

## الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة

**م.د. أسيير جاسم جياد**

aseer almaamouri@gmail.com

تربية كربلاء / إعدادية الفرات للبنين

### **الملخص**

يهدف البحث الحالي التعرف على الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة ومن أجل قياس هذا المتغير فقد لجأ الباحث إلى بناء مقاييس لقياس الإيجابية السامة وفق نظرية التعلم الاجتماعي لبرت باندورا ويكون المقياس من (20) فقرة موزعة على مجالين هما: الإيجابية السامة الداخلية، والإيجابية السامة الخارجية وبعد التحقق من الخصائص السكومترية من الصدق والثبات تم تطبيقه على عينة التحليل الإحصائي البالغة (400) طالب وطالبة ثم طبق على عينة التطبيق النهائي البالغة (200) طالب وطالبة وقد استعملت في استخراج النتائج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) وتوصل البحث أن عينة البحث من طلبة المرحلة المتوسطة لديهم إيجابية سامة.

**الكلمات المفتاحية:** الإيجابية السامة.

### **Toxic Positivity in Middle School Students**

**Aseer Jasim Chyad**

**Specialization in educational psychology**

**Karbala Education/ Al-Furat Preparatory School for Boys**

### **Abstract**

The current research aims to identify toxic positivity among middle school students. In order to measure this variable, the researcher resorted to building a scale to measure toxic positivity according to Bert Bandura's social learning theory. The scale consists of (20) items distributed over two areas: internal toxic positivity and external toxic positivity. After verifying the psychometric properties of validity and reliability, it was applied to the statistical analysis sample of (400) male

and female students. Then it was applied to the final application sample of (200) male and female students. The Statistical Package for Social Sciences (Spss) was used to extract the results. The research concluded that the research sample of middle school students has toxic positivity.

**Keywords:** Toxic positivity.

### مشكلة البحث :

أن الحياة ليست إيجابية دائمًا؛ فالجميع يمر بمشاعر، وتجارب مؤلمة، وعلى الرغم أن هذه المشاعر غالباً ما تكون غير سارة، إلا أنه يتغير على الأفراد الشعور بها، والتعامل معها بصرامة، وصدق لتحقيق القبول والصحة النفسية الأفضل (Radin,2021:5). وتأكد زوكerman (Zokermanm,2019) أن قمع المشاعر يمكن أن يسبب المزيد من الضغوط النفسية الداخلية، كالقلق والاكتئاب، وتدهور الصحة العقلية بشكل عام وكذلك الصعوبات النفسية بما في ذلك اضطرابات النوم، وزيادة تعاطي المخدرات، وخطر الاستجابة الحادة للتوتر، والحزن لفترات طويلة، أو حتى اضطراب ما بعد الصدمة(Walker,2020:82). وتشير ليندا (Linda,2022) أن الإيجابية السامة وراء تفاقم الألم؛ إذ تسبب إخفاء المشاعر الحقيقية، وبالتالي تحدث الضغوط النفسية ، وهي ترى إذا كان الفرد يعاني من ألم جسدي مزمن، وتجاهله فقد يزداد سوء بمرور الوقت دون علاج، وينطبق الأمر نفسه على صحتنا العقلية لأن الإيجابية الزائفة تعيق أصحابها من النصح، والنمو واكتساب الخبرات من المواقف الصعبة التي يمر بها. فهي لا تخلق التفاؤل بل تخلق الإنكار والتشويه، وهو ما يمنع الفرد من التعامل الحقيقي مع مواقفه ومعالجتها. ويفضل الفرد عدم الظهور بمظهر الإنسان السلبي ويميل نحن الأشياء الإيجابية فقط، ويفعل المصاعب، والتحديات التي تسبب له الإخفاقات، والخسائر، ويحاول قدر الإمكان الظهور للعيان، وكأنه كتلة من التفاؤل والأمل على الرغم من انكساراته الداخلية التي تحطمها(Linda,2022:201). ويرى سالمون (Salmon,2024) أن الإيجابية السامة قد تكون نوعاً من التلاعب النفسي؛ الذي يجعل الأفراد يشكون في معتقداتهم، وفهمهم للأحداث، يقنع المتلاعبون الآخرين بأن انتطاعاتهم مبالغ فيها بينما في الواقع، ليس لديهم فكرة مما مر به الشخص الآخر. وهذا يجعل الفرد يشكك في أفكاره في حالة من الضعف، ويتغافل المشاعر الحقيقية، ويستسلم للإيجابية السامة، وذلك لأنها تخلق رؤية زائفة الواقع(Salmon,2024:225). ومن هنا تبرز مشكلة البحث الحالي إذ يتأثر جميع افراد المجتمع بالإيجابية السامة بشكل عام، وطلاب المدارس بشكل خاص فهم يتصنون بهذه الإيجابية الزائفة لتجنب الإرهاب، والتوتر والإحباط ، واستخدام التفاؤل كوسيلة للتغاضي عن

المشاعر السلبية أو المشكلة الحقيقية، وهم يعززون الكبت بدلاً من التعبير عن مشاعرهم الصادقة، وبالتالي لا يستطيع العاملين في المؤسسة التربوية من تقديم الدعم لهم بشكل حقيقي لأنها تخلق بيئة غير صحية إذ تعد سلاحاً ذو حدين حيث قد تحفز بعض الطلبة وقد تؤدي إلى خفض مستوى آخرين نتيجة عدم تفاعلهم مع مشكلاتهم الحقيقية ، وتشكل عبء ثقيلاً عليهم من أجل الحصول على التقديرات الجيدة ، وهذا يجعلهم يقمعون مشارعهم السلبية، ويتم فرض الإيجابية ، والسعادة بشكل قهري، ويتم إنكار التجارب الإنسانية الأصلية أو التقليل من أهميتها أو إبطالها. ويمكن تلخيص مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الآتي: التعرف على الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة؟

### **أهمية البحث Importance of the Research:**

اكتسب مصطلح الإيجابية السامة في السنوات الأخيرة اهتماماً كبيراً؛ وكثيراً ما يستخدم لوصف التركيز المفرط على التفكير الإيجابي، على حساب الاعتراف بالمشاعر، والتحديات الحقيقية. ومع ذلك فإن التناقض في هذا المصطلح يمكن في التناقض المتصل الذي يخلقه: فبالإضافة سام إلى الإيجابية، فإنه يحول مفهوماً مفيداً إلى شيء ضاراً، فالإيجابية بطبيعتها تهدف إلى الارتقاء والإلهام. وعندما يتم تأثيرها باعتبارها "سامة"، فإنها تفقد قيمتها الجوهرية وتصبح مصدراً للنقد بدلاً من التشجيع، وهذا المفهوم له عواقب غير جيدة على الفرد وعلاقاته بالآخرين حيث يمنع الأفراد من معالجة العواطف السلبية، وقد يؤدي إلى التهميش والمعاناة المطولة. علاوة على ذلك، يمكن أن يساهم ذلك في الإرهاب، وانخفاض الصحة العقلية لأولئك الذين يحاولون الحفاظ على نظرة إيجابية في مواجهة صعوبات الحياة (Davis, 2022:12).

