# التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة

**م.م سيف ناصر جبار**

مركز البحوث التربوية والنفسية

**المستخلص:**

يهدف البحث الحالي التعرف على التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة فضلاً عن التعرف على دلالة الفرق في التفاؤل غير الواقعي على وفق متغير الجنس (ذكور- أناث) ومن أجل تحقيق أهداف البحث قام الباحث بتبني مقياس (حسون 2017) والبالغ عدد فقراته 29 فقرة بصيغته النهائية ، وقام الباحث بتطبيق المقياس الكترونياً على عينة بلغ مقدارها (150) طالباً وطالبة تم اختيارهم بصورة عشوائية من طلبة جامعة بغداد للعام الدراسي 2020 – 2021 ، وأظهرت النتائج ما يلي:

1- أن عينة البحث من طلبة الجامعة لديهم تفاؤل غير واقعي.

2- لا توجد فروق ذات دلالة أحصائية بين (الذكور – الاناث) في التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة.

وقام الباحث بوضع جملة من التوصيات والمقترحات على ضوء نتائج البحث.

**الكلمات المفتاحية:** التفاؤل غير الواقعي ، طلبة الجامعة

# Unrealistic Optimism of Among University Students

**Saif Nasser jabbar Al-Kelaby**

Education and Psychological Research Center – University of

## Abstract

The current research aims to identify the unrealistic optimism among university students, as well as to identify the significance of the difference in unrealistic optimism according to the gender variable (male - female). The researcher applied the scale electronically to a sample of (150) male and female students who were randomly selected from Baghdad University students for the academic year 2020-2021, and the results showed the following:

1- The research sample of university students have unrealistic optimism.

2- There are no statistically significant differences between (males - females) in the unrealistic optimism of university students.

The researcher developed a set of recommendations and suggestions in the light of the research results.

**Key Words**: Unrealistic Optimism , University Students

## الفصل الاول

### مشكلة البحث

يؤدي التفاؤل غير الواقعي دوراً بعيد المدى في حياتنا النفسية وفي تصرفاتنا وعلاقاتنا مع الاخرين وفيما نقوم به من خطط للأضطلاع بها في المستقبل القريب والبعيد (Peterson,1988: 26)

لذلك أعد مفهوم التفاؤل غير الواقعي من المفاهيم النفسية المهمة التي احتلت الصدارة في العديد من الدراسات النفسية الحديثة وقد أظهرت اموراً جدلية عديدة وعلى الرغم من اهمية المفهوم في الحياة الانسانية على نحو عام والحياة النفسية على نحو خاص فأن تاريخ الاهتمام به يعد حديثاً نسبياً (الانصاري، 1998: 75)

حيث أن طلبة الجامعة يحاولون أنشاء صورة مرغوبة لأنفسهم يسعون من خلالها للمحافظة على هذه الصورة في الحياة الاجتماعية وأنهم يندفعون لتقديم أنفسهم بطريقة مقبولة ومرغوب بها ومن خلال هذا يعبرون عن تقديم لذواتهم على أنها افضل من الاخرين وانها حاجة ضرورية لتعزيز مفهوم الفرد عن ذاته، ويذكر أن تقديم مفهوم الذات تعبير عن التفاؤل غير الواقعي وأنه يحدث بالقيل من التفكير .(Helweg&Webb,2002: 92)

وبأمكان الافراد ان يكونوا متفائلين في توقعاتهم لنتائج الاحداث المستقبلية سلبية كانت او ايجابية ، حيث أنهم يعتقدون أنهم أكثر عرضة للأحداث الايجابية وأقل عرضة للاحداث السلبية مقارنة بغيرهم من الافراد، مثال على ذلك الطلبة الذين يعتقدون أنهم يمتلكون فرصة أكبر من غيرهم من الطلبة للحصول على تقييمات عالية والقيام بأعمال جيدة مستقبلاً وأنهم سيكونوا أكثر سعادة واجتهاد من غيرهم وأنهم سيحصلون على فرص أفضل مما يحصل لأقرانهم وأنهم لن يكونوا ضيحة لأحداث سلبية، وهذه الافكار لا تستند على اساس منطقي ولربما تنبع من الرغبة في السيطرة الشخصية والآليات المعرفية

والاتصال الاجتماعي الضعيف الذي يقارن به الفرد بأقرانه وكذلك التفكير الاناني (Shepperd,1996: 844) . ويعد التفاؤل غير الواقعي واحد من الافرازات السلبية للضغوط النفسية والاجتماعية التي تجابه الطلبة الجامعيين في حياتهم اليومية التي تتجاذبها التغييرات السريعة المذهلة في جميع ميادين الحياة السياسية والاجتماعية والنفسية المتمثلة في ثورة العصر الحالي المعبر عنها بثورة الاتصالات وادواتها الفضائية والانترنت، وكذلك ضرورة المرحلة الجامعية هذه المرحلة التي تنضج فيها الافكار وتتفتح الذهنية واهميتها في التطور والتقدم والتغيير والرقي كل هذا يحفز على دراسة المشكلات التي يواجهها الطالب الجامعي والعمل على تشخيص تلك المشكلات وازالتها ، ومما تقدم فأن الباحث يتسائل هل لدى طلبة الجامعة تفاؤل غير واقعي وهل يستندون في تفكيرهم على مبررات غير منطقية؟

