

التفاؤل المتعلم وعلاقته بسمو الذات
لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية

الباحث: حيدر حميد عباس

علم النفس التربوي



المستخلص

يروم الباحث من خلال دراسته الموسومة " التفاؤل المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة الديوانية " الى اهمية التفاؤل المتعلم على تطوير وتنمية قدرات الذات بما يؤدي الى سموها ورفيها العلمي والتعلمي والمعرفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية في العراق, ومن اجل تحقيق اهداف الدراسة في الكشف عن الفروقات في هذه العلاقات اعتمد الباحث المنهج الوصفي واختار لذلك اداة عبارة عن مقياسا للتفاؤل المتعلم وسمو الذات تتضمن محورين هي التكيف الاكاديمي والاطمئنان النفسي، وفي كل محور 10 فقرات وفقا لنظريات هاريسون وسيغمان وبرامسون حول التفكير الايجابي التفاولي، للتأكد من ثبات وصدق المقياس واجراء ما يلزم من تعديلات عليه. قدم المقياس لعينة من مجتمع طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة الديوانية من 135 طالب وطالبة من مختلف المراحل الدراسية, واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة لتفريغ البيانات بعد تجميعها من خلال نظام SPSS، ومن خلال جمعه للمعلومات عبر الاطلاع على الابحاث والدراسات السابقة وبناء الاستبانة وتفسير البيانات والاجابات التي ادلى بها الطلبة من افراد العينة، وتوصل الى مجموعة من النتائج منها :

1. ان مستويات التفاؤل عند المتعلمين من الطلبة الذكور والاناث كانت عالية .
 2. وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل المتعلم وسمو الذات لدى الطلاب من الجنسين.
 3. يستخدم الطلاب والطالبات انماط تفكير ايجابية مثل التفكير التركيبي والمثالي والعملية والتحليلي والواقعي.
 4. لا يوجد اثر لمتغيرات الجنس والتخصص والسن والمرحلة الدراسية في العلاقة بين التفاؤل الايجابي المتعلم وسمو الذات.
 5. وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل المتعلم وسمو الذات ومتغيرات الاطمئنان النفسي والتكيف الأكاديمي، وعدم وجود ارتباط مع اضطراب المسلك.
- ان اهمية وضرورة الدراسة تتجلى في معرفة اثر المتغيرات التي ترتبط بالتفاؤل المتعلم وطبيعة العلاقة بسمو الذات مثل التكيف الاكاديمي والتفكير الايجابي واضطراب المسلك والاطمئنان النفسي، وان ضرورة البحث تتجلى في معرفة فاعلية التفاؤل لدى طلبة المرحلة الاعدادية لا سيما في ظل الظروف السيئة التي يعيشها العراق بشكل عام وعلى كافة المستويات بحيث يكون التفاؤل المتعلم احد الوسائل التي تساعد الطالب في تجاوز الصعاب بما يحقق له سموا في ذاته وفي مجتمعه.
- الكلمات المفتاحية:** التفاؤل المتعلم ، سمو الذات، طلبة المرحلة الاعدادية.

Abstract

The researcher aims through his study entitled "acquired optimism and its relationship to self-transcendence among secondary school students in Diwaniyah governorate" to find out the impact and effectiveness of acquired optimism in developing and enhancing the capabilities of the self, which leads to its superiority and scientific, educational and cognitive progress among secondary school students in Iraq. To achieve the goals of the study in revealing the differences in these relationships, the researcher adopted the descriptive-analytical approach and chose a tool for this purpose, namely the

measure of acquired optimism and self-transcendence, which includes two axes: academic adaptation and psychological reassurance. Each axis contains (10) paragraphs according to Harrison, Sigman and Bramson's theories of optimistic positive thinking. The scale was presented to a group of educational arbitrators to ensure the stability and validity of the scale and make the necessary adjustments to it. The scale was presented to a sample of the High School student community in Diwaniyah governorate consisting of (45) students from various specialties and educational levels. The researcher used the appropriate statistical methods to unload the data after collecting it through the Occupational Health and safety system, and through collecting information by reviewing previous research and studies, constructing the questionnaire, interpreting the data and the answers provided by the sample of students. He arrived at a set of results , including:

1. The level of optimism gained among male and female high school students is high in favor of females.
2. There is a correlation between Learned Optimism and self-transcendence among male and female students.
3. Students use positive thinking styles such as artificial, idealistic, practical, analytical and realistic thinking.
4. There is no influence of gender, specialty, age and academic stage variables on the relationship between acquired positive optimism and self-transcendence.
5. There is a correlation between Learned Optimism, self-transcendence, psychological reassurance variables and academic adaptation, there is no correlation with behavioral disorder.

The importance and necessity of the study is manifested in the knowledge of the influence of variables associated with Learned Optimism and the nature of the relationship with self-transcendence such as academic adaptation, positive thinking, behavioral disorder and psychological transcendence. The need for research is manifested in finding out the effectiveness of optimism among university students, especially in light of the bad conditions experienced by Iraq in general and at all levels, so that the acquired optimism is one of the means that helps the student to overcome difficulties in order to achieve transcendence in himself and in his society.

Keywords: Educated optimism, self-transcendence, middle school students.

يسعى الباحث إلى توضيح الأطر الرئيسية التي يستطيع من خلالها الطالب تحقيق الارتقاء بالذات المتفائلة من خلال البيئة النفسية الملائمة مع ظروفها، لتكون سمة دائمة في ذاته الإنسانية وكيفية المحافظة عليها، وبالتالي تحقيق نوع من الفهم والارتباط بين التفاؤل المكتسب والارتقاء بالذات، مما يفتح مجالاً واسعاً أمام الطلبة في طريق التعلم الإيجابي واكتساب المعرفة، ويتحقق من خلاله الشعور بالراحة النفسية التي تعد هدفاً أساسياً للطلبة في تحقيق الأهداف التي يسعون إليها، ولكي تكون نتائجها المستقبلية إيجابية، هناك رغبة ملحة وجامحة لدى الطلبة للإبداع في عملية البحث العلمي بما يتطلبه ذلك من تكافل في جهود الطالب والبيئة المدرسية في المرحلة الإعدادية، وخاصة في ربط التفاؤل بالتعلم حتى يرتقي الطالب بنفسه في مجال العلوم. أما البحث في العلاقة بين التفاؤل المتعلم والتعالى على الذات من خلال دراسة القضايا المتعلقة بالتعليم والتعلم والواقع النفسي والنفسي للطلاب في المرحلة الإعدادية والبيئة وتكيفه الأكاديمي مع المعلمين والإدارة المدرسية والاطمئنان على واقع تعلمه العلمي ومستوى نمو قدراته الفكرية الإيجابية، فهي قضايا تكاد تتشابك مع علاقات وارتباطات علمية تنتج نتائج بعضها سلبي وبعضها إيجابي، ويسعى الباحث إلى تقويم الجانب السلبي وكشفه وإيجاد الحلول المناسبة له من أجل تحقيق التعالي على الذات لدى الطالب والإحباطات المحيطة به والتي تؤدي إلى اضطرابات آنية أو مستمرة، ومن ثم فإن العلاقات المتبادلة بين التفاؤل والتعلم وتحقيق التعالي على الذات لا يمكن إدراكها وتحقيقها إلا بإجراء إحصاء على عينة من الطلبة، ويشكل هذا الإحصاء نتائج نهائية لما تم إعداده في الواقع البيئي، ويمكن تحقيق ذلك من خلال استنباط الأسئلة من واقع ما تم تطبيقه. إن الإجابة على هذه الأسئلة هي المحور الأساسي الذي تتمحور حوله عملية البحث ونتائجه، ومن المهم جداً أن لا تكون هذه الأسئلة بعيدة عن واقع البيئة والطلبة ومعيشتهم، حتى لا تكون شكلية وافتراضية ولا تحقق النتائج المرجوة، بل هي من الواقع الفعلي للطلبة، أي الواقع الأكاديمي وسهولة المنهج وعمق الأسلوب وبساطة اكتسابه والمناخ البيئي الذي يؤدي إلى راحة البال والهدوء الذي يحقق معدلاً عالياً من التعلم.

أولاً: بيان المسألة:

أثبت علماء النفس أهمية البحث في تأثير التفاؤل على السلوك الإنساني في دراساتهم وأبحاثهم العلمية والتربوية، وحاول الباحثون الإشارة إلى الارتباط بين التفاؤل بكافة أشكاله والسلوك الإنساني وانعكاسه على الذات وارتقاء هذه الذات مما يساعد في تحقيق الأهداف . وقد تميزت نفسية الطالب في المرحلة الإعدادية بين التوتر والاستقرار ومقاومة الصعوبات والميل إلى التفاؤل أو الوقوع في حالة من التشاؤم - بحسب العمر والأحداث المحيطة وظروف الدراسة - والمتغيرات التي يتعرض لها الطالب قد تؤدي وتؤثر في زيادة معدل الضغوط التي يواجهها ومدى قوة نفسه في مواجهتها أو الاستسلام لها. إن عامل التفاؤل مصطلح يتكرر في حياة الطالب منذ المرحلة الابتدائية ويزداد عند دخوله المرحلة الإعدادية، وهو يميل إلى التعامل مع متطلبات المرحلة الإعدادية وظروف الحياة بقوة ووعي وتكيف أكاديمي وطمأنينة نفسية وسلوكية، بعيداً عن الاتجاه التشاؤمي المعاكس وما يتضمنه من سمات الحزن والاضطراب والخوف والتردد تجاه المستقبل والدراسة على حد سواء . ومن ثم فإن ميل الطالب إلى التفاؤل المتعلم هو مؤشر على ممارسة عقله لعادات ذهنية تساعده على إصدار أحكام إيجابية عن نفسه وعدم الانصياع للتوتر الذهني الذي يؤدي إلى الفراغ والبؤس والمشاكل والضعف العام في الذات النفسية، وما يمكن أن يولده في نفسه من ضغوط ومصاعب وإحباط وثقافات حزينة تسبب الألم والحزن في السلوك والأداء، في حين أن نوي النزعة التفاؤلية المتعلمة هم أكثر ثقة في مواجهة التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية في المرحلة الإعدادية.

ثانياً: اسئلة البحث :

السؤال الرئيس:

(ما مدى التفاؤل للمتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية؟)

الأسئلة الفرعية للبحث:

- 1- ما المقومات الرئيسية للتفاؤل عند المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى الطلاب وفقاً لنظريات الإرشاد والنظريات التربوية؟
- 2- ما المستوى العام للتفاؤل عند المتعلم من خلال التفاؤل بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية؟
- 3- ما هو الارتباط في العلاقة بين التفاؤل عند المتعلم وسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية؟

ثالثاً: مشكلة البحث:

يمثل طلاب المرحلة الإعدادية الطاقة الحيوية للمجتمع وأداة بنائه وتحقيق طموحاته، ولكن الآثار السلبية للتشاؤم تجعل الفرد غير متفائل ويتوقف ولا يمكنه أن يتعامل بطريقة سليمة، كما يفقده السيطرة على ضبط النفس والتحكم في إرادته، وعدم القدرة على التفكير السليم، ففي دراسة (Snyder, 2002) عن طبيعة الارتباط بين كل من الأمل والتفاؤل وأساليب مواجهة الضغوط، أشارت النتائج إلى أن مرتفعي الأمل والتفاؤل لديهم أساليب فعالة للتعامل مع المواقف الضاغطة، كما أضاف الباحث أن مرتفعي الأمل والتفاؤل يتجنبون المواقف الضاغطة وأشارت الدراسة إلى أن سلوك التجنب يعني عدم الالتفات إلى السلبيات. وتتجه جهود القائمين على المدارس الإعدادية نحو جعلهم في مستوى عال من التفاؤل والطمأنينة النفسية استعداداً لتولي دورهم الفعال في بناء المجتمع وتنميته

ومواجهة ظروف الحياة ومتطلباتها بروح الأمل لتنمية التفاؤل في التعليم وجعل التفكير الإيجابي أكثر إبداعاً وتبديد الاكتئاب وزيادة الرضا عن ظروف العملية التعليمية والبحث عن الذات الإنسانية ومساعدة أفضل للتعلم والتفكير النقدي، ومن ثم فإن المرحلة الاعدادية التي يمر بها الطالب تعد مرحلة استراتيجية في حياته يصاحبها تغيرات جسمية وعقلية وعاطفية تؤثر على مشاعره وسلوكه وإحساسه بأنه أصبح جزءاً منتجاً من المجتمع الذي يعيش فيه ويتفاعل معه. ثم إن الصراع بين احتياجات الطالب في المرحلة الاعدادية ورغباته ومتطلبات المجتمع المحيط وقيمه والأفراد المحيطين به يجعله ينظر إلى نفسه ونفسه نظرة إيجابية، فيتجه إلى ممارسة سلوكيات تدعم وجوده وتثبت رأيه وفكره حتى يكون في انسجام مع نفسه ومع الآخرين، ويولي اهتماماً لنفسه وللمجتمع الذي يتفاعل معه، ويبتعد عن الديماغوجية والتهور إلى الاستقرار المتفائل الناتج عن قناعاته العلمية.

رابعاً: أهمية البحث:

1 - تركز هذه الدراسة على مجال تربوي وتنموي يدور حول آليات علم النفس والذي يعتمد على أسس نفسية يمكن أن تكون باباً جديداً يكشف عن خطوات عديدة تتسق مع العنوان الذي سيضع له الباحث معايير معينة يعتمد عليها وقد تتميز الدراسة عن غيرها بما تحققة من نتائج علمية وقد جعل الباحث من النتائج العلمية التي قدمت في المجال العلمي أساساً يعتمد عليه في دراسته.

2 - الوصول إلى مستوى يتحقق فيه التفاؤل وتجاوز الذات من خلال تطبيق المعايير المنطقية.