كما إن البقاء سعيداً وإيجابياً هو سعي دائم للبشر، ولكن الحياة ليست بسيطة، فهي تقدم تحديات وصعوبات أمام الجميع من وقت لآخر، وتوثر هذه التحديات أيضاً على أفكارنا التي تصبح سلبية بدورها. وال الخيار أمام الفرد هو إما إنكار أو تجنب هذه الأفكار، وفرض الأفكار الإيجابية على نفسه أو قبول الأفكار السلبية، إنها توثر على جميع الفئات العمرية (Harper, 2022:4). وغالباً ما تتجلى الإيجابية السامة في شكل عبارات مبتذلة ترفض أو تبطل المشاعر السلبية، مثل "ابق إيجابياً" أو "انظر إلى الجانب المشرق قد تساهم هذه العبارات، على الرغم من حسن النية على ما يبدو، في الشعور بالعزلة وعدم الكفاءة، وتظهر الأبحاث التي أجرتها جمعية علم النفس الأمريكية أنه عندما يعترف الأفراد بمشاعرهم بدلاً من قمعها، فإنهم يخبرون صحة نفسية أفضل ومستويات أقل من التوتر(Gruber et al, 2011:226). وترى جوفمان أن الإيجابية السامة تنشأ من خلال سعي الأفراد نحو تحقيق أهدافهم، وهذا يتطلب منهم تقديم صورة مثالية لأنفسهم وللآخرين قد يحاول الأفراد تشكيل هويتهم الخاصة تماماً. إذا تم إدراك السعادة كسمة مرغوبة، فقد يرغب الناس في الظهور بمظهر الناجحين من خلال

تصوير أنفسهم على أنهم سعداء باستمرار. وراء هذه الواجهة، بكل بساطتها، توجد رغبة إنسانية في القبول من قبل الآخرين أو الخوف من الاستبعاد والوحدة (Goodman, 2022:35). فالفرد يجب أن يتحكم بمشاعره السلبية، ويضع طريقة مناسبة من أجل أن يتعامل معها بذكاء بدلاً من انكارها، وكبتها، وبالتالي سيكون لها اضراراً عليه في المستقبل، وتؤدي إلى حزمة من الامراض النفسية الناتجة كبت المشاعر، وتوجيهها توجيهاً غير صحيح، ولعل من أبرز هذه المردودات السلبية هو الاحباط، القلق، التوتر وربما العزلة الاجتماعية(Kelly, 2023:16). وجدت إحدى الدراسات أن الإيجابية المفرطة تمثل إلى أن تكون ممارسة معتادة؛ فعندما ننخرط في هذه العقلية، وتتجه معنا مرة واحدة، نميل إلى القيام بها أكثر فأكثر على أمل أن تساعدنَا دائماً. بالإضافة إلى ذلك، ينخرط الأفراد في هذه العقلية كآلية لتجنب مشاعرهم السلبية على أمل أن يتمكنوا من الاستمرار في العديد من الأشياء الأخرى التي يحتاجون إلى القيام بها في الحياة. يساهم الأصدقاء والعائلة أيضاً في نظرة إيجابية مفرطة للحياة حيث يقال لنا باستمرار "أن ننظر إلى الجانب المشرق" أو أن "الأشياء تحدث لسبب ما". في الوقت نفسه، أشار الأشخاص في دراسة البحث هذه إلى أن إيجابيتهم المفرطة تمثل إلى التسبب في التقليل من تجاربهم الحقيقية، وتکدير المشاعر، وإخفائها، والعزلة، وتجنب كل الأشياء "الصعبة". كل هذه النتائج تمثل إلى إطار المواقف أو المشاعر أو التجارب الصعبة (Quinto, 2021:12) . وتعُد المدرسة المكان الذي يحصل فيه مهارات الطالب، وموهبه، وتوجهه إلى الطريق الصحيح، فهي تمده بالعلم، والمعرفة، وتغنيه بالقيم المثلى، وتبني شخصيته، وتنقته بنفسه، وتقوم سلوكه كما تقدم المدرسة دوراً مهماً في تطوير ، وبناء المجتمع عبر رفده بأفراد يتمتعون بالصحة النفسية لتحقيق تقدمه وازدهاره. وتأسيساً على ذلك يحدد الباحث الأهمية النظرية والتطبيقية للبحث الحالي.

#### **الأهمية النظرية: Theoretical Importance:**

ندرة الدراسات والبحوث التي تناولت مفهوم الإيجابية السامة؛ والتي ستزود نتائج البحث الحالي المعلومات الازمة عن هذا المتغير، ويمكن أن يعمق المعرفة النظرية له، ويعد إضافة علمية في هذا الميدان.

#### **الأهمية التطبيقية: Practical Importance:**

يقدم البحث الحالي أداة لقياس الإيجابية السامة، والتي يمكن أن تقدم فائدة للباحثين في إجراء دراسات مستقبلية حول هذا المفهوم. كما تأتي أهمية البحث الحالي من العينة المستخدمة وهم (طلبة المرحلة المتوسطة) على اعتبار إنهم في بداية طريقهم نحو تحقيق أهدافهم المستقبلية التي يسعون إلى تحقيقها.

#### **هدف البحث: Aim of the Research**

يسعى البحث الحالي التعرف على:

## الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة

### **حدود البحث : Limitation of the Research**

يتحدد البحث الحالي على عينة من طلبة المرحلة المتوسطة- الصف الثالث (ذكور - أناث) في قضاء الهندية- الدراسة الصباحية للعام الدراسي(2024-2025).

### **تحديد المصطلحات Definition of the Terms**

يوضح الباحث متغير البحث الحالي توضيحاً علمياً وعلى النحو الآتي:

#### **الإيجابية السامة Toxic Positivity:**

عرفها زوكerman: (Zockerman,2019)

معتقد يتطلب من الفرد أن يبقى إيجابياً في جميع الظروف، وال موقف التي يمر بها بالرغم من صعوبتها، وشدتها متجاهلاً مشاعره السلبية، ومحافظاً على قوة تفكيره الإيجابي .

(Ritu,2021:5111)

التعريف النظري: تبني الباحث تعريف زوكerman (Zockerman,2019) تعريفاً نظرياً للإيجابية السامة لكونه التعريف الأكثر شمولية في وصف الإيجابية السامة.

التعريف الإجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن طريق إجابته على فقرات مقياس الإيجابية السامة المستخدم في البحث الحالي والذي سيقوم الباحث بناء

#### **الفصل الثاني: إطار نظري**

#### **الإيجابية السامة : Toxic Positivity**

شهد مجال علم النفس قبل بضعة عقود موجة جديدة قادها مارتن سيليجمان (Martin Seligman) والتي ركزت على دراسة العوامل التي تسهم في ازدهار الإنسان ورفاهيته، كالسعادة، والقوى، والفضائل، ويدعو إلى اتباع نهج متوازن لفهم التجارب الإنسانية، وكانت هذه المدرسة الفكرية تهدف إلى توسيع علم النفس من خلال تركيزها بشكل كبير على الصحة العقلية، و تشجيع المشاعر الإيجابية، وتعزيز الخصائص النفسية الحاسمة، وهي ضرورية للرفاهية العامة، والتعامل مع عقبات الحياة إلى ما هو أبعد من تركيزه على المرض العقلي؛ وهو المفهوم الذي هيمن على هذا المجال حتى تلك النقطة، ودخل مجالاً يعرف الآن باسم علم النفس الإيجابي (Seligman& Csikszentmihalyi,2000:4-15). وتأثرت هذه الحركة بشكل كبير بفلسفة الفكر الجديد، التي روجت لقوة التفكير الإيجابي، وفكرة أن الأفراد يمكنهم تجسيد رغباتهم من خلال الانضباط العقلي والتفاؤل، وقد روج العالم نورمان(Norman) مؤلف كتاب "قوة التفكير الإيجابي"، لفكرة مفادها أن الحفاظ على موقف إيجابي يمكن أن يؤدي إلى النجاح، وفي منتصف القرن العشرين، أكد علم النفس الإنساني بقيادة العالمان أبراهام ماسلو(Abraham Maslow) وكارل روجرز (Caral Rogers) على أهمية الإمكانيات