**أهمية البحث**

أن طلبة الجامعة تعتبر شريحة مهمة جداً في المجتمع لكونهم الثروة الوطنية والجيل الذي يتحمل المسؤولية وأعبائها المختلفة ومواجهة التحديات في مختلف مرافق الحياة وميادينها وبخاصة بعد أكمال الدراسة، أذ اصبحت الشهادة الجامعية حاجة اساسية للاعداد المتزايدة من الوظائف والمهن كما وتعتبر من المعايير المهمة لقيادة جميع نواحي الحياة، وذلك من خلال اعداد الطلبة وتأهيلهم علمياً وتنمية مواهبهم واطلاق قدراتهم الابداعية الخلاقة (الكبيسي، وعبد الرحمن، 1991: 30) .كل هذا يتطلب أن يتمتع طلبة الجامعة بسمات شخصية متزنة بعيدة عن المشاكل السلوكية والتي قد تعرض مسيرتهم في الحياة وتكيفهم مع المواقف الصعبة والاقتدار في مواجهة احداث الحياة والضغوطات واقتحام المواقف الجديدة بجرأة وشجاعة وعلى نحو واقعي من أجل النهوض بهم وتأكيد طاقاتهم وامكانياتهم العقلية التي تمكنهم من مواجهة الحياة باساليب يتقبلها المجتمع وتسهم في توازنهم واستقرارهم النفسي والاجتماعي (الغنيم، 1986: 13).

أن حياة الفرد مليئة بالانفعالات المختلفة من سعادة وسرور وتفائل وحزن وانطواء واكتئاب وغيرها من المشاعر لذلك أهتم العديد من الباحثون بدراسة سمات الشخصية ومدى تأثيرها على سلوك الفرد ومن ضمن هذه السمات (التفاؤل غير الواقعي) والذي بدأ الاهتمام به على مستوى العالمي في وقت متأخر لا يزيد عن العقدين (الانصاري، 1998: 30).

ليس التفاؤل غير الواقعي بالتفكير الآني أنما هو في الواقع تكملة بناء تم أنشاؤه ، بناء ليس جديداً ولا مستحدث، فالانسان حين يفكر في مسألة ما أنما يسلك سلوكاً معيناً ليتخذ موقفاً جديداً حيث أنه يبدأ بالاستعانة أولاً وقبل كل شيء بما سبق له من عادات وقيم وما تدرب عليه من طرائق ذهنية يفكر بواسطتها في الموقف الجديد وما تعلمه وتربى عليه داخل بيئته وتنشئته الاجتماعية (أسعد، 2000: 11).

يذكر العلماء أن التفاؤل غير الواقعي سمة تتأثر بها الحالة العامة للأفراد ولها أثر كبير في توقعاته وسلوكه بالنسبة للحاضر والمستقبل ويمكن أن تستخدم في تحقيق الاهداف الذاتية وزيادة تحقيق الذات حيث أن التفاؤل غير الواقعي هو اتجاه تهيؤي دائم لدى الافراد يحتوي على التوقعات التي من المحتمل حدوثها في المستقبل على ما مخالف للماضي ومعطيات الحاضر من خلال المبالغة في توقع النتائج الايجابية لتلك الاحداث (Mckenna,1993: 62).

ويرتبط التفاؤل غير الواقعي بالمتغيرات النفسية ارتباطاً ايجابياً تلك المتغيرات التي مجملها يشير الى شعور الافراد بالصحة النفسية وكذلك يشير الى توقع عام الى ان النتائج المرغوبة ستحدث عند مواجهة المشكلات الرئيسية كما وتدل على جودة الشخصية التي تنتج من مجهودات الفرد في تعامله مع المشكلات (Ben-zur,h&Debi,z,2005 :155).

ومفهوم التفاؤل غير الواقعي يتمثل في شعور الفرد بقدراته ازاء الاحداث دون مبررات منطقية او وقائع او مظاهر تؤدي الى هذا الشعور مما قد يتسبب احياناً في

حدوث نتائج غير متوقعة تؤدي الى الاحباط وتعرض الفرد للمخاطر والاصابة بالامراض، وذلك كما ظهر في دراسة تايلور وزملائه أذ يعتقدون ان التوقعات غير الواقعية للافراد تجاه المستقبل قد تدفع بهم الى عدم ممارسة السلوكيات الصحية التي يتوجب على الافراد اتباعها (Taylor & Brown, 1988: 193)

ومن التأثيرات الايجابية التي يتركها التفاؤل غير الواقعي أنه يعطي القدرة على مواجهة احداث الحياة والضغوطات التي تصاحبها بفاعلية اكثر وايجابية اكبر بالتالي يتلافى الفرد تأثير هذه الضغوط على صحته النفسية وهذا ما أكدت عليه دراسة (جاكسون وآخرون 2000) حيث تناولوا فيها دراسة العلاقة بين التفاؤل غير الواقعي والضغوط على عينة قوامها (173) طالباً جامعياً توصلت النتائج فيها الى ان التفاؤل غير الواقعي له القدرة على التنبؤ في مستوى الضغوط لدى الطلبة ، كما ويرتبط التفاؤل غير الواقعي ارتباطاً ايجابياً دالاً بالضغوط (Jackson,t,et, al, 2000: 212).

