

التفكير الايجابي وعلاقته بالبناء النفسي لدى طلبة الجامعة

م. د. وسام كردي غضب

كلية التربية/ جامعة الكتاب

المستخلص:

تهدف الدراسة الحالية التعرف على : مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة والبناء النفسي لدى طلبة الجامعة. كذلك العلاقة الارتباطية بين التفكير الايجابي و البناء النفسي لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة، من طلبة جامعة تكريت. وتحقيقاً لأهداف البحث قام الباحث بإعداد مقياس (التفكير الايجابي يتكون من 46 فقرة) مقياس (البناء النفسي يتكون من 36 فقرة) ، قام الباحث باستخراج الخصائص السايكومترية من صدق وتمييز، أما الثبات فاستخرج بطريقة إعادة الاختبار و معامل ألفا كرونباخ. وباستخدام الوسائل الإحصائية الاتية (مربع كاي ، ومعامل ارتباط بيرسون ، ومعادلة الفاكرونباخ ، والاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين) ، أظهرت النتائج الآتي: تتمتع عينة البحث بمستوى مرتفع من التفكير الايجابي، وتتمتع عينة البحث بمستوى مرتفع من البناء النفسي، وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية بين المتغيرين.

Positive thinking and his relationship psychological construction

For university students

Wissam kurdi ghadab

Faculty of Education\ University of alkitab

Abstract:

The current study aims to identify: the level of positive thinking among university students and the psychological construction of university students. As well as the correlation between positive thinking and psychological construction among university students, and the study sample consisted of (400) male and female students, from Tikrit University students. In order to achieve the objectives of the research, the researcher prepared a scale (positive thinking⁴⁶) and a scale (psychological construction³⁶). The researcher extracted the psychometric properties from honesty and discrimination, while the stability was extracted by re-testing and Cronbach's alpha coefficient. Using the following statistical means (chi-square, Pearson correlation coefficient, Facronbach equation, and t-test for one sample and two independent samples), the results showed the following: The research sample has a high level of positive thinking, and the research sample has a high level of psychological construction, a positive direct correlation between the two variables.

مشكلة البحث:

يتميز العصر الحديث بالتغيرات السريعة في مجالات الحياة كافة والتي تعد انعكاساً للزيادة في المعرفة العلمية، لذا ينبغي اعداد الطلاب نفسياً بما يتناسب مع متطلبات العصر الحديث ليكون انساناً متحضراً قادراً على مواجهة التحديات التي تؤثر على المهارات التي يمتلكها الإنسان وخصوصاً المهارات الحياتية واي نقص فيها يعد من أهم المشكلات التي تواجهه في عمله الذي يرتبط بالتفكير الإيجابي ارتباطاً وثيقاً للنجاح في كل مجالات الحياة ، فعندما يفكر الفرد بصورة صحيحة وعندما يفهم الحقيقة وتكون الأفكار المودعة في بنك العقل الباطن أفكاراً بناءةً وبينها انسجام وخالية من الاضطراب فإن القوى الفاعلة العجيبة، سوف تستجيب وتجلب أوضاعاً وظروفاً ملائمة والأفضل في كل شيء

وأن المهتمين بالتعليم يرون تدني مستوى التفكير الإيجابي وعدم جدية الطلاب بصورة عامة في الدراسة وفي جميع المواد الدراسية ويعزف الكثير من الطلاب عن عدم الجد في تحضير الدروس. إن عدم الاهتمام بالتفكير الإيجابي والطريقة التقليدية التي يمارسها الكثير من المدرسين إذ تعتمد على الحفظ والاستظهار من دون الاعتماد على التفكير ومهاراته(الخطيب : 2006 : 24). كما أن البناء النفسي يعد من المفاهيم النفسية المهمة في تشكيل الشخصية الإنسانية وتهذيبها وتأطيرها بما يسهم بأداء دورها الإيجابي في بناء المجتمع وتطوره ، فشعور الطلبة أنهم يتقنون بقدراتهم وإمكاناتهم ويدركون قيمتهم ووجودهم ويعي إنسانيته وأنه سيكون قادر على أداء واجباته .وأن نجاح الطلبة في أداء رسالته وقيامه بواجباته لا يرتبط بما يملكه من صفات ومؤهلات علمية فقط بل انه يرتبط بجانب كبير منه بما يتصف به من مهارات نفسية منها الثقة بالنفس الذي تعد من المظاهر الأساسية للشخصية السليمة لدى الطلبة، فالإنسان منذ نشأته واتصاله بالحياة تبدأ له ميول واتجاهات وعادات وسمات تحدد شخصيته وتميزه عن غيره، وتعمل البيئة على صقل شخصيته وتحديد ملامحها . ويعد المدرس المحور المهم والركيزة الأساسية لخلق

أجيال متكاملة تسهم في بناء الوطن من خلال إعدادهم تربوياً ونفسياً وعلمياً وبدنياً وثقافياً واجتماعياً ، ومن خلال ملاحظة سلوكياتهم وتصرفاتهم ومعرفة ميولهم واتجاههم ومن ثم توجيههم نحو الأفضل وتحسين مستواهم من النواحي كافة، ونظراً لشعور الباحث بوجود مشكلة لدى الطلبة في التفكير الإيجابي والبناء النفسي وضعف المهارات الحياتية لديهم . وتكمن مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن :

- ما علاقة التفكير الإيجابي بالبناء النفسي لدى طلبة الجامعة

اهمية البحث:

إن دور التفكير الإيجابي وأهميته يتعاظمان مع كل تطور تحققه المجتمعات والحضارات ولا سيما في عصرنا هذا فقد غدا الإنسان أكثر حاجة للاعتماد على التفكير الإيجابي في مواجهة الحياة المعاصرة، إذ يعد التفكير الإيجابي أحد العمليات العقلية المعرفية العليا الكامنة وراء تطور الحياة الإنسانية ، واكتشاف الحلول الفعالة التي يتغلب بها على ما يواجهه من مصاعب ومشكلات، بل أن أعظم الإنجازات العلمية التي حققتها البشرية مبنية على التفكير (الخطيب : 2006 : 29)

وتتميز عملية التفكير الإيجابي بأنها عملية معرفية تتطلب تنميتها وتعلمها جهوداً متميزة من أطراف عديدة في مراحل العمر المختلفة ، وهي ذات صلة بالنواحي الوراثة والبيئية من حيث المجالات المختلفة، وتمثل تنمية قدرة الطلاب على التفكير الإيجابي أهم أهداف التربية عموماً، بل أن البعض يرى أن قدرة الطلاب على التفكير الإيجابي بطريقة تعينهم على التغلب على مشاكل الحياة التي تواجههم تمثل الغاية النهائية للتربية، وإن الاهتمام بالتفكير الإيجابي ونوعيته لدى الطلاب يزيد من دافعيتهم في التعلم وينتج طلاب دائمى التعلم يمتلكون ادوات التعلم الذاتي والدافعية الذاتية لاكتساب المعرفة والبحث عنها، فيجب أن يمتلك الطالب نمط التفكير الإيجابي، بتحويل كل أفكاره السلبية الى إيجابية في خدمة مصالحه وحاجاته ، بدلاً من أن تكون ضده (العياصرة ، 2011 : 31)

والبناء النفسي من بين الموضوعات ذات الاهتمام الكبير في علم النفس الحديث ، وتأتي هذه الأهمية من أن الظاهرة النفسية متعددة الأبعاد متشعبة الجوانب ، وإن الفصل بين هذه الأبعاد والجوانب إنما هو أمر تعسفي بغرض التحكم في ضبط الجوانب النفسية للفرد ليس إلا، لذلك فإن ما يشار إليه في كتب علم النفس بالشخصية إنما يقصد به جميع السمات والخصائص النفسية والعقلية من ذكاء وقدرات عقلية وميول واتجاهات وطرق تفكير وإدراك وحل المشكلات، والتي تميز فردا معينا عن فرد آخر ، أي أن الشخصية هي الإطار العام الذي يضم كل المكونات النفسية للفرد والتي تميزه عن غيره من الأفراد الآخرين (السرخي ، ٢٠٠٢ : ١٢).

