

التفكير السلبي والايجابي لدى طلبة الجامعة

م.د. إنعام مجيد عبيد

مركز البحوث النفسي

المستخلص

يستهدف البحث الحالي الى ما يلي :

- 1- التعرف على نمط التفكير الايجابي والسلبي
 - 2- معرفة دلالة الفروق في التفكير السلبي والايجابي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث).
 - 3- معرفة دلالة الفروق في التفكير السلبي والايجابي السائد لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير التخصص (علمي، أنساني).
- وقد تم تطبيق البحث على طلبة جامعة بغداد للمرحلة الرابعة للعام الدراسي (2016-2017) وللدراسة الصباحية وبلغت العينة (100) طالب وطالبة موزعة بين العلمي والانساني بواقع (50) انساني و (50) علمي موزعين بين الذكور والاناث، وقد تبنت الباحثتان مقياس التفكير السلبي والايجابي ل(حنان، عبد العزيز)
- وتم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، معامل ارتباط بايسيريا ل ، معادلة الفاكرونباخ.

وتوصلت الدراسة الى النتائج الآتية :-

- 1- ان الطلبة يتمتعون بنمط تفكير سلبي.
 - 2- ليس هناك فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير الجنس (ذكور، اناث).
 - 3- هناك فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير التخصص ولصالح الانساني منه.
- وقد خرجت الباحثتان بعدد من التوصيات والمقترحات

Abstract

The goal of this research are To find out

1. Identify the positive and negative thinking
2. See indications of differences in negative and positive thinking according to the variable gender (male, female).
3. Know the significance of differences in negative and positive thinking among college students, according to a variable specialty.

The researchers has been followed sample of research on method of Stratified random which are (100 students of the University of Baghdad, The data processing are addressing by statistical methods (Spss) in find data analysis., he descriptive analytical method as it is considered the best and the suited one to the nature of this research.

the total size of the Samples has reached to (370) employees.

the results of this research are,

1. the students have a negative thinking
2. There was no statistically significant differences in variable variables of gender.
3. There were statistically significant differences in specialty favour of humanitarian specialization variable.

as a complement to search out the researchers a number of recommendations and proposals.

مشكلة البحث: The problem of the research

جعل الله سبحانه وتعالى خليفته في الارض وميزه بالعقل عن بقية المخلوقات، وجعل عقله وتفكيره مدار التكليف وتحمل اعباء المسؤولية وحثه على النظر في ملكوته بالتفكير واعمال العقل والتدبير ، ولقد خص الله سبحانه الانسان عن سائر المخلوقات الاخرى في قدرته العقلية العاليه ، فلولا هذه القدرات لما وصل الانسان الى ماوصل اليه اليوم من تقدم حضاري في جميع مجالات الحياة وميادينها المختلفه ، وكما استطاع ان يبتكر ويكتشف ويحل المشكلات وينظم حياته ويتجنب العديد من المخاطر والتحديات . (علي، وآخرون، 2010 : 280)

والفرد بحاجة الى تطوير مهارات التفكير الايجابي لديه حتى يستطيع مواكبة التسارع في حجم ونوعية المعلومات المتوفرة في حياتنا المعاصرة، وزيادة في الية هذا التفكير ليصبح قادراً على متابعة التقدم التكنولوجي والثروة المعرفية الآخذة بالزيادة يوماً بعد يوم بسبب المستجدات والتغيرات الطارئة على حياة الإنسان في هذا العالم، واستجلاء مدى أهمية تمتع الأفراد بمهارات التفكير الايجابي وتجنب التفكير السلبي من أجل تحقيق هذه الأهداف. (عبد العزيز، 2012: 20-21)

يشير سيشر وكارلس (Scheier and Charles، 1993) ان التفكير الايجابي هو احد المرادفات للتوجه التفاؤلي optimism orientation في الحياة ، وان التفكير السلبي هو احد المرادفات للتوجه السلبي pessimism orientation، وان التوجه المتقائل في الحياة يؤدي الى النجاح ، بما يتضمنه من توقعات ايجابية للنجاح والسعادة والانجاز، اما التوجه السلبي المتشائم في التفكير فانه يؤدي الى فقدان الثقة في امكانية مواجهة وتخطي المواقف العاديه والصعبه، مما يؤدي الى الفشل.(العنزي : 2007 : 7)

وكلما كان التفكير ايجابي كلما أدى إلى حل فاعل وناجح للمواقف والمشاكل وكلما كان سلبي كلما أدى إلى التعامل مع هذه المشكلات بأساليب سطحية وخاطئة سواء كان ذلك بتضخيم هذه المشكلات والمبالغة في التعامل معها وبالتالي عدم الوصول إلى حل

مقنع لها أو بتبسيطها واختزالها واستسهالها وإتباع أساليب سلبية في التعامل معها وبالتالي عدم الوصول إلى حل مناسب لها. فالتفكير السلبي يرتبط بتدهور المستوى الصحي وازدياد الحالات المرضية كالكآبة والاضطراب النفسي وغير ذلك، حيث تشير الدراسات والبحوث النفسية والتربوية إلى أن الاضطراب النفسي والعقلي ليس ناشئاً من المواقف الصعبة التي تحيط بالفرد بقدر ما هو ناشئ عن حالة اليأس التي تنتابه اتجاه تلك المواقف و الذي يوحى إليه بالعجز والفشل اتجاهها وهذا ما يعبر عنه بالتفكير السلبي للحياة والذي يجعل الفرد ينظر إلى حياته الخاصة بتقصير واستهزاء واستهتار وضعف وتقدير منخفض لذاته وإلى الحياة من حوله عامة بمنظار مظلم وقاتم يجعله أكثر تعاسة وشؤماً. (بركات، 2006: 5).

وقد لاحظت الباحثة ومن خلال عملها في التدريس وعلاقتها ولقاءاتها بالطلبة بأن معظمهم يحملون أفكاراً سلبية كما أنهم يفتقرون إلى تنظيم الذات وعدم الانضباط والالتزام بالواجبات والمهام المناطة بهم
لذا ارتأت الباحثة التطرق الى دراسة التفكير الايجابي والتفكير السلبي عند الطلبة لغرض الوقوف على نمط تفكيرهم خاصة وان مجتمعنا يمر بظروف معقدة واطواع غير طبيعية نتيجة الحروب ومعاناة الطلبة نتيجة هذه الظروف، والتي قد تؤثر على حياتهم الامنية والعلمية والاجتماعية والاقتصادية .. الخ مما جعلت الطلبة يعانون من اضطرابات ومشاكل بسبب طريقة تفكيرهم سواء كان ايجابياً او سلبياً.

وتأسيساً على ما سبق سوف تحاول الباحثة الأجابة عن التساؤلات الآتية:

- اي نوع من التفكير لدى طلبة الجامعة هل هو الايجابي ام السلبي؟.
- ما تأثير كل من الجنس والتخصص على التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة؟.

اهمية البحث: The important of Research

تعد الجامعة أهم الميادين التي تمد المجتمع بالطاقات البشرية، إذ أنها أحدى الدعامات الرئيسة التي يرتكز عليها تقدم المجتمع ونموه، وذلك لأنها المؤسسة العلمية الأكاديمية التي تعمل على تطوير الموارد البشرية، وتزويد جميع المؤسسات الأخرى بالملاكات البشرية وبمختلف التخصصات اللازمة لمتطلبات التنمية الشاملة في المجتمع (ابو جادو ونوفل، 2007، بلا).

إذ ان طلبة الجامعة يشكلون بعد تخرجهم كوادر علمية ومهنية وإنسانية متخصصة يتوقف عليها بناء جيل المستقبل، وذلك بسبب الإعتماد عليهم في العملية التربوية والتعليمية بعد تخرجهم. (الركابي، 2000: 14).

وقد اظهرت الدراسات ان هناك اجماعا بين العلماء والمربين بخصوص ضرورة الاهتمام بالتفكير لدى جميع افراد المجتمع في جميع المراحل العمرية خاصة لدى طلبة المدارس والجامعات وذلك بهدف بناء جيل مفكر لان التفكير يبسط الاشياء والمواقف ولايعمل على تعقيدها. (العنوم وآخرون : 2011 : 195)

وتمثل تنمية قدرة الطلبة على التفكير الإيجابي أهم أهداف التربية عموماً، بل إن البعض يرى أن قدرة الطلبة على التفكير بطريقة تعينهم على التغلب على مشاكل الحياة التي تواجههم تمثل الغاية النهائية للتربية، وان الاهتمام بالتفكير ونوعيته لدى الطلبة يزيد من دافعيتهم في التعلم وينتج طلبة دائمي التعلم يمتلكون أدوات التعلم الذاتي والدافعية الذاتية لاكتساب المعرفة والبحث عنها (العياصرة، 2011 ص: 201)

يرى ستيوارت مكلير (Stewart Macler) ان التفكير هو ارقى نشاط عقلي طبيعي لدى الانسان في حياته اليومية، ويبدو ان التعليم الفعال لنمط التفكير حاجة ملحة اكثر من ي وقت مضى، لان العالم اصبح اكثر تعقيداً نتيجة التحديات التي تفرضها تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في شتى مناحي الحياة. (جروان : 1999 : 12)

ومن هنا ندرك أهمية التفكير الايجابي فالانسان يستطيع ان يقرر طريقة تفكيره فاذا اختار ان يفكر بايجابية يستطيع ان يزيل الكثير من المشاعر الغير مرغوب بها والتي ربما تعيقه من تحقيق الافضل لنفسه. (كيت كينان، 2005 : 51).

اهداف البحث: The objectives of the Search

يستهدف البحث الحالي، تعرف على :

1- نمط التفكير السائد لدى طلبة الجامعة ؟ هل هو التفكير الايجابي أم التفكير السلبي ؟

2- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير الجنس (ذكور، اناث).

3- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير التخصص (علمي ، انساني).

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على دراسة التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة جامعة بغداد في الدراسة الصباحية للمرحلة الرابعة من التخصص (العلمي ، الانساني) وكلا الجنسين (ذكور ، اناث) وللعام الدراسي (2016-2017) .

تحديد المصطلحات:

اولا: التفكير: The Thinking

1- عرفه السيد (1990):- انه "قدرة من القدرات العقلية العليا التي تميز الانسان عن الكائنات الحية الأخرى التي لا تستطيع أن تستخدم التجريد والرموز" (السيد ، 1990 ، 277).

2- عرفه ويلسون wilson (2002) :- انه يمثل "عملية عقلية يتم عن طريقها معرفة الكثير من الامور وتذكرها وفهمها وتقبلها". (سعادة ، 2004 ، 39).