ويتأثر الافراد بثقافة المجتمع الذي يعيشون فيه فنجد اختلافات بمعدل التفاؤل غير الواقعي بسبب اختلاف الثقافات والعادات والتقاليد والساليب التنشئة الاجتماعية التي يحصلون عليها وهذا ما أكدت عليه دراسة (هايني وليهمان 1995) التي استهدفت عقد مقارنة بين اليابانيين والكنديين في الانحياز للتفاؤل، من خلال الاجابة على المقياس الذي اعده وينشتاين للتفاؤل غير الواقعي والمكون من (18) حدث ايجابي و (24) حدث سلبي وكانت العينة مكونة من (196) فرداً من الطلبة اليابانيون و (314) من الطلبة الكنديون ، وأظهرت النتائج حصول الكنديين على متوسط اعلى من اليابانيين في التفاؤل غير الواقعي (Heine& Lehman,1995: 505) .

وكما تشير الدراسات الى أن شعور الافراد حيال أنفسهم يحكمه جزئياً مقارنة ظروفهم مع الاخرين وعليه يقاس تقدير الذات بأنجاز هؤلاء الافراد أو تميزهم في الابعاد المرتبطة مع افراد آخرين، وكذلك تؤكد البحوث أن الافراد يستعملون الرضا عن أنفسهم من خلال المقارنات الاجتماعية المرغوبة بالتالي يتمكن الافراد من الحكم بأن مخاطرهم أقل

من الاخرين ويمكنهم ذلك من أن يكونوا فوق المعدل ويسمح لهم بالاستمتاع بمكاسب عاطفية مع المقارنات الاجتماعية فيميل الافراد للتذكير على ما يريدون او ما يمكن ان يحدث، كما أنه بالرغبة في حدث ما تزداد أمكانية حدوث هذا الحدث (Kunda,1990: 480).

وهكذا نرى أن التفاؤل غير الواقعي يؤدي دوراً بعيد المدى في حياة الطلبة النفسية وسلوكياتهم تجاه الاخرين وفيما يقومون به من خطط للأضطلاع بها في المستقبل القريب والبعيد (Peterson,1988: 26). ومما تقدم تتخلص أهمية البحث الحالي في ما يلي:

1. تناول البحث الحالي شريحة مهمة وهي طلبة الجامعة وما لها من أهمية في بناء المجتمع وتنميته والنهوض بمستقبلة.
2. أهمية مفهوم التفاؤل غير الواقعي الذي يعمل في الغالب على جعل الطلبة يبالغون في تعظيم قدراتهم تجاه الاحداث التي يمرون بها.

**أهداف البحث**

1- التعرف على التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة.

2- التعرف على دلالة الفرق في التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس.

**حدود البحث**

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد الدراسات الصباحية ولكلا الجنسين (ذكور – أناث) للعام الدراسي 2020 – 2021 .

**تحديد المصطلحات**

**التفاؤل غير الواقعي Unrealistic Optimism**

- **وينشتاين (Weinstein, 1982)**: أعتقاد الفرد بأنه أقرب من غيره للأحداث الايجابية ويزداد لديه أمكانية حدوثها وأبعد من غيره عن الاحداث السلبية ويقل أحتمال حدوثها له قياساً بالاخرين (Weinstein, 1988: 806).
- **شاير وكارفر (Scheier& Carver, 1985)**: نزعة او تنظيم في الشخصية ، حيث يتبع الفرد عدة طرق تساعده لمواجهة حوادث الحياة الضاغطة السارة وغير السارة (Scheier& Carver,1994:93)
- **تايلور وبراون (Taylor&Brown, 1988)**: انه نوع من أنواع الوهم يعمل على تعزيز الذات وله ملازمة عاطفية اجتماعية وفكرية ذات طابع أيجابي (Taylor&Brown. 1989: 206) .
- **شيبرد (Shepperd 2002)**:ميل الفرد للاعتقاد بانه اكثر عرضة من غيره للاحداث الايجابية وأقل عرضة للأحداث السلبية من الاخرين (Shepperd, 2002: 11) .
- **التعريف الاجرائي للتفاؤل غير الواقعي**: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس التفاؤل غير الواقعي في البحث الحالي.
- **التعريف النظري للتفاؤل غير الواقعي**: بما أن الباحث سيتبنى أنموذج شاير وكارفر فأنهم عرفوا التفاؤل غير الواقعي بأنه: نزعة او تنظيم في الشخصية ، حيث يتبع الفرد عدة طرق تساعده لمواجهة حوادث الحياة الضاغطة السارة وغير السارة (Scheier& Carver,1994:93)

## الفصل الثاني

### أطار نظري

بقي التفاؤل غير الواقعي فترة زمنية من المتغيرات التي يختلف الباحثون في دراسته وتعريفه وقياسه مما جعل مهمة علماء النفس صعبة ولا سيما للمهتمين بالشخصية الذين يعملون على الخروج بتصور نظري مقبول حول هذا المتغير (التفاؤل غير الواقعي)، فقد ينظر اليه بعض الباحثين على أنه واحد من عوامل الشخصية وينظر اليه آخرون على أنه من ضمن مكونات الشخصية، أو انه سمة عامة او ثنائية القطب أو انه من الميول والاتجاهات او الدوافع.....الخ، ومهما أختلفت هذه التقسيمات فمن المؤكد أن كل فرد ينتمي الى فئة معينه منها (الانصاري، 1988: 19) .