3 - تتمحور ضرورة الدراسة حول تحقيق نتائج جيدة يمكن أن تكون أساساً يمكن الاعتماد عليه في تحقيق الأهداف التي يسعى إليها الباحث.

4- تبرز الأهمية من خلال حالات التشاؤم التي تحدث في البيئة الأكاديمية في المرحلة الاعدادية وضرورة إيجاد الحلول لها من خلال تحقيق نسبة التفاؤل فيها.

خامساً: أهداف البحث:

تنقسم اهداف البحث إلى قسمين:

أ- القسم الأول : الاهداف العلمية ومنها :

1- أهمية إدراك التفاؤل في التعليم فهو عنصر إيجابي يساعد على تحقيق النضج العلمي.
2- توضيح أهمية العلاقات التي تنشأ بين الطلبة والمعلمين وطرق التفاهم التي تحقق ثمارها العلمية.

3- توضيح أهمية النمو الذاتي الذي يمكن أن يحققه طلبة المرحلة الاعدادية

ب- القسم الثاني : الاهداف العملية ومنها :

1- رفع مستوى التفاؤل لدى المتعلمين في المرحلة الاعدادية.

2- رفع مستوى علاقة المتعلمين بتجاوز الذات.

3- تصحيح العلاقة بين تجاوز الذات وتفاؤل المتعلم.

4- إثبات حالة التفاؤل لدى الطلبة على المستوى العلمي، والتي بدورها تعتبر نقطة انطلاق لتحقيق نتائج علمية عالية، وهذا ينعكس إيجاباً على المجتمع ككل، حيث أن تقدير الطالب لذاته يجعله يشعر بالثقة بأدائه وبالتالي يتقنه ويفخر به، وقد يزيد إنتاجه العلمي والمعرفي، مما يجعله في مجتمع متميز.

سادساً: حدود البحث :

- أ-الحدود الزمنية: العام الدراسي : 2023-2024 .
- ب-الحدود البشرية: طلبة المرحلة الإعدادية لمدارس محافظة الديوانية.
- ج- الحدود المكانية : المدارس الإعدادية في محافظة الديوانية.

سابعاً: تعريف المصطلحات:

التفاؤل

في اللغة : تفاؤل مصدر مفرد من تفاعل وهو استعداد نفسي يهيئ لرؤية جانب الخير في الأشياء والاطمئنان إلى الحياة والتفاؤل يساعد على تحمل مصاعب الحياة (1)، وان الشيء المتفائل أي تيمن به والفأل فعل يستشُر به (2) ، وهو الأمل والتفكير بكل شيء يقود إلى الأفضل، وهو التوقع القصير المدى بالنجاح وتحقيق الرغبات والمتطلبات المستقبلية (3).
في الاصطلاح : وهي حالة من الاستقرار المستمر في الشخصية تؤدي إلى التفكير بالتوقعات الإيجابية والجيدة، في حين يجد بونكر وويلفريد أن التفاؤل هو الميل إلى توقع الحصول على أفضل النتائج الجيدة للأفعال أو الأحداث، ويجعل الفرد لا يرى إلا الجانب المشرق منها ويعتقد أن عالمه سينتصر في النهاية. (4) .

المتعلم:

في اللغة: وهو الفاعل الذي يقوم بتنفيذ التعلم والتداول في مكان مخصص لذلك، والمتعلم هو الذي يكتسب معرفة وتقنها وعرفها (5) .

في الاصطلاح: عرفه وبستر بأنه الشخص الذي يتبنى يرى نظر كامل بالأمل والتفكير في ان كل شيء سيؤول إلى الأفضل والاكمل والاحسن وبالتالي النتائج الأفضل. (6)

التفاؤل المتعلم :

في الاصطلاح : عرف تايلور التفاؤل غير الواقعي بأنه شعور الفرد بقدرته على التفاؤل تجاه الأحداث دون مبررات منطقية وموضوعية أو حقائق تؤدي إلى هذا الشعور، وقد يسبب نتائج غير متوقعة تعرض الفرد للإحباط أو الأمراض النفسية والجسدية (7) ، يرى فروم أن حاجة الفرد هي التي تدفعه إلى التغلب على السلبيات في نوع من الإبداع داخله وتقدير الفن والعمل والحب (8).

وعرفه أندرسون بأنه ميل نفسي لدى الفرد إلى توقع الأشياء إما إيجابياً أو سلبياً للأحداث المستقبلية، ويتحقق ذلك في الميول نحو أفضل النتائج الممكنة للأحداث والأفعال، ويتميز الفرد بميزة نسيان الذات من خلال الانغماس الكلي في عمل محدد من خارج الذات في توجه روعي عظيم (9).

أما فرانكل فقد عرفه بأنه الدافع الحقيقي في حياة الفرد في البحث عن الذات والمعنى وعدم نسيانها وتجاوز رغباته وغرائزه للارتقاء بإنسانيته وعدم التراجع عن ذلك، وهي بذلك سمة إنسانية تتمثل في التوجه نحو ما هو خارج الفرد والانفتاح على الآخرين وتحقيق المعاني الجوهرية (10).

سمو الذات

في اللغة : من العلو والرفعة وقد يكون لقباً لصاحب مكانة وسمو المشاعر علتها ورفعتها، والسماء من كل شيء اعلاه، وكل ما علاك فأظلك(11).

في الاصطلاح : له مجموعة من التعريفات لدى الباحثين الغربيين والعرب ومن ذلك لدى الباحثين الغربيين:

عرفه بورج بأنه مجموعة الخبرات والمدرجات والمشاعر والاحاسيس التي يمتلكها الفرد عن نفسه وترفعه الى السمو والعلو(12) .

بينما يجد وينك انه خاصية يتميز لها الفرد الذي يتصف بمقومات القدرة على تجاوز او نسيان ذاته السلبية والتفاعل في الامور التفاعلية مع الاخرين ويكون غالباً ذات توجه روحي ايجابي(13) .

عرفه فروم بأنه خاصية يتميز بها الفرد عن الكائنات التي تدفعه الى تجاوز الدور السلبي للآخرين فيكون فرداً خلوفاً بما يساعده في ايجاد الآراء الجديدة وتبادل المحبة والاذواق والفتن(14) ، بينما يجد فينيكس ان السمو بالذات هو القدرة على الارتفاع والعلو فوق رغبات النفس الغرائز السلبية(15).

ومن التعريفات لدى الباحثين العرب:

فقد عرفها جابر بأنها مجموع تصورات الفرد عن نفسه ونفسه في صورة مركبة تتكون من تفكيره عن نفسه وتحصيله الدراسي، وخصائصه وصفاته العقلية والشخصية، وطبيعة ميوله نحو هذا التفكير وعن ذاته، وما يعتقده الآخرون عنه وما يفضل أن يكون عليه(16)، أما صوالحة فيرى أنها استجابات الفرد لأسئلة الذات والانا حول تفاصيل تتعلق بمكانته ومكانته الاجتماعية ودوره وانطباعاته ومظهره وما يميل إليه ويحبه(17) .

د-طلبية المرحلة الاعدادية:

التعليم هو آخر مرحلة من التعليم الإلزامي الذي يتلقاه جميع الطلبة، وذلك بعد اجتيازهم مرحلة التعليم الأساسي المتمثلة بالصفوف الابتدائية، والإعدادية أو المتوسطة، وهي المرحلة التي تُقرر طبيعة التخصص الجامعي الذي سيلتحق به الطالب بعد تخرجه من الثانوية، أو طبيعة المهنة التي سيتعلمها لاحقاً، وهذا ما يُطلق عليه اسم التعليم العالي، وتُسمى مدارس التعليم الثانوي بالمدارس الثانوية، وغالباً ما يبدأ التعليم الثانوي خلال سنوات المراهقة.

(وزارة التربية،

2012: 12).

التفاؤل المتعلم:

يعد التفاؤل سمة يتسم بها الإنسان ليحسن من واقعه دون تمييز بين الجنسين وهذا ما أشارت به دراسة (عبدالهادي، 2013) أن بالتفاؤل يستطيع الفرد أن يغير من واقعه دون تمييز من حيث الجنس بين الذكور أو الإناث وإنما وسيلة بينهما من أجل الوصول لواقع إيجابي ومستوى أفضل. واهتم الباحثون بدراسة التفاؤل في مختلف المجالات النفسية، وذلك نظراً لارتباطه بالصحة النفسية للفرد فقد أكدت معظم النظريات ارتباط التفاؤل بالسعادة والصحة والمثابرة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة وهذا ما أشارت إليه دراسة (Tee Ten, 2008) أن التفاؤل يشعر الفرد بدنيا بحال أفضل، فالمتفائلون يعيشون بصحة أفضل من سواهم، لأن أجهزة المناعة لديهم تعمل بشكل أفضل لحمايتهم. والإنسان المتفائل يظهر وكأنه يقوم بحماية نفسه وذاته من مشاعر الاكتئاب والحزن الشديد والقلق بسبب الأفكار والتوقعات الإيجابية التي يحملها، وفي المقابل الإنسان

المتشائم يعاني كثيراً من الأفكار والتوقعات السلبية لمجريات الأحداث ومن ثم فهو يتعرض لمشاعر الحزن الشديد والاكتئاب والقلق، ويؤكد سيلجمن في هذا السياق بأن أسلوب تفكير الإنسان هو الذي يحدد فيما إذا كان هذا الإنسان متفانلاً أم متشائماً (رائد السهل، يوسف العبد الله، 2009: 16). وهذا ما أكدته دراسة (ابتسام محمد، 2011). أن السلوك التفاؤلي له دور إيجابي في تدعيم قدرة الفرد على مواجهة التحديات وإدارة الأزمان بشكل إيجابي تفاؤلي يساعده على مقاومتها والوقاية منها مستقبلياً.

نظريات التفاؤل النفسي:

أ- نظرية كاتل في السمات النفسية: منهج كاتل في دراسة الشخصية الإنسانية بأبعادها المتكاملة، وتشكل السمة عنده وحدة بناء الشخصية والأساس لدراستها، وقد وجد نوعين من السمات، الأول منها السمات المركزية وتشمل المؤثرات الحقيقية التي تساعد في تحديد وتفسير السلوك الإنساني، وهي أكثر ثباتاً وأهمية، ومنها تشتق السمات التكوينية الداخلية، والسمات البنيوية، والسمات البيئية التي تشكلها البيئة وتأثيراتها ومواقفها، والسمات المنفتحة، والانطوائية، والانكماشية، والمتفائلة. (18).

هناك العديد من النظريات المتعلقة بأمر السمات والخصائص الشخصية ومنها نظرية أطلق عليها نهج ريموند كاتل، فنص فيها على أن الشخصية عبارة عن نمط من السمات تقود إلى فهم وإدراك الشخصية والتنبؤ بسلوكها واغلب أفعالها حيث أن الصفات متواجدة بشكل دائم وهي حجر الأساس الذي يبني شخصية الفرد كما هناك مجموعة من الصفات السطحية أو المركزية وهي عادة ما يمكننا ملاحظتها كالصدق واللطف والذوق والكرم، كما أن هناك مجموعة من الصفات يطلق عليها سمات المصدر وتشير إلى مجموعة من العوامل الأساسية العميقة.

ويرى كاتل أن السمات الإنسانية تتأثر بثقافة الطالب واستجاباته المتفائلة التي تميل في الغالب إلى التفاؤل، وقد استفاد من نظريته مجموعة من الباحثين النفسيين مثل بيتر وهين وليمان ووجدوا أن العلاقة بين الثقافة والتعلم والتفاؤل قائمة في المجتمع وبين أفرادها، وبالتالي فإن سلوكيات الأفراد تختلف باختلاف مستويات تفاؤلهم وتساؤمهم. (19).

ب- نظرية فرويد في التحليل النفسي: كان موقف فرويد متشائماً في الغالب تجاه الأحداث والطبيعة البشرية بسبب سيطرة الغرائز على الطبيعة البشرية وإشباعها بأي وسيلة، ويرى فرويد أن سمات الشخصية الإنسانية مرتبطة بالتنظيم التربوي للفرد، معتبراً أن الإشباع المفرط للغرائز يؤدي إلى مزيد من التفاؤل والإثارة والمواقف التي تميل إلى الاعتماد على العالم الخارجي أي الآخرين، وأن الميل إلى الجدل والاختلاف والتشاؤم والكراهية والعداء هو نتيجة لإهمال الإشباع.. (20).

ج- نظرية كيلي المعرفية، نظرية بناء الشخصية أو سيكولوجية بناء الشخصية، هي نظرية طورها عالم النفس الأمريكي جورج كيلي في خمسينيات القرن العشرين في الشخصية والإدراك المعرفي. واشتق كيلي من النظرية، مدخلاً للعلاج النفسي، بالإضافة إلى آلية تسمى مقابلة الشبكة المرجعية، إذ تساعد مرضاه على تحليل تركيباتهم الخاصة (مخططات أو سبل رؤية العالم) مع أقل تدخل أو تفسير من جانب المعالج. وأصبحت الشبكة المرجعية لاحقاً ملائمة للعديد من الاستخدامات داخل المؤسسات، بما في ذلك صناعة القرار وتفسير وجهات نظر الأشخاص الآخرين بشأن العالم. وصنفت الجمعية البريطانية للعلاج النفسي، وهي هيئة نظامية، علاج سيكولوجية بناء الشخصية ضمن فئة فرعية تجريبية من المدرسة البنائية.

نظرية كيلى المعرفية، الفرد حر في اختيار سلوكه والتحكم فيه وتعديله إذا لزم الأمر، بل إنه حر في مراجعة مفاهيمه القديمة واستبدالها بمفاهيم جديدة. وطبقاً لهذه النظرية فإن توجه الإنسان يكون دائماً نحو المستقبل (21).