3- عرفه ريبير وريبير Reber and Reber (2008):- "هو اية معالجات معرفية أو عقلية خافية غيرظاهرة للعيان ، تتناول الافكار والصور والرموز والكلمات والمقترحات أو عرض القضايا والذكريات وضروب المفاهيم ومبادئ

السلوك أو التعاليم والاخلاقية والمعتقدات أو مايقوم مقامها ويدل عليها كالتوايا وبأبختصار فإنه-التفكير-يحيط بمختلف الفعاليات العقلية كافة: وهي الفعاليات والنشاطات المرتبطة بتكوين المفاهيم، وحل المشكلات والوظائف الفكرية ، والابداع ، والتعليم المعقد ، والذاكرة ، والعمليات الرمزية وتبويبها ، والتصور، وغير ذلك" (ريبر و ريبر ، 2008 ، 674).

ثانيا: التفكير السلبي:

1- عرفه ابراهيم (1998) :- هو ذلك التفكير الذي لاينسجم مع اهدافنا العامة ، وقيمنا الأساسية في الحياة وبالتالي عدم تحقيق أي نتيجة ايجابية. (ابراهيم ، 2011 ، 156).

2- عرفه رياض (2007) :- هو تلك الرسالة الراضة للتقدم والانجاز والعمل بسبب اعتقاددها بعدم احقيتها واهليتها للتنفيذ، وفي هذه الحالة ان التفكير السلبي يمنح مستقبلا سلبيا ويعطي صاحبه مشاعر سلبية.(رياض ، 2007 ، 497).

التعريف النظري:

تبنت الباحثة تعريف (Seligman،2003) لكونه صاحب النظرية والمجالات التي تم تبنيتها في بناء مقياس التفكير السلبي والايجابي.

التعريف الاجرائي:

هو مقدار الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص نتيجة لاجابته على مقياس التفكير السلبي والايجابي المعد لهذا الغرض.

ثالثا: التفكير الايجابي:

1- عرفه همفريز (2002) :- هو كيفية شعور الفرد بنفسه كشخص ناضج يقرر سلوكه الداخلي والخارجي اتجاه نفسه والآخرين والحياة. (همفريز ، 2002 ، 36).

- 2- عرفه حجازي(2012) :- هو نواة الاقتدار المعرفي في التعامل الفاعل مع قضايا الحياة ومشكلاتها ، والتغلب على محنها وشدائدها. (حجازي ، 2012 ، 84).
- 3- عرفه منشد(2013) :- قدرة الفرد الواعية باستعمال العقل بطريقة أيجابية فعالة ذات طابع تفاعلي في معالجة المشكلات الحياتية والتغلب عليها بطريقة تشعر الفرد بالرضا والتقبل الايجابي للذات. (منشد ، 2013 ، 14).
- 4- عرفه (Seligman and Pawelsk ,2003):- هو استعمال النتائج الايجابية للعمليات المعرفية للفرد على ما هو بناء وجيد من اجل التخلص من الافكار الهدامة والسلبية ولتحل محلها الافكار والمشاعر الايجابية وارتباطهما بالاسلوب التفسيري، اذ تؤثر التفسيرات السلبية للاشخاص المتعلقة باحداث الماضي عى توقعاتهم الخاصة في اسيطرة على الاحداث المستقبلية وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك. اما التفسيرا الايجابية فانها تمتلك مهارة التعامل الفاعل مع الاحداث بما يضمن استمرار النماء وترفير الارتياح النفسي, Seligman and pawelsk, (2003:P .161)

التعريف النظري:

تبنت الباحثة تعريف (Seligman،2003) لكونه صاحب النظرية والمجالات التي تم تبنيها في بناء مقياس التفكير السلبي والايجابي.

التعريف الاجرائي:

هو مقدار الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص نتيجة لاجابته على مقياس التفكير السلبي والايجابي المعد لهذا الغرض.

الفصل الثاني

الاطار النظري ودراسات سابقة

مقدمه:

التفكير عاملا من العوامل الأساسية في حياة الانسان فهو الذي يساعد على توجه الحياة وتقدمها، كما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من الاخطار، وبه يستطيع الانسان السيطرة والتحكم في أمور كثيرة وتسييرها لصالحه، فالتفكير عملية عقلية معرفية وجدانية راقية تبنى وتؤسس على محصلة العمليات النفسية الاخرى، كالادراك والاحساس والتحصيل والابداع، وكذلك على العمليات العقلية كالتذكر والتمييز والتعميم والمقارنة والاستدلال والتحليل، ومن ثم يأتي التفكير على قمة هذه العمليات العقلية والنفسية، وذلك للدور الذي يؤديه في المناقشات واتخاذ القرارات، حتى انه لايمكن الاستغناء عنه في عمليات اكتساب المعرفة وحل المشكلات التي تواجه الانسان. (منشد، 2013، 19).

ان الافراد السعداء هم من يميلون الى النظر الى الجوانب المشرقة من الأمور، فعندما يكونون في حاله مزاجيه سعيدة فانهم يتذكرون الاحداث السعيدة بصورة افضل، فيميلون الى تقييم الاشياء ايجابيا، بينما المكتئبون هم من يكونون في حالة مزاجية غير سعيدة، ويقيمون الاشياء بصورة اكثر سلبية، ويقللون من قيمة كفاءتهم رغم ان تقديرهم لذواتهم يكون اكثر دق، وواقعية، ولكن هناك تدهورا في تقدير الذات اثناء فترة التفكير السلبي. (الطواب، 1991، 17).

سمات (صفات) التفكير الايجابي والسلبي

بعد تحليل العديد من ادراسات التي عنيت ببحث نمطي التفكير الايجابي والسلبي امكن إظهار السمات والخصائص الأساسية للتفكير السلبي من خلال مقارنته بالتفكير الايجابي، وذلك كما هو مبين في جدول المقارنة الآتي: (منشد، 2013، 23).

سمات التفكير الایجابي	سمات التفكير السلبي
1. بينما صاحب التفكير المرن (Flexible thinking) الایجابي فانه يذعن للحق ويتوق الى معرفة الجديد من المعلومات سواء كان موافقا او معارضا لها.	1. الفرد صاحب التفكير السلبي ذو فكر متصلب شديد الجمود غير قادر على (Dogmatism) التخلص من ارائه حتى لو بدى له خطأها.
2. أما صاحب التفكير الایجابي فإن لغته ومفرداته تتمتع بالمرونة قابلة للأخذ والعطاء، قادر على الحوار والمناقشة العلمية، قادر على الدخول في مناقشات وحوارات مثمرة ومفيدة بالنسبة له وللآخرين.	2. اللغة التي يستخدمها صاحب التفكير السلبي تميل إلى المغالاة والحدية والقطعية والتعميم، ومفرداته التي يستخدمها قوية وصارمة، ورموزه مغلقة وحاسمة غير قابلة للتعاطي مع الرأي الاخر.
3. بينما مداخلاته وطروحاته تمتاز بالسمو والراقي حيث مفاهيمه ومقولاته منطقية وقابلة للتعديل والتغيير إذا اقتضت الحاجة لذلك.	3. يتميز بتخلف الطرح وتدني مستوى المقولات والمفاهيم لديه بسبب قناعاته المتصلبة والجامدة.
4. بينما صاحب التفكير الایجابي فيتصف بقدرته الفائقة على اختيار كلامه بحيث لا يجرح الآخرين ولا يستهزئ بهم، ويقدم نقده وملاحظاته للآخرين على شكل نقد بناء ومفيد.	4. يتصف الفرد ذو التفكير السلبي بضعف الإحساس الوجداني نحو الآخرين فلا يهمنه أن يلقي بالكلام الخشن والجرح نحوهم، دون أن يأبه بما يسببه لهم من أذى لاحساساتهم.
5. أما صاحب التفكير الایجابي الذي يتصف بفكر مستنير وقادر على إبداء الرأي مع احترام الرأي الأخر، ويستخدم ما يناسب من مفاهيم ومصطلحات للموقف أو موضوع النقاش دون زيادة أو نقصان، وبالتالي يكون حديثه مناسب للموقف ومقنع للطرف الاخر.	5. يتصف صاحب التفكير السلبي بالثرثرة وإعطاء انطباع للآخرين بأنه متقف وأن لديه إجابات لكل سؤال مهما كان نوعه وفي كل المواقف، فهو يستخدم عدد معين من المفاهيم والمصطلحات والمبادئ الجاهزة والمحددة، والتي يستخدمها في كل موقف سواء كانت مناسبة أو غير مناسبة،

سمات التفكير الایجابي	سمات التفكير السلبي
	وبالتالي يكون حديثه لا جدوى منه مليء بالمغالطات العلمية والمنطقية.
6. أما الفرد صاحب التفكير الایجابي فيحاول قدر الامكان إعطاء تصور طبيعي وواقعي عن ذاته أمام الآخرين، ويقدم نفسه للآخرين بشفافية وبشكل متواضع، لأنه يدرك أن المثالية والكمال ليست منصفات البشر وبالتالي لا حاجة إلى تقنيع شخصيته بما لا يفيد ولا يلزم.	6. يميل صاحب التفكير السلبي إلى إعطاء المستمعين له صورة مثالية عنه وعن شخصيته تأبى طبائع الناس تحقيقها، ولكن سريعاً ما تتكشف هذه الصورة وسريعاً ما يراه الآخرون على حقيقته، وسبب ذلك ناتج عن نقص في الشفافية وقلة الخبرة بواقع الحال بالنسبة له.
7. بينما يتمتع صاحب التفكير الایجابي بامتلاكه لأساليب مبتكرة وجديدة تناسب التطور الحاصل، فهو بذلك يعتبر من الأفراد المبدعين القادر على إعطاء حلول ناجعة وفاعلة للمشكلات المحيطة له ولغيره.	7. يتمتع أيضاً صاحب التفكير السلبي بضعف المعالجة وافتقاره للأساليب والحلول الفعالة للمشكلات، بسبب استخدامه للأسلوب التقليدي في البحث والتفكير والذي لا يتناسب مع التصورات الجديدة والمعاصرة.
8. بينما يحرص أصحاب التفكير الایجابي بأن لا يحدث ذلك معهم ويساعدهم على ذلك امتلاكهم ناصية من الفكر والثقافة والمرونة الفكرية التي تساعدهم على تجنب مثل هذه المواقف المحرجة .	8. عادة ما يقع أصحاب التفكير السلبي في مواقف من الإرباك ويضعون أنفسهم في ورطات حرجة أثناء النقاشات المختلفة، نتيجة للتناقضات الفكرية حيث لا يمتلكون الخلفية الثقافية الواسعة التي تساعدهم على متابعة النقاش بموضوعية

نظريات التفكير السلبي والایجابي:

1- نظرية سليجمان وآخرون، (Seligman et al ، 1998).