ويشار للتفاؤل غير الواقعي على أن الفرد ممكن أن يتحيز نحو حدث أو موقف معين ويمكن أن يكون ناتج من وجود أدراك مشوه لدى الفرد الذي يعتقد أنه أكثر احتمالاً للتعرض لأحداث أيجابية وأقل أحتمالاً للتعرض لاحداث سلبية من غيره في وضع مشابة (Weinsten el al,1980: 2) .

فسر بعض الباحثين التفاؤل غير الواقعي بناءً على وقوع الفرد بأخطاء معرفية عندما يبني تصوراً حول تقدير المخاطر التي تحدق به وقد ثبت ان التفاؤل غير الواقعي يعيق الجهود من أجل المحافظة على الصحة النفسية للفرد ، أذ من الصعب علينا أن نقوم بسلوك سوي والذي يتطلب جهداً وصبر دون أدراك المخاطر المختلفة، بل وقد يدفعنا ضعف الادراك هذا الى ممارسة سلوكيات يكون اثرها بالغاً على الصحة النفسية وكذلك الجسمية اللتين تعدان عنصرين مهمين لحياة الانسان، فهما يرتبطان ببعضهما ارتباطاً كبيراً ، حيث نجد أن النفس تؤثر في الجسم وتتأثر به وهذا ما يفسر ظهور ما يسمى بالاضطرابات السيكوماتية، والتي عبارة عن مجموعة من الامراض التي تصيب بعض

اجهزة الجسم و وظائفة نتيجة الضغوط السيكولوجية (Todesco&Hilman, 1999: 52) .

وللتمييز بين التفاؤل الطبيعي والتفاؤل غير الواقعي لابد لنا من ذكر الآتي:

- التفاؤل الطبيعي: نظرة الفرد للمستقبل تكون متفائلة واقعية وتكون مستندة على مبررات منطقية لأعتقاد الفرد أن مستقبله يبشر بالخير.
- التفاؤل غير الواقعي: تكون نظرة الفرد متفائلة لكن بدون مبررات منطقية وأن الفرد يكون متفائلاً بصورة كبيرة ولا توجد لديه أسباب تدعوه للأعتقاد بأن الاحداث ستسير معه بشكل جيد (Seligman,2003:305).

ومن المهم الأشارة الى أن بعض النتائج المختلفة عن التفاؤل غير الواقعي أنه في بعض الاحيان يكون مفيداً وخصوصاً أذا عزز بزيادة الجهد الذي يبذله الفرد في المثابرة لتحقيق الاهداف والمطامع التي يسعى اليها الفرد ، ويساعد التفاؤل على الحصول على مصادر لتحقيق الاهداف والحصول على فرص في حال توفرها منطقياً ويعمل على تعزيز الثقة بالنفس وعن وجود الخطر القريب (Seligman, 1991: 292) .

**الأسباب المحتملة للتفاؤل غير الواقعي:**

1. الخبرة الشخصية تتمثل في العمر والنوع.
2. ميل الافراد للتمركز حول الذات حيث أن الفرد لديه معرفة عن سلوك الوقاية اكثر من معرفته بالاخرين.
3. الضبط المدرك ويكون هنا التفاؤل غير الواقعي أكبر عند اعتقاد الافراد ان خطورة الاحداث تحت سيطرتهم.
4. المحافظة على تقدير الذات حيث ان بعض الافراد يعتقدون أن اعمالهم افضل من اعمال الاخرين.

5. الاحكام المنطقية حيث انها تعني ان الافراد يعتقدون ان المخاطر تنطبق على الاخرين لان الصورة التي يدركها الفرد لمن هم في خطر عالي لا تتناسب مع ادراكهم للذات.
6. المسايرة والانكار حيث أنه يقوم بحماية للفرد ويساعده على التكيف مع الاحداث المهددة بالتالي يعتبر التفاؤل غير الواقعي شكل من اشكال السلوك الدفاعي للفرد او انه مقاوم ضد الاعتراف بأنهم غير محظوظين لان التهديد يمكن ان يولد القلق لدى الافراد (Margaret,2004: 35) .

يتأثر التفاؤل الغير واقعي ببعض العوامل منها:

1. العوامل البيولوجية : ان المحددات والاستعدادات الوراثية ذات اثر كبير في تكوين التفاؤل غير الواقعي لانه ينشأ عن نشاط الشخص وقوته وقدراته العقلية والعصبية.
2. العوامل الاجتماعية: حيث أنها تتمثل بالنتشئة الاجتماعية وما فيها من عادات وتقاليد واتجاهات وقيم سائدة في المجتمع.
3. العوامل الاقتصادية: أن الوضع الاقتصادي للفرد يؤثر على اهدافه ويؤثر بدوره على معدل التفاؤل لديه، حيث الوضع الاقتصادية أذا ازداد لدى الفرد زاد طموحه وارتبفعت درجة التفاؤل لديه ليحقق اهدافه.
4. الخبرات الانفعالية وخبرات النجاح والفشل: تؤدي حالة الفرد النفسية عملاً في التفكير حيث أن الحالة النفسية الجيدة تؤدي الى التفكير الايجابي المتفائل وهذا يحدث لأن الذاكرة تحددها الحالة المزاجية حيث اننا نتذكر الاحداث الايجابية أكثر من السلبية، كذلك خبرات النجاح فأنها تعزز الفاعلية الذاتية التي هي اعتقاد الفرد بقدراته على السيطرة على حياته في مواجهة ما يقابلها من تحديات (دانيال، 2000: 33) .