البشرية الإيجابية، وتحقيق الذات، وركزوا في نهجهم على النمو الشخصي، وتحقيق الذات (Zoe, 2024:2). فحق علم النفس الإيجابي نجاحاً باهراً في هذا الصدد، ليس فقط بالنسبة لأولئك الذين يسعون للحصول على دعم الصحة العقلية، بل وأيضاً في جميع المجالات، ومع ذلك هناك شيء غالباً ما يساء فهمه باعتباره مبدأً من مبادئ علم النفس الإيجابي، ألا وهو ظاهرة الإيجابية السامة، إذ حظي هذا المفهوم باهتمام كبير في السنوات الأخيرة، خاصة مع ظهور وسائل التواصل الاجتماعي، وإن مصطلح الإيجابية السامة، كما نفهمه اليوم، ظهر لأول مرة في عمل هالبرستام (Halberstam, 2011) في كتابة فن الفشل الغريب (Lecompte, 2022:1). ومع ذلك، فإن فكرة أن الأفكار الإيجابية لها قوى علاجية لها تاريخ أطول بكثير، يمكن إرجاعها إلى حركة الفكر الجديد، وهي حركة فلسفية وروحية اكتسبت شعبية نحو نهاية القرن التاسع عشر (Coudert, 2022:19). وأكدت حركة الفكر الجديد، بقيادة شخصيات مثل فينياس كويمبى (Phineas & Quimby) على قوة العقل في تحقيق الصحة والنجاح. افترضت أن أصل كل مرض هو المعتقدات الخاطئة، والتي يمكن شفاؤها من خلال إدراك الحقائق، وأمنوا بقوة العقل في الشفاء وأكدا على أهمية التفكير الإيجابي وتأثير الأفكار على الصحة البدنية والعقلية. لقد وضعت هذه الحركة، التي ركزت على قوة التفكير الإيجابي، الأساس للتطور اللاحق لعلم النفس الإيجابي ومفهوم الإيجابية السامة ولكن لم تتم دراسته (Deepika & Jamie Zuckerman, 2024:2). وقد صاغت عالمة النفس جاي米 زوكمان (Alphonsa, 2024:2) مصطلح "الإيجابية السامة"، ويشير هذا المصطلح إلى الترويج المفرط وغير الصادق للتفكير الإيجابي، بغض النظر عن مواقف الفرد أو تجاربه الفعلية، وتجاهل الإيجابية السامة المشاعر السلبية أو الصراعات أو التحديات أو تبطلها، مؤكدة على الحاجة إلى الحفاظ على مظهر من السعادة الدائمة، وهي تنشأ إما من جانب الشخص نفسه فيطلق عليها (الإيجابية السامة الداخلية) أو من جانب الآخرين فتسمى (الإيجابية السامة الخارجية) معتقداً الفرد بأن المشاعر الإيجابية دائماً جيدة، وأفضل من المشاعر السلبية، وأنه يسعى دائماً للحفاظ على الإيجابية، إذ استخدام المصطلح والوعي به في سياق علم النفس قد زاد في أوائل عشرينيات القرن العشرين، إذ بدأ العديد من الكتاب وعلماء النفس في استخدام المصطلح أثناء جائحة كوفيد (19) عند مناقشة التأثيرات السلبية على الصحة العقلية الناجمة عن الضغط أو توقيع الحفاظ على موقف إيجابي على الرغم من الظروف والعواطف السلبية (Feltner, 2023:3). وهي الضغط المستمر للسعادة أو السعي وراء السعادة، بغض النظر عن الظروف، وهي تتطوّي على تعليم مفرط للسعادة، وتشجع على قمع المشاعر السلبية وإزاحتها، وتكون ضارة بشكل كبير، حيث تمنع الأفراد من التعامل مع مشاعرهم، وتجاربهم الحقيقة وتؤدي إلى مجموعة من المشكلات

العاطفية والنفسية. زاد انتشار الإيجابية السامة منذ عام (2019) بشكل كبير (Upadhyay et.al,2022:23)

يشير هذا المفهوم إلى التعميم المفرط، وغير الفعال لحالة السعادة، والتفاؤل في جميع المواقف، مما قد يؤدي إلى إنكار، وتقليل وإبطال التجارب البشرية الحقيقة حتى في الشدائد، على العكس من الإيجابية الصحية، التي تعرف بمجموعة كاملة من المشاعر وتحتضنها، فإن الإيجابية السامة غالباً ما تcum المشاعر السلبية، مما يؤدي إلى نتائج نفسية سلبية (Feltner, 2023:3).

وفقاً لكراندال وأخرون (Crandall, 2019) يمكن أن تتجلى الإيجابية السامة خارجياً من خلال حث الآخرين على الاعتراف بالإيجابية فقط، وقمع المشاعر السلبية، أو داخلياً عندما نظهر لأنفسنا واجهة من السعادة مع تجاهل المخاوف الواقعية. وبالتالي فإن قمع المشاعر السلبية يسبب ضغوطاً ضارة بالصحة العقلية، ويعيق قدرتنا على التعامل مع المشاعر المختلفة، بما في ذلك المشاعر السلبية (Crandall, 2019:276). ويؤيد هذا المنظور الباحثون الذين يزعمون أن تعزيز نظرة إيجابية غير واقعية يمكن أن تمنع الأفراد من المعالجة، والتعامل مع التجارب العاطفية الحقيقة، مما يعوق في النهاية قدرة الأفراد على المرونة العاطفية والنمو بشكل سليم، وقد لعبت وسائل التواصل الاجتماعي دوراً مهماً في انتشار الإيجابية السامة، غالباً ما تعرض منصات التواصل الاجتماعي نسخة مثالية من الحياة، وتؤكد على التجارب الإيجابية بينما تقلل من أهمية التجارب السلبية أو تتجاهلها (Shipp&Hall, 2024:24).

وتقول جودمان (Goodman, 2022) إن العديد منا يتعلمون الإيجابية السامة من محيطهم، وتوقعات المجتمع، وهي تعتقد أننا جميعاً تم تدريينا على الشعور بأنه عندما يواجه أي شخص صعوبة، يجب أن نحاول جعله يشعر بالسعادة. وهذا يعني أنه قد ينتهي به الأمر إلى إيجابية سامة إذ تأخذ صورة الرغبة في مساعدة فرد ما (Goodman, 2022:33). وحسب نظرية التناقض المعرفي، إذ تفترض أن الأفراد يشعرون بعدم الراحة النفسية عندما يحملون معتقدين أو قيمتين أو أكثر متقاضتين في وقت واحد، وفي سياق الإيجابية السامة يحدث التناقض المعرفي عندما يشعر الأفراد بأنهم مجبرون على إظهار الإيجابية على الرغم من معاناتهم من مشاعر سلبية، يمكن أن يؤدي هذا التناقض إلى القمع العاطفي، حيث يتم تجاهل المشاعر السلبية أو إبطالها لتنتمي مع التوقعات الخارجية التي تدل على الإيجابية، والشعور بالسعادة.

وتروي آنيشكا (Anishka, 2024) يمكن أن تتجلى الإيجابية السامة في حاجة الفرد المهيمن إلى الحفاظ على السيطرة، وتجنب مواجهة المشاعر السلبية من خلال الإصرار المستمر على نظرة إيجابية، والتقليل من أهمية الجوانب السلبية للموقف، يحاول الفرد المهيمن تأكيد قوته، وسيطرته على بيئته، مما قد يضر بالعلاقات الشخصية للفرد، وبالتالي فإن الأفراد الذين لديهم حاجة عالية إلى التفوق أو الهيمنة غالباً ما يؤكدون قوتهم، وسيطرتهم