إن البناء النفسي في الحقيقة هو قضية لازمت الإنسان منذ أن خلقه الله عز وجل وتزداد مع سرعة التغيرات الاجتماعية والاقتصادية ، وتبين أن للبناء النفسي مقومات ودرجات يقوم عليها، فإذا تدنت شعر الفرد باضطرابات نفسية حادة ، وإذا توفرت كان بوسع الفرد أن يتحمل الكثير من الضغوط ويتجاوز عدة محن دون أن تظهر عليه أعراض مرضية معينة، لذا فإن المدرس هو بأمس الحاجة إلى البناء النفسي التربوي الذي يقيه الاضطرابات والانفعالات التي تؤثر على حياته الطبيعية باعتباره العنصر الأهم والفعال في العملية التعليمية (الخولي ، 2011 : 26)

ويعد مفهوم البناء النفسي من المفاهيم السيكلوجية الغامضة يضاف إلى ذلك أنه مفهوم شمولي يشمل جوانب الشخصية الإنسانية كافة ، ومن ثم فالبناء النفسي للإنسان يكمن خلفه عددٌ من المتغيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية، ويمثل المحور الأساسي في شخصية الإنسان والذي يكون حجر الزاوية في تفاعلات الإنسان مع الآخرين ، فما بداخل الإنسان يصدر كنتيجة لتفاعلات العملية النفسية داخل البناء النفسي ، فمن كان بناؤه النفسي قويا فإن ذلك سينعكس إيجابا على شخصيته ويؤهله إلى تحقيق غايته المرجوة . (نجيب ، ٢٠١٦ : ٧)

فالبناء النفسي للفرد يتأثر بدرجة كبيرة بالخبرات التي يكسبها الفرد عبر مراحل حياته، وهذه الخبرات تجعله يمتلك خصائص نفسية تميزه عن الآخرين إما من ناحية سلبية أو إيجابية، وذلك حسب الخبرات التي يمر بها، فإن الشخص في مرحلة المراهقة يمر بطفرة فسيولوجية في نموه تفوق كثيرة سرعة تطوره النفسي والعقلي والتي تكون بدرجات أقل نضجا لذا يحاول أن يثبت هويته الخاصة في جميع الميادين وبأي أسلوب سواء كان صحيحا يتقبله المجتمع أو خاطئة و منافيا السلوكيات المجتمعية، وأن الأبناء يتأثرون في نموهم النفسي والاجتماعي بالأباء الذين يعيشون في كنفهم، وتبدو آثار تفاعل الأبناء في سلوكهم وفي استجاباتهم للمواقف الحياتية المختلفة وفي النشاط العقلي والانفعالي ، وفي بناء الشخصية النامية عبر مدارج العمر المختلفة . (الخولي ، 2011 : 20)

إن المنبهات والمثيرات التي يتعلمها الناس بتعدد شخصياتهم تؤثر بشكل كبير على صقل الأبنية النفسية لديهم، من خلال النظرة التي يكونها الأفراد عن ذاتهم والأشخاص الآخرين تبعا للخبرات التي تعلمها عن طريق البيئة الخارجية التي بدورها ستحدد تكوين الأبنية النفسية للفرد التي ستؤثر على الطريقة التي سيستجيب لها الفرد نحو العالم الذي سيعيش فيه وفق هذه الأبنية التي رسخت بشكل عميق في بنائه النفسي(أبو جادو ، ٢٠٠٤ : ١٦)

وفي البناء النفسي يخبر الطلبة عن رؤية ذاتهم وانعكاساتهم وتصوراتهم على نحو مختلف عن حقيقتها أحيانا وربما مطابق لما هو واقعي كما يرونه هو أنفسهم، وهو منظور أساس للإنسان الذي يمكن أن يُشيد حياته بالبدء على مستوى تخيليا داخليا ومن ثم إما تترسخ التخييلات فتكون واقعية حتى وإن كانت غير صحيحة فيكون الدفاع عنها من الناحية السيكلوجية هو الاحتفاظ بالبناء الراهن للشخصية مهما كان فيها من عوج ومهما كلف ذلك من الشقاء أو المعاناة (أبو حجر ، ٢٠١١ : 77).

إن البناء النفسي الذي يشكل الشخصية عبر مراحل حياتية منذ فجر ولادة الإنسان تتكون معه أولى بزوغ المشاعر الإنسانية وأولى بزوغ الرغبة بأنواعها من المحبة إلى

التعاون إلى السعي والابتكار وخلق الجديد المميز ولا نغفل في هذا الموضوع الجانب البيولوجي الذي يشكل جزءا كبيرا في البناء الإنساني ويعكس صداه على البناء النفسي وهذا هو اختلاف الإنسان عن الكائنات الحية الأخرى ويتجسد هذا الاختلاف الكيفي في ميلاد القشرة المخية والوظائف العقلية العليا أعني النشاط الرمزي المتمثل في التفكير واستخدام اللغة والإدراك المتقدم والتذكر والخبرات التي تكتسب وتشكل السلوك. وإن البناء النفسي للإنسان في فجر تكوينه يقوم على تأكيد بعض الفلسفات اليونانية حينما طرحت أن الإنسان حيوان عاقل وهو فعلا حيوان تراجعت عنده الغرائز الحيوانية ببعديها المحتوى والشكل. (الأشول، ٢٠٠٨ : ٢٠).

إن الاهتمام بطلبة الجامعة يعني الاهتمام بالمجتمع ككل، كونهم الشريحة التي يقع على عاتقها مسؤولية قيادة المجتمع مستقبلاً، لذا ينبغي رعايتهم من خلال تطوير طاقاتهم المبدعة والمنتجة ومنعها ان تتحول الى طاقات سلبية تجلب الدمار لنفسها وللمجتمع في آن واحد (المجيدل وآخرون ، 1999: 66).

إذ تعد المرحلة الجامعية مرحلة البناء النفسي والمعرفي لدى الطالب ، فهي محصلة أو دالة تأثير متغيرات تربوية واقتصادية واجتماعية وفكرية يعيشها الطالب أثناء حياته، كما أنها مرحلة انعطاف في حياة الطلبة مما يؤكد ذاته ويجسد الدور الذي يقوده إلى النجاح، لمواصلة دراستهم في الاختصاصات التي يحتاجها البلد من الكوادر للنهوض بمستوى مجالات الحياة سواء كانت وسطى أم عليا أنهم سيكونون للإشراف على الخطط التنموية وتنفيذها ، لذلك فإن تأخر الجامعات من خلال ضباب الفرص المتاحة أمام الطلاب الذين حجرت لهم مقاعد دراسية لكنهم لم يحصلوا على درجة النجاح اللازمة لتخرجهم من المرحلة الإعدادية. (حسين، 1995: 34)

أهداف البحث :

يستهدف هذا البحث تعرف الى :-

- 1- مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .
- 2- مستوى البناء النفسي لدى طلبة الجامعة
- 3- اتجاه وقوة العلاقة الارتباطية بين التفكير الايجابي والبناء النفسي لدى طلبة الجامعة .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة تكريت للدراسة الأولية الصباحية فقط وللعام الدراسي (2020-2021) .

تحديد المصطلحات:

اولاً: التفكير الإيجابي: عرفه كل من :

- 1- (Seligman & Pawelski 2003): التفكير الإيجابي هو استعمال او تركيز النتائج الايجابية للعمليات المعرفية للفرد على كل ما هو بناء وجديد من اجل التخلص من الافكار الهدامة او السلبية لتحل محلها الأفكار والمشاعر الإيجابية. (Seligman & Pawelski , 2003 : p160)
 - 2- (الفقي، 2008): هو قدرة الفرد على تبني إدراك وتفكير وسلوك في تحقيق ما تتطلبه الحياة من سعادة شخصية وكفاءة علمية وإزدهار. (الفقي ، 2008 : 14)
 - 3- (الهالي 2013): انه الوعي باستعمال العقل البشري بكل طاقاته وإمكانياته من دون وضع أي إعاقات سلبية من أفكار وشعور وتصرف. (الهالي ، 2013 :
- (51)

التعريف النظري: هو ذلك التفكير الذي يمثل الأنشطة والأساليب التي يستعملها الفرد لمعالجة المشكلات باستعمال قناعات عقلية بناءة، وباستعمال استراتيجيات القيادة الذاتية للتفكير، ولتدعيم ثقة الفرد في النجاح من خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي.

التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابتهم على مقياس (التفكير الايجابي) الذي أعده الباحث لهذا الغرض .
ثانياً : البناء النفسي : عرفه كل من:

1- الزهور (2012) : تعني تنظيم دينامي لشخصية الفرد الذي تعكس تصورات ومشاعره اتجاه ذاته والآخرين، ومخاوفه ورغباته المكونة، وقيمه ومعتقداته وفلسفته في الحياة من خلال ما تكشف عنه الاختبارات. (الزهور 2012 : ٢٩٩)

2- سها (٢٠٠٠): السمات النفسية والخصائص التي تميز الفرد في تفاعله مع المواقف المختلفة والتي يمكن أن تحدد وتميز اهدافه و سلوكه ومدى ثقته واعتماده على نفسه وضبط ذاته للتوافق مع نفسه ومع الآخرين . (سها ، ٢٠٠٠ : ٤٧)

التعريف النظري للباحث: هو الجزء المتمم لشخصية الفرد ذو طابع معنوي ويتكون من جملة مكونات متكاملة منها الروحية والانفعالية والعاطفية والعقلية والجسمية والحركية والمعرفية والتي ترتبط مع بعضها ارتباطاً وظيفياً يميزه من غيره
التعريف الاجرائي: يشير الى الدرجة الكلية التي يمكن تحصيلها من قبل المستجيب بالاعتماد على فقرات البناء النفسي المعد من قبل الباحث .
الفصل الثاني: الاطار النظري والدراسات السابقة:

التفكير الإيجابي:

أن التفكير الإيجابي يعد أبرز جوانب الاقتدار الإنساني، حيث يُعتبر من الأدوات الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحديدها، فالمعوقات والصعوبات والسلبيات على اختلافها لا يمكن حلها إلا من خلال التفكير الإيجابي، حيث يُمثل المخارج

واستكشاف مكامن الحلول وتوجيهه وتعبئة الطاقات لحل المشكلات، ويشكل (التفكير الإيجابي) العلاج الأمثل للحفاظ على المعنويات، وحسن الحال النفسي، ومن خلال هذا المعنى لا يعني التغاضي عن سلبيات الحياة الفعلية، وفي الوقت نفسه ينظر بشكل جدلي لحادثة ما من حيث سلبياتها وإيجابياتها في الوقت نفسه ويوازن بينهما، والحد من السلبيات بعد العمل على تعظيم الإيجابيات. (حجازي ، 2012 : 78)

ويمكن تحديد خصائص التفكير الإيجابي بما يأتي :-

1- **التفاؤل** : فلسفياً تعني كلمة التفاؤل، الاعتقاد بأن العالم يتقدم الى الأمام، وأن الخير يتغلب على الشر في النهاية، والتفاؤل يعد قوة دافعة للوصول للنجاح، فالإنسان مدفوع بايولوجياً للتفاؤل في الأساس، وهذا ما يجعله يجابه التحديات للبقاء على أمل الحفاظ على الحياة، فالطاقات الحية متفائلة بطبيعتها، طالما هي مدفوعة بدافع النماء والتوسع (حجازي ، 2012 : 44).

2- **الذكاء الوجداني** : ويعني به قدرة المتعلم على الانتباه والإدراك الجيد للمشاعر الذاتية والانفعالات الذاتية وفهمها، وصياغتها بوضوح، وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي (العقلي، والأنفعالي) وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة (الخولي ، 2011 : 33).

3- **الرضا** : معبراً عن وجود عدد من الخصائص المعرفية والوجدانية والسلوكية التي تتعاون فيما بينها على التمكين من التفكير السليم ومن ثم التصرف والتفاعل في مواقف الحياة المختلفة بطريقة تحقق للفرد والمحيطين به النجاح والسعادة (إبراهيم ، 2011 : 88).

نظريات التفكير الإيجابي :

1- **نظرية سلجمن وآخرون (1998 Seligman et al., 1998)** : أشار سلجمن في كتابه (علم النفس الإيجابي) أشار الى التفاؤل بالأمكان تعلمه،

فالمقائل يعتقد أن الإحباط والفشل وخيبة الأمل تحدي وإعاقة مؤقتة، بعكس المتشائم. وأن سيجمان (Seligman, 1991) يرى أن الأفراد يملكون الحرية والمقدرة الكاملة في اختيار طريقة تفكيرهم ، وأنه يؤدي لأكتشاف جوانب القوة والضعف لديهم ، ويستعملون أساليب وأنشطة لأدارتها، مما يجعلهم أكثر تحكماً بصورة إرادية في اتجاهات ومسارات تفكيرهم (العنزي : 2007 : 18). وأعتبر سيجلمان أن التفكير الإيجابي هو أسلوب في طريقة تفسيرنا للأحداث والوقائع، ويمكن ان نتعلم التفكير الإيجابي بناءً على خبراتنا ونمط تنشئتنا بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع (حجازي ، 2012 : 33).

وسيجمان أكد أن تنمية الخصال الإيجابية في الشخصية أمر ضروري للإنسان، فهي تعد تحصناً قوياً وقائياً ضد الضغوط ونواتجها السلبية، كما أن لهذه الخصال الإيجابية دوراً في إستثارة السعادة الحقيقية ، فهي من أفضل السبل للوصول للرضا والسعادة النفسية، وتخطي الفشل وتحمل الصعاب، وتحرر الفرد من قسوة الماضي. (p8 : 2003 : Seligman))

وأن سيجلمان أعتمد في تفسير التفكير الإيجابي على ما يأتي :-

أ- الديمومة : والتي تتكون في البنية المعرفية للشخص عن الأحداث والظروف، إذ يرى المفكر الإيجابي في الأنهزام أو الفشل أمراً عابراً يستطيع تجاوزه وأنه مؤقت.

ب- التعميم : حينما يمر المفكر الإيجابي بمشكلة ، إذ يدرك إنها أمر محدد ومؤقت ويمكن تجاوزه وتعويضه والنجاح مرة أخرى.

ت- الموقع : يضع المفكر السلبي اللوم على نفسه، وأنه الفاشل والمقصر أو أنه السبب بالحدث السيء ، وفي حال نجاحه يعزو ذلك لعوامل خارجية ، عكس المفكر الإيجابي ، فإنه يحمي نفسه ويرى بأن المشكلة أمر مؤقت وعابر لأسباب خارجية ، ويعزو نجاحه الى قواه الذاتية. (حجازي ، 2012 : 44)

2- نظرية آرون بيك (Aron Beck):

أكد آرون بيك على دور العمليات العقلية المعرفية في ما يتعلق بالدوافع والأنفعالات والسلوك حين تتحدد الاستجابات الأنفعالية والسلوكية الخاصة بشخص ما عن طريق كيفية إدراكه وتفسيره والمعنى الذي يعطيه لحدث ما، وبذلك فإن كثيراً من الاستجابات الأنفعالية والسلوكية والإضطرابات النفسية تعتمد الى حد بعيد على المعتقدات الفكرية الخاطئة التي يكونها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به، ومن ثم يجب الاعتماد على سياسة لتغيير هذه الأفكار السلبية بأخرى إيجابية عن طريق إعادة تشكيل مدركاته حتى يتيسر له التغيير في سلوكه (أبو أسعد، 2011 : 55) .