**أنموذج شيبرد وآخرون (Shepperd et al 2002)**

يعتقد شيبرد أن التفاؤل غير الواقعي لا يتساوى بالتفاؤل تحديداً فليس كل متفائل هو متفائل غير واقعي ، أذ ان بعض الافراد لديهم نظره أيجابية عامة نحو الحياة وهذا نوع طبيعي من التفاؤل وهو ما يشار اليه بالتفاؤل الطبيعي حيث أنه يشير الى التوجه العام عليه فأنه لا يعتبر تفاؤلاً غير واقعي ولا مبالغ فيه، وفي المقابل التفاؤل غير الواقعي الذي يكون موجوداً فيما يتعلق بأهداف محددة فالفرد لديه تفاؤل غير واقعي ويتعقد أنه أقل عرضة للحوادث السلبية وأكثر عرضة للحوادث الايجابية من غيره من الافراد في موقف مماثل، مثلاً ان الفرد يعرف أنه من غير الممكن أن يكون موجوداً في حادث باخرة لأنه يعلم أنه لا يسافر بها في الكثير من الاحيان وعليه سيكون تفاؤله تجاه هذا الحدث غير واقعي (Shepperd et al, 2002: 21) .

حاول شيبرد الاجابة على تساؤل هو لماذا يقول البعض أن مستقبلهم سيكون أكثر أشراقاً من الآخرين؟ وحتى يجيب على هذا السؤال قام بمراجعة الادبيات التي تناولت متغير التفاؤل غير الواقعي وتوصل الى جملة من الاسباب تجعل الفرد متفائل بصورة غير واقعية منها:

**اولاً: الاهداف النهائية المرغوبة Desired And States**

على اساس هذه النهايات او الاهداف التي يرغب فيها الافراد يندفعون لأدراك او تصور المخاطر التي تواجههم على انها اقل من المخاطر التي يواجهها الاخرين لأن هذا ما يريدون تصديقه او ما يريدون أن يصدقه الاخرين، ويرى أن التفاؤل غير الواقعي له فوائد أيجابية على الصحة العقلية والسلوك المرتبط بالصحة ويرجح أن تكون هذه القوة الدافعة وراء التفاؤل غير ومنها:

- تعزيز الذات
- تقديم الذات
- السيطرة الشخصية (Weinstien, 1988: 441).

**ثانياً: الآليات المعرفية Cognitive Mechanisms :**

ان الاليات المعرفية تعمل على توجيه الفرد لأستنتاج أن المخاطر التي يتعرض لها اقل مما يتعرض له الآخرين (Shepperd et al, 2000: 637)وتتمثل بـ :

- المشابهة
- التركيز على هدف واحد
- تحويل المسافة الشخصية لاختلاف المخاطر المختبرة

**ثالثاً: المعلومات التي يمتلكها الفرد عن نفسه مقارنة بالاخرين Information About the Self versus the Target:**

حيث ان توفر المعلومات عن الذات مقابل المعلومات عن الاخرين تؤدي الى اتلاف الاحكام بالمخاطر وهناك ثلاث تفسيرات لذلك وهي:

- تحيز الشخص الايجابي
- التفكير الاناني
- التقليل من سيطرة الاخرين (Buehler et al, 1994: 366) .

**رابعاً: الحالة المزاجية** Underlying Affect :

يستند التفاؤل غير الواقعي على الخبرة المزاجية للفرد أذ تستثير الحالات السعيدة المفرحة وكذلك الحالات الحزينة وبحسب الحالة المزاجية، وبهذا تتأثر أحكام الفرد بالحالة النفسية التي يمر بها وبالتالي تتوفر الحالة النفسية الايجابية استثارة ذكريات ايجابية للفرد وبالتالي توجه الانتباه لدى الفرد الى النتائج المرغوبة (Kruger,1999: 221).

**أنموذج Scheier&Carver شاير وكارفر التنظيم الذاتي للسلوكيات حول النزعة للتفاؤل غير الواقعي 1981**

أستند كل من Scheier&Carver في نموذجهما على الاساس النظري الذي وضعوه حول الضبط السلوكي أو التنظيم الذاتي او ما يسمى الضبط الوظيفي الهادف

حيث أعتبرا ان التفاؤل والتشاؤم جزء منه، فقد ركزوا على التفاؤل غير الواقعي في توقعات الفرد لاحداث المستقبل أو عواقب الاحداث (Strack&Blaney,1987: 588) .