يرى كيلى أن الفرد عقلاني بالأساس وقادر على تكوين مفاهيم يستطيع من خلالها أن يرى العالم، كما يستطيع تكوين موقف لرؤية الواقع. فالفرد هو الذي يرسم مصيره ومصيره وليس صانع المصير (22)، والمفاهيم هي معتقدات وقيم وأفكار عن الذات والحياة. وقد استخدم كيلى العمليات النفسية، والتي لها أهميتها في توجيه الفرد وزيادة فاعليته من خلال الأساليب التي يتوقع بها الفرد الأحداث. ويرى أن توقعات الفرد للأحداث هي التي تؤدي إلى تحديد سلوكه، مما يؤدي إلى تكوين أنماط معينة من السلوك وفقاً لإدراكه الفكري والمعتقدات التي يتعرض لها (23).

اعتمد كيلى على المعرفة لتفسير السلوك والتوقعات للمستقبل، مؤكداً على وجود فروق فردية بين الأفراد في تفسيرهم للخبرات التي تمثل المواقف والأحداث، وأن الإحباطات الخارجية الناتجة عن البيئة المدرسية أو العائلية أو المجتمعية التي ينتمي إليها الفرد تسبب خللاً في منظومة التوقعات، بما في ذلك التفاؤل والتشاؤم (24).

د-نظرية سليجمان التعليمية التفاولية على عكس الأفكار المذكورة أعلاه حول نظريات التفاؤل، تأتي نظرية مارتن سليجمان، حيث أدرج في كتبه "تعلم التفاؤل"، الطفل المتفائل، والبرنامج الوقائي للحماية من الاكتئاب. "كان هذا مصحوباً بمفاهيم احترام الذات، وهذا التفاؤل هو تكرار لمفردات احترام الذات. خلص سليجمان، بعد إجراء بحثه الطويل، إلى أن أسس التفاؤل تكمن في الطريقة التي يفكر بها الفرد وينظر إلى الأسباب والمكاسب التي تحدد التفكير في مواجهة المواقف المزعجة (25).

يؤكد سليجمان أيضاً أن سبب الاختلاف في الاستجابة يرجع إلى كيفية تفسير الفرد للضغوط والمشكلات التي يتعرض لها، وأن أسس التفاؤل تتمحور في استمرارية الأحداث الجيدة وأن الأنا في مزاج إيجابي للأحداث والاستمرارية المؤقتة للأحداث السيئة والمتغيرة والأنا في مزاج سلبي وكئيبي، وأحد أسس التفاؤل هو أيضاً التعميم الذي يمكن نشره بدلاً من تحديده، وأن إيمان الفرد بالآثار غير المحدودة لحدث ما يجعله عاملاً مستمراً وواسع الانتشار ويعكس آثاره على المواقف المختلفة في حياته (26)، يجد سليجمان أن الدوام مرتبط بالمتفائل لا يعمم المشكلة على مساحة كبيرة من حياته والأفراد المحيطين به لا يحول المشكلة إلى غضب يحيط به في الأسرة والمجتمع والمدرسة.

هـ- نظرية كارفر للتوجه نحو الحياة: درس مع شاير ويركز مفهوم التفاؤل على توقع الفرد للأهداف المستقبلية أو عواقب الأشياء والأحداث، ويفترض أن العاطفة ترتبط بتجربة التحرك نحو الهدف أو الابتعاد عنه وتوقعات النتائج، وأن العاطفة الإيجابية ترتبط بالتقدم نحو الهدف والتوقع الإيجابي للنتائج، وتولد مشاعر متفائلة تجاه الأهداف المستقبلية، وتعتقد أن المشاعر الإيجابية ترتبط بالتطور نحو الهدف والتوقع الإيجابي للنتائج، وتولد مشاعر تفاؤلية تجاه الأهداف المستقبلية، يفترض شاير و كارفر أن هناك علاقة بين التفاؤل والنشاط في مواجهة الضغوطات والتركيز على الأساليب في معالجة المشاكل، يبذل المتفائل جهداً أكبر للتغلب على الشدائد ويستخدمه في السلوك الذي تجعله ينتصر على الشدائد (27).

صرح شاير و كارفر أن التفاؤل المكتسب هو ميل منظم للفرد ليكون لديه توقع مهم للنتائج السارة في مختلف المجالات المهمة أو العادية وحتى في ظروف توقع الأشياء السيئة من الأشياء، ويجد كارفر أن التفاؤل هو نظرة إيجابية، والإقبال على الحياة، والإيمان بإمكانية تحقيق الرغبات المختلفة في المستقبل، والإيمان باحتمالية الخير بالإضافة إلى ذلك، هناك علاقة بين التفاؤل والتحمل البدني والصحة البدنية، وأن

المتفائلين أكثر خاليا من الإجهاد ، كما أن التفاؤل هو مصدر قلق كبير ، كما أن التفاؤل، أكثر إشباعا ورضا في علاقاتهم مع الآخرين ، وتفاؤلهم يعتمد في الغالب على العاطفة والروح المعنوية العالية والصياغة الجيدة للمواقف الإيجابية (28) .

وهناك 3 أنواع من التفاؤل وفقا لهذه النظرية وهي :

أ-التفاؤل الواقعي وهو يشكل نزعة داخل الفرد للتوقع تجاه الحدث ايجابيا في الغالب(29).
ب-التفاؤل غير المتوقع : يتوقع فيه الفرد الحدث الايجابي وهو يكون في الاصل ايجابيا وبنسبة اقل من توقع الامر السلبي(30) .

ج- التفاؤل المقارن: وهو نزعة داخل الفرد بتوقع حدوث الامور الايجابية لنفسه بما يرضي الذات اكثر من حدوثها للآخرين(31).

و- نظرية ماسلو للدافعية الانسانية: وصف ما سلو التفاؤل الإيجابي بأنه القوة الثالثة بين السلوكية والتحليل النفسي ، ويدافع عن القيمة الذاتية للشخصية البشرية ، ويجد أن الفرد لديه احتياجات وإمكانات وميول متأثرة بالثقافات ويعرض تحقيق هذه الإمكانيات وتلبية الاحتياجات ويطلق عليها هرم الاحتياجات لتحقيق أكبر قدر من التفاؤل الإيجابي ، وهي (32).

أولاً- الحاجات الفيزيولوجية من المأكل والمشرب وغيرها.

ثانياً- الحاجات الخاصة بشعور الفرد بالأمان والاستقرار والنظام والتخلص من الاضطرابات والقلق .

ثالثاً- الحاجات المتعلقة بالانتماء والمحبة .

رابعاً- الحاجات المختصة بتقدير الذات والآخرين.

خامساً- حاجات المكانة لتحقيق الذات من حيث الاحترام والاحساس به.

سادساً- حاجات المعرفة والفهم والادراك.

سابعاً- الحاجات الجمالية المادية والروحية والمعنوية .

ز- نظرية السلوك : يجد مؤلفو هذه النظرية أن العنصر الأساسي لتعلم السلوك المتفائل هو تجنب المواقف والاستجابات التي تؤدي إلى العقاب والنتائج السيئة بحيث يصبح السلوك مشروطا بعدم الأمان والراحة (33)، وتساعد المهارات المختلفة في تجاوز الذات من خلال إيجاد حل للمشاكل في الفرد كنشاط عقلي يتكون من خمسة محاور (34) :

أ- يسهم سمو الذات في تكوين العلاقات .

ب- يفعل سمو الذات في عملية تطبيق المعرفة .

ج- يساعد سمو الذات على التأمل في الخبرات المعرفية .

د- يدعم سمو الذات لتمثيل المعرفة .

هـ- ان سمو الذات عامل اساسي لامتلاك المعرفة .

فاعلية انماط التفكير تجاه التفاؤل المتعلم وسمو الذات:

من خلال التفكير ، يمكن للطلاب في المرحلة الاعدادية تطوير عملياته العقلية بحيث يتحقق التفاؤل المكتسب ويرفع نفسه نحو القمة ، مستفيدا من قدراته وخبراته المكتسبة ، ويتم تعلم التفكير وتطويره من خلال الظروف التي يواجهها الطالب في البيئة المحلية حتى يتمكن من الاعتماد عليها في مواجهة محفزات الأشياء - هذا الاتجاه يمثله بافلوف - وهذه الأنماط تساعده على التحكم في المواقف السلبية وتحويلها إلى مواقف إيجابية متفائلة ومواجهة محفزات غريزية- سكرنر. ثم التفكير المطلق المتفائل: لا يتأثر الإنسان بعدة أشياء من أهمها الذاتية أو المصادر التجريبية أو التجارب العلمية والتجارب والعواطف ويعمل على فهم الكل أكثر من فهم الأجزاء المادية من العالم التي تحيط بنا(35)، والتفكير المنطقي التفاولي

يعتمد على قواعد وقوانين الفكر الذي يفترض وجود تفكير فلسفي خال من الأخطاء المنطقية⁽³⁶⁾.

والتفكير الابداعي التفاوضي هو تفكير في نسق مفتوح مميز الإنتاج فيه بخاصية فريدة هي تنوع الإجابات المنتجة والتي لا تحدها المعلومات المعطاة.⁽³⁷⁾

العمليات المعرفية لتحقيق سمو الذات وتتكون من عدة مطالب:

المطلب الأول: المكونات التفاوضية المعرفية

بذلت محاولات وجهود لتحديد عمليات الاستدلال المركبة المختلفة التي ينغمس فيها الطالب، واطلق الباحثون على هذه العمليات تسميات مختلفة، بالرغم من ادراكهم أن فيها المكونات المعرفية، التي تميزها تمييزاً مشتركاً وشائعاً ومنها:⁽³⁸⁾

1- المقارنة .2- الاستنباط .3- الاستقراء .4- النظم بناء .5- الخطأ التحليلي .6- المنظور التحليلي .7- التجريد .

8- البحث .9- القرار اتخاذ .10- الاختراع .11- التجريبي- الاستقصائي .12- حل المشكلات .13- التصنيف

وقد استخدم الباحثون في نظريات التفاوض المتعلم معايير متعددة لاختيار المهارات التفاوضية العقلية التي يمكن للطالب اكتسابها، ادرجها الباحث في الجدول التالي⁽³⁹⁾.

جدول رقم (1) يبين المهارات التفاوضية العقلية لسمو الذات⁽⁴⁰⁾.

الترقيم	الفئة	المهارات العقلية ⁽⁴¹⁾ .
1	مهارات التركيز .	تحديد المشكلات . صياغة الأهداف .
2	مهارات جمع المعلومات .	الملاحظة وصياغة الأسئلة .
3	مهارات التذكر .	الترميز .التذكر والاسترجاع .
4	مهارات التنظيم .	-المقارنة .-التصنيف . -الترتيب .- التمثيل .
5	مهارات التحليل .	-تحديد السمات والمكونات .-تحديد الأنماط والعلاقات -تحديد الأفكار الرئيسة .-تحديد الأخطاء .
6	مهارات التوليد والتوصل إلى التعميمات .	-الاستدلال .-الاستقراء . - الاستنباط . - التنبؤ والتوسع
7	مهارات التكامل .	-التلخيص . -إعادة البناء والتركيب .
8	مهارات التقويم .	-بناء المعايير . -التأكد والتدقيق .

ويشمل أيضا الإجراءات والأنشطة المتعلقة بالتفكير المرن وفوق المعرفي والتفكير التفاعلي والابتكار والاستيعاب والتصورات وتطبيق واستثمار المعرفة المخزنة في

الذاكرة للاستفادة منها في المواقف الجديدة التي قد يمارسها الطالب لبناء المعرفة العقلية وتحقيق النمو والتعالى الذاتي (42). ومن هذه المواصفات للمهارات العقلية التفاوضية:

- 1- مجموعة الأنشطة المنظمة .
- 2- العمليات المنسقة في تتابع زمني متصل .
- 3- المكتسبات التي تقوى بالتكرار .

مراحل وعوامل اكتساب المهارات التعليمية التفاوضية

يتم وصف المهارات من خلال مجموعة من المبادئ والأسس وتطويرها بقدر ما يتم الاهتمام بأسباب تطورها ، وتعلمها يقوم على المنطق العلمي والتدريب ، ويؤدي إلى إتقانها واقتصاد الجهد الذهني والبدني ، مما يوفر فرصة للممارسة تتناسب مع جودة متطلبات المهارة المطلوبة في توزيع فترات الممارسة بدلا من التركيز على المهارات التي يتم تدريسها من قبل الطلاب ، حيث يتم تطوير المهارات من خلال (43):

1-مرحلة التجريب . 2-مرحلة التطبيق . 3-مرحلة التلقائية (44).

وتكتسب المهارات العقلية التفاوضية في الخطوات الآتية :

1-قدرة الطالب وخبراته . 2-الإمكانات المتاحة المادية والمعنوية . 3-مستوى النضج المعرفي . 4- المفاهيم والادعاءات المطلوب التدريب عليه . وتكمن أهمية اكتساب المهارات التفاوضية العقلية من خلال :

1-تكسب الطالب خبرة مباشرة وتنتج هذه الخبرة عن طريق الاحتكاك المباشر بالطلاب والاداريين والمنسقين والتفاعل معهم مباشرة(45).

2-إن المهارات التفاوضية العقلية تجعل الطالب قادرا على إدارة التفاعل مع البيئة والمجتمع .

3- لديه مهارة الاتصال اللغوي، بما يساعده على مواجهة الصعوبات(46).

4- تمكن من الارتقاء في آفاق جديدة .

5-تساعد على الربط بين الدراسة والتطبيق .

6-تكشف عن الواقع التعليمي التربوي والنفسي(47).

7- يرتبط أساس المهارة النظري بالجانب الوجداني والأدائي .

8- تمثل المهارة قدرا من المعرفة .