حيث ركز خلال هذا المفهوم على تعديل الأفكار المغلوطة واستبدال الأفكار السلبية التشاؤمية الانهزامية بالأفكار الواقعية والايجابية. منطلقا من فكرة رئيسية مفادها "ان المنحى المفرط نحو المرض قد تجاهل فكرة الانسان المتفتح الامكانيات، كما تجاهل ان السلاح الفعال هو بنا الاقتدار الانساني.وقدر اشاره ان كلا من التفاؤل والتشاؤم هما اسلوبان في التفكير لتفسير الوقائع والأحداث، وطريقة تفسيرنا للوقائع لا تقتصر على مجابهة حالة خاصة من نجاح او فشل، بل هي تتوقف على الفكرة التي تكونها عن القيمة العامة التي نعطيها لأنفسنا ولأمكاناتنا وفرصنا ولمكانتنا في الحياة. ويمكن أن نتعلم التفاؤل أو التشاؤم بناء على خبرتنا ونمط تشئنتنا، بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز ومكانة، أو احاطة وزجر واهمال، وحط من القدر. وحيث ان هذا الاسلوب التفاولي أو التشاؤمي في تفكير المتعلم، فإنه يمكن اعادة تعلمه، واستبداله من خلال اساليب تدريبية علاجية. بمعنى اخر ان للتشئة الاجتماعية والخبرة المهنية والاجتماعية والمستوى التعليمي ذو اثر كبير على تنمية التفكير الايجابي والسليبي. (ابراهيم ، 2011 ، 387).

ويستند (Seligman،1998) في نظريته هذه الى ثلاثيته الشهيرته التي يتناقض في مقدمتها، موقف كل من المتفائل والمتشاؤم، في تفسير الوقائع واسبابها. **أولها الديمومة:** التي يكونها الشخص معرفيا عن الاشياء والأحداث والوضعيات والمحن، وعن نفسه ذاتها فأزاء أي عثرة أو محنة يرى المتشاؤم بأنها ستدوم ولا مجال للخروج منها، وأنها قدر مفروض لافكاك منه (لا فائدة ترجى من الجهد ولن يكون هناك من مخارج ممكنة)، وأن الفشل هو قدر المتشاؤم. أما المتفائل فيرى على العكس أن العثرة أو الخيبة هي أمر عابر (ازمة وتمر)، رهن بظرف مؤقت، وبالتالي فالأمل متوفر للعمل والخروج منها مستقبلا (حجازي ، 2012 ، 124).

ثانيها هو التعميم: حين يكون الأسلوب التفسيري متشائماً يميل الشخص الى تعميم المحنة منالوضعية الأصلية على مختلف وضعيات الحياة، ويطلق احكاما عامة وقطعية على العالم والناس، ويكمل جلد الذات بحيث يعتبر الشخص ذاته أنه هو المسؤول، وأن العلة فيه هو، وهي علة أو قصور لايرى لنفسه خلاصا منها (لا جدوى، سيرافقني الفشل اينما حللت). وفي المقابل فإن أسلوب التفسير المتفائل يجعل الشخص يدرك الخسارة أو الشدة، على انها محدودة ضمن حيز ما، وأن هناك مجالات اخرى لا زالت متوفرة ويمكن ان تكون مجزية وتشكل بدائل او تعويضات معقولة او حتى ملائمة (اذا فشلت محاولة في مجال، يمكن ان تتجح اخرى في مجال غيره). كما يدرك الاسلوب التفسيري المتفائل المنحة او الخسارة على انها انتكاسة مؤقتة، وبالتالي فان امكانات الانطلاق من جديد متاحة، بتوسل الوسائل الملائمة. وعلى المستوى الذاتي يحافظ اسلوب التفسير المتفائل على ايجابية النظرة الى الذات وقدرتها وامكاناتها وتقديرها، مما يبقي الطاقات متوفرة لجولات جديدة (حجازي ، 2005 ، 337/336).

اما ثالثهما فهو الموقع: يضع المتشائم اللوم على ذاته (هو الفاشل، أو المقصر، أو الخائب)، بأعتبره المتسبب بالأزمة. أما المتفائل فإنه على العكس من ذلك يحمي ذاته ويرى في العثرة نتيجة تدخل عوامل خارجية غير مؤاتية، لاتؤدي صورة الذات أوالحكم على قيمتها. ويختلف كلاهما على صعيد الموقع، في أن المتشائم يرد أسباب النجاح الذي يلقاه الى عوامل خارجية (نجاح بالصدف)، أما المتفائل فإنه يرد أسباب النجاح الى قواه الذاتية (هو صانع نجاحه) (حجازي ، 2012 ، 125).

ويقسم سلجمان الافراد الى اصحاب اسلوب تفسيري ايجابي، وآخرين اصحاب اسلوب تفسيري سلبي، وما يترتب عن ذلك التصنيف بالنسبة للطريقة التي تفكر بها تفكيراً ايجابياً او تفكيراً سلبياً وخاصة بشأن الصحة فانها تغير صحتنا، اذ ان اسلوب التفسير التشاؤمي هو احد الاسباب المؤدية للاصابة بالاضطرابات. فالفرد الذي يكون تفكيره

ايجابيا فان حياته ستصبح ايجابية، واذا كان تفكيره سلبيًا فأن حياته ستصبح سلبية.
(الشرييني، بلا: 15-16).

لذا فقد لاحظ سليجمان ارتباط التفاؤل بالاسلوب التفسيري وهي الطريقة التي يفسر بها الاشخاص كيفية وسبب الاحداث بالطريقة التي يريدونها، ففي هذا النموذج التفسيري تؤثر التفسيرات السلبية للاشخاص المتعلقة باحداث الماضي على توقعاتهم الخاصة في السيطرة على الاحداث المستقبلية وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك، فعندما يمر الانسان بموقف مزعج فهو يميل في معظم الاحيان الى تبني تصور معين لسبب حدوث هذا الموقف المزعج فكلما كانت الاسباب المدركة للموقف قريبة من قدرة الفرد على الضبط والتحكم والمرونة أزداد احتمال مواجهته للموقف بطريقة فعالة وهذا هو بالضبط التفكير التفاولي . (البرزنجي ، 45 ، 2010).

2- نظرية ألبرت أليس (Albert Ellis):

تستند النظرية الى افتراض رئيس هو ان الاضطرابات النفسية انما هي نتاج للتفكير السلبي (الخطيب، 254، 1995). والافكار السلبية هي الافكار التي تتضمن جوانب غير منطقية وترجع نشأتها الى التعليم الذي يتلقاه الفرد من والديه ومن البيئة الثقافية التي يعيش فيها (Ellis, 1962, p.7).

ويرى أليس (Ellis) ان الافراد الذين يقعون ضحية أفكار سلبية معمرة تتخذ طابعا متصلبا قطعيا فأنهم يعانون من الاكتئاب واليأس والغضب على الذات والآخريين والقلق، ويهدرون حياتهم بوقوعهم أسرى الافتراضات الخاطئة التي تتحكم بتفكيرهم وسلوكياتهم فيعممون الامور أما خيرا أو شرا كلها، فاذا كانت ليس مثل ما نريد فهي شر، وأن الحياة القائمة على الحظوظ ، واننا لانتمكن من الخلاص من الماضي، وأن هناك حلا واحدا لأي مشكلة، وتتحكم هذه الافتراضات بالوعي والادراك وتوجيه التفكير نحو السلبية المولدة للانفعالات (حجازي، 2012، 86).

ويرى ايضا ان الافراد يشتركون في غائتين أساسيتين هما: الحفاظ على الحياة، والأحاساس بالسعادة النسبية، والتحرر من الألم، وتتمثل الايجابية بطرق تسهم في تحقيق هاتين الغائتين، أما السلبية فهي تشمل على التفكير بطرق تعيق أو تمنع تحقيقها (حجازي ، 2012 ، 86-87).

أن جوهر نظرية أليس (Ellis) يكمن في أسلوب التفكير في المواقف والاحداث وليس في الاحداث بحد ذاتها، وان التفكير السلبي في المواقف هو الذي يسبب الاضطراب، وان الاحداث التي يتعرض لها الانسان تشتمل على عوامل خارجية، ويمكن للانسان أن يتجنب جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير السلبي واستبدالها بأفكار إيجابية (عبدالله، 2012، 169).

3- نظرية آرون بيك (Aaron Beck) :

يرى آرون بيك (Aaron Beck) أن ردود الفعل الانفعالية ليست أستجابات مباشرة وتلقائية للمثير الخارجي، وانما يكون هناك تحليل للمثيرات وتفسير لها من خلال النظام المعرفي (العقلي) الداخلي، وقد ينتج عن عدم الاتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية وجود الاضطرابات النفسية. وأن ردود الفعل التي يستجيب بها الناس لكثير من المواقف تكون متسقة مما يوحي بان هذه الاستجابات توجهها مجموعة من القواعد (الشناوي، 1994، 145-148).

وأشار (Beck,1985) الى ان التفكير الايجابي يساعد على اعادة صياغة المشكلة، فالمشكلة اذا لم يعمل الفرد على حلها تبقى داخل نفسه حتى ينطلق هو الى الاخرين لحلها، وان معرفة الخبرات والافكار السلبية التي تواجه الفرد قد تساعده على اختيار البدائل المناسبة مما يتيح الفرصة لتعديل الافكار واستبدالها وتقديم الاسلوب الانسب لتصحيح نمط التفكير بشكل أكثر واقعيه وإيجابية (الغرير وآخرون، 2009:70).

ويرى بيك (Beck) أن الأستجابة العصابية الحادة قد اطلق عليها اصطلاح "رد فعل المحنة" اذ يكون الفرد مثقلا بالقلق او الحزن او الهياجويكون عليه ان يناضل للمحافظة على ضبط التركيز والانتباه . ومن الناحية المعرفية فان استجابة العصاب تتصف بالوعي المكثف بالذات. والتفسير الخاطئ للمثيرات غير الضارة بأنها تمثل خطرا كبيرا، وكذلك الانتباه للافكار والمشاعر غير المناسبة (الشناوي ، 1994 ، 150).