ان فكرة هذا النموذج تقوم حول اساليب مواجهة الافراد نحو أهدافهم، اي ان سلوكيات الافراد تكون موجهة بحسب الاعتقادات التي يبنونها عليه فان الافراد الذين يؤمنون بقابلية تحقيق اهدافهم في الواقع فانهم يستمرون في بذل جهود كبيرة في سبيل الوصول الى تحقيقها حتى واذا كانت هذه الاهداف محددة (Schweitzer,2002: 4).

يفترض كل من (شاير وكارفر) أن الافراد المتفائلين يعملون بجد ويواجهون المشكلات والعقبات التي تواجههم في سبيل تحقيق أهدافهم، بينما المتشائمون فأنهم يستسلمون لها بسهولة ولا يبذلون اي جهد لتخطيها ويشيرا الى ان توقعات الافراد حول اساس السلوك في توقع عواقب افعالهم ترجع الى نوعين من السلوك أما الكفاح أو الاستسلام (Scheier&Carver,1994: 165) .

برهن كل من شاير وكارفر ان التفاؤل يؤثر على سلوك الافراد المتعلق باحداث الحياة ويرتبط مباشرة بالتنظيم الذاتي للفرد واكد أن الفرد عندما يكون واعياً بالتناقض فيما بين أهدافه و وضعة الحالي عندها يقوم بمعالجة تقديرية للموقف بحيث اذا ادرك الفرد ان بامكان هذا التناقض ان يتقلص وان النتائج ممكن ان تتحقق يقوم الفرد ببذل مجهود اكبر للوصول الى النتائج المرجوه، واما اذا ادرك ان التناقض لن يتقلص ولن تتحقق النتائج المرجوه سيقوم بتقليل الجهد الذي يبذله (Kluemper,2009: 180) .

ويؤكدو أيضاً أن النزعة نحو الانهماك في اعادة التفسير الايجابي للموقف هو أحد أهم العوامل المسببة للتفاؤل غير الواقعي والارتقاء عليه فقد يسيطر على السلوك للافراد في النزعة الى توقع الخير وهذا يعد تفاؤلاً طبيعياً، وأحياناً تسيطر عليه نزعة الى توقع الخير والسرور بأستمرار ولا يتوقع حدوث الشر وهذا ما يعتبر تفاؤلاً غير واقعي ( الانصاري،1998: 7)

وقد اعتمد الباحث على أنموذج شاير وكارفر لانهما أعطوا تصوراً واضحاً عن التفاؤل غير الواقعي بما يتلائم مع رؤية الباحث فضلاً أن المقياس المتبنى كان مبنياً على اساس هذا النموذج مما يساعد ذلك في تفسير نتائج البحث الحالي.

## الفصل الثالث

**أولاً: مجتمع البحث:**

تألف مجتمع البحث من طلبة جامعة بغداد للعام الدراسي (2020-2021) حيث بلغ عددهم (53928) طالباً وطالبة موزعين على (24) كلية علمية وأنسانية، وعلى وفق متغير النوع بواقع (22047) ذكور و (31881) أناث .

**ثانياً: عينة البحث:**

لتحقيق أهداف البحث تم أختيار (150) طالباً وطالبة بالطريقة العشوائية تم أختيارهم من ثلاث كليات في جامعة بغداد هي : (كلية الاداب ، وكلية العلوم السياسية ، وكلية الأعلام) موزعين على وفق متغير الجنس ، والجدول (1) يوضح ذلك.

**جدول (1)**

| ت | الكلية | النوع | | المجموع |
|---|---|---|---|---|
| | | ذكور | أناث | |
| 1 | كلية العلوم | 20 | 30 | 50 |
| 2 | كلية العلوم السياسية | 22 | 28 | 50 |
| 3 | كلية الاعلام | 25 | 25 | 50 |
| | المجموع | 67 | 83 | 150 |

**ثالثاً: أداة البحث** : لقياس متغير (التفاؤل غير الواقعي) قام الباحث بتبني مقياس (حسون 2017) والمكون من (29) فقرة بصيغته النهائية أمامه خمس بدائل للأجابة هي تنطبق

علي(دائماً ، غالباً ، احياناً ،نادراً، لا تنطبق علي) ويعطى لها الأوزان (1،2،3،4،5) للفقرات المصاغة بأتجاه المفهوم ويعكس التصحيح للفقرات المصاغة عكس أتجاه المفهوم، وقام الباحث بتكييف المقياس على طلبة الجامعة حيث تم بناءه سابقاً على عينة طلبة المرحلة الاعدادية.

**التحليل المنطقي لفقرات المقياس (الصدق الظاهري):**

لغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات تم عرض فقرات مقياس البحث الحالي على مجموعة من المتخصصين في علم النفس والارشاد النفسي والاختبارات والمقاييس لتحديد مدى صلاحية الفقرات وملائمتها لقياس المفهوم وبعد الاطلاع على آرائهم تم الابقاء على الفقرات التي حصلت على نسبة أتفاق (80%) فأكثر وبناء على ذلك تم الابقاء على جميع الفقرات مع تعديل بعض فقرات المقياس على وفق رؤية الخبراء.

**التحليل الاحصائي:**

بما أن المقياس حديث ولم تمر عليه خمس سنوات سيكتفي الباحث بالأجراءات التي أتبعها صاحب المقياس وسيعمل على أستخراج ثباته فقط.