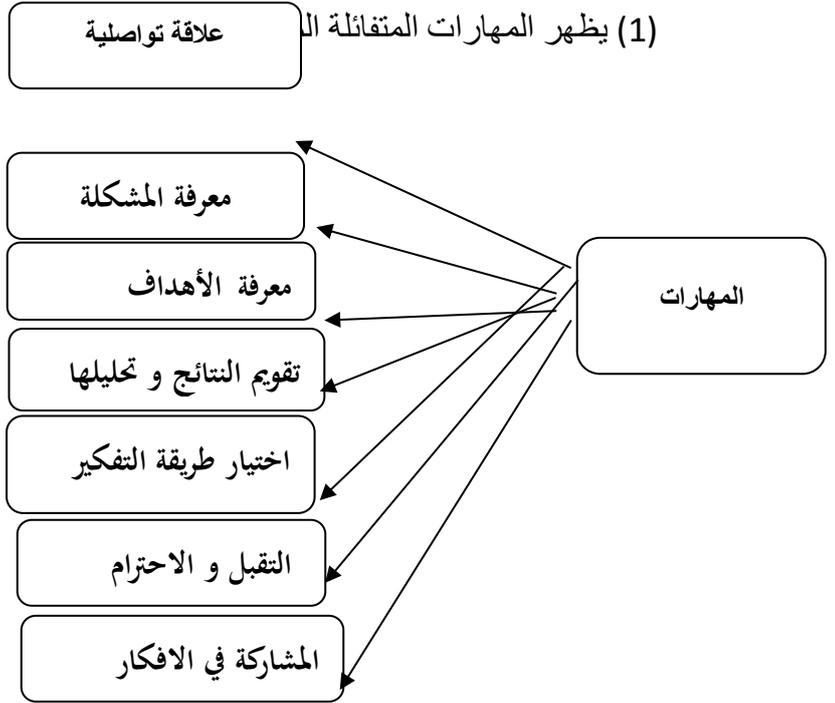
9- إن تطبيق المهارة التفاوضية العقلية يؤثر في نوعية السلوك أو الأداء ومدى الإتيان .

10-تتولد المهارات التفاوضية العقلية بناءً الى طبيعة العلاقة التأثيرية التبادلية بين الطالب والمجتمع .

تختلف مهارات التفاوض العقلي من مجتمع لآخر تبعا لطبيعة كل مجتمع ودرجة تقدمه ، وتتأثر بالمكان والزمان والظروف البيئية ، حيث تعتمد على طبيعة العلاقات المتبادلة بين المكونات التعليمية للمدرسة بين الإدارة والطلاب ودرجة تأثير كل منهما على الآخر ، وتهدف إلى مساعدة الطالب على التكيف والتفاعل بنجاح مع متطلبات الحياة، ويشمل أيضا الجوانب المادية وغير المادية المرتبطة بتلبية احتياجات الطالب ومتطلبات التفاعل ، ويطور القدرة على حل المشكلات النفسية والشخصية والاجتماعية ومواجهة التحديات وإجراء التعديلات والتحسينات في (48).

أما التأثيرات التي تساعد الطالب في تنمية الذات من خلال مهارات التفاؤل المكتسب وزيادة امتلاكه لهذه المهارات ، فهي تتحدد من خلال التفاعل الإيجابي وبناء العلاقات لدعم اكتساب المهارة وغياب هذه العلاقات الداعمة يجعل الطالب يميل إلى إهمال المهارة ، فضلا عن وجود الفرص التي تجعل اعتماده على الآخرين محدودا.. (49)

من منظور آخر ، يحتاج التعالي الذاتي إلى مجموعة من المهارات العقلية المتفائلة التي يجب أن تكون متاحة لدى الطالب لأداء التحصيل المعرفي ، وإحدى المهارات العقلية المتفائلة الأساسية المكتسبة التي يحتاجها الباحث ويظهرها في الشكل أدناه: الشكل رقم



التحكم الانتباهي التفاولي نحو سمو الذات: وفيه مسميات في مجالات مختلفة منها : (51)

1- في مجالات علم النفس المعرفي . 2- في مجالات علم نفس النمو المعرفي . 3- في مجالات علم نفس النمو . 4- في مجالات علم الاعصاب .

اما وظائف التحكم الانتباهي التفاولي نحو سمو الذات فتتحدد بما يلي :

أولا : التخطيط(52). ثانيا : القدرة على التحول(53). ثالثا : تحديث ومراقبة تمثيلات الذاكرة العاملة(54). رابعا : كف الاستجابات غير المرغوبة(55) .

المطلب الثاني: مهارات الكفاءة المعرفية لسمو الذات التفاولية

ويشمل أشكال النشاط الفكري للطالب من أجل النمو الذاتي والتعالي من خلال التفاؤل المكتسب ، وخاصة العمليات العقلية مثل الحفظ والفهم والتحليل لتحقيق الأهداف التعليمية في تنمية القدرات العقلية ، ويشمل أبعاد المهارات التي تشكل الكفاءة المعرفية و مترابطة ومتشابهة ويتم تطويرها بطريقة متكاملة ، وهي (56) :

1-مهارة في مجال الفهم المفاهيمي. 2-مهارة في مجال الطلاقة الاجرائية . 3-مهارة في مجال الكفاءة الاستراتيجية . 4-مهارة في مجال الاستدلال التكيفي(57) . 5-المهارات

التفاؤل المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية

المتعلقة بمجال الإنتاج المعرفي للذات.6-المهارات المختصة في مجال حفظ الذات وصيانتها.7-مهارات المتعلقة في مجال الذات تقويما.8-مهارات في مجال الاستخدام لقدرات الذات العقلية .9-مهارات في مجال التصميم (58).10-مهارات في مجال الاختيار لطريق نمو الذات وسموها.

جدول رقم (2) يبين خصائص المهارات العقلية التفاؤلية لسمو الذات (59)

العنوان	بيان الخصائص
المهارات العقلية التفاؤلية لسمو الذات (60)	القيمة، الميل، الحس، القدرة، الالتزام، السياسة.
	توجيه القدرات العقلية الذاتية التي تستخدم بكفاءة.
	قدرة تشغيل الذهن في النظرة التكاملية للمعرفة.
	الاستجابة الى التساؤلات من البحث والاستقصاء.

العوامل المؤثرة في التفاؤل المتعلم

1-- العوامل الاجتماعية: يتم تحديدها من خلال التنشئة المجتمعية التي تساعده على اكتساب اللغة والمعرفة والتعلم والقيم والعادات والتقاليد الإيجابية التي تتفاعل في البيئة التي يعيش فيها ، وبيئة المجتمع لها تأثيرها الثقافي على مستوى ودرجة تفاؤل الفرد وطريقة تفكيره (61).

2-الاطمئنان النفسي : لطمأنينة النفسية: باعتبار أنها خارج المعطيات المادية ، فهي تعبير عن حالة الروح المستقرة والتكيفية والتفاؤل والضمير ، ويتحقق الطمأنينة النفسية بالفضيلة والسعادة ، وهي عاطفة الرضا عن الحالة التي يعيشها الفرد (62) ، وتنقسم الشخصية الى نمطين :

أ-شخصية مطمئنة قادرة على تلبية متطلبات الاحتياجات النفسية ولديها قدرة إيجابية على الإشباع (63).

ب-غالبا ما تجبر الشخصية مطمئنة على اتخاذ الإجراءات المفروضة عليها (64) .

3- عوامل البيولوجية: تعتبر المحددات الجينية مؤثرة في وجود التفاؤل لدى الفرد ، وينشأ التفاؤل من طبيعة نشاط الفرد وقوته العقلية والعصبية وتوافر الأفكار الصحيحة المكتسبة ، والمتفائل في هذه الحالة لديه أمل كبير في النجاح في المستقبل (65) .
تساعده هذه الأنماط على التحكم في المواقف السلبية وتحويلها إلى مواقف إيجابية متفائلة ومواجهة المحفزات الغريزية والمؤثرة في السلوك بطريقة تعزز مكانته وتفوقه الذاتي في المواقف المعرفية التي يتخذها-ويمثل هذا الاتجاه سكونر .

ثم التفكير المطلق المتفائل: لا يتأثر الإنسان بعدة أشياء من أهمها الذاتية أو المصادر التجريبية أو التجارب العلمية أو التجارب والعواطف ، ويعمل على فهم الكل أكثر من فهم الأجزاء المادية من العالم التي تحيط بنا، يعتمد التفكير المنطقي المتفائل على قواعد وقوانين الفكر ، مما يفترض مسبقا وجود تفكير فلسفي خال من الأخطاء المنطقية (66).

والتفكير الابداعي التفاؤلي هو تفكير في نسق مفتوح مميز الإنتاج فيه بخاصية فريدة هي تنوع الإجابات المنتجة والتي لا تحددها المعلومات المعطاة. (67)

المطلب الثالث: انماط التفكير المؤثر في التفاؤل المتعلم

1- التَّفَكِيرُ الْعِلْمِيُّ النَّقَاؤُلِيُّ : وَيَعْتَمِدُ هَذَا النَّمَطُ عَلَى التَّفَكِيرِ الْعِلْمِيِّ النَّاتِجِ مِنَ التَّفَاؤُلِ الْمُتَعَلِّمِ وَيَقُومُ عَلَى النَّجْرَبَةِ الْإِجَابِيَّةِ فِي الْمَوَاقِفِ وَالْبَيَانَاتِ وَالْمُلَاحَظَاتِ الْعِلْمِيَّةِ قَرِيبًا مِنَ النَّجْرَدِ لِتَشْكَيلِ الْمَفَاهِيمِ (68).

2- التفكير التحليلي المتفائل: يقوم الطالب بتحليل وتقسيم المواقف السلبية أو المجهددة وتفكيكها إلى عناصر أساسية وفرعية ويحاول ربطها معا لتحويلها إلى تفاؤل متعلم ثم إرجاعها وتنظيمها لتشكيل علاقات وروابط إيجابية جديدة ، يهتم التفكير التحليلي بمواجهة المشكلات بعناية وبطريقة منهجية والاهتمام بالتفاصيل ، والتخطيط بعناية قبل اتخاذ القرار وجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات دون تكوين نظرة شمولية ، وإمكانية التنبؤ ، والعقلانية ، والتفكير التحليلي ، والتفكير التحليلي ، والتفكير التحليلي ، وإمكانية التجزئة والحكم على الأشياء في إطار عام (69)

3- التفكير المادي المتفائل: سلبي في المطلق الذي يرضي في الأصل الرغبات والغرائز بأي طريقة متاحة ، ينظر هذا الأسلوب إلى الأشياء من منظور مادي بحت (70).

4- التفكير النقدي المتفائل: يمكن تقييمه وتقويمه وفقا لطبيعته ويتضمن تحليلا هادفا ودقيقا ومستمرًا للمواقف قبل الحكم عليها ويستند إلى عامل التفاؤل المتعلم ويستند إلى التعالي الذاتي والقيمة والدقة في توصيف المواقف (71) .

5- التفكير المطلق المتفائل: لا يتأثر الإنسان بعدة أشياء من أهمها الذاتية أو المصادر التجريبية أو التجارب العلمية والتجارب والعواطف ويعمل على فهم الكل أكثر من فهم الأجزاء المادية من العالم التي تحيط بنا (72).

6- التفكير المنطقي التفاولي: يعتمد على قواعد وقوانين الفكر الذي يفترض وجود تفكير فلسفي خال من الأخطاء المنطقية (73).

العمليات المعرفية التفاولية لتحقيق سمو الذات

أ-المكونات التفاولية المعرفية

بذلت محاولات وجهود للتعرف على عمليات الاستدلال المعقدة المختلفة التي يندغم فيها الطالب، وأطلق الباحثون على هذه العمليات أسماء مختلفة ، على الرغم من أنهم يدركون أن لديهم مكونات معرفية ، والتي تميزهم عن طريق الفروق المشتركة والمشاركة ، بما في ذلك: (74)

أ- المقارنة. ب- الاستنباط. ج- الاستقراء. د- النظم بناء. هـ- الخطأ التحليلي. و-

المنظور التحليلي. ز- التجريد. ح- البحث. ط- القرار اتخاذ. ك-

الاختراع. ل- التجريبي- الاستقصائي. م- حل المشكلات. ن- التصنيف .

المبحث الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-منهج البحث

إن طبيعة المشكلة في البحث هي الأساس المعتمد في تحديد الطريقة وإجراءاتها الميدانية، لذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته في تحقيق أهداف البحث بعنوان التفاؤل المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية،

التفاوت المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية

والإجراءات التي قام بها الباحث لتحقيق أهدافه البحثية من حيث تحديد المجتمع ، والعينة ، والأداة ، وإجراءات الصدق والاتساق ، وكيفية تطبيق أداة البحث-الاستبيان-وتحليلها ، والوسائل الإحصائية التي أستخدمها.

2-مجتمع البحث وعيناته:

تحدد مجتمع البحث في اطار استبانة رأي موجهة الى مجتمع طلبة المدارس الاعدادية الحكومية للعام الدراسي 2023 – 2024 , واختيرت عينة البحث بأسلوب العينة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتناسب والبالغة (135) طالب وطالبة من مجتمع البحث والجدول (3) يبين ذلك.

عينة البحث موزعة على وفق متغيري الجنس (ذكور، إناث) والتخصص الدراسي (علمي ، جدول (3) أدبي)

المجموع	التخصص		مدارس الإناث	التخصص		مدارس الذكور
	ادبي	علمي		أدبي	علمي	
11	2	4	صنعاء	2	3	الجمهورية
13	-	7	العروبة	2	4	الكرامة
14	-	7	دمشق	-	7	قتيبة
11	2	4	الطليعة	-	5	ابن النفيس
12	-	6	ميسلون	-	6	المركزية
12	3	4	الرباب	-	5	الديوانية
11	2	3	الديوانية	3	3	الجواهري
10	4	3	أمير المؤمنين	-	3	الصدرين
12	4	2	الحوراء	3	3	الثقلين
11	3	3	النور	-	5	الزيتون
12	3	3	السورور	-	6	الغدِير
6	-	6	الكوثر	-	-	-
135	23	52	المجموع	10	50	المجموع

3- الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث

إن أدوات البحث هي التي يستطيع الباحث من خلالها جمع البيانات وحل المشكلة لتحقيق أهداف البحث(75)البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات ومعطيات.