ومثالا لتفسير الاضطرابات النفسية، وليكن الاكتئاب، يرى (بيك) أن المريض يحس بأنه قد خسر شيئا يراه ضروريا لسعادته ويتوقع من اي مشروع مهم نتائج سلبية، ويرى نفسه مفتقدا للصفات اللازمة لتحقيق اهداف ذات شأن، وبالامكان صياغة هذه الفكرة فيما يسمى(الثلاثي المعرفي The Cognitive Third) تصور سلبي للذات، تفسير سلبي لخبرات الحياة، نظرة عديمة للمستقبل(بيك، 2000 ، 72-90). والشخص المكتئب ربما لديه زيادة وتعميم عن الحوادث الثانوية والتفكير بانه عديم الاهمية (لاقيمة له)، كما ان الناس المكتئبين يلومون أنفسهم اكثر مما ينبغي او اكثر مما هو مبرر. واذا امكن دفع انتباه الفرد لما يفكر فيه عندما يخبر(بمر) أو يشعر باي عاطفة، فان الفرد سوف يرى بان افكاره تكون مرتبطة بما يشعر به، اذ ان الافكار السلبية تكون مرتبطة بالمشاعر السلبية مثل الحزن، خيبة الامل، القلق تماما كلافكار الايجابية التي تكون مرتبطة بالمشاعر الايجابية مثل الفرح والابتهاج(Simons,1994,p.378-132).

مناقشة النظريات

وتوصلت الباحثة بعد ان تناولت الاطار النظري الى ما ياتي :

ان التفكير السلبي يولد افكار سلبية والتفكير الايجابي يولد افكار ايجابية وبالعكس. اذ يؤثر التفكير السلبي على حياة الفرد (الشخصية والاجتماعية والثقافية) ومستقبله، اذ يجعله غير قادرا على التواصل مع الآخرين وفهمهم وغير قادر على العطاء أيا الحياة بانسبته له شبه متوقفة عند نقطة معينة وبالتالي تولد لديه اضطرابات نفسية. اما اذا

كانت الفرد يفكر بطريقة ايجابية فسوف يرى ان امامه فرصا لتحقيق أهدافه وأنه قادر على حل مشكلاته بدون تعقيدها والحصول على ما يريده بطرق مقبولة اجتماعيا، وهذا ما يوصله الى الشعور بالسعادة.

ويرى سليجمان (Seligman) وهو صاحب النظرية المتبناة، ان التفكير السلبي والايجابي هما أسلوبان في طريقة تفسيرنا للاحداث والوقائع، ويمكن ان نتعلم التفكير السلبي او الايجابي بناء على خبرتنا ونمط تشبثنا، واكد ان التفكير الايجابي ضروري للانسان انه يؤدي الى تحقيق اهدافه والى السعادة.

أما اليس (Ellis) فان جوهر نظريته يكمن في أسلوب التفكير في المواقف والاحداث وليس في الاحداث بحد ذاتها، وان التفكير السلبي في المواقف هو الذي يسبب الاضطراب، وان الاحداث التي يتعرض لها الانسان تشتمل على عوامل خارجية، ويمكن للانسان أن يتجنب جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير السلبي واستبدالها بأفكار ايجابية

اكد ارون بيك (Aron Beck) وان معرفة الخبرات والافكار السلبية التي تواجه الفرد قد تساعده على اختيار البدائل المناسبة مما يتيح الفرصة لتعديل الافكار واستبدالها وتقديم الاسلوب الانسب لتصحيح نمط التفكير بشكل أكثر واقعيه وأيجابية.

دراسات سابقة عن التفكير السلبي/الاجيبي

دراسات عربيه :

1- دراسة بركات، 2006، فلسطين

(التفكير الايجابي/السلبي لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات). حيث هدفت الدراسة التعرف على طبيعة التفكير الايجابي/السلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية، واختيرت عينة (200) طالب وطالبة اما منهج البحث فهو وصفي، مسحي والاداة المستخدمة مقياس التفكير الايجابي والسلبي، والوسائل الاحصائية المستخدمة فيه هي الاختبار التائي، انحراف معياري

،ألفاكرونباخ، تحليل تباين احادي، اختبار شيفيه للمقارنات البعدية ادت نتائج الدراسة الى ان 40.5% من افراد الدراسة اظهروا نمطا من التفكير الايجابي منهم ما نسبته 40% من الذكور و 16.5% من الاناث في مستوى التفكير السلبي والايجابي. (بركات، 2006، 53).

2. دراسة الوقاد، 2012، مصر.

(التنبؤ بالتفكير الايجابي / السلبي لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفعالية الذات لديهم).هدفت الدراسة الى معرفة نسبة أسهام كل من المعتقدات المعرفية وفعالية الذات في التفكير الايجابي/السلبي. واختير لهذا الغرض عينة مكونه من (400) طالب وطالبة.اما منهج البحث فهو وصفي. والاداة المستخدمة استبيان الافكار اللاشعورية الايجابية للتعرف على التفكير الايجابي/السلبي. اما الوسائل الاحصائية المستخدمة هي تحليل الانحدار المتعدد، ألفاكرونباخ، برنامج SPSS. اما نتائج الدراسة فقد اكدت انه يمكن التنبؤ بالتفكير الايجابي لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال درجاتهم على بعدي مقياس المعتقدات المعرفية ودرجاتهم على بعدي مقياس فعالية الذات ويمكن التنبؤ بالتفكير السلبي لدى عينة البحث من طلاب الجامعة من خلال درجاتهم على بعدي مقياس المعتقدات المعرفية ودرجاتهم على بعدي مقياس فعالية الذات. (الوقاد، 2012، ص 122).

3. دراسة العبيدي، 2013، العراق

(التفكير الايجابي / السلبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة الجامعة).هدفت الدراسة الى معرفة طبيعة التفكير الايجابي/السلبي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالتوافق الدراسي. وكانت عينة الدراسة تتكون من(200) طالب وطالبة اما منهج البحث فهو وصفي تحليلي.و الاداة المستخدمة لهذا الغرض هي مقياس التفكير الايجابي/السلبي ومقياس التوافق الدراسي. اما الوسائل الاحصائية المستعملة فهي الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ،انحراف معاري، معامل ارتباط بيرسون، برنامج SPSS اما نتائج الدراسة

اظهرت ان الطلبة يتمتعون بنمط تفكير ايجابي ومستوى مرتفع من التوافق الدراسي.(العبيدي، 2013، ص 124).

الدراسات الاجنبية :

1. دراسة تيسدال (1993)

(التفكير السلبي وعلاقته بالسلوك الاكتئابي) وقد هدفت دراسته الى التعرف على تأثير التفكير السلبي في السلوك الاكتئابي ومدى العلاقة المتبادلة بينهما لدى طلبة الجامعة. واختيرت عينة مكونة من (522) طالب وطالبة .منهج البحث فهو وصفي واداة دراسة كانت مقياس التفكير السلبي ومقياس السلوك الاكتئابي.اما الوسائل الاحصائية المستخدمة هي برنامج SPSS .وخلصت الدراسة الى نتيجته مفادها ان التفكير السلبي يؤدي الى الاكتئاب ، وان المزاج المكتئب يحدد نوعية التفكير ايجابي او سلبي ، بمعنى ان هناك علاقة طردية بين التفكير السلبي والاكتئاب. (Teasdale, J. D, 1993, pp. 3- 25).

2. دراسة ريبيكا (2003). Rebecca ,

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير التفاعل المشترك بين نمطي التفكير الايجابي والسلبي وبين متغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي في عزو النجاح في اكتساب المفاهيم، وتكونت عينة الدراسة من (284) طالباً وطالبة نصفهم من الذكور والنصف الأخر من الإناث، وخرجت الدراسة بأن هناك تأثير جوهري لنمط التفكير الايجابي في تعلم المفاهيم، كما أظهرت النتائج أن هناك ميل لدى أفراد العينة نحو التفكير الايجابي، بينما أظهرت النتائج عدم وجود تأثير لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي في نمط التفكير الايجابي والسلبي (Rebecca, D. E , 2003,p.5).

3. دراسة ادميسدس (2004) Edmeads

(التفكير الايجابي والسلبي وفق بعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة)،قد هدفت الدراسة للمعرفة علاقة بعض المتغيرات بنمطي التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة،وقد

اختيرت عينه مكونة من (75) طالبا من الذكور و(105) من الاناث، منهج البحث وصفي تحليلي والاداة المستخدمة فهي مقياس التفكير الايجابي والسلبي، اما الوسائل الاحصائية هي برنامج SPSS، وانتهت نتائج الدراسة الى ان ما نسبته (41.4%) من الطلبة ذكورا واناثا قد اظهروا ميلا نحو التفكير الايجابي، كما اظهرت الدراسة وجود علاقة جوهرية بين نمطي التفكير ومتغيري التحصيل والجنس ولمصلحة الطلاب مرتفعي التحصيل والاناث، حيث اظهر الطلاب ذوي التحصيل المرتفع والطالبات ميلا اكبر نحو التفكير الايجابي، ولم تظهر الدراسة علاقة جوهرية بين متغير التخصص ونمطي التفكير الايجابي والسلبي. (Edmeads, J, 2004, p22).

الفصل الثالث

اجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل استعراض الاجراءات التي تمت لتحقيق أهداف البحث من خلال مجتمع البحث وعينته، والخطوات المتبعة في ترجمة مقياس (التفكير السلبي والاييجابي) من تحديد فقرات المقياس مرورا باجراءات الصدق والتميز والثبات، وتطبيقها لاجل تحقيق أهداف البحث والوسائل الاحصائية المستخدمة في تحليل البيانات.

أولا:مجتمع البحث **Population of the Research**:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد للعام الدراسي 2016-2017 اذ بلغ مجموع الطلبة (46963)، (18486) أنثى و (28477) ذكور وفق الاحصاء التربوي لهذا العام.

يتحدد مجتمع هذا البحث من طلبة الصف الرابع للدراسات الصباحية (والبالغ عددهم 10765) في الكليات التابعة لجامعة بغداد /للعام الدراسي (2016-2017) بواقع (4119) طالبا و (6646) طالبة موزعين على اربع وعشرين كلية في الاختصاصات العلمية والانسانية والجدول (1) يوضح ذلك .