وأشار (Beck, 1985) الى أن التفكير الإيجابي يساعد على إعادة صياغة المشكلة ، فالمشكلة إذ لم يعمل الفرد على حلها تبقى داخل نفسه ، حتى ينطلق هو الى الآخرين لحلها ، وأن معرفة الخبرات والأفكار السلبية التي تواجه الفرد قد تساعد على اختيار البدائل المناسبة مما يتيح الفرصة لتعديل الأفكار واستبدالها وتقديم الأسلوب الأنسب لتصحيح نمط التفكير بشكل أكثر واقعية وإيجابية. (داخل ، 2011 : 70)

ثانياً : مفهوم البناء النفسي (Psychological construction and) :

إن البناء النفسي للشخصية يبدأ من الطفولة ويستمر مدى الحياة ، ولقد أضافت دراسات الطفولة والنمو الكثير لهذا البناء حتى شكلته ، وميزت الكثير من الملامح للشخصية ، خصوصاً الشخصية الضعيفة وهي ما تقصدها الدراسة الحالية بالدرجة الأولى، لكي نتقف على جوانب الضعف والقصور لعلاجها والتي تتصف بغير الشخصية ، وهي التي تنوب في عالم الآخرين فلا تنطبق عليها الشخصية المتكاملة المتزنة ، فهي في بنائها يمكن أن يطلق عليها " البناء الزائف " الذي يعد بحق نقصاً في التكوين والبناء النفسي، .وان معرفة البناء النفسي لشخصية المدرس هو كشف يقود المدرس إلى معرفة

ذاته وفهمها ، إذ يضع أولى بصماته على نقاط قوة شخصيته أو ضعفها ، ومن ثم هو شفاء لضعفه وعلاج لما لديه من قصور في حالة الضعف ، وهو استمرار للصعود والتقدم في حالة القوة ، وهو في الحالتين بناء وراقي لشخصيته والسعي بها نحو الكمال النفسي ، وهو بعد هذا يصون نفسه ضد متغيرات الحياة لأنه في مواجهة البيئة الخارجية ثانية ، والبناء هو عبارة عن تنمية وتأهيل أجزاء مختلفة ومتعددة في كيان المدرس ، بحيث تشكل في النهاية شخصية متكاملة قوية سليمة ، تستطيع أن تشق طريقها في الحياة بنجاح واقتدار (المقدمي ، ٢٠١٥ : ٢٩) .

أبعاد البناء النفسي :

1- **البعد الاجتماعي :** هو ما يتعلق بمجتمع الفرد من الأسرة وجماعة الرفاق والالتزام بتقاليد ومعايير المجتمع والأدوار الاجتماعية التي تتعلق بالفرد وتتوقف على توافقه الاجتماعي وتكيفه السليم على مدى كفاية الذات في إشباع حاجاتها بما يتفق مع الواقع الخارجي ، إذ تنمو صورة الذات من خلال التفاعل الاجتماعي وما يقوم به من أدوار اجتماعية (المقدمي ، ٢٠١٥ : ٥٥)

2- **البعد النفسي :** هو ما يتعلق بنظرة الفرد عن نفسه وما يتوقعه من الآخرين حول نظرته تجاهه إضافة إلى الجوانب العاطفية والوجدانية (نجاتي ، 2000 : ٢٠)

3- **البعد العقلي :** ويشمل المكونات المعرفية والوظائف العقلية مثل الذكاء العام والقدرات المختلفة والعمليات العقلية كالإدراك والتذكر والحفظ والتفكير ، وذلك أن أفكار الناس كثيرا ما تكون عن أشياء مدركة - فهو يعني حل المشكلات والحكم على الأمور والمواقف بناءً على إدراك العلاقات ، والعقل هو أداة للتفكير والتدبير والحكم على الأشياء (المقدمي ، ٢٠١٥ : ٧٢)

4- **البعد الجسدي** هو المظهر العام للفرد وامكاناته الجسدية ووظائف أعضاء الجسم ، على الإنسان أن يهتم بتنمية جسده كاهتمامه بتنمية : الروح والعقل ، فهن ثلاث طاقات حيوية مترابطة وممتزجة بعضها البعض ولا يمكن فصل احدها عن

الأخرى ليكون في النهاية أنسانا متكاملًا يؤدي مهمته بأمان وارتياح . (المقدمي ،
٢٠١٥ : 77)

5- البعد الروحي : هو كل ما يتعلق بأمور العبادة والقيم والأخلاق مثل الصبر والابتنار وغيره . وإنها من روح الله لا يدركها عقل بشري حيث أعيت أذكى العقول في التاريخ فاحتضنها العقل البشري وآمن بها دون أن يدركها ويكتشف مكنونها وعلى الرغم من أن الإيمان بها هو عقيدة رافقت الإنسان منذ بداية الخليقة حتى اليوم (المقدمي ، ٢٠١٥ : ٦٢-٦٥)

نظريات البناء النفسي

أولا : نظرية التحليل النفسي :

يضع التحليل النفسي مسلمة أساسية على الفكر الفلسفي ومناقشتها ، وإن كان تبريرها يقع في نتائجها ، فإن ما نسميه نفسنا (الحياة النفسية) معروف لدينا على نحوين : الأول عضوها الجسمي ومسرحها الذات ، أي المخ (الجهاز العصبي) ، والثاني أفعالنا الشعورية وهي معطيات مباشرة ، وكل ما يقع بين هذين الطرفين مجهول لنا ، وليس ثمة علاقة مباشرة بينهما على ما نعلم ، وإن كان ثمة علاقة فهي لا تزودنا إلا بتعيين دقيق لمراكز العمليات الشعورية ولكنها لن تعيننا في شيء على فهمها ، وقد حصلنا على ما نعرفه عن هذا الجهاز النفسي من دراسة التطور الفردي للوجود الإنساني ، وقد أطلقنا على أقدم هذه المناطق (أو المنظمات النفسية اسم الهو ، ومضمونه كل ما هو موروث ، كل ما يظهر عند الميلاد ، لذا فهو يتألف أولا وقبل كل شيء من الميول الغريزية التي تصدر عن التنظيم الجسمي وتجد هنا أول تعبير نفسي عن ذاتها في صور نجهلها وتأثير العالم الخارجي الواقعي المحيط بنا ، يطرا على جزء من الهو تغيير خاص ، فما كان في الأصل طبقة لاحائية مزودة بأعضاء لتلقي المنبهات وبأجهزة للوقاية من الإثارة ، ينشأ عنه تنظيم خاص يتوسط الهو والعالم الخارجي . وهذا القسم من حياتنا النفسية نسميه الأنا ، وكراسب من رواسب مدة الطفولة الطويلة التي يعيش فيها الإنسان الناشيء معتمدا على والديه ،

تتكون في الأنا منظمة خاصة يمتد تأثير الوالدين هذا ويطلق عليها اسم الأنا الأعلى ، وبقدر ما ينفصل هذا الأنا الأعلى عن الأنا أو يعارضه ، ينبغي على الأنا أن يعمل لها حسابها (ملحم ، ٢٠٠٦: ٢٠)

ويخلص الباحث إلى : (أن الهو ، والأنا ، والأنا الأعلى) ليست أجزاء مستقلة عن الشخصية ، بل هي ثلاث قوى نشطة تتفاعل مع بعضها البعض وتتصارع فيما بينها في شخصية واحدة ومن هذا التفاعل والصراع يتحدد مصير الدافع الذي يراد اشباعه ، كذلك يلحظ أيضا : ان وجود الاختلافات بين علماء مدرسة التحليل النفسي فقد أضافت إلى مفهوم الشخصية الكثير

نظرية أريكسون في النمو النفسي الاجتماعي :

تمثل نظرية أريكسون في نمو الأنا بصفة عامة، وتشكل الهوية بشكل خاص نقلة نوعية في تاريخ التحليل النفسي ، بحيث حولت مساره من التركيز على سيكولوجية الهو القائلة بخضوع النمو للحتمية البيولوجية ممثلة في غريزتي الجنس و العدوان إلى التركيز على سيكولوجية الأنا المؤكدة لتطور الأنا و نمو فاعلياتها وفقا لمبدأ التطور المؤكد بدوره لأهمية التفاعل بين العوامل البيولوجية و البيئية و ما يثمر عن تفاعلها من سمات شخصية في إحداث التغيير، النفس - اجتماعي . (الغامدي ، ٢٠٠٧ : ٧)