على الآخرين للتعويض عن مشاعر النقص، وانعدام الأمن ويمكن أن يتجلّى في أشكال مختلفة، بما في ذلك الإيجابية السامة يعتقد الباحثون أن الفرد قد يحاول فرض نظرته المتفائلة على الآخرين، متجاهلاً مشاعرهم، وتجاربهم لحفظ على موقف إيجابي حتى في ظل الظروف الصعبة يمكن أن يؤدي الدافع إلى التفوق، وقيام الأفراد بتبني الإيجابية السامة لتأكيد الهيمنة على الآخرين وسيطرة على بيئتهم (Anishka, 2024:187). ويؤكد شيلدون وريان (Sheldon&Ryan, 2011) أن الأفراد لديهم دوافع فطرية لتحقيق ثلاثة احتياجات هي الاستقلال، والكفاءة، والتواصل الاجتماعي، وهي احتياجات بالغة الأهمية لتحقيق النمو والأداء الأمثل. إن الإيجابية السامة تقويض كل من هذه الاحتياجات الثلاث. إن إنكار المشاعر السلبية لدى الفرد يبطل تجربته، ويقوض استقلاليته وكفاءته، ويبعده عن الدعم الاجتماعي، ويمكن أن تكون العبارات الإيجابية مفيدة للتغلب على التفكير السلبي والشكوك الشخصية، ويمكن أن يؤدي الامتنان والتقدير إلى زيادة مشاعرك الإيجابية، لكن قمع كل المشاعر السلبية لا يؤدي إلى نتائج إيجابية. هناك أوقات يمكن أن يكون فيها الإنكار مهارة للتأقلم ووقاية للعلاج لإعطاء شخص ما فرصة لقبول الظروف الصعبة إن رفض الاعتراف بالمشاعر السلبية أو الحقائق الصعبة للأحداث السلبية يمنع الناس من التعامل مع الحزن والخسارة، وخيبة الأمل، والقلق، وعدم اليقين، مما قد يؤدي بدوره إلى الإضرار بالصحة العقلية، والجسدية من خلال زيادة التوتر والاكتئاب (Sheldon & Ryan, 2011:38). وبحسب ما توصل إليه كراندال (Crandall, 2019) يحتاج الأفراد إلى الحب والانتماء من أجل الوصول إلى أقصى إمكاناتهم في الحياة. تزيل الإيجابية السامة هذه الحاجة، خاصة إذا كانت تأتي من الأشخاص الذين يتلقون منهم شعورهم بالحب، والانتماء مثل الأصدقاء، والعائلة، وزملاء العمل وما إلى ذلك. تجرد الإيجابية السامة نظام الدعم ولا تسمح للفرد بالشعور بالحب، والدعم، بل يجعله يشعر بالذنب إتجاه مشاعره، عندما يتم إزالة هذه الحاجة، يتم إزالة الفرصة لتلبية الاحتياجات من الدرجة الأولى فقاً لهم مسلو للحاجات كما يمكن أن تقلل من الدافع، قد يشعر الأفراد بالإحباط، ومن ناحية أخرى، قد تساهم أيضاً في الإرهاق، حيث قد يشعر الفرد بالإرهاق من الضغط لحفظ على نظرة إيجابية، مما يؤدي إلى انخفاض الإنتاجية (Crandall, 2019).

#### **بعض علامات الإيجابية السامة:**

1. إنكار الواقع، وتجاهل المشاكل بدلاً من مواجهتها، وإخفاء أو تمويه المشاعر الحقيقة وراء عبارات إيجابية تبدو مقبولة اجتماعياً
2. الشعور بالذنب بسبب الحزن أو الغضب أو خيبة الأمل
3. محاولة التخلص بالصبر أو "التغلب" على المشاعر المؤلمة

٤. تجاهل أفكار وتجارب الآخرين لأنها تجعل الفرد غير مرتاحاً ورفضها بقول "هذا هو ما هو عليه"

٥. السخرية من الآخرين أو إدانتهم عندما لا يكون لديهم موقف إيجابي بشأن قضية ما.

٦ . التشهير أو معاقبة أولئك الذين يظهرون الغضب أو نفاد الصبر أو أي عاطفة أخرى غير الإيجابية (Wibowo, 2020:25). وتؤثر الإيجابية السامة على صحة الفرد ورفاهته من خلال الآتي:

١. يمكن أن تؤدي الإيجابية السامة إلى قمع مشاعر الفرد، مما يجعل التعامل مع المشاعر القوية أكثر صعوبة، إن أحد أكبر الأسباب لتجنب الإيجابية السامة هو أنها تعتمد على التقليل من المشاعر الحقيقية وإنكارها ، إذ تعمل كآلية لتجنب عندما ينخرط الأفراد في هذا النوع من السلوك، فإنه يسمح لهم بتجنب المواقف العاطفية التي يجعلهم يشعرون بعدم الارتباط، في بعض الأحيان، نوجه نفس هذه الأفكار إلى أنفسنا، ونستوعبها. ثم عندما نشعر بمشاعر صعبة، فإننا نتجاهلها ونرفضها وننكرها، لكن هذا يحرمنا من القدرة على مواجهة المشاعر الصعبة التي يمكن أن تؤدي في النهاية إلى النمو، والبصرة العميقية

٢. الإيجابية السامة تؤدي إلى الخجل. يقول كريتزر (Kritzer) إن الإيجابية السامة ترسل رسالة مفادها أن المشاعر خاطئة، وقد تجعل الفرد يشعر بالذنب والخجل

٣. الإيجابية السامة تدفع الفرد إلى إخفاء ذاته الحقيقة. يقول كريتزر (Kritzer) إن الإيجابية السامة تشجع الفرد على استعمال ذاته الزائف، وتجبره على أن يكون إيجابياً في المواقف التي يكون فيها ذلك غير طبيعي مما يؤدي في النهاية إلى الفشل في تجارب الفرد الطبيعية

٤. الإيجابية السامة تجعل الفرد يشعر بالعزلة عن الآخرين. تقول جودمان (Goodman) إنه عندما يقال لك ألا تقلق بشأن أمر مقلق، فقد تبدأ في الاعتقاد بأنك الشخص الوحيد الذي يتعامل مع المشاعر السلبية الناجمة عن هذا النوع من التحدي، ونتيجة لذلك فإن الفرد يحتفظ بمشاعره لنفسه. وتضيف: "إن الإيجابية السامة تجربنا جميعاً في النهاية على أن نصبح أكثر عزلة وعدم الاعتماد على الآخرين عندما نحتاج إلى الدعم" (Erickson, 2023:24).

#### **النظرية المعرفية الاجتماعية:**

فقاً لنظرية ألبرت باندورا المعرفية الاجتماعية (1986)، فإن السلوك البشري هو نتيجة متعددة الأوجه للعوامل الشخصية، والبيئي، والسلوك نفسه. وقد تم تطبيق هذه النظرية في الدراسة الحالية لتوضيح عوامل الخطير المرتبطة بوقوع الأفراد في الإيجابية السامة. من خلال تعليمهم منذ سن مبكرة في الحفاظ على موقف مترافق في جميع الظروف، ويتم تضليل هذا الاعتقاد من خلال محیطه، حيث تعلم الأسرة بلا انقطاع على تعزيز فكرة أن المشاعر الإيجابية هي مفتاح السعادة، يستوعب الفرد هذا الاعتقاد ويظهر إيجابية سامة، ويضع وجهاً

سعيداً باستمرار ويقمع مشاعره سلبية التي يمر بها ، يتأثر سلوك الشخص بعملياته المعرفية (الإيمان بأهمية الإيجابية) والموارد الخارجية (البيئة) في الوقت نفسه، ويؤثر سلوك الشخص أيضاً على عملياته المعرفية وببيئته الاجتماعية، حيث تعزز إيجابيته السامة المستمرة إيمانه بأهمية الإيجابية، وقد يؤثر على الآخرين للقيام بنفس الشيء، يمكن أن تساعد الحتمية المتبادلة التي تشير إلى العلاقة المتبادلة بين السلوك والفرد والبيئة في تفسير كيفية تفاعل عوامل الخطر المختلفة لتعزيز تطور الإيجابية السامة (Mui & Jamayah 2024:53). وقد حدثت زوكرمان (Zockerman 2024) مجالين للإيجابية السامة مما:

**أ. الإيجابية السامة الداخلية:** هي إظهار الفرد لنفسه واجهة من السعادة مع تجاهل المخاوف الواقعية مما يؤدي إلى كبتها، واحفائها، والشعور بالخجل منها.

**ب. الإيجابية السامة الخارجية:** هي الفشل في مشاركة العواطف مع الآخرين وعدم القدرة على التواصل معهم بشكل فعال مما يعيق تكوين العلاقات معهم  
**أسباب تبني النظرية المعرفية الاجتماعية:**

اعتمد الباحث على النظرية المعرفية الاجتماعية كونها النظرية الأكثر الشمولية في تفسيرها لمتغير الإيجابية السامة، وأشار إليها المنظر وإعتمادها في تفسيره للإيجابية السامة ولهذا سيقوم الباحث بتفسير نتيجة بحثه هذا وفقاً لهذه النظرية.