جدول رقم (1)

مجتمع البحث موزع وفقا للكلية والجنس

المجموع	المرحلة الرابعة		الكلية
	انثى	ذكر	
1350	823	527	الاداب
1151	497	654	الادارة والاقتصاد
237	95	142	الاعلام
624	345	279	التربية للعلوم الصرفة ابن الهيثم
813	464	349	التربية للعلوم الانسانية ابن رشد
238	74	164	التربية البدنية وعلوم الرياضة
926	926	0	التربية للبنات
666	368	298	الزراعة
97	52	45	العلوم (علمي)
309	177	132	العلوم (انساني)
290	290	0	العلوم للبنات
222	86	136	الفنون الجميلة
383	224	159	العلوم الاسلامية
163	122	41	التمريض
191	135	56	القانون
697	433	264	اللغات
234	138	96	الطب
207	93	114	الطب البيطري
224	150	74	الصيدلة
630	348	282	الهندسة
201	142	59	طب الاسنان
135	66	69	طب الكندي
128	97	31	هندسة الخوارزمي
119	119	0	لتربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات
10765	6646	4119	المجموع الكلي

وقد اختارت الباحثة طلبة الجامعة للأسباب التالية :

- طلبة الجامعة هم أكثر الفئات تمثيلاً للشرائح الاجتماعية والاقتصادية.
- هم أكثر المراحل نضجاً.
- انسيابية التعامل معهم وما يتصفون به من تعاون وتفهم في البحث العلمي.
- وهم الشرائح المنتجة التي يمكن ان تستفيد منها مختلف المؤسسات في المجتمع بعد تخرجهم.
- تجانسهم من حيث العمر والنوع والاختصاص.

ثانياً: عينة البحث **Sample of the Research**:

تم اختيار عينة البحث التطبيقية البالغة (100) طالباً وطالبة وبواقع (50) طالباً و (50) طالبة من كلا التخصصين للمرحلة الرابعة المشمولة بالبحث بالطريقة التطبيقية العشوائية (Stratified Random Samping) إذ قسمت مجتمع البحث على اختصاصين (إنساني وعلمي) مثلت التخصصات الانسانية بكليات (كلية العلوم السياسية، وكلية التربية للنبات) ومثلت التخصصات العلمية بكليات (كلية العلوم، وكلية العلوم للنبات) والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول رقم (2)

عينة البحث موزعة على وفق الجنس والتخصص

الاختصاص	الكلية	ذكر	أنثى	المجموع
الانساني	علوم سياسية	25	-	25
	تربية نبات	-	25	25
العلمي	كلية العلوم	25	-	25
	العلوم للنبات	-	25	25
المجموع		50	50	100

ثالثا :اداة البحث:

تحقيقا لاهداف البحث الحالي توجب على الباحثة الاطلاع على الدراسات السابقة من اجل تبني مقياس لقياس التفكير السلبي والايجابي لدى افراد عينة البحث تتوفر فيها الخصائص القياسية الاحصائية كالصدق والثبات والقدرة على التمييز،وقد تم اعتماد الاجراءات الآتية:-

1-مقياس التفكير السلبي والايجابي

عمدت الباحثة الى تبني مقياس (حنان عبد العزيز،2012) لقياس التفكير السلبي والايجابي فبعد الالمام بموضوع التفكير السلبي والايجابي تم التعرف على خصائصه وسماته من خلال فقراته الايجابية والسلبية حيث يتكون المقياس من(16) فقرة دالة على التفكير السلبي،و(22) فقرة للتفكير الايجابي ، وتم استخدام طريقة ليكرت (Likert) ذو الاربعة بدائل ليكون المقياس اكثر صدقا وهذه البدائل هي(تطبق بشدة /تطبق /لاتطبق /لاتطبق ابد.

صلاحية الفقرات:

يشير ايبيل (Eble) الى ان افضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء والمختصين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من اجلها. (Able,1972,P.555)

واستناداً الى ذلك فقد عرضت الفقرات بصيغتها الاولى، والتي بلغ عددها (38) فقرة بأستبيان على مجموعة من الحكام المتخصصين في علم النفس وعلم النفس التربوي والقياس والتقويم (ملحق2)، متضمناً أيجازاً عاماً لمفهوم التفكير السلبي والتفكير الايجابي لابداء آرائهم في مدى مناسبة الفقرة، والحكم على مدى ملائمة التعليمات والبدائل واجراء مايرونه مناسباً من تعديلات (إعادة، صياغة، دمج، حذف، إضافة) على الفقرات فضلاً عن وضوحها، أعتمدت موافقة نسبة (80%) فما فوق من اراء الخبراء للدلالة على صلاحية الفقرات، وفي ضوء أستجابة الخبراء تم تعديل بعض الفقرات، اذ تم (تعديل 17

فقرة وتم (حذف 4) فقرات بذلك تم أستبعاد الفقرات التي حصلت على نسبة اقل من 80% من اراء المحكمين باستخدام معادلة كوبر (Cooper,1979,p.49) وأصبح المقياس النهائي مكون من (34) فقرة، (ملحق/5).

تطبيق وتصحيح الاختبار:

ويقصد به وضع درجة لاستجابة المفحوصين على كل فقرة من فقرات المقياس ومن ثم جمع هذه الدرجات لايجاد الدرجة الكلية لكل أستمارة، وقد تم تصحيح الاستمارات على اساس (34) فقرة بعد ان اعطية اوزان تراوحت بين (1-4) على ترتيب البدائل حسب فقرات التفكير السلبي، اما الايجابية للمقياس فتمنح الدرجات (4-1) على ترتيب البدائل، وبذلك فان الدرجة الكلية على هذا المقياس تتراوح بين (34-136) درجة.

- التجربة الاستطلاعية :-

لغرض الكشف عن الصعوبات التي تواجه المستجيب لتلافيها، والوقت الذي تستغرقه الاجابة عن المقياس فقد طبقت الباحثة المقياس على عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (15) طالبا وطالبة اختيروا عشوائيا من غير عينة البناء وبعد اجراء هذا التطبيق ومراجعة الاستجابات اتضح ان فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة لدى الطلبة وان مدى الوقت المستغرق في استجابتهم على مقياس التفكير السلبي والايجابي كان بين (15-20) دقيقة.

التحليل الاحصائي للفقرات:

يشير (Ebel, 1972) الى ان الهدف من تحليل الفقرات هو الابقاء على الفقرات الجيدة في المقياس (Ebel, 1972:P,392). وبعد أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية اجراءين مناسبين في عملية تحليل الفقرات، وعلى الرغم من وجود علاقة عالية بين الاسلوبين الا أنه قد تم اللجوء اليهما تأكيدا لاتساق التحليل كما يلي :

1-عينة التحليل الاحصائي للاداء:

لغرض التحليل الاحصائي للفقرات، وايجاد قوتها التمييزية واستبعاد الفقرات غير المميزة، طبقت الباحثة مقياس هذا البحث على عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها

(100) طالب وطالبة، اختيروا بالطريقة الطبقية من مجتمع البحث، وتضمنت العينة (50) طالب وطالبة من الكليات الانسانية (كلية التربية للبنات، كلية علوم السياسية) و (50) طالب وطالبة من الكليات العلمية (كلية العلوم للبنات، كلية علوم مختلط) بواقع (50) من الذكور و(50) من الاناث، ضمن المرحلة الرابعة فقط وكما تم توضيحه سابقا في عينة البحث في الجدول رقم (2) .

2- القوة التمييزية للفقرات:

لحساب القوة التمييزية لفقرات التفكير السلبي والايجابي بهدف أستبعاد الفقرات غير المميزة والابقاء على الفقرات المميزة بين المستجيبين طبق المقياس على عينة التحليل الاحصائي باستخدام

أ- أسلوب المجموعتين المتطرفتين (Exterm Groups Method) :

لحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس اعتمدت الباحثة أسلوب المجموعتين المتطرفتين وباعتماد الخطوات الآتية :-
رتبت الدرجات التي حصلت عليها العينة من أعلى الى أدنى درجة.

1. اختيرت نسبة ال (27%) العليا ونسبة(27%) الدنيا من الدرجات لتشمل المجموعتين المتطرفتين، بلغ عدد استمارات المجموعة العليا (27)، ومثلها المجموعة الدنيا. وذلك بهدف تحديد مجموعتين تتصفان باكبر حجم، واقصى تمايز ممكن وتتسجم هذه الخطوة مع ما دعا اليه كل من (Stanly and Hopkins,1972) و (Anastasi,1976,p.208) .

2. تطبيق الاختبار التائي **t-test** لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة، وبعد استخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس مقياس التفكير السلبي والايجابي كما موضح في جدول (3)، قارنت الباحثة هذه القيم باقيمة الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05)

ودرجة حرية (52) من خلال هذه المقارنة يتضح لنا فقرات المقياس (بابعاده) ذات قيم تمييزية جيدة .

جدول رقم (3)

معاملات تمييز مقياس التفكير السلبي والايجابي بأسلوب العينتين المتطرفتين

متوسط الدلالة	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرات
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
دالة	4.053	82345	2.7037	64273	3.5185	1
دالة	7.100	55726	1.8148	83376	3.1852	2
غير دالة*	1.694	71213	1.7407	1.02671	2.1481	3
دالة	3.410	96225	1.8148	95333	2.7037	4
دالة	2.657	57981	1.4815	1.08604	2.1111	5
دالة	2.351	79707	1.5926	1.03912	2.1852	6
دالة	2.293	49210	1.3704	87868	1.8148	7
غير دالة*	409	87868	2.1852	1.10296	2.2963	8
دالة	1.990	50071	1.4074	71213	1.7407	9
دالة	1.990	75107	1.5556	80773	1.9630	10
غير دالة*	580	97402	3.1111	90267	3.2593	11
دالة	3.521	19245	1.0370	79707	1.5926	12
غير دالة*	165	70002	3.5185	93522	3.4815	13
دالة	4.523	93978	2.0370	86397	3.1481	14
غير دالة*	1.059	89156	1.8889	90739	2.1481	15
دالة	4.176	88835	2.4074	73380	3.3333	16
غير دالة*	-1.285	70610	1.9630	77533	1.7037	17
دالة	2.511	92141	2.1852	1.02671	2.8519	18
دالة	3.715	50071	1.4074	84732	2.1111	19

متوسط الدلالة	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرات
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
دالة	2.973	62929	1.6296	90267	2.2593	20
دالة	4.599	93370	2.2222	77533	3.2963	21
غير دالة*	841	1.00142	2.8148	93978	3.0370	22
دالة	3.647	66880	1.2963	1.07550	2.1852	23
دالة	2.199	50637	1.2222	91987	1.6667	24
غير دالة*	1.006	88353	2.3704	1.00568	2.6296	25
دالة	2.456	86397	1.8519	1.01414	2.4815	26
دالة	4.347	1.05003	2.2222	88353	3.3704	27
دالة	5.525	69389	1.4074	1.08604	2.7778	28
دالة	2.199	69798	1.5556	78446	2.0000	29
دالة	4.818	78082	2.0741	80064	3.1111	30
دالة	5.088	44658	1.2593	1.04323	2.3704	31
دالة	4.243	42366	1.2222	69798	1.8889	32
دالة	2.346	1.11835	2.4074	1.08604	3.1111	33
دالة	4.582	83205	1.6667	1.00142	2.8148	34

*الفقرات الغير مميزة كونها اقل من التائية الجدولية (1,96)

ب.علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (Internal Consistency)
:(Method)

يلجاء الباحثون الى هذا الاسلوب لمعرفة اذا ما كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس، لذلك يعد هذا الاسلوب من أدق الوسائل المعتمدة في حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس (العيسوي، 1985، ص95). فقد

استخدمت الباحثة معامل ارتباط (بيرسون) لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس (Allen and Yen,1979, p. 124) كما ان معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) ويبين الجدول (4) معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس التي تقيس السمة والدرجة الكلية .