مراحل النمو النفسي الاجتماعي :

لقد حدد أريكسون ثماني مراحل النمو النفسي_ اجتماعي، وتستمر مدى الحياة، فإن ظهور كل مرحلة يرتبط بظهور أزمة تمثل حاجة ضرورية للتطور واستمرارية نمو الأنا مبرمجة بيولوجيا وفق درجة نضج محددة و متأثرة بمراحل النمو السابقة . (الغامدي ، ٢٠١٠ : ٩) وهذه المراحل هي :

1- مرحلة اكتساب الثقة الأساسية مقابل عدم الثقة (Trust versus Mistrust)

: إن لتجارب الطفل الأولى تأثيرا مهما على نمو الثقة أو عدم نموها، و يبدو أن بؤادر الثقة عند الرضيع ترتبط بوسائل العناية و التغذية، ففي حوالي الشهر الرابع،

يشعر الرضيع باللذة و الأمان عندما يسمع صوت أمه أو وقع قدميها تقترب منه، و هنا يصبح على يقين أنها قادمة إليه لتأمين الحب و الغذاء، وبعد الشهر الخامس ، تنمو حركات الطفل و قدراته الذهنية. (يعقوب ، ب.س : ١٤٠)

2- مرحلة الاستقلال مقابل الخجل و الشك (Autonomy versus Shame)

(& Doubt) : حتى يتأسس الإحساس بالثقة على نحو راسخ ، يبدأ الطفل فيما بين الشهر الثاني عشر أو الخامس عشر حتى نهاية السنة الثالثة في تأسيس المكون التالي للشخصية السليمة ، إذ يبدأ الطفل في اكتشاف أن سلوكه أمر خاص بأنه إنسان مستقل له الحرية في التعبير الذاتي وفي ضبط الذات دون فقد احترامها و تقديرها . (يونغ ، ٢٠٠٤ : ٥٠)

3- مرحلة المبادرة مقابل الشعور بالذنب (Initiative versus Guilt) :

وتشمل هذه المرحلة المدة الممتدة بين الرابعة و الخامسة من عمر الطفل ، فبعد أن يطور الطفل قدرة كبيرة على التحكم بحركات جسمه و عضلاته ، لابد له من أن يتحرك في بيئته و ينطلق في عالم جديد من الخبرة دون الاعتماد على الوالدين أو من يقوم مقامهما في كل ما يرغب عمله .

4- مرحلة الإنجاز و الكفاءة مقابل الشعور بالنقص (Industry versus Inferiority) :

تستغرق هذه المرحلة سنوات أطول إذ تمتد من السادسة إلى سن الثانية عشرة، إن الطفل طور مشاعر الثقة و الشعور بالاستقلالية ، و القدرة على المبادرة، إن سار كل شيء على ما يرام ، وأن يحسم أزمة هذه المرحلة الصالح الشعور بالقدرة على الإنجاز سواء في البيت أو في المدرسة فما يكلف به من واجبات مدرسية أو أسرية وما تفرضه عليه جماعة الرفاق من مهمات يؤديها و يحرص على أن يكون هذا الأداء جيدا و بالسرعة الممكنة (الريماوي ، ٢٠٠٣ :

5- مرحلة الإحساس بالهوية مقابل اضطراب الدور (Identity versus Role)

confusion) : يشير أريكسون إلى أهمية هذه المرحلة من دورة الحياة وما لها من دور حاسم في نمو الفرد النفسي الاجتماعي . و أثنائها يواجه المراهق مطالب اجتماعية مختلفة و تغيرات أساسية . لهذا السبب أولاها أريكسون اهتماما خاصا أدى إلى تحليلها تحليلا مفصلا أكثر من أي مرحلة أخرى من مراحل النمو . فهو يرى أن البعد النفسي الاجتماعي الجديد الذي يظهر خلال المراهقة إما أن يكون إحساس بهوية الأنا إذا كان موجيا ، أو إحساس بتميع (تشتت) الدور إذا كان ساليا . (سهير ، ٢٠٠٣ : ٢٤٠)

6- مرحلة الإحساس بالألفة مقابل الإحساس بالعزلة (Intimacy versus Isolation)

Isolation) : و تمتد هذه المرحلة من نهاية مدة المراهقة و اكتشاف الشاب لهويته أي سن الثامنة عشرة تقريبا ، حتى انتهاء مدة الرشد المبكر ، و التي تنتهي في منتصف الثلاثينات من العمر ، أي أن المرحلة السادسة تميز مدة الرشد المبكر عند الفرد . فبعد أن يكون الإنسان قد طور هويته و أصبح شخصا متفردا ، لا بد له من اختبار هذه الهوية (علاونة ، ٢٠٠٤ : ٢٦٢)

الدراسات السابقة :

دراسات عن التفكير الإيجابي:

دراسة (عبد العزيز :2012). هدفت دراسة (عبد العزيز) الى التحقق من وجود علاقة ارتباطية بين نمط التفكير الإيجابي وتقدير الذات في ظل بعض المتغيرات المتمثلة بالنوع والتخصص الدراسي والتحصيل الأكاديمي ، لدى عينة من جامعة بشارفي سوريا ، وقد بلغت عينة البحث (200) طالب وطالبة اختيروا بطريقة عشوائية، وقد قامت الباحثة بأعداد المقياس الخاص بالبحث، واستخدمت الوسائل الإحصائية المتمثلة بمعامل ارتباط بيرسن، والاختبار التائي لعينة واحدة ، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، وإعادة الاختبار ، وقد اسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين نمط

التفكير الايجابي وتقدير الذات ، ووجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التفكير السلبي والتقدير المنخفض للذات ، كما لم تظهر الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائيا عائدة لمتغيري النوع والتخصص (عبد العزيز ، 2012: 6)

دراسات عن البناء النفسي:

دراسة (علي ، 2021): البناء النفسي وعلاقته بالمهارات الحياتية لدى مدرسي المرحلة الثانوية تهدف الدراسة الحالية التعرف على : البناء النفسي لدى مدرسي المرحلة الثانوية .و الفروق ذات الدلالة الاحصائية للبناء النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث) والفروق ذات الدلالة الاحصائية للبناء النفسي وفقاً لمتغير التخصص (علمي- إنساني).و العلاقة الارتباطية بين البناء النفسي و المهارات الحياتية لدى مدرسي المرحلة الثانوية.وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) مدرس ومدرسة من المرحلة الثانوية في محافظة كركوك الدراسة الصباحية ، بواقع (٢٠٠) مدرس ، و (٢٠٠) مدرسة. وتحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة بإعداد مقياس (البناء النفسي)، المكون من (٣٨) فقرة وخمسة ابعاد ، وتم إعداد مقياس المهارات الحياتية فقد تكون من (٣٥) فقرة، وخمس مهارات قامت الباحثة باستخراج الخصائص السايكومترية من صدق وتمييز ، أما الثبات فاستخرج بطريقة إعادة الاختبار و معامل ألفا كرونباخ. وباستخدام الوسائل الإحصائية الاتية (مربع كاي ، ومعامل ارتباط بيرسون ، ومعادلة الفاكرونباخ ، والاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين) ، أظهرت النتائج الآتي: تتمتع عينة البحث من المدرسين والمدرسات بمستوى مرتفع من البناء النفسي ومن المهارات الحياتية. وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية للبناء النفسي تبعاً لمتغير النوع (ذكور- إناث). وجود فروق دالة احصائيا تبعاً لمتغير التخصص علمي انساني ولصالح التخصص الإنساني. وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية بين المتغيرين.

الفصل الثالث منهجية البحث

اجراءات البحث: من أجل تحقيق اهداف البحث الحالي كان لا بد من اتباع الاجراءات التالية:

أولاً : منهج البحث : اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي، لملاءمته لطبيعة البحوث وظروفه واهدافه وتم اختياره للتعرف على طبيعة العلاقة بين التفكير الايجابي والبناء النفسي.