**منهجية البحث وإجراءاته:**

### **١١. منهج البحث : Research Method**

يُستعمل المنهج الوصفي، إذ يعد الطريقة الوحيدة التي من خلالها يمكن وصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة، والوصول إلى نتائج على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها (المحمودي، 2019:46).

### **١٢. مجتمع البحث : Population of the Research**

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة المتوسطة – الدراسة الصباحية في قضاء الهندية- للعام الدراسي (2024-2025) والبالغ عددهم (18465) طالب وطالبة، إذ بلغ عدد الذكور (9876) بنسبة (53%) أما الإناث فبلغ عددهن (8589) بنسبة (47%).

### **١٣. عينات البحث : Samples of Research**

حددت عينات البحث والتي تمثلت في عينة التطبيق النهائي، وعينة وضوح الفقرات والتعليمات فضلاً عن عينة الثبات بطريقة إعادة الإختبار، وكذلك عينة التحليل الإحصائي التي سيسخدمها الباحث في إجراءات بناء المقاييس وعلى النحو الآتي:

العينة هي جميع مفردات الظاهرة التي تخضع للدراسة التحليلية، او الميدانية إذ يجب ان تكون ممثلة تمثيلاً متكافئاً مع المجتمع الأصلي بحيث يمكن للباحث تعميم نتائجه

عليه (المشهداني، ٢٠١٩: ٨٥). وقد بلغت عينة التطبيق النهائي (٢٠٠) طالب وطالبة من مجتمع البحث البالغ (تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المناسب).

#### رابعاً. أداة البحث: Tool Research:

للغرض قياس متغير البحث الحالي (الإيجابية السامة) لدى طلبة المرحلة المتوسطة في قضاء الهندية. لجأ الباحث إلى بناء مقياس للإيجابية السامة بما يتلاءم مع عينة البحث الحالي وعلى النحو الآتي:

#### Toxic Positivity الإيجابية السامة

بالنظرًا لعدم وجود مقياس يتلاءم مع عينة البحث الحالي على الصعيدين العربي والمحلّي لقياس الإيجابية السامة، لذلك لا بد من بناء مقياس للإيجابية السامة

#### ١ . تحديد المفاهيم النظرية لمتغير الإيجابية السامة

أ. إعتمد الباحث على تعريف زوكرمان (Zockerman) للإيجابية السامة والمعتمد على نظرية البرت باندورا

ب. سيبني المقياس وفق أسلوب التقرير الذاتي.

ج. الهدف من بناء المقياس لغرض قياس الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

2. صياغة فقرات مقياس الإيجابية السامة: روّي الباحث عند صياغة الفقرات أن تحتوي على:

أ. فكرة واحدة غير مركبة.

ب. وضحة المعنى

ج. مصاغة بلغة سهلة

د. لا يتجاوز عدد كلماتها عشرون كلمة

و. ان تتم صياغتها بصيغة المضارع (مجيد، ٢٠١٤: ٧٥) . ومنه تم صياغة (٢٠) لمراعاة استبعاد بعض الفقرات عند التحليل الإحصائي، وقد حددت زوكرمان (Zockerman) مجالين للإيجابية السامة هما:

أ. الإيجابية السامة الداخلية: هي إظهار الفرد لنفسه واجهة من السعادة مع تجاهل المخاوف الواقعية مما يؤدي إلى كبتها، واحتقارها، والشعور بالخجل منها.

ب. الإيجابية السامة الخارجية: هي الفشل في مشاركة العواطف مع الآخرين وعدم القدرة على التواصل معهم بشكل فعال مما يعيق تكوين العلاقات معهم  
تصحيح مقياس الإيجابية السامة

يتكون مقياس الإيجابية السامة من (٢٠) فقرة وزُرعت على مجالين إذ وضعت لكل فقرة في المقياس ثلاثة بدائل وهي: (تطبق على دائمًا، تطبق على أحياناً، لا تتطبق على) ودرجاتها

(3) ومن ثم يتم تجميع إستجابات الطلبة على جميع فقرات المقياس، والمجموع الكلي يمثل درجة الطالب المستجيب المراد قياسه على مقياس الإيجابية السامة.

**صلاحية تعليمات مقياس الإيجابية السامة**

اقصرت تعليمات مقياس الإيجابية السامة على كيفية الإجابة عن فقراته مع مراعاة الدقة؛ إذ طلب من المستجيبين أن يضعوا علامة ( ) ازاء البديل المناسب أمام كل فقرة تعبّر عن موقف المستجيب مع تقديم مثال يوضح لهم كيفية الإجابة على فقرات المقياس.

**صلاحية فقرات مقياس الإيجابية السامة**

عرضت فقرات مقياس الإيجابية السامة بصيغتها الأولية والبالغ عددها (20) فقرة موزعة على مجالين على عدد من المحكمين، والمختصين في مجال العلوم النفسية والتربية البالغ عددهم (6) مختصين من أجل إصدار أحكامهم حول صلاحية تلك الفقرات، وقد إعتمدت الفقرات التي حازت على نسبة إتفاق (80%) فما فوق، وتعد هذه النسبة دليلاً على قبول الفقرة. وبناء على ذلك فقد عدت جميع الفقرات صالحة.

#### **تجربة وضوح التعليمات لفقرات مقياس الإيجابية السامة:**

طبق مقياس الإيجابية السامة على عينة مؤلفة من (40) طالب وطالبة، وتبيّن أن تعليماته كانت واضحة، وأن بدائله باتت مفهومية، والوقت المستغرق للإجابة عليه تراوح ما بين (15-17) دقيقة وبمتوسط قدره (16) دقيقة.

#### **التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الإيجابية السامة**

للغرض إجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الإيجابية السامة اختيرت عينة عشوائية من طلبة المدارس المتوسطة في قضاء الهندية وبلغ عددهم (400) طالب وطالبة، إذ يعد حجماً مناسباً في بناء المقاييس النفسية (الزوبي وآخرون، 1981:73). واتبع الباحث الخطوات الآتية:

#### **A. القوة التمييزية للفقرات Discriminating Power of the Item**

استعمل أسلوب المجموعتين الطرفيتين للتحقق من القوة التمييزية لفقرات مقياس الإيجابية السامة وذلك بعد تطبيقه على عينة التحليل الإحصائي البالغة (400) طالب وطالبة وفق الخطوات الآتية:

وزع المقياس على (400) طالباً وطالبة من المرحلة المتوسطة في قضاء الهندية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. ورتبت درجاتهم بشكل تنازلي من أعلى درجة كلية للمقياس إلى أدنى درجة فيه. وإعتمدت نسبة (27%) من طرفي التوزيع للعينة الكلية بأعتبارهما المجموعتين الطرفيتين، وإستخرج الوسط الحسابي والإإنحراف المعياري لكل من المجموعتين (العليا والدنيا). وتم تطبيق الإختبار الثاني ( $t$ -test) لعينتين مستقلتين للتحقق من إختبار دلالة الفروق بين المتوسطات في المجموعة العليا والدنيا، إعتبرت القيمة التائبة مؤشراً يحقق التمييز بين الفقرات من خلال مقارنة

القيمة المحسوبة لها بالقيمة الجدولية وبالبالغة (1.96) وبدرجة حرية (214) وبمستوى دلالة (0.05) وكما موضح في الجدول (1)