جدول رقم (4)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
0,403	0,21	0,376	1
0,429	0,23	0,626	2
0,203	0,24	0,480	4
0,263	0,26	0,425	5
0,449	0,27	0,356	6
0,507	0,28	0,228	7
0,272	0,29	0,265	9
0,501	0,30	0,188	10
0,500	0,31	0,360	12
0,340	0,32	0,499	14
2660,	0,33	0,409	16
0,457	0,34	0,286	18
		0,480	19
		0,352	20

علما ان الفقرات (3-8-11-13-15-17-22-25) كانت غير دالة احصائيا

عند مستوى دلالة (0.05)

في التحليل الاحصائي لاسلوب العينتين المتطرفتين

3- مؤشرات الصدق والثبات لمقياس التفكير السلبي والايجابي :

- مؤشرات الصدق (Validity Indexes):

يعد الصدق من الخصائص السايكومترية المهمة في بناء أي مقياس نفسي، والمقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي وضع من أجلها ()
Oppenheim, 1973, p.69 (العجيلي، وآخرون، 2001، ص72).

وقد تحقق في مقياس التفكير السلبي والايجابي نوعان من الصدق هما :

أ. صدق المحتوى Content Validity :

تحقق هذا النوع من الصدق من خلال التحليل الاحصائي لمحتوى المقياس وهناك نوعان من هذا الصدق هما الصدق المنطقي والصدق الظاهري (Allen and Yen, 1979, p.95).

اذ يتحقق الصدق المنطقي من خلال التعريف الدقيق للمجال الذي يقيسه المقياس ومن خلال تصميم الفقرات وتوزيعها بشكل منطقي بحيث تغطي مساحات مهمه من هذا المجال (عبد الرحمن، 1983، ص229) وقد توفر هذا النوع من الصدق في مقياس التفكير السلبي والايجابي اذ تم الالتزام بتعريف واضح للتفكير السلبي والايجابي.
كما تحقق الصدق الظاهري، والذي يعبر عن مدى قياس المقياس للهدف الذي اعد من أجله ظاهريا (الزوبعي وآخرون، 1981، ص44) من خلال عرضه على الخبراء والآخذ بآرائهم بشأن صلاحية فقرات وتعليمات المقياس، وقد تحقق الصدق الظاهري لمقياس التفكير السلبي والايجابي من خلال عرضه على مجموعة المحكمين والآخذ بآرائهم كما مر سابقاً .

ب- صدق البناء Construct Validity:

ويسمى احيانا بصدق المفهوم، وأحيانا اخرى بصدق التكوين الفرضي (Hypothetical Construct) ويقصد به تحليل درجات المقياس استنادا الى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها في ضوء مفهوم نفسي معين، اي عبارة عن المدى الذي يمكن ان يقرر بموجبه ان

للمقياس بناءاً نظرياً محدداً او خاصية معينة (Anastasi,1976,p.151) وقد تحقق ذلك من خلال ايجاد القوة التمييزية للفقرات بطريقة العينتين المتطرفتين. فلاشك ان المقياس الذي يتكون من فقرات جيدة يكون قويا، ف جودة المقياس يعتمد على جودة الاجزاء المكونة له وهي الفقرات، والقدرة على التمييز بين المجموعات تعد اهم دلالة لتلك الفقرات.

- مؤشرات الثبات (Reliability) :

يشير الثبات بشكل مباشر الى كمية التباين المتوقعة في مجموعة القياسات المتكررة على فرد واحد (ثورندايك وهجين،1989:73) والمقياس الجيد هو المقياس الذي يعطي النتائج ذاتها كل مرة يتم اعتماده، بغض النظر عن الفرد القائم بعملية القياس (العيسوي،1985:58).

وتحقت الباحثة من ثبات المقياس باستعمال معادلة الفا كرونباخ، اذ تقوم فكرة هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين درجات فقرات المقياس جميعها، على أساس أن الفقرة بحد ذاتها عبارة عن مقياس قائم، ويؤثر معامل الثبات على وفق هذه الطريقة أتساق أداء الفرد اي التجانس بين فقرات المقياس، ويشير (عودة والخليلي،1998) الى ان هذه الطريقة من أكثر الطرق شيوعاً، اذ تمتاز بتناسقها، وامكانية الوثوق بنتائجها (عودة والخليلي، 1998 :354). ولاستخراج ثبات المقياس بهذه الطريقة، طبقت معادلة (ألفا كرونباخ) وقد بلغت قيمة معامل الثبات (0,87). وتعد قيمة معامل الثبات هذه مؤشر اضافي على أن ثبات المقياس جيد.

وصف المقياس بصيغته النهائية:

يتكون مقياس التفكير السلبي والايجابي من بعدين : (التفكير السلبي ،و التفكير الايجابي) ويتضمن البعد الاول (16) فقرة ،بينما البعد الثاني(18) فقرة .وامام كل فقرة يوجد اربعة بدائل وعلى الفرد المستجيب ان يختار البديل الذي يفضله ،اي انه يفضل احد البدائل على الاخر .

وكانت فقرات المقياس (34) فقرة، منها (16) فقرة للتفكير السلبي، بينما (18) فقرة للتفكير الايجابي ووضعت امام كل فقرة اربعة بدائل وحددت لها الاوزان: تنطبق بشدة، تنطبق، لا تنطبق، لا تنطبق ابدا، حيث اعطيت الاوزان (1-4) لفقرات التفكير الايجابي، و(4-1) لفقرات التفكير السلبي.

التطبيق النهائي لمقياس التفكير السلبي والايجابي:

بعد ان اطمئنت الباحثة الى صلاحية مقياس التفكير السلبي والايجابي من خلال الخطوات العلمية التي اجرتها، والمتبعة في تبني واعداد المقاييس النفسية، طبقت المقياس على عينة البحث الاساسية البالغة (100) طالب وطالبة من طلبة جامعة بغداد المرحلة الرابعة كما موضح في الجدول (2) السابق ذكره.

الوسائل الاحصائية (Statistical Means):

استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية للعلوم التربوية والاجتماعية (SPSS)

الحاسب الآلي لتطبيق الوسائل الاحصائية الآتية:

1. معادلة القوة التمييزية، (الاختبار التائي لعينتين مستقلتين) لاستخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس التفكير السلبي والايجابي ودلالة الفروق لمتغيرات الجنس والتخصص..
2. معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation)، لاستخراج الثبات باستخدام طريقة معاملات الارتباط بين ارتباط بين درجات افراد العينة في المقياس.
3. معادلة الفاكرونباخ (Cronbach Alfa) لاستخراج الثبات لمقياس التفكير السلبي والايجابي.
4. الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها بناءً على بيانات البحث وتفسيرها على وفق التسلسل الأهداف ابحت ومن ثم اتوصيات والمقترحات وكما يأتي :

الهدف الاول :

تعرف نمط تفكير طلبة الجامعة

لتحقيق هذا الهدف فقد طبق هذا المقياس نمط التفكير على عينة من طلبة جامعة بغداد البالغ عددهم (100) طالب وطالبة. وقد اظهرت نتائج البحث من خلال مقارنة متوسط درجات التفكير الايجابي بلغ (74,5700) درجه مع متوسط الفرضي (85) درجة اي ان الطلبة ليس لديهم تفكير ايجابي مما يشير الى ان افراد العينة لديهم نمط تفكير سلبي وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (بركات، 2006) الذي وجد ان الاغلبية لديهم تفكير سلبي وان 40.5% من افراد الدراسة اظهروا نمط يتمتعون بنمط تفكير ايجابي. واختلفت مع دراسة (العبيدي). ومن خلال مقارنة هذه النتيجة مع نظرية سليجمان وهي النظرية المتبناة والتي اوضح من خلالها انه يمكن أن نتعلم التفاؤل أو التشاؤم بناءً على خبرتنا ونمط تنشئتنا، بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز ومكانة، أو احاطة وزجر واهمال، وحط من القدر. وحيث ان هذا الاسلوب التفاولي أو التشاؤمي في تفكير المتعلم، فإنه يمكن اعادة تعلمه، واستبداله من خلال اساليب تدريبيه علاجية. بمعنى اخر ان للتنشئة الاجتماعية والخبرة المهنية والاجتماعية والمستوى التعليمي ذو اثر كبير على تنمية التفكير الايجابي والسلبي . (ابراهيم 2011، 387).

وترى الباحثة ان تفسير هذه النتيجة مؤشراً على التعامل الخاطئ في التنشئة الاجتماعية للطلبة من قبل الاسرة فضلاً عن الاحداث التي يمر بها المجتمع من حروب وعدم مبالاة من جانب التعليم رغم التطور الحاصل في التنظيم التعليمي والجامعي ودور

الكوادر التدريسية في الجامعة بالتعليم لا تتناسب مع الطلبة مما أدى الى ظهور هذا النمط من التفكير لدي لديهم وجدول رقم (4) يوضح ذلك .

جدول رقم (4)

حيث يبين الاختار التائي لايجاد دلالة الفروق بين متوسط الدرجات العينة الواحدة والمتوسط الفرضي للعينات.

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	المتوسط	عدد أفراد العينة
	الجدولية	المحسوبة			
0,05	1,96	11,581	85	74,5700	100

الهدف الثاني :

تعرف الفروق ذات الدلالة بين الجنسين (ذكور و أناث) وفيما يخص الجنس فقد اوضحت النتائج ان متوسط درجات نمط التفكير لطلبة جامعة بغداد من ذكور البالغ عددهم (50) طالب بلغ (75,6400) وبانحراف معياري قدره (9.57625) درجة ومتوسط الفرضية (2.1400) ولقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (1.191) عند مستوى دلالة (0,05) والقيمة الجدولية (1,96) وقد اوضحت نتائج البحث ان متوسط درجات نمط التفكير لطلبة جامعة بغداد من الاناث البالغ عددهن (50) بلغ (73,5000) درجة وبانحراف معياري قدره (8,35745) درجة ومتوسط الفرضي (2,1400) كما في الجدول (5). ويبين ان ليس هناك فروق ذات دلالة وفقا لمتغير الجنس (ذكو ،اناث).