أ- وسائل جمع المعلومات :

1-الاطلاع على المصادر والمراجع العربية والأجنبية والدراسات السابقة والانترنت بهدف بناء استبانة الراي كمقياس لمعرفة مستوى واثر التفاؤل المتعلم على سمو الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية

2- الاستبانات بعد تدوين الاجابات ومن ثم تفرغ البيانات في جداول احصائية وفقا لنظم ومعايير الاحصاء التربوي .

ب-وسائل تكوين اداة البحث

كون الباحث الاستبانة عبر الخطوات التالية :

- 1-تحديد الهدف من اعداد الاستبانة للتأكد من صلاحية الفرضيات في الدراسة .
 - 2-تحديد مصادر الفقرات والمحاوور في الاستبانة من خلال الابحاث والدراسات السابقة .
 - 3-اعداد الاستبانة بصيغتها الاولى .
 - 4-اعادة صياغة الاستبانة بالصيغة النهائية بعد ملاحظات ومقترحات المحكمين .
 - 5-التأكد من صدق وثبات الاستبانة .
 - 7-توزيع الاستبانة على عينة الدراسة من طلبة المرحلة الاعدادية
 - 8-اجراء التحليل واصدار النتائج وفق بيانات الاستبانة .
 - 4-بناء مقياس التفاؤل المتعلم وسمو الذات:
- لغرض ايجاد مقياس تقويمي صحيح حول اثر التفاؤل المتعلم في تحقيق سمو الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية في العراق والذين يشكلون عينة البحث ، قام الباحث ببناء الاستبانة وفقا للاتي(76):
- أ-الافادة من القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم وفقا لما اعده الباحث عبد الخالق الانصاري ومقياس التفاؤل للحكاك ووفقا لنظريات ديمبر وبروكس حول ذلك.
- ب-بناء الاستبانة وفقا لما يلي :
- 1-اتجاه التفاؤل المتعلم (10 فقرات) ويشمل التكيف الاكاديمي..
 - 2-اتجاه سمو الذات (10 فقرات) ويشمل الاطمئنان النفسي.
- تكون المقياس- استبانة الراي- من 20 فقرة موزعة على محور يتضمن اتجاهين رئيسيين وفقا للجدول ادناه ووضع الباحث مقياس هي (صح - خطأ- لا أعرف- دون اجابة) وطلب من كل طالب وطالبة من افراد العينة المنتقاة عشوائيا الإجابة على الفقرات جميعها وعدم ترك أي فقرة من دون إجابة ، ولا يشترط كتابة الاسم في الاستبانة(77) .
- وسائل الاحصاء في البحث(78) :

واعتمد الباحث الأساليب الإحصائية التالية:النسب المئوية ، والمتوسطات الحسابية ، والانحرافات المعيارية ، والقيمة التائية المحسوبة لفحص الفرضيات ، ومعامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين الأداة والتفاؤل المكتسب وتأثيره على التعالي الذاتي ، ورصد واختبار مربع (كاي 2) ومعامل كرونباخ ألفا للتحقق من الاستقرار وفقا للنظام الإحصائي SPSS .

عرض النتائج ومناقشتها الميدانية والتحليلية

يوضح الباحث الخطوة الأولى في معالجته الإحصائية للإجابات ومن خلال تطبيق (كاي2) فقرات الاستبيان وإظهار صحة مجالاته-علم التفاؤل والنفس عند الطلبة ، وبعد مراجعة الاستبيانات ، إذ تكون عينة الطلبة المشاركين في الإجابة (135 طالب وطالبة) تم اختيارهم بشكل عشوائي من المدارس الإعدادية الحكومية ، من خلال الاستبيان والإجابات عليها من قبل الطلاب الخاضعين لعينة مختارة عشوائيا من طلاب المدارس الاعدادية ، واتضح أن الاستبيانات التي تم الحصول عليها من قبل الطلاب لم تكن كافية لاعتبار استبياناتهم كاملة، أما بالنسبة الى فاعلية ومقومات التفاؤل المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى الطلاب وفق

التفاؤل المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية

نظريات الارشاد النفسي والتربوي من خلال التكيف الاجتماعي وفقا للسؤال الفرعي الاول والفرضية الفرعية الاولى:

جدول رقم (4) يبين اثر التفاؤل المتعلم في سمو الذات من خلال مقارنة المتوسطات الحسابية والنسب المئوية في محور التكيف الاكاديمي⁽⁷⁹⁾

الترقيم	المحور	الفقرات	بدائل الاجابات والنسب المئوية لها			
			صح	خطأ	لا اعرف	
			دون اجابة			
اتجاه التفاؤل المتعلم (20 فقرة) ويشمل محورين						
1	المحور الاول : التكيف الاكاديمي وفيه 10 فقرات .	يأتي التفاؤل المتعلم في سياق الاجراءات الوقائية النفسية وبالتالي تهيئة الظروف التي تؤدي الى مستويات عالية لضمان مقاومة ضغوط الحياة المتزايدة .	96 % 71.1	33 % 24.4	-	6 % 4.45
2		يعمد الطالب صاحب التفاؤل المتعلم لتحقيق سمو الذات على إشاعة الحب والطمأنينة والتركيز على حل المشكلات.	99 73.3 %	30 % 22.2	-	6 % 4.45
3		من ابعاد التفاؤل المتعلم وارتباطه بسمو الذات امتلاكه صفة الاستمرارية والشمولية والذاتية الايجابية المرنة .	99 73.3 %	21 % 15.5	6 % 4.45	9 % 6.66
4		يتعلق التفاؤل المتعلم بالمستوى الحيوي للذات والوجداني. وفيها سلوك الذات	102 % 75.5	21 % 15.5	3 % 2.22	9 % 6.66
5		التفاؤل المتعلم يتناول التعلق الارتباطي بين الامل والتفاؤل واسلوب المواجهة للضغوطات وامتلاك الاسلوب الفعال في التعامل مع التحديات التي تواجهه الذات.	102 % 75.5	24 % 17.7	-	9 % 6.66
6		التفاؤل المتعلم يقدم خصائص ومميزات كثيرة مرتبطة و تتعلق بالتحصيل والانجاز الدراسي والتحمل في مجالات الدراسات العليا وبقي من الاحباط والاكتئاب ويبعد الطالب من الاضطرابات النفسية .	87 % 64.4	39 % 28.8	3 % 2.22	6 % 4.45
7		التفاؤل المتعلم هو استعداد طلاب المرحلة الاعدادية لتوقع الأحداث الإيجابية والإيمان بمستقبل مرن خاضع للرغبات والطموحات والقدرة على التحكم فيها.	96 % 71.1	30 % 22.2	3 % 2.22	6 % 4.45
8		يرتبط التفاؤل المكتسب بالعقلانية لضمان الأداء الصحيح المبني على الأسس العلمية واستكشاف الحقائق.	93 % 68.8	36 % 26.6	-	6 % 4.45
9		يساعد التفاؤل المتعلم على تحسين سلوكه ومستواه وضبط نفسه لتحقيق نتائج وأهداف أكاديمية إيجابية.	93 % 68.8	33 % 24.4	-	9 % 6.66
10		يعني التفاؤل المتعلم امتلاك القدرة على التعرف الى الافكار السلبية وتكوين المرونة الكافية لتجاوزها .	90 % 66.6	33 % 24.4	3 % 2.22	9 % 6.66
		متوسط المجاميع والنسب المئوية للمحور الاول التكيف الاكاديمي من الاتجاه الاول التفاؤل المتعلم .	95.7 % 70.8	30 % 22.2	1.8 % 1.33	7.5 % 5.5

يجد الباحث من خلال بيانات الجدول اعلاه المتعلق بمتوسطات المجاميع والنسب المئوية للمحور الاول التكيف الاكاديمي من الاتجاه الاول التفاؤل المتعلم النقاط التالية :

1- إجابات الطلبة والطالبات في عينة الدراسة على فقرة "التفاؤل المكتسب يأتي في إطار الإجراءات الوقائية النفسية وبالتالي تهيئة الظروف المؤدية إلى أفضل مستوى لضمان مقاومة ضغوط الحياة المتزايدة" وقد بلغ عدد الموافقين 96 فرداً بنسبة 71.1% من إجمالي العينة، أما الإجابات المتبقية وعددها 39 إجابة بنسبة 28.9% فقد توزعت بين عدم الموافقة أو الإلغاء أو عدم الإجابة، وبذلك هناك وعي وإدراك لدى أفراد العينة لقيمة التفاؤل المكتسب ودوره وتأثيره كوسيلة تساعد الطالب على التغلب على المخاطر والضغوط في الحياة.

2- إجابات الطلبة في عينة الدراسة على فقرة "يسعى الطالب المتفائل المتعلم إلى تحقيق السمو الذاتي من خلال نشر المحبة والتفاهم والمودة الصادقة والتركيز على حلول المشكلات" بلغ عدد الموافقين عليها 99 فرداً بنسبة 73.3% من إجمالي العينة، أما الإجابات المتبقية وعددها 36 إجابة بنسبة 26.7% فقد توزعت بين عدم الموافقة أو الإلغاء أو عدم الإجابة.

3- ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة من ابعاد التفاؤل المتعلم وارتباطه بسمو الذات امتلاكه صفة الاستمرارية والشمولية والذاتية الايجابية المرنة الموافقون عليها عددهم 99 فردا ويشكلون نسبة 73.3 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 36 اجابة ونسبتها 26.7 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ،

4- اجابات الطلبة في عينة الدراسة على الفقرة «يتعلق التفاؤل المتعلم بالمستوى الحيوي للذات والوجداني فيها وسلوك هذه الذات» الموافقون عليها عددهم 102 فردا ويشكلون نسبة 75.5 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 33 اجابة ونسبتها 24.5 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة.

5- ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة يتناول التفاؤل المتعلم العلاقة الارتباطية بين الامل والتفاؤل واساليب مواجهة الضغوطات وامتلاك الاساليب الفعالة للتعامل مع التحديات الموافقون عليها عددهم 102 فردا ويشكلون نسبة 75.5 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 33 اجابة ونسبتها 24.5 % موزعة بين اجابة ملغاة او غير موافق.

6- ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة يقدم التفاؤل المتعلم مميزات كثيرة تتعلق بالإنجاز الدراسي والتحمل في مجالات الدراسات العليا وبقي من الاحباط والاكتئاب ويجنب الطالب الاضطرابات النفسية الموافقون عليها عددهم 87 فردا ويشكلون نسبة 64.4 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 48 اجابة ونسبتها 35.6 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ،

7- إجابات الطلبة والطالبات في عينة الدراسة على فقرة "التفاؤل المتعلم هو استعداد طلبة المرحلة الاعدادية لتوقع الأحداث الإيجابية والإيمان بمستقبل مرن خاضع للرجبات والطموحات والقدرة على التحكم فيها" بلغ عدد الموافقين عليها 96 فرداً بنسبة 71.1% من إجمالي العينة، أما الإجابات المتبقية وعددها 39 إجابة بنسبة 28.9% فقد توزعت بين عدم الموافقة أو الإلغاء أو عدم الإجابة.

التفاؤل المتعلم وعلاقته بسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية في محافظة الديوانية

8- ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة يرتبط التفاؤل المتعلم بالعقلانية لضمان الوصول الى الاداء الصحيح القائم على اسس علمية واستكشاف الحقائق الموافون عليها عددهم 93 فردا ويشكلون نسبة 68.8 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 42 اجابة ونسبتها 31.2 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ،

9- ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة يساعد التفاؤل المتعلم على تحسين السلوك والمستوى والتنظيم الذاتي لتكون النتائج ايجابية وتحقيق الاهداف الاكاديمية الموافون عليها عددهم 93 فردا ويشكلون نسبة 68.8 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 42 اجابة ونسبتها 31.2 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ،

10- ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة يعني التفاؤل المتعلم امتلاك القدرة على التعرف الى الافكار السلبية وتكوين المرونة الكافية لتجاوزها الموافون عليها عددهم 90 فردا ويشكلون نسبة 66.6 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 45 اجابة ونسبتها 33.4 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ،

11- ان 70.8 % من طلبة المدارس الاعدادية يجدون ان التفاؤل المتعلم يربط بين الامل والتفاؤل واساليب مواجهة الضغوطات وامتلاك الاساليب الفعالة للتعامل مع التحديات ، وهو يرتبط بسمو الذات في امتلاكه صفة الاستمرارية والشمولية والذاتية الايجابية المرنة ، ويساعد الطلاب في المرحلة الثانوية لتوقع الاحداث الايجابية والاعتقاد بالمستقبل المرن الذي يسلم للرغبات والطموحات والقدرة على السيطرة عليها ويساعدهم في تحسين السلوك والمستوى والتنظيم الذاتي لتكون النتائج ايجابية وتحقيق الاهداف الاكاديمية وامتلاك القدرة على التعرف الى الافكار السلبية وتكوين المرونة الكافية لتجاوزها .