**الثبات:**

تم حساب الثبات لمقياس البحث الحالي بطريقة ألفا كرونباخ ، أذ تعد هذه الطريقة جيدة في قياس الثبات فهي تقيس الاتساق الداخلي والتجانس بين الفقرات (Anstasi,1988: 95) ، وتم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على درجات العينة والبالغة (150) طالب وطالبة، وبلغ معامل الثبات (0.93) لمقياس التفاؤل غير الواقعي وهو معامل ثبات ممتاز.

**رابعاً: الوسائل الاحصائية**

أستعمل الباحث الوسائل الاحصائية الآتية لتحقيق أهداف البحث:

1. معادلة النسبة المئوية لاستخراج الصدق الظاهري صدق المحكمين.
2. معادلة ألفا كرونباخ لاستخراج الثبات لمقياس التفاؤل غير الواقعي.

3. الأختبار التائي (T-test) لعينة واحدة لمعرفة مستوى التفاؤل غير الواقعي لدى عينة البحث.
4. الأختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفرق بين الذكور والاناث لدى عينة البحث في التفاؤل غير الواقعي.

## الفصل الرابع

### عرض النتائج

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي تم الحصول عليها وتفسيرها على وفق أهداف البحث، كما سيذكر الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات، وكما يلي:

**الهدف الاول: التعرف على التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة.**

خصص هذا الهدف لقياس التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة جامعة بغداد على وفق متغير الجنس، وتحقيقاً لذلك أستعمل الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة وأظهرت النتائج أن متوسط درجات التفاؤل غير الواقعي لعينة البحث يساوي (124.81) درجة وأنحراف معياري مقداره (12.76) درجة، وعند معرفة دلالة الفرق بين هذا المتوسط والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (87) ، أتضح أن الفرق كان دال أحصائياً أذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (36.28) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.98) عند درجة حرية (149) عند مستوى دلالة (0.05) والجدول (2) يوضح ذلك.

**جدول (2)**

| العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الفرضي | القيمة التائية | | مستوى الدلالة (0.05) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المحسوبة | الجدولية | |
| 150 | 124.81 | 12.76 | 87 | 36.28 | 1.98 | دالة |

وهذا يدل على أن طلبة الجامعة لديهم تفاؤل غير واقعي ويحملون اعتقاد بأن امكانياتهم وقدراتهم كبيرة دون مبرر منطقي، ولديهم نزعة أنانية لكل من الاحداث أيجابية كانت أم سلبية، حيث أنهم يرون من الاحداث جانبها الايجابي وينحازون لها بصورة كبيرة بينما يرون في الاحداث السلبية أقل مما هي في الحقيقة ، ويعزو الباحث ذلك لعدم مرور الطالب بتجربة مع الحدث الذي يواجهه وأعتقادهم بأن من الممكن السيطرة على الاحداث أعتماداً على امكانياتهم وقدراتهم وكما يرون ويعتقدون أن المشكلة نادرة الحدوث.

**الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفرق في التفاؤل غير الواقعي على وفق متغير الجنس (ذكور-أناث).**

خصص هذا الهدف لمعرفة دلالة الفرق بين الذكور والأناث على وفق متغير الجنس حيث قام الباحث بأستخراج المتوسط الحسابي لعينة الذكور البالغة (67) طالب وكان (124.64) درجة وأنحراف معياري (11.99) والوسط الحسابي لعينة الأناث والبالغة (83) طالبة كان (124.95) درجة وبأنحراف معياري قدرة (13.426) تم تطبيق الأختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفرق بين الذكور والأناث أذ تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(0.147) وهي أصغر من القيمة الجدولية والبالغة (1.98) وكما في الجدول (3) يوضح ذلك.

**جدول (3)**

| العينة | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | القيمة التائية | | مستوى الدلالة (0.05) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | المحسوبة | الجدولية | |
| الذكور | 67 | 124.64 | 11.99 | 0.147 | 1.98 | غير دالة |
| الأناث | 83 | 124.95 | 13.426 | | | |

ومما تقدم يتبين انه لا توجد فروق ذات دلالة أحصائية بين طلاب الجامعة الذكور والاناث في متغير التفاؤل غير الواقعي ولا يتأثر المفهوم بمتغير الجنس.

**الأستنتاجات**

1- أن طلبة الجامعة لديهم تفاؤل غير واقعي ويستندون في تفكيرهم على مبررات غير منطقية.

2- لا توجد فروق ذات دلالة أحصائية بين الطلبة (ذكور – أناث) في التفاؤل غير الواقعي.

**التوصيات**

1- ضرورة أقامة دورات وندوات للطلبة لتوضيح مخاطر التفاؤل غير الواقعي في اتخاذهم للقرارات.

2- ضرورة حث الطلبة على التفكير بمنطقية فيما يخص اعتقاداتهم ورؤيتهم للأحداث المستقبلية التي تصادفهم والتعامل معها بمررات واقعية.

3- توصية الوحدات الارشادية في الكليات للأهتمام بهكذا متغيرات لما فيها من مخاطر على سلوكيات الطلبة الناتجة من هذه المفاهيم .