جدول رقم (5)

يبين نتائج الاختبار التائي لايجاد دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات لعينتين

الفئات	العدد	متوسط حسابي	الانحراف المعياري	متوسط فرضي	تائية محسوبة	تائية جدولية	مستوى دلالة
ذكور	50	75,6400	9,57625	2,1400	1,191	1,96	0,05
اناث	50	73,5000	8,35745				

الهدف الثالث :

يتحقق الهدف الثالث باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة الفرق في الاختصاص اعلمي والانساني تم تطبيق المقياس على (50) اعلمي و(50) انساني وقد بلغ المتوسط الحسابي العلمي (72,8200) والانساني (76,3200) وكانت القيمة التائية المحسوبة (1,971) وهي اصغر من القيمة الجدولية (1,96).
و جدول رقم (6) يوضح ذلك.

جدول رقم (6)

الفئات	العدد	متوسط حسابي	الانحراف المعياري	متوسط فرضي	تائية محسوبة	تائية جدولية	مستوى دلالة
علمي	50	72,8200	8,76144	-3,5000	1,971	1,96	0,05
انساني	50	76,3200	8,99306				

توجد فروق في نمط التفكير وفقا لمتغير التخصص لصالح الانساني وهو ما يتفق مع (دراسة ادميسدس،2004)، حيث اظهرت دراسة وجود علاقة جوهرية بين نمطي التفكير

ومتغير الجنس ولمصلحة الطلاب الاناث حيث اظهر الطالبات ميلا اكبر نحو التفكير الايجابي.

الاستنتاجات :

1- ان عينة البحث من طلبة جامعة بغداد لديهم نمط تفكير سلبي اكثر مما هو ايجابي .

2- لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير الجنس لدى الذكور والاناث.

3- توجد فروق ذات دلالة احصائية في التخصص العلمي والانساني ولصالح الانساني.

التوصيات :

1- زيادة الاهتمام برفع المستوى العلمي والانساني من الطلبة من خال اسلوب التعزيز والتشجيع في نفس الوقت كل ما يساهم برفع مستوى نمط التفكير لديهم .

2- استخدام مقياس نمط التفكير (ايجابي/سلبي) بوصفه اداة الكشف عن نمط التفكير السائد لشرائح اخرى عند الطلبة.

3- زيادة الاهتمام بالبحوث والاخذ بتوصيات الباحثين من الجهات المعنية لاحتواء المشكلات التربوية والنفسية التي يتعرض لها الطلبة.

4- اعداد برامج سلوكية معرفية من المتخصصين في المجالات النفسية والمؤسسات التربوية للعمل على تشخيص مستوى نمط التفكير الايجابي وتنمية التفكير الايجابي لديهم.

المقترحات :

لقد اقترحت الباحثة :

1- بناء مقياس نمط التفكير (سلبي/ ايجابي) لدى طلبة جامعية لاجراء دراسة مقارنة بين الاعمار والمراحل المختلفة.

- 2- اجراء دراسة عن نمط التفكير(سلبى/ ايجابى) بادخال متغيرات ثانوية اخرى كالحالة الاجتماعية- المعاملة الوالدية- منطقة السكن- شعور الامان.
- 3- اجراء دراسة عن الفروق في نسبة وبعد نمط التفكير (ايجابى/سلبى) وعبر فترات زمنية متفاوتة بهدف التعرف على هل هو شمولي ام جزئي اي يشمل جميع ابعاد الشخصية ام يقتصر على فترة او مرحله عمرية معينة.

مصادر البحث

المصادر العربية :

- القران الكريم
- ابراهيم، عبد الستار (2011) :العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث (اساليبه وميادين تطبيقه)، الهيئة المصرية العامة للكتب، القاهرة.
- أبو جادو، صالح محمد علي ومحمد بكر نوفل (2007) :تعليم التفكير النظرية والتطبيق، الاردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- بركات، زياد(2006) :التوافق الدراسي لدى طالبات الجامعة دراسة مقارنة بين المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- بيك،آرون(2000) :العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة عادل مصطفى، دار الآفاق العربية.
- البرزنجي،ذكريات(2010) :التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ثورندايك، روبرت واليزابيث هجين(1989) :القياس والتقويم في علم النفس والتربية ، ترجمة عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتب، الاردن.

- جروان، فتحي عبد الرحمن (1999): تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات، دار الكتاب الجامعي، الامارات العربية المتحدة.
- حجازي، مصطفى (2005): الانسان المهدور، ط 1، المركز الثقافي العربي، بيروت.
- حجازي، مصطفى (2012): اطلاق طاقات الحياة (قراءة في علم النفس الايجابي)، التنوير للطباعة والنشر، بيروت.
- حسن خليل، وولاء حسين (2012): الخصائص المعرفية والنفسية الفارقة للطلاب المراهقين ذوي التفكير الايجابي والتفكير السلبي، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة، مصر
- الركابي، نضال عبد الحسن فياض (2000): مستوى الطموح وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية، رسالة ماجستير غير منشورة.
- رياض، سعد (2007): الدليل الشامل للنجاح والسعادة، دار خالدين الوليد، القاهرة.
- ريبير، آرثر أس وريبير، أيمل (2008): المعجم النفسي الطبي: انجليزي-عربي، ترجمة عبد العلي الجسماني وعمار الجسماني، بيروت، الدار العربية للعلوم ناشرون.
- الزويبي، عبد الكريم والكناني، ابراهيم وبكر، محمد (1981): الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل، الموصل.
- سعادة، جودت احمد (2004): تدريس مهارات التفكير مع امثله تطبيقية، جامعة النجاح الوطنية نابلس، فلسطين، ط 1.
- السيد، عبد الحليم محمود (1990): سيكولوجية التعلم، دار النشر للجامعات، ط 1، القاهرة.

- الشربني، لطفي: معجم مصطلحات الطب النفسي، مراجع، د. عادل صادق، تحرير مركز تعريب علوم الصحية، سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، الكويت.
- الشناوي، محمد وآخرون (1994): المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- الطواب، سيد محمود (1991): التفكير عند طلاب الجامعة دراسة اميريقية في ضوء نظرية بياجيه، في دراسة ردمان (2001) بعنوان "اساليب التفكير لدى معلمي الثانوية قبل الخدمة"، مجلة الدراسات الاجتماعية، ع11.
- عبد العزيز، حنان (2012): نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير، جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان، الجزائر.
- عبد الرحمن، سعد (1983): القياس النفسي، مكتبة الفلاح، الكويت.
- عبد الله، محمد قاسم (2012): نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط1، دار الفكر، عمان.
- عبد السلام، عبد السلام مصطفى (2004): دور مناهج العلوم والمعلمين في مساعدة أطفالنا ليصبحوا مفكرين ومتعلمين فعالين في العلوم، عن الشبكة العالمية للمعلومات (الانترنت) <http://www.tcabha.info/portal/holeeah/h3/p12.htm>
- علي، بشرى حسين، ووجدان عناد صاحب (2010): اساليب التفكير وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طالبات قسم رياض الاطفال، رسالة ماجستير، كلية التربية الاساسية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- عودة، احمد سلمان والخليبي، خليل يوسف (1998): القياس والتقويم في العملية التدريسية، الاصدار الثاني، دار الامل للنشر والتوزيع، أربد.
- العيسوي، عبدالرحمن محمد (1985): القياس التجريبي في علم النفس والتربية، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

- العبيدي، عفراء ابراهيم خليل (2013): التفكير الايجابي والسلبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد، المجلة العربية لتطوير التفوق، المجلد الرابع العدد (7).
- العتوم، وآخرون (2011): تنمية مهارات التفكير، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط3، عمان.
- العجيلي، صباح حسين وآخرون (2001): مبادئ القياس والتقويم التربوي، مكتب احمد الدباغ، بغداد.
- العزي، يوسف محيلان (2007): أثر التدبب على التفكير الايجابي وأستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الاساسية، الكويت.
- العياصرة، وليد توفيق (2011): أستراتيجيات تعليم التفكير ومهاراته، دارأسامة للنشر والتوزيع، ط1، عمان.
- الغرير، احمد نايل وآخرون (2009): التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دارالشروق للنشر، عمان.
- كيت كينان (2005): تنظيم وتفعيل الذات، الطبعة الاولى، بيروت، الدار العربية للعلوم.
- ملحم، سامي محمد (2015): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان
- منشد، حسام محمد (2013): التفكير الايجابي وعلاقته باساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة كربلاء.
- الوقاد، واخرون (2012): التنبؤ بالتفكير الإيجابي / السلبي لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفعالية الذات. دارالشروق للنشر، عمان.

مصادر الاجنبية

- Ansatasi,a.(1976) :**psychological testing**,New York,Macmillon on publishi.
- Allen,m.J.and Yen.W.M(1979) :**Introduction to Meaurement Theory**,California,Book cole.
- Cooper,C.A.(1979) :**Relationship of personal ability,Acute achievement of college freshman**_Dissertation Abstracts International,vol.(40),NO,(1).
- Ellis,A.(1962) :**Reason and Emolton in psychology**,New York,Lyle Sturat.
- Eble,R.L.(1972) :**Essentials of Education Measurement**,New Jersey,2and ,Prentice-Hall
- Edmeads, J (2004) “**The power of negative thinking related with some factores**” . Jou rnal Articles , No . 00178748.
- Kenneth,H and Kenneth,(2004) :**Postive confession-possibility thinkers with positive mental attitude**. <http://www.rapidnet.com>.
- Oppen heim,A.N.(1973) :**Questionnaire and AttitudeMeasurement**,Heineman,London.
- Rebecca , D . E (2003) “ **What they think of us : The role of reflected stereotypes in attributions for positive versus negative performance feedback**” . ProQuest – Dissertation Abstracts , No . AAC9816837
- Simons,J.A.(1994) :**Human adjustment U.S.A**_Brown and Benchmark puplishers.
- Seligman and Pawelski,J.O.(2003) :**Positive pesychology:FAQS**.Psychological inquiry.14,159-163.
- Stanley,C.J. and HOpkins,K.D.(1972) :**Educational and Psychological measurement and evaluation**,N.J.Prentice-Hall.
- Teasdale ,J . D(1993) “ **Negative thinking in depression : Cause , effect , or reciprocal Relationship**” . Advances in Behaviour Research and Therapy , Vol . 5 , No . 1 Pp 3 – 25

