[5] Andrew K. Moeleod and Clare Conway. Well- being and positive future thinking for the self-versus others. Royal Hallway. University of London. London UK. COGNITION and EMOTION. Vol 21 (nu 5). 1114- 1124.(2007).

[6] Peterson, C. Ruch, W. Bcermann, U. Park, N. & Seligman, M. Strengths of character, orientation to happiness and life satisfaction. Journal of Positive Psychology. Vol 2.(nu3), 149-156.2007). (

[7] Jarrar A.G. positive thinking & Good citizenship culture from the Jordanian Universities Students' points of view. Amman , Jordan. University of Petra. International Education studies. Vol.6,(nu 4).(2013).

[8] الزهراني, خلود جعري ضيف الله. التفكير الإيجابي وعلاقته بالتوجه نحو المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة المنطق. مجلة كلية التربية بالمنصورة, 110(5), 1559-1604. (2020).

[9] Hwang, Y. S., Echols, C., Wood, R., & Vrongistinos, K. African American College Students' Motivation in Education.(2001).

- [10] الرقيب، سعيد بن صالح. أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية. ماليزيا: الجامعة الإسلامية.(2008).
- [11] ماجدة عباس محمد علي، حيدر محمود عبود، & ناهده عبد زيد الدليمي. مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصيلة المعرفية بالكرة الطائرة. 1 Journal Human Sciences, 18 (المجلد الاول). (2013).
- [12] نصر الله، نوال خالد حسن. أنماط التفكير السائدة وعلاقتها بسلوكيات التفاوض والتشاور لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين. (دراسة غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا.(2008).
- [13] الخولي، منال علي محمد. أثر برنامج تدريبي قائم على تحسين التفكير الإيجابي في مهارات اتخاذ القرار ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات الجامعات المتأخرات دراسيا. (ع ٤٨). السعودية: دراسات عربية في التربية وعلم النفس.(2014).
- [14] بكار، سارة. أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أبي بكر بلقايد. تلمسان.(2013).
- [15] الرقب، زايد. درجة فهم عمدا كليات الجامعات الأردنية الرسمية مفهوم التفكير الإيجابي وأثر ذلك على عملية صنع القرار، أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.(2006).
- [16] عبد الستار، أحلام. فاعلية برنامج تدريبي لمهارات التفكير الإيجابي وأثره في تنمية بعض الخصائص النفسية والعقلية لدى الطفل، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة القاهرة.(2011).
- [17] عبد القادر محمد البري. العلاقة بين التفكير الإيجابي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطالبات السعوديات. مجلة بحوث الشرق الأوسط، 4(38)، 407-432.(2016).
- [18] الحربي، سطاتم بن مصلح علي. التفكير الإيجابي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلاب وطالبات الثانوية بمركز كثيفة بمنطقة حائل. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، 5(19)، 225-254.(2021).
- [19] خليل، نسرين يعقوب محمد. القيم وعلاقتها بمهارات التفكير الإيجابي لدى طالبات جامعة الملك عبدالعزيز. مج ٢٥ (٩٩ع).مصر: مجلة كلية التربية .جامعة بنها.(2014).
- [20] العبيدي، عفراء إبراهيم خليل إسماعيل. التفكير (الإيجابي-السلبى) و علاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد. المجلة العربية لتطوير التفوق،مج. 4، ع. 7، ص ص. 123-152. (2013).
- [21] Kristine S. Anthis, curt S. Dunkel And Brian Anderson. Gender And identity status Difference In Late Adolescents Possible Selves. Journal Of Adolescence (nu 27). 147- 152.(2004).