مجتمع البحث: يقصد بالمجتمع الاحصائي للبحث جميع الافراد الذين يقوم الباحث بدراسة الظاهرة لديهم فهو مجموعة من الافراد او الاشياء التي يرغب الباحث بدراستهم (ملحم، 2000: 211)، ويتمثل مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة تكريت والبالغ عددهم (21699)

ثانياً: عينة البحث: تعرف العينة على انها جزء من المجتمع تتم دراسة الظاهرة عليه من خلال المعلومات عن هذه العينة لأجل تعميم النتائج على المجتمع (أبو حويج، 2002: 147)، ولتحقيق أهداف البحث فقد اجريت هذه الدراسة على طلبة الجامعة والبالغ عددهم (400) طالب وطالبة

ثالثاً: ادوات البحث : لتحقيق اهداف البحث استخدم الباحث الادوات التالية :

مقياس التفكير الايجابي. (اعداد الباحث) وقد مر اعداده بالخطوات التالية:

• تحديد الهدف من المقياس:

تحديد مفهوم التفكير الايجابي، من خلال التعريف النظري الذي اعده الباحث هو ذلك التفكير الذي يمثل الأنشطة والأساليب التي يستعملها الفرد لمعالجة المشكلات باستعمال قناعات عقلية بناءة، وباستعمال استراتيجيات القيادة الذاتية للتفكير،

ولتدعيم ثقة الفرد في النجاح من خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي.

• **صياغة مفردات المقياس:** لصياغة مفرداته تم اتباع الخطوات التالية:

بعد مراجعة التراث التربوي والنفسي المتوفر والاطلاع على الأدوات التي جرى بناؤها واعدادها لقياس التفكير الايجابي ، مثل مقياس الجبوري (2018) ، مقياس فاضل (2011) ، ومقياس الشيباب والخطيب (2012) ، والنظرية المتبناة وتم تحديد المجالات لمقياس التفكير الايجابي (التفاؤل، حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي ، السماحة والأريحية التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين) وتم وضع صورة مبدئية للمقياس تتكون من (46) فقرة تعكس قدرة الطلبة على مقياس التفكير الايجابي وذلك وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي .

• **صياغة تعليمات المقياس :**

بعد اتمام بنود المقياس تم وضع مجموعة من التعليمات بمثابة الدليل للطلبة لذا روعي عند اعدادها البساطة والوضوح، حيث طلب من الطلبة ان يضع علامة (/) تحت البديل المناسب امام كل فقرة من الفقرات والذي يعبر عن موقفها ومشاعرها فعلاً مع التأكيد على اهمية الدقة والصراحة في الاجابة، كما تم التأكيد على سرية الاستجابات لذا لم يطلب منها ذكر اسماءهم.

• **وضع نظام تصحيح وتقدير الدرجات:**

تم تقدير الدرجات وذلك بوضع امام كل فقرة (خمس بدائل) هي تنطبق عليّ : بدرجة كبيرة جداً ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، لا تنطبق عليّ ابداً (، يقابلها سلم درجات يتراوح من (1،2،3،4،5) للفقرات الإيجابية، سلم درجات يتراوح من (1،2،3،4،5) للفقرات السلبية ، وبهذا الطريقة يتم حساب الدرجة الكلية لكل طالب وعليه فان ادنى درجات لمقياس التفكير الايجابي واعلى درجه له تتراوح ما بين (46-230) درجة للفقرة الواحدة .

• التجربة الاستطلاعية للمقياس:

تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وذلك بهدف تحقيق الاتي :
التأكد من وضوح الفقرات والتعليمات. صدق المقياس: تم التحقق منه من خلال
الاتي:

- الصدق الظاهري: تم عرض المقياس على مجموعة من المختصين في علم النفس التربوي، وتم اعتماد نسبة (80%) فأكثر كمحك لقبول الفقرة (الكبيسي ، 2001، 26)، وعلى ضوء ذلك تم تعديل صياغة بعض الفقرات لنتناسب مع السمة المراد قياسها، وبذلك تحقق الصدق الظاهري للمقياس.
- الصدق البنائي: تم بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وتم قبول الفقرات اعتماداً على معيار (ايبل) الذي اشار الى قبول الفقرات التي معامل ارتباطها بالدرجة الكلية (0.18) فأعلى (الكبيسي، 2010، 27)، كما هو موضح بالجدول (1).

جدول (1)

معاملات ارتباط بيرسون لمقياس التفكير الایجابي

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0,44	41	0,44	31	0,45	21	0,40	11	0,41	1
0,41	42	0,43	32	0,48	22	0,44	12	0,34	2
0,43	43	0,34	33	0,44	23	0,43	13	0,46	3
0,33	44	0,55	34	0,41	24	0,44	14	0,33	4
0,44	45	0,41	35	0,40	25	0,42	15	0,41	5
0,36	46	0,46	36	0,40	26	0,36	16	0,42	6
		0,44	37	0,40	27	0,41	17	0,47	7
		0,41	38	0,44	28	0,45	18	0,41	8
		0,44	39	0,44	29	0,52	19	0,45	9
		0,40	40	0,43	30	0,47	20	0,45	10

يتضح من الجدول (1) ان معاملات الارتباط لفقرات مقياس التفكير الايجابي وبذلك تم قبول جميع الفقرات واصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (46) فقرة .

- **ثبات الاختبار:** يعني الثبات اتساق درجات فقرات المقباس التي يفترض ان تقيس في ما ينبغي قيامه، وتأتي أهمية خاصية الثبات بعد أهمية خاصية الصدق، لان المقياس الصادق يُعد ثابتاً، في حين أن المقياس الثابت قد لا يكون صادقاً لقياس سمة أو خاصية معينة (Marshall,1972:125)، ولحساب الثبات في مقياس البحث الحالي، اعتمد الباحث طريقة الاتساق الداخلي باستعمال معادلة ألفا كرو نباخ والخارجي باستعمال الاختبار واعادة الاختبار، هما: معامل الفاكرونباخ حيث بلغ معامل الثبات للمقياس (0.85) ، كما تم استخدام طريقة اعادة التطبيق: حيث تم اعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية بعد مرور (21) يوماً من التطبيق الاول ، ثم حساب معامل ارتباط بيرسون وبلغت قيمته (0.84) مما يدل على تمتع المقياس بدرجة ثبات مناسبة صالحة للتطبيق على عينة البحث
- **حساب الزمن:** تم حساب الزمن الملائم لتطبيق المقياس عن طريق حساب متوسط زمن المقياس لكل افراد العينة الاستطلاعية، وتوصل الباحث الى ان زمن تطبيق المقياس هو (35) دقيقة
- **مقياس البناء النفسي (اعداد الباحث):**

مر اعداد المقياس بعدة خطوات وذلك بعد مراجعة الاطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت البناء النفسي، والاطلاع على بعض المقاييس، مثل مقياس الهيني (2018)، مقياس الأسول وآخرون (2016)، مقياس علي (2021) ، وتم تحديد المجالات وتوزع على ثلاثة مجالات (اجتماعي ، نفسي ، روعي)، وتم وضع صورة أولية للمقياس مكونة من (36) فقرة ، وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي المتدرج ، كما تم صياغة تعليمات للمقياس يسترشد بها الطلبة عند الاجابة. وضع نظام تصحيح وتقدير الدرجات: تم تقدير الدرجات وذلك بوضع

امام كل فقرة خمسة بدائل (تطبق عليّ ، بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، لا تنطبق عليّ) وقد وزعت درجات الاجابة على فقرات المقياس بالاتجاه الايجابي (1,2,3,4,5) ، والفقرات السلبية تصحح في الاتجاه العكسي (1,2,3,4,5) ، وبهذا الطريقة يتم حساب الدرجة الكلية لكل الطلبة، وعليه فان ادنى درجة لمقياس البناء النفسي واعلى درجة له تتراوح ما بين (36-180) درجة لكل فقرة .