**جدول (1) القوة التمييزية لفقرات مقياس الإيجابية السامة**

مستوى دلالة (0.05)	القيمة الثانية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الإنحراف المعياري	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دلالة	4.19	.724	1.71	.737	2.13	<b>1</b>
دلالة	3.62	.789	1.78	.751	2.16	<b>2</b>
دلالة	3.19	.716	1.81	.856	2.15	<b>3</b>
دلالة	2.43	.870	2.01	1.022	2.32	<b>4</b>
دلالة	2.79	.738	1.75	.863	2.06	<b>5</b>
دلالة	6.49	.854	1.67	1.063	2.52	<b>6</b>
دلالة	4.61	.881	1.83	1.139	2.47	<b>7</b>
دلالة	2.62	.724	1.79	.728	2.05	<b>8</b>
دلالة	2.73	.922	2.03	.870	2.36	<b>9</b>
دلالة	4.83	.662	1.69	.690	2.14	<b>10</b>
دلالة	3.73	.826	1.86	.699	2.25	<b>11</b>
دلالة	2.49	.795	2.18	.942	2.47	<b>12</b>
دلالة	3.12	.736	2.00	.919	2.34	<b>13</b>
دلالة	2.12	.754	1.95	.783	2.18	<b>14</b>
دلالة	2.10	.794	1.80	.901	2.03	<b>15</b>
دلالة	2.57	.812	1.96	.948	2.21	<b>16</b>
دلالة	3.39	.820	2.00	.781	2.37	<b>17</b>
دلالة	2.51	.697	1.67	.961	1.95	<b>18</b>
دلالة	5.29	.816	1.69	.778	2.26	<b>19</b>
دلالة	3.30	.755	1.81	.811	2.16	<b>20</b>

عند النظر إلى الجدول (1) نجد أن فقرات مقياس الإيجابية السامة جميعها ممीزة وان القيمة الثانية المحسوبة أعلى من القيمة الثانية الجدولية البالغة (1.96) عند درجة حرية (214) وبمستوى دلالة (0.05) مما يعني أن فقرات مقياس الإيجابية السامة لها القدرة على التمييز في السمة المراد قياسها لدى المستجيبين وتم الإبقاء على جميع الفقرات.

#### **ب. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:**

إستخرجت العلاقة الإرتباطية بين درجة كل فقرة، والدرجة الكلية للمقياس بواسطة "معامل إرتباط بيرسون وقد حفقت فقرات المقياس جميعها ارتباطاً ذات دلالة احصائية عند مقارنتها

بالقيمة الجدولية (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (399)، وقد عُدّ مقياس الإيجابية السامة صادق بنائياً وفق هذا المؤشر والجدول (2) يوضح ذلك

جدول(2) معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الإيجابية السامة

الفقرات	معامل إرتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرات						
.327	1	.338	.244	11	.293	6	.203	17
.261	2	.214	.226	12	.271	7	.363	18
.217	4	.284	.321	13	.226	9	.333	19
.254	5	.242	.322	14	.333	10	.233	20

#### ج. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتهي إليه:

استخرجت العلاقة الإرتباطية بين درجة كل فقرة، والدرجة الكلية للمجال الذي تنتهي إليه بواسطة معامل إرتباط بيرسون وقد اتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، وعد المقياس صادقاً بنائياً وفق هذا المؤشر. والجدول (3) يوضح ذلك

جدول(3) معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة المجال الذي تنتهي إليه لمقياس الإيجابية السامة

المجالات	المجال	المعاملات	الفقرات	المعاملات	الفقرات	المعاملات	الفقرات	المعاملات	
.459	١	.370	١١	.455	١٢	.355	١٣	.283	١٤
.244	٢	.465	١٧	.334	١٥	.173	١٦	.466	١٨
.421	٣	.266	١٩	.443	١٩	.242	٢٠	.316	٩
.227	٤	.401	٨	.242	٢٠	.278	١٠	.583	٦
.243	٥	.316	٩	.571	٧	.242	٢٠	.278	١٠

#### د. علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس (مصفوفة الإرتباطات الداخلية):

يُستعمل معامل إرتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الإرتباطية بين درجة كل مجال، ودرجاتهم الكلية، وقد اتضح أن معاملات الارتباط جميعها دالة إحصائياً، وهذا يعني المجالين يقيسان

ظاهرة واحدة وهي الإيجابية السامة وتم الإبقاء على المجالين وبذلك فإنه يتكون من (٢٠) فقرة.  
والجدول (٤) يوضح ذلك

جدول (٤) معامل ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية لمقاييس الإيجابية السامة

المجالات	الإيجابية الداخلية	السامة	الإيجابية الخارجية	للمقياس ككل
الإيجابية السامة الداخلية	١			
الإيجابية السامة الخارجية	.365			١
للمقياس ككل	.471			.358
				.411

الخصائص السيكومترية لمقاييس الإيجابية السامة:

قدرة الاختبار على قياس الخاصية التي صمم الاختبار لقياسها فعلاً (العزاوي، ٢٠٠٨: ١٢٩) وتم إيجاد نوعين من الصدق هما:

#### ١. الصدق الظاهري: Face Validity

هو المظهر العام للإختبار او الصورة الخارجية له، ويتضمن ذلك طبيعة المفردات، وكيفية صياغتها وقد عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المختصين من أجل معرفة علاقة كل فقرة من فقرات المقياس بالسمة، او القدرة المطلوب قياسها (مجيد، ٢٠١٤: ١٠٣). وقد تم التحقق من هذا الإجراء بعرض المقياس بصورته الأولية على المحكمين في قسم العلوم التربوية والنفسية وتم ذكر هذا الاجراء في فقرة صلاحية الفقرات.

#### ٢. صدق البناء Construct validity

هو قدرة الاختبار على قياس مفهوم نفسي، ويعتمد على وصف أوسع ويتطلب معلومات أكثر حول الخاصية السلوكية التي يسعى الباحث لقياسها، بمعنى يسعى إلى التتحقق من فرضية مستندة على إطار نظري، ودراسات سابقة (إسماعيل، ٢٠٠٤: ٨٨) وقد تم التتحقق من هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الآتية التي ذكرت سابقاً في التحليل الإحصائي لفقرات المقياس وهي كالتالي:

- ✓ القوة التمييزية بإسلوب المجموعتين الطرفتين.
- ✓ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

#### \* أسماء المحكمين:

- أ. د. حسين ربيع حمادي - جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الإنسانية
- أ. د. علي محمود الجبوري - جامعة بابل- كلية التربية للعلوم الإنسانية
- أ. د. حيدر حسن اليعقوبي - جامعة الكوفة- كلية التربية للبنات
- أ. د عبد اسلام جودت - جامعة بابل- كلية التربية الأساسية

- أ.د علي حسين مظلوم - جامعة بابل- كلية التربية للعلوم الإنسانية د  
 أ.م.د صادق كاظم الشمري - جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الإنسانية  
 أ.م.د مدین نوري طلاک- جامعة بابل- كلية التربية للعلوم الإنسانية  
 أ.م.د حيدر طارق كاظم- جامعة بابل- كلية التربية الأساسية  
 ✓ علاقه درجه الفقره بالدرجة الكليه للمجال الذي تنتهي إلیه.  
 ✓ علاقه درجه المجال بالدرجة الكليه للمقياس (مصفوفه الإرتباطات الداخلية).

### **ثبات المقياس : Reliability Scale**

يقصد بالثبات (Reliability) دقة الاختبار، وخلوه من الاخطاء غير المنتظمة التي تшوب القياس أي قدرة الاختبار على قياس المقدار الحقيقي للسمة المراد قياسها أي ان يعطي نتائج متماثلة ومتقاربة في قياسه لمظاهر من مظاهر السلوك (البياني، ٢٠١٩: ٢٥٩).

#### **١. طريقة إعادة الاختبار: Test – Retest Reliability:**

أن الاختبار يطبق على مجموعة من الافراد، وبعد فترة من الزمن يعاد تطبيقه على نفس المجموعة، وبينفس الظروف في فترتين زمنيتين متباينتين (إسماعيل، ٢٠٠٤: ٧٧). ولحساب الثبات بهذه الطريقة طبق مقياس الإيجابية السامة على عينة بلغت (٦٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة المتوسطة، وحسبت العلاقة بين التطبيقين بإستخدام معامل إرتباط (بيرسون) وأشارت النتائج أن معامل الإرتباط بلغ (٨٥٪) للمقياس ككل.