جدول رقم (5) يبين سمو الذات من خلال مقارنة المتوسطات الحسابية والنسب المئوية في محور الاطمئنان النفسي⁽⁸⁰⁾

الترقيم	المحور	الفقرات	بدائل الاجابات والنسب المئوية لها		
			صح	خطأ	لا اعرف
1	المحور الثاني : الاطمئنان النفسي : فيه 10 فقرات .	ان العلاقة بين التفاؤل المتعلم والاطمئنان النفسي يؤدي الى سمو الذات وتحقيق الاهداف لدى الطالب في المرحلة الاعدادية	90 % 66.6	36 % 26.6	-
2		ان قيام المدرسة بأنشطة معرفية وتفعيل دور الارشاد التربوي والنقاش التربوي والنفسي	99 % 73.3	24 % 17.7	6 % 4.45
3		لا يمكن ان تفقد الامل بصيرورة العالم نحو الطمأنينة في ظل تطور العلم الايجابي التفاؤلي للإنسان .	96 % 71.1	33 % 24.4	-

9	3	33	90	لا يتحقق الاطمئنان النفسي بانتظار الوقت ولا تسمو الذات بالاعتماد على متغيرات عاطفية .	4
9	-	24	102	يمكن في ظل الطمأنينة النفسية ان نعالج الضغوطات التي تواجهنا بكل ثقة وسمو الذات .	5
9	-	30	96	ان التفاؤل المتعلم يغذي لدي الاتجاه نحو السمو في ذاتي وبالتالي كثرة المشكلات البيئية والمجتمعية لا تؤثر في كثيرا .	6
6	6	24	99	ان الحظ والصدفة قد يكون لهما دور في طمأنينة النفس ولكن اسباب النجاح ترتبط بالإرادة القوية .	7
6	3	39	87	تترك المشكلات المجتمعية اثرها الواضح على نفسية الطالب وسلوكه واستقراره وطمأنينته النفسية .	8
9	3	33	90	ان الاهداف والطموحات نحو سمو الذات ترتبط بالنجاح والتقدم العلمي .	9
6	-	33	96	ان المكتسبات التي احصل عليها من التجارب لا تكفي وحدها لتحقيق سمو الذات انما الطمأنينة في تجسيد التطور بخطوات ملموسة .	10
7,5	2,1	30,9	94,5	متوسط المجاميع والنسب المئوية للمحور الثاني الاطمئنان النفسي من الاتجاه الثاني سمو الذات	
% 6.66	% 2.22	% 24.4	% 66.6		
% 6.66		% 17.7	% 75.5		
% 6.66		% 22.2	% 71.1		
% 4.45	% 4.45	% 17.7	% 73.3		
% 4.45	% 2.22	% 28.8	% 64.4		
% 6.66	% 2.22	% 24.4	% 66.6		
% 4.45		% 24.4	% 71.1		
% 5.5	% 1.7	% 22.8	% 70		

يجد الباحث من خلال بيانات الجدول اعلاه المتعلق بمتوسطات المجاميع والنسب المئوية للمحور الثاني الاطمئنان النفسي من الاتجاه الثاني سمو الذات النقاط التالية :

1-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة ان العلاقة بين التفاؤل المتعلم والاطمئنان النفسي يؤدي الى سمو الذات وتحقيق الاهداف لدى الطالب المرحلة الاعدادية الموافق عليها عددهم 90 فردا ويشكلون نسبة 66.6 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 45 اجابة ونسبتها 33.4 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ، وبالتالي فانه يوجد وعي وادراك لدى افراد العينة بقيمة التفاؤل المتعلم ودوره واثره كوسيلة تساعد الفرد في تجاوز المخاطر والضغوطات في الحياة .

2-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة ان قيام المدرسة بأنشطة معرفية وتفعيل دور الارشاد التربوي والنقاش التربوي والنفسي الموافق عليها عددهم 99 فردا ويشكلون نسبة 73.3 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 36 اجابة ونسبتها 26.7 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ، وبالتالي فان الطلاب يجدون ان أنشطة المدرسة المختلفة لها دورها في ارشاد الطالب الى الامور التي تزيد من قوة التفاؤل لديه وتسمو بذاته .

3-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة لا يمكن ان تفقد الامل بصيرورة العالم نحو الطمأنينة في ظل تطور العلم الايجابي التفاولي للإنسان الموافق عليها عددهم 96 فردا ويشكلون نسبة 71.1 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 39 اجابة ونسبتها 28.9 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة، ويبدو ان الطلاب ينظرون الى الاطمئنان وكأنه امر حتمي في ظل جنوح

العالم نحو العلم التفاؤلي الذي يحقق سعادة ما مثل تطور العلوم الطبية والعلوم الاخرى التي تفيد الانسانية .

4-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة لا يتحقق الاطمئنان النفسي بانتظار الوقت ولا تسمو الذات بالاعتماد على متغيرات عاطفية الموافقون عليها عددهم 90 فردا ويشكلون نسبة 66.6 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 45 اجابة ونسبتها 33.4 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة، وبالتالي فان الطلاب يميزون في نتائج التفاؤل واسبابه فالاطمئنان النفسي لا يمكن ان يبنى على العاطفة والاهواء والغرائز والوقت انما بالسعي والسلوك والاداء الايجابي لتحقيق الاهداف .

5-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة يمكن في ظل الطمأنينة النفسية ان نعالج الضغوطات التي تواجهنا بكل ثقة وسمو الذات الموافقون عليها عددهم 102 فردا ويشكلون نسبة 75.5 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 33 اجابة ونسبتها 24.5 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ، فالغالبية من الطلاب افراد العينة يجدون ان التحلي بالطمأنينة الكمالية التفاؤلية يؤدي الى سمو الذات والتمتع بالثقة والقدرة على معالجة الضغوطات المختلفة التي يواجهها في حياته .

6-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة" ان التفاؤل المتعلم يغذي لدي الاتجاه نحو السمو في ذاتي وبالتالي كثرة المشكلات البيئية والمجتمعية لا تؤثر في كثير من "الموافقون عليها عددهم 96 فردا ويشكلون نسبة 71.1 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 39 اجابة ونسبتها 28.9 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ، فالطالب يتمسك بالتفاؤل المتعلم الذي يمكن له القدرة على المواجهة للمشكلات المتزايدة في البيئة المجتمعية او المدرسية ووجد ان الارتباط الفعلي بين التفاؤل المتعلم وسمو الذات يترك اثره في ادائه وسلوكه .

7-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة ان الحظ والصدفة قد يكون لهما دور في طمأنينة النفس ولكن اسباب النجاح ترتبط بالإرادة القوية الموافقون عليها عددهم 99 فردا ويشكلون نسبة 73.3 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 36 اجابة ونسبتها 26.7 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ، وبالتالي فان غالبية الطلاب لا يؤمنون بالحظ والصدفة وهذا مؤشر ايجابي دلالة الى الوعي والادراك فالاهداف لا تتحقق بالصدفة انما بالسعي والاداء الصحيح وحسن معالجة الامور ومواجهة الاحداث بحكمة وموضوعية .

8-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة تترك المشكلات المجتمعية اثرها الواضح على نفسية الطالب وسلوكه واستقراره وطمأنينته النفسية الموافقون عليها عددهم 87 فردا ويشكلون نسبة 64.4 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 48 اجابة ونسبتها 35.6 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ، فيجد الطلاب ان التفاؤل المتعلم يترك اثره الايجابي في نفسية الطالب وتوفر لديه قدرة المواجهة والمعالجة للمشكلات لا بل ان التفاؤل المتعلم يسمو بنفسه بحيث يمكن له ان يتحلى بالاستقرار النفسي والهدوء والطمأنينة الكافية ليكون سلوكه سوي.

9-ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة ان الاهداف والطموحات نحو سمو الذات ترتبط بالنجاح والتقدم العلمي الموافقون عليها عددهم 90 فردا ويشكلون نسبة 66.6 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 45 اجابة ونسبتها 33.4 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة، ويبدو ان الطلاب لديهم الادراك الى ان تحقيق الطموحات والاهداف لا يكون بالاحتمالية والصدفة والحظ كما هو الاتجاه

عند العلمانيين او السطحيين ان بالجد والاجتهاد لتحقيق التقدم والنجاح خاصة في الاداء العلمي والتحصيل الدراسي .

10- ان اجابات الطلاب والطالبات عينة الدراسة على الفقرة ان المكتسبات التي احصل عليها من التجارب لا تكفي وحدها لتحقيق سمو الذات انما الطمأنينة في تجسيد التطور بخطوات ملموسة الموافون عليها عددهم 96 فردا ويشكلون نسبة 71.1 % من المجموع الكلي للعينة وتعتبر الاجابات الباقية وعددها 39 اجابة ونسبتها 28.8 % موزعة بين غير موافق او ملغاة او دون اجابة ، وفي هذه الفترة يبين الطالب المرحلة الاعدادية ان التجارب في الحياة تشكل عاملا مساعدا في تحصيله الوعي والادراك واكتسابه القدرة على المواجهة ولكن الطمأنينة الحقيقية تكمن في تجسيد الخبرات وقرانها مع التحصيل الدراسي.

11- ان 70 % من الطلاب والطالبات من افراد عينة طلبة المدارس الاعدادية يجدون ان قيام المدرسة بأنشطة معرفية وتفعيل دور الارشاد التربوي والنقاش التربوي والنفسي يزيد من مستوى طمأنينة النفس، الا ان اسباب النجاح ترتبط بالإرادة القوية لدى الطالب، وان التفاؤل المتعلم يغذي لديه الاتجاه نحو النمو في ذاته وبالتالي كثرة المشكلات البيئية والمجتمعية لا تؤثر فيه كثيرا.

وان الاطمئنان النفسي لا يتحقق بانتظار الوقت ولا تسمو الذات بالاعتماد على متغيرات عاطفية، ولكن المشكلات المجتمعية تترك اثرها الواضح على نفسية الطالب وسلوكه واستقراره وطمأنينته النفسية.

ان المكتسبات التي يحصل عليها من التجارب لا تكفي وحدها لتحقيق سمو الذات انما الطمأنينة في تجسيد التطور بخطوات ملموسة، ويمكن في ظل الطمأنينة النفسية ان نعالج الضغوطات التي تواجهنا بكل ثقة وسمو الذات كما انه لا يمكن ان يفقد الامل بصيرورة العالم نحو الطمأنينة في ظل تطور العلم الايجابي التفاولي للإنسان، اذ العلاقة بين التفاؤل المتعلم والاطمئنان النفسي يؤدي الى سمو الذات وتحقيق الاهداف لدى الطالب المرحلة الاعدادية.

الخاتمة

الاستنتاجات

1- ان 31.9% من طلبة المدارس الإعدادية يجدون ان التفاؤل المتعلم يربط بين الامل والتفاؤل واساليب مواجهة الضغوطات وامتلاك الاساليب الفعالة للتعامل مع التحديات ، وهو يرتبط بسمو الذات في امتلاكه صفة الاستمرارية والشمولية والذاتية الايجابية المرنة ، ويساعد الطلاب في المرحلة الإعدادية لتوقع الاحداث الايجابية والاعتقاد بالمستقبل المرن الذي يسلم للرجبات والطموحات والقدرة على السيطرة عليها ويساعدهم في تحسين السلوك والمستوى والتنظيم الذاتي لتكون النتائج ايجابية وتحقيق الاهداف الاكاديمية وامتلاك القدرة على التعرف الى الافكار السلبية وتكوين المرونة الكافية لتجاوزها .

2- ان 69.5% من عينة طلبة المدارس الإعدادية يجدون ان التفكير الايجابي يؤدي الى التفاؤل المتعلم والايجابي ويؤدي الى تجاوز الانكسار والانهمام امام الضغوطات لا سيما في التحصيل، كما يجدون ان التفاؤل المتعلم يفعل العلاقة بين الافراد- الطلاب- ويكونوا اكثر ايجابية في طريقة تفكيرهم وتفسيرهم للأمر والاحداث، باعتبار العلاقة بين

التفاؤل المتعلم في كافة ابعاده وبين السعادة في التفكير والاداء .

3- ان التفكير الايجابي في سياق التفاؤل المتعلم يتم من خلال طرح البدائل المختلفة لحل الصعوبات والمشكلات وتفسير المواقف، بالتزامن مع رفض الافكار والمشاعر السلبية وتحويلها الى افكار ايجابية للاستمرار في الدراسة للوصول الى الاهداف المرجوة من التعليم، وان استدعاء الافكار الايجابية عند مواجهة المشكلات والتحديات ومهما كانت صعبة هو الطريق الافضل الى تحقيق الاهداف، وان المجادلة في الافكار السلبية لا تحد من قدرتهم على مواجهة التحديات ولا الشعور بالإحباط وهذه الافكار تكون بعيدة عن الاستسلام واليأس .

4- ان 69.1% من طلبة المدارس الإعدادية يجدون علاقة ارتباطية بين سمو الذات وتحقيق الامن النفسي وتحقيق السعادة والرضى عن مسالك الحياة بعيدا من الاضطراب والتوتر والقلق، كما ان الاستقرار النفسي لدى الطالب احد مظاهر سمو الذات التفاؤلية التي تؤدي الى نتائج ايجابية في التحصيل الاكاديمي ، ومن خلال العقلانية يمكن تحمل المشاق والارهاق بالرغم من شدتها لمواجهة ضغوطات الحياة وعدم الانحراف باتجاه مسالك مضطربة سيئة او رذيلة . ان العلاقة مع الطلاب في المرحلة الإعدادية تكون اكثر وضوحا وتوازناً من المرحلة الإعدادية .

5- يعد التمتع بالاطمئنان النفسي لدى الطالب واحدا من مسالك سمو الذات مما يبعده عن اضطراب المسلك في الشخصية داخل الطالب ، بحيث يكون طلبة المرحلة الإعدادية لديهم القدرة على مواجهة اي امر او حدث مهما كان سلبيا بروح متفائلة والتوكل على الله والتحلي بالجرأة والشجاعة لتحمل تبعات الفشل وليس الانهيار من خلال الارتباط بين التفاؤل المتعلم ومعالجة الاسباب التي تؤدي الى الاضطراب.

