

## الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة

م.د. أسير جاسم جباد

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 مقياس لقياس الإيجابية السامة وفق نظرية التعلم الاجتماعي لبرت باندورا ويتكون 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: Problem of the Research

أن الحياة ليست إيجابية دائماً؛ فالجميع يمر بمشاعر، وتجارب مؤلمة، وعلى الرغم أن هذه المشاعر غالباً ما تكون غير سارة، إلا أنه يتعين على الأفراد الشعور بها، والتعامل معها بصراحة، وصدق لتحقيق القبول والصحة النفسية الأفضل (Radin, 2021:5). وتؤكد زوكerman (Zokerman, 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 مرور الوقت دون علاج، وينطبق الأمر نفسه على صحتنا العقلية لأن الإيجابية الزائفة تعيق صاحبها من النضج، والنمو واكتساب الخبرات من المواقف الصعبة التي يمر بها. فهي لا تخلق التفاوض بل تخلق الإنكار والتشويه، وهما يمنعان الفرد من التعامل الحقيقي مع مواقفه ومعالجتها. ويفضل الفرد عدم الظهور بمظهر الإنسان السلبي ويميل نحن الأشياء الإيجابية فقط، ويغفل المصاعب، والتحديات التي تسبب له الإخفاقات، والخسائر، ويحاول قدر الإمكان الظهور للعيان، وكأنه كتلة من التفاؤل والأمل على الرغم من انكساراته الداخلية التي تحطمه (Linda, 2022:201). ويرى سالمون (Salmon, 2024) أن الإيجابية السامة قد تكون نوعاً من التلاعب النفسي؛ الذي يجعل الأفراد يشككون في معتقداتهم، وفهمهم للأحداث، يقنع المتلاعبون الآخرين بأن انطباعاتهم مبالغ فيها بينما في الواقع، ليس لديهم فكرة عما مر به الشخص الآخر. وهذا يجعل الفرد يشكك في أفكاره في حالة من الضعف، ويتجاهل المشاعر الحقيقية، ويستسلم للإيجابية السامة، وذلك لأنها تخلق رواية زائفة للواقع (Salmon, 2024:225). ومن هنا تبرز مشكلة البحث الحالي إذ يتأثر جميع أفراد المجتمع بالإيجابية السامة بشكل عام، وطلاب المدارس بشكل خاص فهم يتصنعون هذه الإيجابية الزائفة لتجنب الإرهاق، والتوتر والإحباط، واستخدام التفاوض كوسيلة للتغاضي عن

المشاعر السلبية أو المشكلة الحقيقية، وهم يعززون الكبت بدلاً من التعبير عن مشاعرهم الصادقة، وبالتالي لا يستطيع العاملون 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 مشاعرهم السلبية، ويتم فرض الإيجابية ، والسعادة بشكل قهري، ويتم إنكار التجارب الإنسانية الأصيلة 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 يكمن في التناقض المتأصل الذي يخلقه: فإضافة سام إلى الإيجابية، فإنه يحول مفهوماً مفيداً إلى شيء ضاراً، فالإيجابية بطبيعتها تهدف إلى الارتقاء والإلهام. وعندما يتم تأطيرها 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 الإرهاق، 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، وتؤثر هذه التحديات أيضاً على أفكارنا التي تصبح سلبية بدورها. والخيار أمام الفرد هو إما إنكار أو تجنب هذه الأفكار، وفرض الأفكار الإيجابية على نفسه أو قبول الأفكار السلبية، إنها تؤثر 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 يختبرون 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 ان يتحكم بمشاعره السلبية، ويضع طريقة مناسبة من اجل أن يتعامل معها بذكاء بدلاً من انكارها، وكتبها، 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 تميل إلى أن تكون ممارسة معتادة؛ فعندما ننخرط في هذه العقلية، وتنتج معنا مرة واحدة، نميل إلى القيام بها أكثر فأكثر على أمل أن تساعدنا 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 تميل إلى التسبب في التقليل من تجاربهم الحقيقية، وتكديس المشاعر، وإخفائها، والعزلة، وتجنب كل الأشياء "الصعبة". كل هذه النتائج تميل إلى إطالة المواقف أو المشاعر أو التجارب الصعبة (Quinto, 2021:12). وتعد المدرسة المكان الذي يصل فيه مهارات الطالب، ومواهبه، وتوجهه إلى الطريق الصحيح، فهي تمدد بالعلم، والمعرفة، وتغنيه بالقيم المثلى، وتبني شخصيته، وثقته 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 اللازمة 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 زوكرمان: (Zockerman, 2019)

معتقد يتطلب من الفرد أن يبقى إيجابياً في جميع الظروف، والمواقف التي يمر بها بالرغم من صعوبتها، وشدتها متجاهلاً مشاعره السلبية، ومحافظاً على قوة تفكيره الإيجابي . (Ritu, 2021: 5111)

التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف زوكرمان (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 ببنائه

#### 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 تساهم 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 الايجابية، 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 والتفائل، 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 الإمكانات