الملحق (1)

اسماء الخبراء الذي وزع عليهم تاتستبيا

الجامعة	الكلية	اللقب العلمي	الاسم	ت
بغداد	مركز البحوث النفسية	أستاذ مساعد	د.هناء مزعل	1
بغداد	مركز البحوث التربوية والنفسية	أستاذ مساعد	د.ناطق فحل الكبيسي	2
بغداد	مركز البحوث التربوية والنفسية	أستاذ مساعد	د.عبير نجم الخالدي	3
بغداد	مركز البحوث النفسية	أستاذ مساعد	د.لطيف غازي مكي	4
بغداد	مركز البحوث النفسية	أستاذ مساعد	د.بيداء هاشم	5
بغداد	مركز البحوث التربوية والنفسية	أستاذ مساعد	د.أيمن محمد الطائي	6
بغداد	مركز البحوث النفسية	أستاذ مساعد	د.مؤيد عبد السادة	7
بغداد	كلية التربية للبنات	أستاذ مساعد	د.حزيمة كمال عبد المجيد	8

الملحق (2)

مقياس التفكير السلبي والايجابي المقدم للخبراء بصيغته الاولية

م/أستبانة اراء الخبراء

لمقياس التفكير السلبي والايجابي

جامعة بغداد/ كلية التربية للبنات/ قسم العلوم التربوية والنفسية

الى الاستاذ الفاضل.....المحترم

تروم الباحثة اجراء دراسه الموسومة: (التفكير السلبي والايجابي لدى طلبة الجامعه) ومن خلال اطلاعها على الادبيات والدراسات السابقة قامت الباحثة بتبني مقياس حنان عبد العزيز (1013)، عرفه (Seligman and Pawelsk, 2003) :- هو استعمال النتائج الايجابية للعمليات المعرفية للفرد على ماهو بناء وجيد من اجل التخلص من الافكار الهدامة والسلبية ولتحل محلها الافكار والمشاعر الايجابية وارتباطهما بالاسلوب التفسيري، اذ تؤثر التفسيرات السلبية للاشخاص المتعلقة باحداث الماضي على توقعاتهم الخاصة في اسيطرة على الاحداث المستقبلية وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك. اما التفسيرا الايجابية فانها تمتلكمهارة التعامل الفاعل مع الاحداث بما يضمن استمرار النماء وترفير الارتياح النفسي، (Seligman and pawelsk, 2003:P.161) " وتم وضع اربع بدائل هي (تنطبق بشدة /تنطبق /لاتنطبق /لاتنطبق ابدأ) ونظرا لما تعهده فيكم الباحثة من سمعة طيبه وخبره علميه ترجوا منكم ابداء ملاحظاتكم القيمة فيما يخص الفقرات من حيث مدى صلاحيه كل فقره منها لتحقيق الغرض الذي وضعت من اجله وحكمكم على درجة صدقها واجراء ماترونه من تعديل او حذف او اضافاه.

وفي الختام تقبلوا مني فائق الشكر والاحترام.

الباحثة

التفكير السلبي والايجابي

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	يبدو لي ان الحياة كلها تعب.			
2	اشعر كثيرا بفقدان الامل.			
3	لا اشعر انني انسان ضعيف اذا اكتشف الناس اخطائي.			
4	لن تكون نهايتي اذا فشلت في الحصول على ما اريد.			
5	انا متفائل بان مستقبلي سيكون افضل من الحاضر.			
6	احاول دائما تغيير نظرة الاخرين السلبية نحوي.			
7	أود السعي والعمل بجدلان الحياة مليئة بالفرص.			
8	أنني انسى الالساء بسرعة.			
9	السرور والبهجة مطلب اساسي لي في الحياة.			
10	احب الناس و اود ان اكون اجتماعيا.			
11	ليس المهم ان اشعر بمتعة الدراسة بقدر الحصول على الشهاده.			
12	اشعر ان الله يرعاني.			
13	اكره الناس المتسلطين ولا يهتمني ان اتعامل معهم.			
14	اشعر دائما بان ما عشته البارحة ساعيشه اليوم.			
15	طلب مساعدة الاخرين وعونهم لايشعرنني بالضعف.			
16	ضروري ان انجح في كل ما افعل، فاذا لم انجح قد انطوي على نفسي			
17	احتمال سيوجد بعض الناس افضل واكفئ مني في بعض الامور			
18	اني لا استطيع ان اتحكم فيما يحدث، ولكنني استطيع ان اتحكم في تفكيري ومشاعري نحو ذلك.			
19	اعتقد ان مصائب الدنيا اليوم قد تكون لها فوائد في المستقبل.			
20	لن اجد من يحبني لو ظهرت ضعيفا او فاشلا في بعض المواقف			
21	لن اتوقف عن محاولة تصحيح اخطائي.			



ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
22	مواجهة المشاكل افضل من الهرب منها وتجاهلها.			
23	لا استطيع ان اشعر بالسعادة والثقة بنفسي لو تعرضت لمواقف محرجة امام زملائي.			
24	لا اشعر بالذنب او الخطاء عند ابداء رأيي حتى ولو شعر البعض بالضيق والانتزاع.			
25	لولا الكفاح والصبر والعمل بجد لما وصلت الى النجاح الذي احققه في حياتي.			
26	كل علم وعمل فيه خير فهو عباده.			
27	لا يوجد انسان شرير تماما.			
28	حاليا لايهمني التفكير بمصلحة غيري بقدر ان افكر في مصلحتي الخاصة.			
29	اعتقد اني اقل حظا من اخوتي.			
30	اشعر انه كان بامكاني ان اصل الى احسن مما انا عيله لو ما تعرضت له من سلب ونهب بسبب الاخرين.			
31	اشعر بصفة مستمره بان ما اقوم به بلا هدف.			
32	لدي ايمان ان ما يحدث لي من خير او شر فهو بمشيئة الله.			
33	اتقبل وجهة نظر الاخر حتى لو لن تتفق مع وجهة نظري.			
34	من عادتي ان اناثر بالمشكلة التي تواجهني الى درجة انه لا استطيع وضع حلول فاعله لها.			
35	حددت اهداف في حياتي واسعى الى تحقيقها.			
36	اعمل بالمثل القائل :عامل الناس كما تحب ان يعاملوك.			
37	في معظم المواقف التي تكون فيها المناقشات حاده لا استطيع تمالك نفسي، لدرجة تصدر مني اقوال وافعال غير لائقه.			
38	اشعر انني شخص تقليدي ولا امتلك اساليب ومهارات تواكب التطورات الحياتية المعاصرة.			

الملحق (5)



مقياس التفكير السلبي والايجابي بصيغته النهائية

جامعة بغداد/ كلية التربية للبنات/ قسم العلوم التربوية والنفسية

عزيزي الطالب....عزيزتي الطالبة :

بين يديك مجموعته من الفقرات التي تمثل بعض الخصائص والصفات الشخصية لديك، ولأنك العنصر الفعال في اتمام البحث ارجو منك قراءتها والاجابة عنها بدقة وصدق بما يناسب شخصيتك وذلك بوضع (√) تحت البديل الذي ينطبق عليك ولا داعي لذكر اسمك واكتفي بذكر الامور الاتية :

<input type="checkbox"/>	أنثى	<input type="checkbox"/>	ذكر	الجنس :
<input type="checkbox"/>	أنساني	<input type="checkbox"/>	علمي	التخصص :

الباحثة

اخيرا تقدم الباحثة شكرها الجزيل لتعاونكم

ت	الفقرات	تنطبق بشده	تنطبق	لا تنطبق	لا تنطبق ابدا
1	يبدو لي ان الحياة كلها متعبه.				
2	اشعر كثيرا بفقدان الامل.				
3	اشعر انني انسان قوي حتى لو اكتشف الاخرين اخطائي.				
4	الفشل يدفعني للحصول على ما اريد.				
5	انا متفائل بان مستقبلي سيكون افضل من الحاضر.				
6	احاول دائما تغيير نظرة الاخرين السلبية نحوي.				
7	أود السعي والعمل بجدلان الحياة مليئة بالفرص.				
8	انسى الاساءة بسرعه				
9	السرور والبهجة مطلب اساسي لي في الحياة.				
10	احب الناس و اود ان اكون اجتماعيا.				
11	اهتمامي بالحصول على الشهاده اكثر من اهتمامي بمتعة الدراسة				
12	اشعر ان الله يرعاني.				
13	ابتعد عن الناس المتسلطين ولايهمني ان اتعامل معهم				

ت	الفقرات	تنطبق بشده	تنطبق	لا تنطبق	لا تنطبق ابدا
14	اشعر دائما بان ما عشته البارحة ساعيشه اليوم.				
15	طلب مساعدة الاخرين وعونهم لايشعرنى بالضعف.				
16	انطوي على نفسي عند عدم النجاح باعمالي				
17	هنالك بعض الناس افضل واكفى مني في بعض الامور				
18	يبتعد عني الاخرون عندما اكون ضعيفا او فاشلا في بعض المواقف				
19	استمر بمحاولاتي في تصحيح اخطائي دون توقف				
20	مواجهة المشاكل افضل من الهرب منها وتجاهلها.				
21	المواقف المحرجة امام زملائي تفقدني الشعور بالسعادة والثقة بنفسي				
22	انزعاج وضيق الاخرين مني عند ابداء رأيي لايشعرنى بالذنب او الخطاء				
23	لولا الكفاح والصبر والعمل بجد لما وصلت الى النجاح الذي احققه في حياتي.				
24	كل علم وعمل فيه خير فهو عباده.				
25	يهمني التفكير بمصلحتي الخاصة اكثر من مصلحة الاخرين				
26	اعتقد اني اقل حظا من اخوتي.				
27	اشعر انه كان بإمكانني ان اصل الى احسن مما انا عليه الان لو لا تدخل الاخرين بحياتي				
28	اشعر دائما بان ما اقوم به بلا هدف				
29	اتقبل وجهة نظر الاخر حتى لو لن تتفق مع وجهة نظري.				
30	اتأثر بالمشكلة التي تواجهني ولا يكون لدي المقدرة على حلها				
31	حددت اهداف في حياتي واسعى الى تحقيقها.				
32	اعمل بالمثل القائل :عامل الناس كما تحب ان يعاملوك.				
33	في المناقشات الحادة افقد اعصابي				
34	اشعر انني شخص تقليدي ولا امتلك اساليب ومهارات تواكب التطورات الحياتية المعاصرة.				