#### **٢. معامل ثبات الفاکرونباخ:**

يسمى بمعامل التجانس، وهي صورة من المعادلة التي اقترحها كيودر ريتشاردسون، وتستعمل هذه المعادلة في حساب الاتساق الداخلي، وهي تقيس اتساق الأداء من فقرة إلى أخرى، او معاملات الارتباط بين المتغيرات المقاسة بهدف تقييم الاتساق الداخلي بينها إذ حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٨٢٪) (تيغرا، ٢٠١٢: ٤٤).

#### **٣. الخطأ المعياري:**

أن الخطأ المعياري للقياس يعد مؤشراً من مؤشرات دقة المقياس، إذ بلغت قيمة الخطأ المعياري لمقياس الإيجابية السامة (١.٨٧) عندما بلغ معامل الثبات المستخرج بمعادلة الفاکرونباخ (٨٢٪).

#### **سادساً. وصف مقياس الإيجابية السامة بصيغته النهائية:**

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الإيجابية السامة، أصبح المقياس يتكون من (٢٠) فقرة تم صياغتها على شكل عبارات تقريرية، ووُضعت لكل فقرة ثلاثة بدائل هي: (١) تطبيق على دائم، تطبيق على حياناً، لا تطبيق على ابداً ودرجاتها هي (١.٢.٣) وأن أعلى درجة للمقياس هي (٦٠) وأقل درجة له (٢٠) وبمتوسط فرضي (٤٠).

## جدول (٥) المؤشرات الإحصائية لمقاييس الإيجابية السامة

قيمة المؤشرات	المؤشرات الإحصائية
41.18	الوسط الحسابي Mean
.222	الخطأ المعياري للمتوسط STD . ERROR in Mean
40.00	الوسيط Median
40	المنوال Mode
4.435	الانحراف المعياري Std. Deviation
19.670	ARIANCE التباين
.355	Skewness الالتواء
.122	الخطأ المعياري للالتواء Std . Error in Skewness
-.529-	التفرط Kurtosis
.243	الخطأ المعياري للتفرط Std . Error In Kurtosis
22	المدى Range
31	أقل درجة Minimum
53	أعلى درجة Maximum

يتضح من الجدول (٥) أن المؤشرات الإحصائية لمقاييس الإيجابية السامة إذ أن درجات الأفراد تقترب من التوزيع الإعتدالي وبهذا يمكننا إستعمال الإحصاء المعلمي.

**التطبيق النهائي لمقاييس:**

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لمقاييس الإيجابية السامة تم تطبيقه على عينة التحليل الإحصائي البالغة (400) طالب وطالبة من طلبة المرحلة المتوسطة في المدة الزمنية الواقعة 10/10/2024 (إلى 1/12/2024) وبعد ذلك طبق المقياس على عينة التطبيق النهائي البالغة (200) طالب وطالبة، وتقييم البيانات في برنامج الأكسيل لغرض إجراء المعالجة الإحصائية عن طريق الحزمة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss).

**الوسائل الإحصائية:**

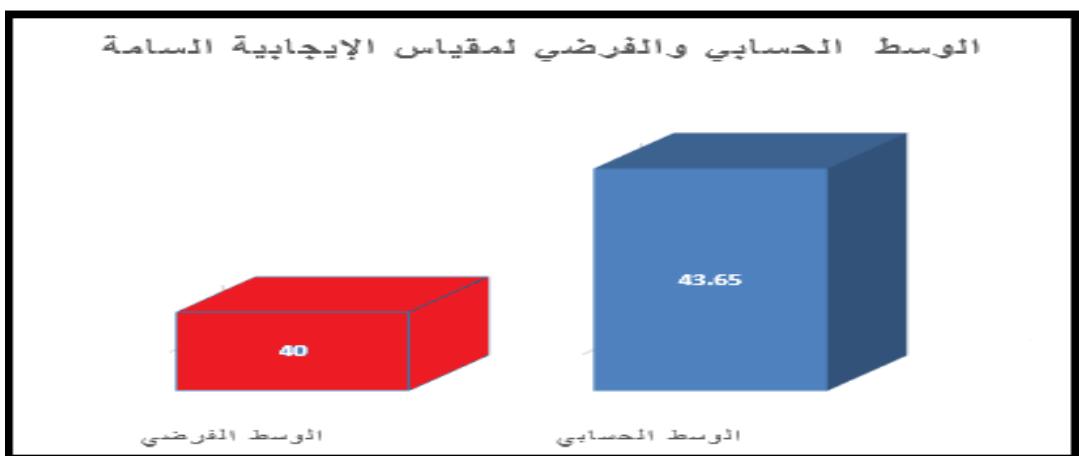
١. اختبار كاي لحسن المطابقة: لاستخراج الصدق الظاهري لمقاييس الإيجابية السامة
٢. الاختبار التائي (T-test) لعينتين المستقلتين: لاستخراج القوة التمييزية لمقاييس الإيجابية السامة.
٣. معامل إرتباط بيرسون: لاستخراج مؤشرات صدق البناء للمقياس ، وإستخراج الثبات بطريقة الاختبار - إعادة الاختبار لمقاييس الإيجابية السامة.
٤. معادلة الفاکرونباخ (Cronbach Alf Equation): لاستخراج الثبات لمقاييس الإيجابية السامة.
٥. الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة: للتعرف على متغير البحث الحالي (الإيجابية السامة)

## الفصل الرابع:

التعرف على الإيجابية السامة لدى طلبة المتوسطة.

إسخراج المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري لاستجابات أفراد عينة البحث على فقرات مقياس الإيجابية السامة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (43.65) وبإنحراف معياري (5.91) هو أكبر من المتوسط الفرضي البالغ (40) ولمعرفة دلالة الفرق بين لمتوسطات تم إستعمال الإختبار الثنائي (*t-test*) لعينة واحدة عند درجة حرية (199) ومستوى دلالة (0.05). وقد تبين إن القيمة التائية المحسوبة البالغة (8.71) أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.96). وهذا يعني وجود الإيجابية السامة لدى عينة البحث. والجدول (6) والشكل (1) يوضحان ذلك جدول (6)المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري والقيمة التائية لدرجات العينة على مقياس الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة

الدالة 0.05	القيمة الثانية		درجة الحرية	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	العينة
	التأية الدولية	التأية المحسوبة					
دالة	1.96	8.71	199	5.91	40	43.65	200



**شكل (1) المتوسط الحسابي والفرضي لمقاييس الإيجابية السامة**

من الجدول (1) يتضح ان القيمة الثانية المحسوبة البالغة (8.71) أكبر من القيمة الثانية الجدولية البالغة (1.96) عند درجة حرية (199) وهذا يدل على أن عينة البحث (طلبة المرحلة المتوسطة) لديهم إيجابية سامة ويمكن تفسير هذه النتيجة هي تأثرهم بعوامل خارجية وكذلك البيئة المحيطة بهم كالاسرة والأصدقاء والضغوط الدراسية وهنا الطلبة يتعرضون إلى مواقف تتطلب منهم قمع المشاعر السلبية لهم ربما يؤدي ظهورها إلى الحقن الضرر بهم، ولديهم نزعة انانانية لكل من الأحداث الإيجابية والسلبية فهم ينحازون إلى الأحداث الإيجابية بصورة كبيرة معتقدين أن الجانب الإيجابي يعزز من سعادتهم التي يسعون إليها باستمرار وأن أي انحراف عن هذه الذروة العاطفية هو فشل كونهم يمررون في مرحلة المراهقة إذ يبحرون في مياه البلوغ

المضطربة وهم معرضون بشكل خاص لهذا التفاؤل. فهم يغترون باستمرار برسائل تتبني وجهة نظر متقائلة لا تتزعزع على الرغم من حالتهم العاطفية.(Hank, 2023:39).