- **ضبط المقياس :** تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وذلك بهدف التحقيق من صدق وثبات المقياس، حيث تم التحقق من الصدق من خلال:
- **صدق المحكمين:** وذلك بعرضه على مجموعة من المتخصصين في علم النفس التربوي، وقد اشاروا الى ضرورة اجراء بعض التعديلات مثل تعديل صياغة بعض الفقرات وبذلك استبقى على (36) فقرة ، وقد تم اجراء التعديلات التي اشاروا اليها.
- **صدق الاتساق الداخلي:** تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية له وكانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى (0.01) ، وبذلك اصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (36) فقرة.

جدول (2)

معاملات الارتباط لمقياس البناء النفسي

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0,31	31	0,41	21	0,40	11	0,41	1
0,45	32	0,40	22	0,34	12	0,41	2
0,42	33	0,41	23	0,41	13	0,36	3
0,40	34	0,41	24	0,41	14	0,34	4
0,41	35	0,44	25	0,42	15	0,41	5
0,41	36	0,37	26	0,42	16	0,31	6
		0,31	27	0,35	17	0,43	7
		0,32	28	0,45	18	0,40	8
		0,44	29	0,31	19	0,41	9
		0,44	30	0,44	20	0,46	10

- كما تم التحقق من الثبات من خلال : معامل الفا كرونباخ للاتساق الداخلي استخدمت معادلة الفا كرونباخ وقد بلغ معامل الثبات لمقياس مفهوم الذات (0.84) وهذا مؤشر إلى أن ثبات المقياس جيد استناداً إلى الدراسات السابقة فكلما ارتفعت قيمة الثبات كلما كان أفضل.
- **اعادة التطبيق:** حيث تم اعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية بعد مرور (21) يوماً من التطبيق الاول، ثم حساب معامل ارتباط بيرسون وبلغت قيمته (0.85)، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة ثبات مناسبة صالحة للتطبيق على عينة البحث.

- حساب الزمن: تم حساب الزمن الملائم لتطبيق المقياس عن طريق حساب متوسط الزمن لكل افراد العينة الاستطلاعية، وتوصل الباحث الى ان زمن تطبيق المقياس هو (30) دقيقة.

رابعاً: التطبيق النهائي:

لقد تم تطبيق مقياس التفكير الايجابي والبناء النفسي بصيغتهما النهائية على عينة البحث البالغة (400) من الطلبة ، والذين تم اختيارهم بطريقة عشوائية ومن اجل تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحث بتطبيق الأداتين على أفراد العينة أنفسهم بحيث أجاب الكل عن فقرات مقياس التفكير الايجابي وفقرات مقياس البناء النفسي في الوقت نفسه أي إن الإجابة عن الأداتين تعود للطلبة أنفسهم .

خامساً: الوسائل الاحصائية: للتحقق من اهداف البحث تم استخدام الاساليب الاحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسن للتحقق من صدق وثبات الادوات ولإيجاد العلاقة بين، مقياس التفكير الايجابي وفقرات مقياس البناء النفسي، معادلة الفا كرونباخ للتحقق من ثبات الادوات . الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T_test) الاختبار التائي لعينة واحدة ($T.test$) .

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الأول : التعرف على مستوى التفكير الایجابي لدى طلبة الجامعة .
وللكشف عن مستوى أفراد العينة في اختبار التفكير الایجابي ، استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة للكشف عن الفرق بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي للمقياس والذي يساوي (138)^(*) ، جدول (3) يوضح ذلك

جدول (3)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للتفكير الایجابي

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
التفكير الایجابي	168,67	17,75	138	399	34,55	1,96	دالة

يتبين من الجدول (3) أن القيمة التائية المحسوبة والبالغة (34,55) أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (399)، وعند مقارنة المتوسط الحسابي البالغ (168,67) درجة وانحراف معياري مقداره (17,75) بالمتوسط الفرضي البالغ (138) تبين وجود فرق بين المتوسطين ولصالح المتوسط

(*) تم استخراج الوسط الفرضي للمقياس، بجمع أوزان بدائل الإجابة على المقياس وقسمت على عدد

$$5 + 4 + 3 + 2 + 1 \quad \text{البدائل ثم ضرب النتائج في عدد الفقرات}$$

$$138 = 46 \times \underline{\hspace{2cm}} =$$

الحسابي، وهذا يعني أن مستوى التفكير الإيجابي لأفراد العينة هو مستوى مرتفع . وتشير هذه النتيجة إلى إن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى عال من التفكير الإيجابي وهي نتيجة تدعو إلى التفاؤل ، إذ أنه على الرغم م سوء الأوضاع النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي يعيشها الطالب الجامعي ومظاهر الضغوط اليومية الذي يمر به فإنه لديه تفكير ايجابي وبالتالي فإن ذلك له انعكاسات إيجابية تساعده على تحمل كافة الضغوط وجعله قادراً على مواجهة المشكلات ، وهذا قد يعزى عامل النضج .

الهدف الثاني : التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة .

للكشف عن مستوى أفراد العينة في اختبار البناء النفسي استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة للكشف عن الفرق بين درجات العينة والوسط الفرضي للمقياس يساوي (108)*. جدول (4) موضح ذلك.

جدول (4)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للبناء النفسي

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
البناء النفسي	136,09	17,96	108	399	31,28	1,96	دالة

يتبين الجدول (4) أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (31,28) أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) وعند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة الحرية (399) وعند مقارنة المتوسط الحسابي البالغ (136,09) وانحراف المعياري مقداره (17,96) وبالمتوسط الفرضي (108) تبين وجود فرق بين متوسطين ولصالح المتوسط الحسابي، وهذا يعني أن مستوى البناء النفسي لأفراد العينة هو مستوى مرتفع. ويعزى الباحث هذه النتيجة إلى إن طلبة الجامعة يتمتعون ببناء نفسي فإن الطلبة المرنيين اتصفوا بالقدرة على رؤية التغير

وانهم اكثر قدرة على التكيف للتغير في حياتهم لديهم القدرة على تحقيق اهدافهم العلمية والعملية بهمة ومثابرة وكذلك يتسمون بالصبر والتفاؤل ويضعون في اعتبارهم احتمالات النجاح في حياتهم ويحققون هذه الاحتمالات ، كذلك الجامعة يمكن ان توفر للطلبة بيئة آمنة بناء على المساندة الاجتماعية والتوجيه وفرصة لنمو العلاقات الاجتماعية في ما يتصل بتعزيز مرونتهم النفسية واحساسهم بالكفاءة الذاتية، فالطلبة الذين لديهم بناء نفسي قوي يمتلكون عقيدة دينية قوية ، يعترفون بوجود اكبر من الرضا في حياتهم ، ودرجة اكبر من السعادة الشخصية وتأثيرات سلبية اقل.

الهدف الثالث : طبيعة العلاقة الارتباطية بين التفكير الايجابي والبناء النفسي لدى طلبة الجامعة .

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال معامل ارتباط بيرسون بين التفكير الايجابي والبناء النفسي، إذ بلغ معامل ارتباط بيرسون (0,74)، وبعد تحويل قيمة معامل الارتباط إلى القيمة التائية المحسوبة ظهرت بانها تساوي (30,57) درجة وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) بدرجة الحرية (398) ، كما موضح في الجدول (5).

جدول (5)

يبين العلاقة بين التفكير الايجابي والبناء النفسي

المتغيرات	معامل الارتباط	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
			المحسوبة	الجدولية	
التفكير الايجابي البناء النفسي	0,74	398	30,57	1,96	دالة

يتبين من الجدول أعلاه وجود علاقة إيجابية بين التفكير الايجابي والبناء النفسي، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط (0,74) وهي علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً، وهذا

يعني بأنه كلما زادت التفكير الايجابي لدى أفراد عينة البحث الحالي زادت البناء النفسي لديهم ، وتعزي هذه النتيجة إلى طبيعة المرحلة الجامعية.