- 6- يبتعد الطالب عن النتائج التي يوجد فيها عواقب محتملة كما ان سيطرت مفاهيم العجز والفشل على الطالب تحت تأثير ضغوطات أسرية وبيئية تؤدي الى اضطراب المسلك لديه وبالتالي وقوعه في حالة الاستسلام للتشاؤم .
- 7- ان 70 % من الطلاب والطالبات من افراد عينة طلبة المرحلة الاعدادية يجدون ان قيام المدرسة بأنشطة معرفية وتفعيل دور الارشاد التربوي والنفاس التربوي والنفسي يزيد من مستوى طمأنينة النفس، الا ان اسباب النجاح ترتبط بالإرادة القوية لدى الطالب.
- 8- ان التفاؤل المتعلم يغذي لديه الاتجاه نحو السمو في ذاته وبالتالي كثرة المشكلات البيئية والاجتماعية لا تؤثر فيه كثيرا وان الاطمئنان النفسي لا يتحقق بانتظار الوقت ولا تسمو الذات بالاعتماد على متغيرات عاطفية ، ولكن المشكلات الاجتماعية تترك اثرها الواضح على نفسية الطالب وسلوكه واستقراره وطمأنينته النفسية .
- 9- ان المكتسبات التي يحصل عليها من التجارب لا تكفي وحدها لتحقيق سمو الذات انما الطمأنينة في تجسيد التطور بخطوات ملموسة ، ويمكن في ظل الطمأنينة النفسية ان نعالج الضغوطات التي تواجهنا بكل ثقة وسمو الذات كما انه لا يمكن ان يفقد الامل بصيرورة العالم نحو الطمأنينة في ظل تطور العلم الايجابي التفاولي للإنسان، اذ العلاقة بين التفاؤل المتعلم والاطمئنان النفسي يؤدي الى سمو الذات وتحقيق الاهداف لدى الطالب في المرحلة الاعدادية .

التوصيات

يوصي الباحث في سياق دراسته اجراء ما يلي :

- 1- تنفيذ دراسات مشابهة تتعلق بمراحل دراسية اخرى وفق متغيرات تتعلق بالحوار الاسري مثلا او ودافعية الانجاز الدراسي والشخصية الاستباقية والخبرة المزاجية وما وراء المزاج ، والعلاقة بين التفاؤل والتشاؤم ومفهوم الذات وموقع الضبط .
- 2- تنفيذ دراسات على طلاب ومراحل دراسية مختلفة تبين اوجه تنمية الجانب الايجابي من الشخصية الاستباقية لدى الطلاب من خلال وضع برامج ارشادية نفسية تنموية .
- 3- وضع اسس تنمية التفاؤل الايجابي لدى طلاب المرحلة الاعدادية والمتوسطة في ظل الظروف القاهرة التي يمر بها العراق تتناول المقومات النفسية والفكرية والاجتماعية التعاونية لديه .
- 4- اعداد برامج تنمية وتعزيز وتطوير المهارات التي ترتبط بالمتغيرات التربوية النفسية المختلفة .

المقترحات

- 1- إجراء دراسة لمعرفة أثر التفاؤل للتغلب على قلق المستقبل.
- 2- إجراء دراسة تتناول سمو الذات وعلاقته بمتغيرات نفسية وتربوية.
- 3- إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية على عينات عمرية اخرى وموازنة النتائج.
- 4- الكشف عن العلاقة بين التفاؤل المتعلم وسمو الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

المصادر والمراجع

القران الكريم

1. مصطفى ابراهيم وآخرون، المعجم الوسيط ، مجمع اللغة العربية ، القاهرة، 2011.
2. إسكندر نجيب: معجم المعاني، 1971.
3. عبد الهادي بن محمد القحطاني (2013) الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية (ماجستير)، جامعة البحرين كلية الآداب.
4. ابتسام احمد محمد (2011) : فعالية برنامج تدريبي للتفاؤل المتعلم في تنمية بعض مهارات إدارة الأزمات لأطفال الروضة. (دكتوراه)، جامعة الاسكندرية، كلية رياض الاطفال.
5. ابن منظور ابو الفضل جمال الدين محمد بن مكرم الانصاري ، لسان العرب، ج10، حرف العين ، 2000
6. عبد الغني أبو العزم، المعجم الغني ، مؤسسة الغني للنشر ، الرباط ، 2013.
7. ابو ز عيزع، عبد الله : دليل المرشد التربوي والاختصاصي النفسي، دار وائل للنشر، عمان، 2008 .
8. أبوسعيد، عبدالاله، اليحيائي، فخرية، تصورات معلمي الفنون والعلوم نحو التكامل المعرفي بين مناهج الفنون التشكيلية والعلوم .2011.
9. رائد السهل، يوسف العبد الله (2009): التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من الشباب الجامعي في بعض دول مجلس التعاون الخليجي (الكويت - قطر - البحرين) المجلة التربوية ومجلس النشر العلمي ، جامعة الكويت ، مجلد 3 ، عدد 91 ، ص 13 – 57.
10. احمد ماهر انور وآخرون. ؛ التدريس في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق ط1 : عمان ،دار الفكر العربي،2007.
11. أسكاوس، فيليب وآخرون: تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب التعليم الثانوي في إطار مناهج المستقبل، دار الفكر للنشر، الاردن، 2005.
12. الاغا، احسان و عبد المنعم، عبد الله : "التربية العملية وطرق التدريس، 1997.

13. أمين ، أميمة بنت محفوظ محمد ؛ فاعلية استراتيجيات تبادل الأدوار في تنمية التفكير الناقد والتحصيل والاحتفاظ بمادة التاريخ لدى طالبات الصف الثاني الثانوي بالمدينة المنورة ، 2008.
14. أندرسون، جون : "علم النفس المعرفي وتطبيقاته، دار النهضة العربية ، مصر، 2007.
15. الانصاري ،بدر محمد (2007) التفاوض والتشاورم المفهوم والقياس والمتعلقات، مجلة دراسات نفسية ،مج 17، عدد3.
16. البستاني ،سعيد، معجم محيط المحيط ، دار صادر ، بيروت ، 1991 .
17. التكريتي ، وديع ياسين وحسن محمد العبيدي ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، دار الانوار الثقافية، بغداد ، 1999.
18. جابر ، عبد الحميد جابر، العلاقة بين تقبل الذات والتوافق النفسي، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس، 2004 .
19. جاسم حوراء سلمان ؛ الدافع المعرفي وعلاقته بالتحكم الانتباهي معالجة المعلومات لدى طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات، 2017.
20. الجسماني، عبد العلي، القرآن الكريم وعلم النفس – الدار العربية للعلوم، 2001 .
21. الحكاك، وجدان جعفر جواد: بناء مقياس التفاوض- التشاورم لدى طلبة جامعة بغداد، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة بغداد، كلية التربية- ابن رشد، 2001.
22. الحلو، بثينة منصور، تقدير الذات والالتزام الديني، مجلة العلوم التربوية والنفسية، العدد35، 2000.
23. الحوشان ، بشرى كاظم، الفشل المتعلم وعلاقته بموقع الضبط ودافع الإنجاز والتخصص والجنس لطلبة جامعة بغداد ، اطروحة دكتوراه (غير منشورة) ، جامعة بغداد ، كلية ابن رشد، 2000.
24. خليفة، عبد اللطيف محمد، ارتقاء القيم (دراسة نفسية)، سلسلة عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، العدد160، 1992.
25. الخواجا ، عبد الفتاح محمد ، الارشاد النفسي والتربوي ، ط1 ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، 2009
26. الدبعي ، كفاح سعيد غانم ، الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي وعلاقتهما بالتصنيف الاجتماعي لدى الموظفين والموظفات بدوائر الدولة الحكومية بأمانة العاصمة صنعاء ، أطروحة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية الآداب ، جامعة بغداد، 2003.
27. الدليم، فهد عبد هلا : الفروق في أبعاد مفهوم الذات لدى المراهقين والشباب 2003.
28. رشيد بن النوري البكر ؛ تنمية التفكير من خلال المنهج المدرسي ، الهيئة العامة للنشر ، القاهرة ، 2002.

29. زياد بن علي بن محمود ؛ القواعد المنهجية التربوية لبناء الاستبيان ، 2010.
30. سليغمان مارتن وآخرون :الطفل المتفائل، ترجمة مكتبة جرير، مكتبة جرير للتوزيع والنشر ، 2006.
31. السيد، أحمد جابر، استخدام برنامج قائم على نموذج التعلم البنائي الاجتماعي وأثره في التحصيل الدراسي وتنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، دراسات في المناهج وطرق التدريس، 2001، عدد 72-73.
32. شحاتة، حسن وزينب النجار، معجم المصطلحات التربوية والنفسية، كلية التربية، دار المصرية اللبنانية جامعة عين شمس، القاهرة ، 2003.
33. شرارة، عبد اللطيف، تغلب على التشاؤم، عمان، الأردن، مطبعة المجموعة ، 1996.
34. الطلحي، محمد دخيل ، فاعلية استخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم في زيادة تحصيل الدراسي وتنمية بعض عادات العقل في مادة التربية الاجتماعية والوطنية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في مدينة الطائف ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة ام القرى ، السعودية ، 2014 .
35. الطيار ، نوال ميدي محمود ، التفاؤل غير الواقعي وعلاقته بنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير، جامعة بغداد ، بغداد ، 2012.
36. عبد الباقي محمد و عيسى مصطفى محمد ؛ اتجاهات حديثة في علم النفس، دار الثقافة ، الأردن ، 2011.
37. عبد الحميد حسن عبد ؛ استراتيجيات التدريس المتقدمة واستراتيجيات التعلم وانماط التعلم ، القاهرة، دار المعرفة الجامعية. 2011.
38. عبد الخالق احمد محمد ، وبدر الأنصاري، التفاؤل والتشاؤم عرض الدراسات عربية – مجلة علم النفس ، العدد 56 ، مصدر الهيئة العامة للكتاب.، 2000.
39. عبد الرحمن الهاشمي وطه علي حسين الدليمي ؛ استراتيجيات حديثة في فن التدريس، ط1، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 2008.
40. عبد اللطيف وحمادة ، عبد اللطيف حسن ، ولؤلؤة حمادة: التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعدي الشخصية : الانبساط والعصابية ، مجلة العلوم الاجتماعية ، مجلد 21، (ع) 1 ، ص 97. 1998.
41. العنابي ، حازم عبد الكاظم ؛ الانتباه الانتقائي البصري وعلاقته بالإخفاقات المعرفية لدى طلبة الجامعة رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة كربلاء ، العراق ، 2013.
42. فلييه، فاروق عبود والزكي، احمد عبد الفتاح : معجم مصطلحات التربية لفظا واصطلاحا 2004.
43. القيسي ، عامر خضير ، النضج الانفعالي وتقبل الذات وتقبل الاخرين عند الطلاب المسرعين والمتميزين وإقرانهم العاديين ، جامعة بغداد ، كلية التربية ابن رشد، 1997.

44. كوستا آرثر وكاليك بينا، تفعيل وانشغال عادات العقل ، دار الثقافة ، عمان ، 2013 .
45. محجوب وجيه ؛ طرائق البحث ومناهجه : بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 2012 .
46. محسن لطفي احمد ؛ مقياس الشخصية ، دار الشروق، بيروت، 2006.
47. ملحم ،سامي محمد :القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط1، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن2000.
48. ميلر، باترشيا، نظريات النمو، ترجمة محمد عوض سالم ومجدي محمد الشحات وأحمد حسن عاشور، عمان، الأردن، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2005.
49. نوفل ، محمد بكر ، تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل ، تقديم محمد عودة الريماوي ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2008.
50. الهابط ، محمد السيد، التكيف والصحة النفسية ، ط2،المكتب الجامعي الحديث، 1987.
51. وسام صلاح عبدالحسين ؛ التعلم المتناغم مع الدماغ تطبيقات لأبحاث الدماغ في التعلم. ، ط1 : بيروت ، دار الكتب العلمية و2015.

المراجع

1. Allison- P-; et el(2000)E prospective investigation of dispositional optimism es predictor of health- releted queliy of life in end neck cencer petients - Quel-Life- Res, 2000,9(8) Netherlends
2. Borg, Nickels, J. & Stewert, M. (2004). The Reletions Between Life Meening end Commitment to end Consistency. Eveible et: in Life Velues,p:273
3. Chenge , E.. (1998) . Dispositional optimism end primery end secondery Eppreisel of estressor controlling for confounding influences end reletions to coping: end psychologigel end physigel edjstment Journal of Personelity end sociel Psychology 74 (4) . PP1109-1120
4. .Coste, E. & Kellick,B. 2008 . : Learning end Leeding with Hebits of Mind 16 Essentiel Cherecteristics for Success .Essocietion for Supervision end Curriculum Development , Elexendrie , Virginie USE: p .65.
5. Dewberry, C. k., Ing, M., Jemes, S. Nixon, M., & Richerdson, S. (1990). Enxiety end unreelistic optimism. Journal of sociel psychology ..P315.,

6. TeyLOR . (1992) modeling cognitive edopteton : eloengtudiel investigtion of the inpectime of individucl differeces end coping on college edjustment end performance ; journal of personelity end sociel psychology. P 11.
7. frenkel, "Mens Seerch for Meening Trens", By Isle Lesch ver. (ed) Simon end Seherter com. N.Y 1978:P 38.
8. fromm, , J.C. (1967). Psychotherepy end Existentiellism: Selected Pepers Logotherepy.1955:50
9. Herris & Middieton, W. (1994) The illusion of conyvol end optimism about health: on being less et risk but no more in control then others. British Journal of Sociel psgchology .)P 327.
10. K ELLY. Peters, G Commeert, M & Ceepinki J(1997) Unreelistic optimism end positive –negative esymmetry, conceptuel end cross culyurel study of inter reletion ship between optimism , pessimism end reelism – internetionel journal of psychology.. P 46.
11. Lewis , .C. E. (1992) . 'Orel pessimisITI end Depressives symptoms. Journal of Psychology.,. P335.
12. Merzeno, R. & Pickering, D. 1997.. Dimensions of Learning Teecher's Manuel. 2nd Edition ,Elexendrie, Virginie USE: ESCD.p99.
13. Meslow (1970): Motivetion end Personelity . 2nd Edition Herper & Row Publishers , New York., P.571-578(
14. Miller, Leure. (2005). " The influence of working memory cepicity in the DRM false memory peredigm rich medie distrectibility end learning thinking styles".,. P 5
15. Scheier , M , F ,& cerver C , S. (1987) . Dispositional optimism end physicel well-being ·the influence of generelized outconle expectons on health Journal of personelity.. P.,(143-140.
16. spinwell ; L,G; teylor;SE; (1992) modeling cognitive edopteton : eloengtudiel investigtion of the inpectime of individucl differeces end coping on college edjustment end performance ; journal of personelity end sociel psychology. P .71
17. winstein; n (1980) ; unreelistic ; optimising about future life event; journal of personelity end sociel psychology,P.704.
18. Tan, C., & Tan, L. S. (2014). The role of optimism, self-esteem, academic self-