ويرى الباحث في بعض الأحيان يدفع الآباء أبنائهم إلى أن يكونوا إيجابيين لأنهم لا يعرفون كيف يساعدونهم، ويولد لديهم ضغطاً اجتماعياً يدفعهم إلى أن يكون إيجابيين كما أنه يزيد من مشاعر الخجل والشعور بالحزن أو الغضب. بالإضافة إلى ذلك هذا يشعرهم بعدم قدرتهم على أن يكونوا صادقين بشأن ما يمررون به. وبالتالي من المرجح أن يلجأوا وسائل لخفيف آلامهم أو الانخراط في سلوكيات غير تكيفية مثل ممارسة الإيجابية السامة

**الإستنتاجات:** إستناداً إلى النتائج التي توصل إليها البحث يستنتج الباحث ما يأتي:

أن عينة البحث من طلبة المرحلة المتوسطة لديهم إيجابية سامة. ومن المرجح أن يكون الجميع قد انخرطوا في علم النفس السام في مرحلة ما من حياتهم، حيث ربما كانوا يواسون صديقاً أو فرداً من العائلة من خلال تشجيعهم على أن يكونوا سعداء وعدم القلق بشأن الموقف، دون السماح لهم بتجربة ومعالجة المشاعر السلبية.

**النوصيات:** إنطلاقاً من النتائج التي توصل إليها البحث فإنه يوصي بما يأتي:

1. تصميم برامج إرشادية للحد من الإيجابية السامة لدى الطلبة والتأكيد على التفكير العقلاني في معالجة المواقف المختلفة ورؤيتهم للأحداث المستقبلية والتعامل معها بمرونة تامة
2. إقامة دورات وندوات توضح للطلبة مخاطر الإيجابية السامة في اتخاذ القرارات وتفعيل دور العاملين في حقل الارشاد التربوي من خلال اهتمامهم بهذه المتغيرات لأنها تتضمن مخاطر على سلوكيات الطلبة كونهم في مرحلة خطيرة وهي مرحلة المراهقة
3. الاستفادة من مقاييس الإيجابية السامة والذي تم بناءه في البحث الحالي من أجل إجراء دراسات مستقبلية

**المقترحات:** من خلال النتائج التي توصل إليها الباحث يصوغ المقترنات الآتية:

1. إجراء دراسة تتناول متغير البحث الحالي(الإيجابية السامة) ولكن على عينات طلابية وإجتماعية أخرى.
  2. إجراء دراسة مقارنة تتناول متغير البحث الحالي لدى طلبة المدارس الريفية والمدينة وكذلك بين طلبة المدارس الأهلية والحكومية
  3. إعادة إجراء هذه الدراسة ولكن بمنهجية أخرى كالمنهج التجاري أو المنهج الطولي
- المصادر:**

- إسماعيل، بشرى. (2004). المرجع في القياس النفسي. ط١. القاهرة: مكتبة الانجلو
- البياتي. فارس رشيد. (2018). الحاوي في مناهج البحث العلمي. ط١. عمان. الأردن: دار السوقي العلمية.

- تيغزة، محمد.(2012) . التحليل العاملی الاستکشافی والتوكیدی. عمان: دار المسیرة للنشر والتوزيع.
- الزوبعي، عبدالجليل إبراهيم وبكر، محمد إلياس والكناني، إبراهيم عبد الحسن. (1981). الإختبارات والمقاييس النفسية. جامعة الموصل: دار الكتاب.
- العزاوي، رحيم يونس كرو. (2008). مقدمة في مناهج البحث العلمي. ط1. دار دجلة للنشر والتوزيع.
- مجید، سوسن شاکر. (2014). أسس بناء الإختبارات النفسية والتربوية، ط3. عمان: مركز ديبونو للتعليم التفكير
- المحمودي، محمد سرحان علي.(2019). مناهج البحث العلمي. ط3. صنعاء. الجمهورية اليمنية
- المشهداني، اسعد سلمان.(2019). منهجة البحث. ط1. عمان: دار إسمامة للنشر والتوزيع.
- Anishka Jain, Rameshbabu Tamarana, Uvashree Santosh and Ritik Singh .(2024). Relationship between Dominating Personalities and Toxic Positivity: Mediating Roles of Intrapersonal and Interpersonal Control. **Journal of the Indian Academy of Applied Psychology** Jan, Vol. 50, No. 1, 186–195
- Coudert, A. P. (2022). ‘Toxic Positivity’ From New Thought to Donald Trump. 1st Edition. Religious Dimensions of Conspiracy Theories: Comparing and Connecting Old and New Trends. Taylor & Francis Group.
- Crandall, A., Powell, E. A., Bradford, G. C., Magnusson, B. M., Hanson, C. L., Barnes, M. D., Novilla, M. L., & Bean, R. A. (2019). Maslow’s hierarchy of needs as a framework for understanding adolescent depressive symptoms over time. **Journal of Child and Family Studies**, 29(2), 273–281.
- Davis.(2022).How Positivity Can Turn Toxic, How it goes wrong, and how to recover.
- Deepika, Alphonsa.(2024). Conceptualizing Toxic Positivity: A Scoping Review Protocol. Christ University, India

- Erickson, Emily.(2023). All About Toxic Positivity: Definition, Health Effects, and How to Respond
- Feltner ME. Toxic positivity and perceptions of mental health. 2023.
- Goodman, W. (2022). **Toxic Positivity: How to Embrace Every Emotion in a Happy-obsessed World.** Orion
- Gruber J, Mauss IB, Tamir M. A dark side of happiness? How, when, and why happiness is not always good. *Perspect Psychol Sci.* 2011;6(3):222–233.
- Hank,s.(2023). **Positive Toxic and Achievement Motivation.** 1st Edition. New York.
- Harmon-Jones E, Mills J, eds. Cognitive Dissonance: Reexamining American Psychological a Pivotal Theory in Psychology. 2nd ed. Association; 2019.
- Harper, C. (2022). Toxic Positivity And Its Impact On Our Mental Health. MyWellbeing. Retrieved July 29, 2024, from
- Kelly, J. (2023). The Negative Impact Of Toxic Positivity In The Workplace.
- Lecompte-Van Poucke, M. (2022). ‘you got this!: A critical discourse analysis of toxic positivity as a discursive construct on Facebook. *Applied Corpus Linguistics*, 2(1), 100015
- Linda,g.(2022). What is Toxic Positivity and How to Avoid It. School News Australia.
- Mui, and Jamayah. (2024). Toxic Positivity and Its Role Among Young Adult Workers”. **Journal of Cognitive Sciences and Human Development.** 10 (1):50–71.
- Quinto, K. (2021). Toxic positivity and its role on college students' mental health during the COVID –19 pandemic [Unpublished undergraduate thesis]. Rizal Technological University.
- Radin, S. (2021, August 4). How 'toxic positivity' took over the internet. Dazed. Retrieved November 30, 2022,

- Ritu Bhattacharyya .(2021).Toxic Positivity and Mental Health – It is ok to Not Be ok. Design Engineering ISSN: 0011-9342 | Year 2021 Issue: 8 | Pages: 5109 – 5127
- Salmon (2024) Toxic positivity in adolescents. Journal of Positive Psychology. 212–225
- Seligman M, Csikszentmihalyi (2000). **Positive psychology**:an Introduction Am Psychol. 55(1):5–14.
- Sheldon, K. M., & Ryan, R. M. (2011). Positive Psychology and Self-Determination Theory: A Natural Interface. In V. I. Chirkov, R. M. Ryan, & K. M. Sheldon (Eds.), Human Autonomy in Cross-Cultural Context: Perspectives on the Psychology of Agency, Freedom, and Well-Being (pp. 33–44). Springer Netherlands.
- Shipp HG, Hall KC. Analyzing the concept of toxic positivity for nursing: A dimensional analysis approach. J Adv Nurs. 2024.
- Upadhyay IS, Srivatsa KA, Mamidi R (2022, July). "Towards Toxic Positivity Detection (L.-W. Ku, C.-T. Li, Y.-C.
- Walker. Positive Psychology and Toxic Positivity. 1st Edition.
- Wibowo, R. S. (2020). The Answers Are Not Always Optimism: Overcoming Toxic Positivity During COVID-19 Outbreak.
- Zoe Wyatt .(2024). The Dark Side of PositiveVibes: Understanding Toxic Positivity in Modern Culture. **Psychiatry Behav Health**. 3(1):1–6.