**المقترحات**

1- أجراء دراسة ارتباطية لمتغير التفاؤل غير الواقعي مع بعض متغيرات الشخصية .

2- عمل برامج أرشادية لخفض التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة.

3- دراسة التفاؤل غير الواقعي دراسة مقارنة مع أنماط الشخصية.

**المصادر العربية:**

1- أسعد ، يوسف ميخائيل (2000) ، التفاؤل والتشاؤم ، دار نهضة مصر للطبع والنشر ، القاهرة .

2- الانصاري، محمد بدر (1998): التفاؤل والتشاؤم ،*المفهوم والقياس و المتعلقات*، مجلس النشر العلمي ، جامعة الكويت.

3- حسون، آلاء طالب ،(2017)، التفاؤل غير الواقعي وعلاقته بالتفكير التأملي لدى طلبة المرحلة الاعدادية،جامعة بغداد، كلية التربية للبنات ، رسالة ماجستير غير منشورة.

4- دانيال، جولمان ،(2000)، الذكاء العاطفي، ترجمة ليلى الحيالي، الكويت ، سلسلة عالم المعرفة.

5- الغنيم ، يعقوب يوسف ، (1986) ، الإرشاد النفسي والتربوي ، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ، الكويت .

6- الكبيسي ، كامل ثامر ، عبد الرحمن ، أنور حسين (1991) ، مهمات الجامعة في بناء مجتمع ما بعد الحرب ، مجلة العلوم التربوية والنفسية .

**المصادر الاجنبية:**

1- Margaret , p , M , (2004) : Lifestylc behaviors of adolescents Relationship of self efficacy ,optimisrn , and selected demographic variables to the lifestyle behaviors M , A , dissertationl and : university of Northern British Cohnbia N AAt

2- Anastasi, a. (1988): psychological testing, (4 th.ed) Macmillan Company , New Yorok.

3- Ben-Zur, H., & Debi, Z. (2005). Optimism, social comparisons, and coping with vision loss in Israel. Journal of Visual Impairment & Blindness, 99(3), 151-164.

4- Heine, S. J., & Lehman, D. R. (1995). Cultural variation in unrealistic optimism: Does the West feel more vulnerable than the East?. Journal of personality and social psychology, 68(4), 595.

5- Helweg-Larsen, M., Sadeghian, P., & Webb, M. A. (2002). The stigma of being pessimistically biased. Journal of Social and Clinical Psychology

6- Jackson, T., Weiss, K. E., & Lundquist, J. J. (2000). Does procrastination mediate the relationship between optimism and subsequent stress?. Journal of Social Behavior and Personality, 15(5), 203.

7- kleumper ,D, K, Little ,L, M, & Degroot,(2009).State trait: effects of state optimism on job- related outcoms. Journat of organizational behavior

8- Kruger, J. (1999). Lake Wobegon be gone! The "Below-averageeffect" and the egocentric nature of comparative ability judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*.

9- Kunda, Z. (1990). The case for motivated reasoning. *Psychological Bulletin*,.

10- McKenna, F. P. (1993). It won't happen to me: Unrealistic optimism or illusion of control?. British Journal of Psychology, 84(1), 39-50.

11- Peterson, C., Deligman, M. E. P., & Vaillant, G. F. (1988). Pessimistic Explanatorystyle Is Arisk factor for physicall Illness: Athirty five- tear Longitudinal Study Journal of personality and Social psychology .

12- Scheier, M. F., Carver, C. S. & Bridges, M. W. (1994) . Distinguishing Optimism from Neuroticims (and) Trait Anxiety, self- Masyery, and self- Esteem) Journal of personality and Social psychology Vol. 67. No. 6.

13- Schweiitzer,M,B.,(2002) Psychologie de la sante. (lere edition).Paris, France: Dunod.

14- Seligman, M. E. P., & Peterson, C. (2003). Positive clinical psychology. In L. G. Aspinwall & U. M. Staudinger

(Eds.), A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology (p. 256–317). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/10566-021

15- Shepperd, J. A, Ouellette, J. A., & Fernandez, J. K. (1996):Abandoning Unrealistic Optimism: Performance estimates and the temporal proximity of self – relevant feedback. Journal of personality and Social psychology

16- Shepperd,J.,Carroll,P.,Grace,J.,Terry, M.(2002). Exploring the Causes of Comparative Optimism .Psychologica Belgica

17- Strack, S. Carver, CH. S. & Blaney, P. H. (1987). Predicting Successfol Completion of an After care proguam following treatment for Alcohlism: The Role of Dispositional Optimism. Jornal of Personality and Social Psychology . Vol. 53.

18- Taylor, S. E., & Brown , J. D. (1988) Illusion and Well. Being : Asocial psychological perspective onmental health. Psychological Bulletin .

19- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988): Illusion and Well. Being: Asocial psychological perspective onmental health. Psychological Bulletin .

20- Todesco, P., & Hillman, S. B. (1999). Risk perception: Unrealistic optimism or realistic expectancy. Psychological reports, 84(3), 731-738.

21- Weinstein, N. D. (1980): Unrealistis optimism about future life events. Journal of personality and social psychology,

22- Weinstein, N. D. (1988). Unrealistic optimism about susceptibility to health problems. *Journal of Behavioral Medicine*.