- efficacy and gender in high-ability students. The Asia-Pacific Education Researcher, 23(3), 621-633.
19. Snyder, C., Feldman, B., Shorey, H., & Rand, K.L. (2002). Hopeful choices: A school counselors guide to hope theory. Professional school counseling, 5(5), 298-307.
-
- 1 - معجم اللغة العربية المعاصرة ، ص 78 .
2 - ابن منظور ، لسان العرب، ج10، ص 328 .
3 - البستاني ، معجم محيط المحيط ، ص 426 .
4- modeling cognitive edopteton : eloengtudiel investigation of the inpectime of individuel differeces end coping on college edjument end performance ; journal of personelity end sociel psychology. P .7
5 - ابراهيم، اسكندر نجيب: معجم المعاني، 1971، مادة علم ، ص 378 .
6- unreelistic ; optimising ebout future life event; journal of (personelity end sociel psychology,P.704
7 - modeling cognitive edopteton : eloengtudiel investigation of the inpectime of individuel differeces end coping on college edjument end performance ; journal of personelity end sociel psychology. P 11
8 - شحاتة ،حسن وزينب النجار، معجم المصطلحات التربوية والنفسية ، 2003، ص 196.
9- modeling cognitive edopteton : eloengtudiel investigation of the inpectime of individuel differeces end coping on college edjument end performance ; journal of personelity end sociel psychology. P . 55
10 - الطيار ، نوال ميدي محمود (2912) التفاؤل غير الواقعي وعلاقته بنوعية الحياة لدى طلبة الجامعة. ، ص 185.
11 - ابراهيم، اسكندر نجيب: معجم المعاني، 1971، ص 212 .
12 - Borg, Nickels, J. & Stewert, M. (2004). The Reletions Between Life Meening end Commitment to end Consistency. Eveible et: in Life Velues,p:273
13 - فليه، فاروق عبدي والزكي، احمد عبد الفتاح : معجم مصطلحات التربية لفظا واصطلاحا 2004، ص 20 .
14- Psychotherapy end Existentielism: Selected Pepers fromm, , J.C. (1967). Logotherapy.1955:50
15- phenix, Lenge. E. (2004). The Seerch for Meening in life end the Existentiel Fundementel Motivetions Internetional Journal of Existentiel Psychology & Psychotherapy .P:727
16- جابر ، عبد الحميد جابر، العلاقة بين تقبل الذات والتوافق النفسي ، 2004 ، ص 114 .
17 - شحاتة ،حسن وزينب النجار، معجم المصطلحات التربوية والنفسية ، 2003، ص 152 ،
18- Dispositionel optimism end primery end secondery Eppreisel of estressor controlling for confounding influences end reletions to coping: end psychological end physigel edjument Journal of Personelity end sociel Psychology 74 (4) . PP1109-1120
19- القوصي ، عبد العزيز(1975)أسس الصحة النفسية، ص 223 .

- 20- ميلر، باترشيا(2005) نظريات النمو، ترجمة محمد عوض سالم ومجدي محمد الشحات وأحمد حسن عاشور، ص 109 .
- ELLY. Peters, G Commeert, M & Ceepinki J(1997) Unreelistic optimism end positive K 21 - -negetive esymmetry, conceptuel end cross culyurel study of inter reletion ship between . optimism , pessimism end reelism – internetonel journal of psychology.. P 66 .
- 22 - الحكاك، وجدان جعفر جواد(2001) بناء مقياس التفاؤل- التشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد، ، ص 208.
- 23- الهابط ، محمد السيد(1987)التكيف والصحة النفسية ، ص 276 .
- 24 - Postive Develop.2007. P 99 .
- 25- سليغمان مارتن وآخرون (2006) الطفل المتفائل، ، ص 65.
- 26- سليغمان ، ، مارتن(2003) تعلم التفاؤل.، ص 73
- 27- scheier&cerver,1994p.87-91
- 28- Morrison, et el, 1999, P.361-368
- 29- الدبعي ، كفاح سعيد غانم(2003 ،)الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي وعلاقتها بالتصنيف الاجتماعي لدى الموظفين والموظفات بدوائر الدولة الحكومية بأمانة العاصمة صنعاء.، ص 116 .
- 30- عبد اللطيف وحمامة ، عبد اللطيف حسن ، ولؤلؤة حمادة(1998 :)التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعدي الشخصية : النبساط والعصابية ، ص 97 .
- Herris & Middieton, W. (1994) The illusion of conyvol end optimism about health: on 31- being less et risk but no more in control then others. British Journal of Sociel psgchology ..)P 327
- Meslow (1970): Motivetion end Personelity . 2nd Edition Herper & Row 32 - Publishers , New York., P.571-578
- 33- الحلو، بثينة منصور(2000) تقدير الذات والالتزام الديني، ص 188.
- 34- وسام صلاح عبدالحسين ؛ التعلم المتناغم مع الدماغ تطبيقات لأبحاث الدماغ في التعلم، 2015. ص174
- 35- عبد الخالق احمد محمد ، وبدر الأنصاري(2000) التفاؤل والتشاؤم عرض الدراسات عربية.، ص 184.
- 36- القيسي ، عامر خضير (1997 ،) النضج الانفعالي وتقبل الذات وتقبل الاخرين عند الطلاب المسرعين والتميزين وإقرانهم العاديين.، ص 91.
- 37- كمال، علي، 1994 ، العلاج النفسي.، ص 274.
- Herris, P.& Middleton, W.(1994). The illusion of control end optimism about 38- et risk but no more in control then others. British Journal health: on being less .of Sociel Psychology,33,369-386
- Ellison- P-; et el(2000)E prospective investigetion of dispositionel optimism es 39- health- releted quality of life in end neck cencer petients - Quel-Life- predictor of Res, 2000,9(8) Netherlends
- 40- جدول من اعداد وتنظيم الباحث رقم (1) يبين المهارات التفاؤلية العقلية لسمو الذات .
- 41- أمين ، أميمة بنت محفوظ محمد ؛ فاعلية استراتيجيات تبادل الادوار في تنمية التفكير الناقد والتحصيل والاحتفاظ بمادة التاريخ لدى طالبات الصف الثاني الثانوي بالمدينة المنورة ، 2008، ص ص35-38 .
- 42- رشيد بن النوري البكر ؛ تنمية التفكير من خلال المنهج المدرسي ، 2002، ص 47.
43. العنابي حازم عبد الكاظم ؛ الانتباه الانتقائي البصري وعلاقته بالإخفاقات المعرفية لدى طلبة الجامعة ، 2013. ص75.
44. أندرسون، جون : "علم النفس المعرفي وتطبيقاته، 2007، ص375.
45. السيد، أحمد جابر، استخدام برنامج قائم على نموذج التعلم البنائي الاجتماعي وأثره في التحصيل الدراسي وتنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، دراسات في المناهج وطرق التدريس، 2001، عدد72-73، ص15.
46. أسكوس، فيليب وآخرون: تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب التعليم الثانوي في إطار مناهج المستقبل ، 2005، ص43.

47. الطلحي محمد دخيل ، فاعلية استخدام نموذج مارزانو لأبعاد التعلم في زيادة تحصيل الدراسي وتنمية بعض عادات العقل في مادة التربية الاجتماعية والوطنية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في مدينة الطائف ، 2014 ، ص45 .
48. عبد الباقي محمد و عيسى مصطفى محمد ؛ اتجاهات حديثة في علم النفس ، 2011 ، ص110.
49. الحارثي ابراهيم بن محمد ، العادات العقلية وتنميتها لدى الطلاب ، 2002 ، ص51 .
50. شكل من تنظيم الباحث رقم 1 يبين المهارات التفاضلية المتعلمة لسمو الذات محسن لطفي احمد ؛ مقياس الشخصية ، 2006 ، ص82. خطيب، رامي مصطفى : التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا الوظيفي وفعالية الذات لدى عينة من المرشدين النفسيين ، 2010 ، ص22. ابو زعزع، عبد الله : دليل المرشد التربوي والاختصاصي النفسي، 2008 ، ص389-390.
51. جاسم حوراء سلمان ؛ الدافع المعرفي وعلاقته بالتحكم الانتباهي معالجة المعلومات لدى طلبة الجامعة ، 2017 ، ص196-198
52. السلامي اسراء علي ، الذكاء المتبلور وعلاقته بالتحكم الانتباهي لدى طلبة الجامعة ، 2019 ، ص59.
53. فؤاد ابو حطب ؛ القدرات العقلية ، القدرات العقلية ، 1983. ص 40
54. العنابي حازم عبد الكاظم ؛ الانتباه الانتقائي البصري وعلاقته بالإخفاقات المعرفية لدى طلبة الجامعة ، 2013. ص75.
55. احمد ماهر انور واخرون. ؛ التدريس في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق ، 2007. ص 27:
56. وليد احمد ؛ طرق التدريس العامة تخطيطاتها وتطبيقاتها العامة ، 2005. ص3
57. كوستا آرثر وكالكين بينا، تفعيل واشعال عادات العقل ، 2013 ، ص 83 .
58. أبوسعيد، عبدالاله، اليحيائي، فخرية، تصورات معلمي الفنون والعلوم نحو التكامل المعرفي بين مناهج الفنون التشكيلية والعلوم . 2011، ص ١٧٣
59. جدول رقم (2) يبين خصائص عادات العقل والفرضيات التي تقوم عليها وفقا لنموذج مارزانو
- Coste, E. & Kellick, B. 2008 . : Learning end Leeding with Hebits of Mind 16 Essentiel Cherecteristics for Succes .Essocietion for Supervision end Curriculum Development , Elexendrie , Virginie USE:p: 17
- Dewberry, C. k., Ing, M., Jemes, S. Nixon, M., & Richerdson, S. (1990). Enxiety 61- end unreelistic optimism. Journal of sociel psychology ..P315
- 62- الجسماني ، عبد العلي(2001 ، القرآن الكريم وعلم النفس، ص 147 .
- 63- الخوaja ، عبد الفتاح محمد(2009 ،) الارشاد النفسي والتربوي، ص 119 .
- 64- خليفة، عبد اللطيف محمد(1992 : ارتقاء القيم) دراسة نفسية ، ص 371.
- 65- Scheier , M , F ,& cerver C , S. (1987) . Dispositional optimism end physical well-being ·the influence of geneneralized outconle expectons on health Journal of .P.,(143-140.. personely
- 66- الفيسي ، عامر خضير (1997)النضج الانفعالي وتقبل الذات وتقبل الاخرين عند الطلاب المسرعين والمتميزين وإقرانهم العاديين، ص 91.
- 67- كمال، علي (1994 ، العلاج النفسي، ص 274 .
- 68- الحوشان، بشرى كاظم (2000)الفشل المتعلم وعلاقته بموقع الضبط ودافع الإنجاز والتخصص والجنس لطلبة جامعة بغداد، ص 54
- 69- خير هلا ، سيد(2008)مفهوم الذات أسسه النظرية والتطبيقية، ص 149 .
- 70- نوفل ، محمد بكر (2008) تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل ، تقديم محمد عودة الريماري ، ص34
- 71- شرارة، عبد اللطيف (1996) تغلب على التشاؤم، ص 66 .
- 72 - عبد الخالق احمد محمد، وبدر الأنصاري(2000)التفاؤل والتشاؤم عرض الدراسات عربية، ص 184.
- 73- الفيسي، عامر خضير (1997)النضج الانفعالي وتقبل الذات وتقبل الاخرين عند الطلاب المسرعين والمتميزين وإقرانهم العاديين، ص 91.
- 74 - Hennis, P.& Middleton, W.(1994). The illusion of control end optimism about health: on being less et risk but no more in control then others. British Journal of Sociel Psychology,33,369-386

75. محجوب وجيه ؛ طرائق البحث ومناهجه ، 2012 ، ص197 .
76. وان الهدف من اعداد مقياس معين هو تحديد الغرض منه تحديدا واضحا وما هو الاستعمال المنشود لهذا المقياس وتعد الخطوة من اهم الخطوات واولها لأنها تتيح للقائم أعدد المقياس .محسن لطفى احمد ؛ مقياس الشخصية ، 2006، ص114 .
77. وان تكون للعبارة معنى واحد ومحدد والعبارة غير منفية ومكتوبة بلغة واضحة ومفهومة وغير مطولة وممثلة للمحاور والمقياس قيد البحث وملائمة لمستوى الطلاب، وموزعة على فقرات المحاور التي حددت مسبقا وحسب الاهمية النسبية لكل محور .
78. التكريتي وديع ياسين وحسن محمد العبيدي ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، 1999، ص102، 155، 187، 272، 279.
79. جدول رقم (2) يوضح فاعلية التفاؤل المتعلم اثر في سمو الذات في محور التكيف الاكاديمي . وذلك من خلال مقارنة المتوسط الحسابي والنسبة المئوية .
- 80- جدول من تنظيم الباحث رقم (3) يبين سمو الذات من خلال مقارنة المتوسطات الحسابية والنسب المئوية في محور الاطمئنان النفسي .