الاستنتاجات :

- 1- إن طلبة الجامعة لديهم تفكير ايجابي بمستوى مرتفع احصائياً .
- 2- إن طلبة الجامعة لديهم بناء نفسي بمستوى مرتفع احصائياً.
- 3- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين التفكير الايجابي والبناء النفسي لدى طلبة الجامعة.

التوصيات :

1. إجراء دراسات تتناول التفكير الايجابي وتحسين تقدير الذات والتكيف لدى الإناث.
2. تعزيز المراجع العلمية في مجال التفكير الايجابي والاستعانة بالبحوث والدراسات الأجنبية وترجمتها للباحثين والدارسين لتسهيل إعداد البحوث والدراسات .
3. نشر الوعي النفسي والاجتماعي والتربوي في المجتمع ، وذلك التعرف على اهمية البناء النفسي في جميع المجالات الحياة .

المقترحات :

1. دراسة علاقة التفكير الايجابي بمتغيرات أخرى (الاستقرار النفسي، سمات الشخصية، المساندة الاجتماعية ، تقدير الذات، بدافعية الانجاز) .
2. إجراء دراسة لمعرفة مستوى البناء النفسي لدى المراهقين .
3. دراسة علاقة البناء النفسي مع متغيرات أخرى (أساليب التنشئة الوالدية، الكفاءة الاجتماعية والنفسية ، سمات الشخصية) .

المصادر العربية:

1. إبراهيم ، عبد الستار، (2011) : العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث (اساليبه وميادين تطبيقه) ، الهيئة المصرية العامة للكتب ، القاهرة.
2. أبو أسعد ، احمد عبدا للطيف ، 2011 ، علم النفس الإرشادي ، ط1 ، دار الميسرة للطباعة والنشر ، عمان.
3. أبو جابر ، ماجد عبد الكريم ، وعمر موسى سرحان (2006) : تكنولوجيا التعليم المبادئ والمفاهيم ، دار زيد للنشر والتوزيع ، عمان .
4. أبو حويج ، مروان وآخرون (2002) : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط 1 الدار العلمية الدولية للثقافة ، عمان ، الأردن .
5. حجازي ، مصطفى ، (2012) : اطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الايجابي، التنوير للطباعة والنشر ، بيروت – لبنان .
6. حسين ، قبيل كودي ، 1995 ، دور مدير المدرسة الإعدادية في خفض نسبة الرسوب في الامتحانات ، مجلة كلية التربية و العدد 2 ، الجامعة المستنصرية.
7. الخطيب، محمد، احمد، 2006، أثر استخدام استراتيجيات تدريسية قائمة على حل المشكلات في تنمية التفكير الرياضي والاتجاهات نحو الرياضيات لدى طلاب الصف السابع الأساسي في الأردن، أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.
8. الخولي ، محمد سعيد (2011) : الذكاء الوجداني مابين النشأة والتطبيق ، سلسلة اصدارات علم النفس الايجابي ، ط1 ، مكتبة الانجلو المصرية .
9. داخل(2011) (أثر أنموذج كارين في اكتساب المفاهيم النحوية والتفكير ألتباعدي عند طلبة الصف الرابع الإعدادي)، رسالة ماجستير غير منشورة، بغداد – كلية التربية – ابن رشد.
10. عبد العزيز ، حنان ، (2012) : نمط التفكير وعلاقتة بتقدير الذات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ،جامعة بشار ، دمشق.
11. العنزي ، يوسف محيلان ، 2007، أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الأبتدائي في دولة الكويت ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الأساسية ، الكويت.

12. العياصرة، وليد، توفيق، 2011، استراتيجيات تعليم التفكير ومهاراته، دار أسامة للنشر والتوزيع، ط1، عمان.
13. الفقي، ابراهيم، (2008) : قوة التفكير ، سلسلة النجاح ، دار الراية للنشر والتوزيع ، سوريا .
14. الكبيسي ، وهيب مجيد ، 2010 ، القياس النفسي بين التنظير والتطبيق ، ط1 ، مؤسسة مصر مرتضى للكتاب العراقي .
15. المجيدل عبدالله ، كنعان أحمد 1999، الشباب والمستقبل، صورة المستقبل كما يراها طلبة جامعة دمشق، مجلة المستقبل العربي، العدد2، دمشق. وزارة التربية نظام المدارس الثانوية ، رقم 2 لسنة 1977: 4)
16. ملحم ، سامي محمد ، (2000) : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، دار الميسرة للنشر والتوزيع عمان.
17. الهاللي ، حسام محمد منشد ، (2013) : التفكير الايجابي وعلاقته باساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة كربلاء.
18. أبو جادو ، صالح محمد علي (٢٠٠٤) : علم النفس التطوري : الطفولة و المراهقة ، ط 1 ، دار المسيرة للنشر و التوزيع ، عمان
19. أبو حجر ، فايز محمد فارس (٢٠١١) . دور الأنشطة التربوية في تنمية المهارات الحياتية ، ورقة عمل مقدمة إلى المؤتمر السنوي الثالث للمدارس الخاصة " أفاق الشراكة بين قطاع التعليم العام والخاص بالأردن "، مركز ديونو لتعليم التفكير ونقابة أصحاب المدارس الخاصة الأردنية وشركة طيف للخدمات التعليمية، عمان .
20. الاشول ، عادل عزالدين (٢٠٠٨) : علم النفس النمو من الجنين الى الشيخوخة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .
21. الريماوي ، محمد عودة (٢٠٠٣) : علم نفس النمو ، الطفولة و المراهقة ، ط 1 ، دار المسيرة، عمان .
22. الزهور، خليل حسن (٢٠١٢) : البناء النفسي في القرآن الكريم، رسالة ماجستير، جامعة قدس، فلسطين .
23. السرخي ، ابراهيم محمد (٢٠٠٢) : السلوك وبناء الشخصية بين النظريات الغربية وبين المنظور الإسلامي، ط٢ ، دون دار النشر .

24. سها شتات (٢٠٠٠) : " البناء النفسي لشخصية الطفل اليتيم " ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية - غزة - فلسطين
25. سهير ، كامل أحمد (٢٠٠٣) : سيكولوجية الشخصية ، مركز الأسكندرية للكتاب ، الأسكندرية ،
26. علاونة ، شفيق فلاح (٢٠٠٤) : سيكولوجية التطور الإنساني من الطفولة إلى الرشد ، ط 1 ، دار المسيرة للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن
27. الغامدي ، حسين عبد الفتاح (٢٠٠٧) : المقياس الموضوعي لتشكل هوية الأنا ، نسخة مقننة على الذكور في سن المراهقة و الشباب بالمنطقة الغربية من المملكة العربية السعودية ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية
28. ملحم ، سامي محمد (٢٠٠٦): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، دار المسيرة ، عمان.
29. المقدمي و أنور راشد (٢٠١٥) : البناء النفسي لشخصية المعلم من منظور إسلامي، أطروحة دكتورا، جامعة القرآن الكريم والعلوم الإسلامية، السودان .
30. نجاتي ، د.محمد عثمان (٢٠٠٠) : الموجز في التحليل النفسي، جمعية الرعاية المتكاملة المركزية، كلية الآداب، جامعة إسكندرية.
31. يعقوب ، غسان ، يعقوب ، ليلي دمع (د.س) : سيكولوجيا النمو عند المراهق ، الجزء 1 ، دار النهار ، لبنان
32. يونغ (2004) : البنية النفسية عند الإنسان ، ترجمة نهاد خياطة اللاذقية ، سوريا : دار الحوار للنشر والتوزيع .

المصادر الأجنبية:

- 1- Seligman & Pawelski J. O. (2003). **Positive psychology: FAQs. psychological inquiry. 14, 159-163.**
- 2- ———, (2002) **positive psychology , positive prev.**
- 3- Good ، Carter، 1973 ، V. **dictionary of education** ، 3rd edition ، Meraw – Hill co. ، NewYork.
- 4- Battista ، M. ، & Clements ، D. (1990) : **Constructivism Learning and teaching . Arithmetic Teaching .**