البشرية الإيجابية، وتحقيق الذات، وركزوا في نهجهم على النمو الشخصي، وتحقيق الذات (Zoe,2024:2). فحقق علم النفس الإيجابي نجاحا باهرا في هذا الصدد، ليس فقط بالنسبة لأولئك الذين يسعون للحصول على دعم الصحة العقلية، بل وأيضا في جميع المجالات، ومع ذلك هناك شيء غالبا ما يساء فهمه باعتباره مبدأ 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 كتابه 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 كويمبي (Phineas&Quimby) على قوة العقل في تحقيق الصحة والنجاح. افترضت أن أصل كل مرض هو المعتقدات الخاطئة، والتي يمكن شفاؤها من خلال إدراك الحقائق، وآمنوا بقوة العقل في الشفاء وأكدوا 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& Alphonsa,2024:2). وقد صاغت عالمة النفس جايمي زوكرمان (Jamie Zuckerman) مصطلح "الإيجابية السامة"، ويشير هذا المصطلح إلى الترويج المفرط وغير الصادق للتفكير الإيجابي، بغض النظر عن مواقف الفرد أو تجاربه الفعلية، وتتجاهل 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 دائما جيدة، وأفضل من المشاعر السلبية، وأنه يسعى دائما للحفاظ على الإيجابية، أن 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 توقع 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 تتطوي على تعميم مفرط للسعادة، وتشجع على قمع المشاعر السلبية وإزاحتها، وتكون ضارة بشكل كبير، حيث تمنع الأفراد من التعامل مع مشاعرهم، وتجاربهم الحقيقية 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، والتقاؤل في جميع المواقف، مما قد يؤدي إلى إنكار، وتقليل وإبطال التجارب البشرية الحقيقية حتى في الشدائد، على العكس من الإيجابية الصحية، التي تعترف بمجموعة كاملة من المشاعر وتحتضنها، فإن الإيجابية السامة غالباً ما تقمع المشاعر السلبية، مما يؤدي إلى نتائج نفسية سلبية (Feltner, 2023:3) وفقاً لكراندال وآخرون (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 الحقيقية، مما يعوق في النهاية قدرة الأفراد على المرونة العاطفية والنمو بشكل سليم، ولقد 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 تدريبنا 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 التنافر المعرفي، إذ تفترض أن الأفراد يشعرون بعدم الراحة النفسية عندما يحملون معتقدين أو قيمتين أو أكثر متناقضتين في وقت واحد، وفي سياق الإيجابية السامة يحدث التنافر المعرفي عندما يشعر الأفراد بأنهم مجبرون على إظهار الإيجابية على الرغم من معاناتهم من مشاعر سلبية، يمكن أن يؤدي هذا التنافر إلى القمع العاطفي، حيث يتم تجاهل المشاعر السلبية أو إبطالها لتتماشى مع التوقعات الخارجية التي تدل على الإيجابية، والشعور بالسعادة (Harmon&Mills,2019:16). وترى انيشكا (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 يتجلى في أشكال مختلفة، بما في ذلك الإيجابية السامة يعتقد الباحثون أن الفرد قد يحاول فرض نظريته المتفائلة على الآخرين، متجاهلاً مشاعرهم، وتجاربهم للحفاظ 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 ثلاث احتياجات هي الاستقلال، والكفاءة، والتواصل الاجتماعي، وهي احتياجات بالغة الأهمية لتحقيق النمو والأداء الأمثل. إن الإيجابية السامة تقوض كل من هذه الاحتياجات الثلاث. إن إنكار المشاعر السلبية لدى الفرد يبطل تجربته، ويقوض استقلاله وكفاءته، ويبعده عن الدعم الاجتماعي، ويمكن أن تكون العبارات الإيجابية مفيدة للتغلب على التفكير السلبي والشكوك الشخصية، ويمكن أن يؤدي الامتنان والتقدير إلى زيادة مشاعر 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 والاكئاب (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 تجعله يشعر بالذنب إتجاه مشاعره، عندما يتم إزالة هذه الحاجة، يتم إزالة الفرصة لتلبية الاحتياجات من الدرجة الأعلى فقام لهم ماسلو 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 للحفاظ 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 الحقيقية وراء عبارات إيجابية تبدو مقبولة اجتماعياً
2. الشعور بالذنب بسبب الحزن أو الغضب أو خيبة الأمل
3. محاولة التحلي بالصبر أو "التغلب" على المشاعر المؤلمة



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

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

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

1. 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 تجنب عندما ينخرط الأفراد في هذا النوع من السلوك، فإنه يسمح لهم بتجنب المواقف العاطفية التي تجعلهم يشعرون بعدم الارتياح، 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، والبصيرة العميقة

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

3. الإيجابية السامة تدفع الفرد إلى إخفاء ذاته الحقيقية. يقول كريترز (Kritzer) إن الإيجابية السامة تشجع الفرد على استعمال ذاته الزائفة، وتجبره على أن يكون إيجابيا في المواقف التي يكون فيها ذلك غير طبيعي مما يؤدي في النهاية إلى الفشل في تجارب الفرد الطبيعية

4. 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 تجبرنا جميعا في النهاية على أن نصبح أكثر عزلة وعدم الاعتماد على الآخرين عندما نحتاج إلى الدعم" (Erickson,2023:24) .

### النظرية المعرفية الاجتماعية:

فقا لنظرية ألبرت باندورا المعرفية الاجتماعية (1986)، فإن السلوك البشري هو نتيجة متعددة الأوجه للعوامل الشخصية، والسياق البيئي، والسلوك نفسه. وقد تم تطبيق هذه النظرية في الدراسة الحالية لتوضيح عوامل الخطر المرتبطة بوقوع الأفراد في الإيجابية السامة. من خلال تعليمهم منذ سن مبكر في الحفاظ على موقف متفائل في جميع الظروف، ويتم تضخيم هذا الاعتقاد من خلال محيطه، حيث تعمل الأسرة بلا انقطاع على تعزيز فكرة أن المشاعر الإيجابية هي مفتاح السعادة، يستوعب الفرد هذا الاعتقاد ويظهر إيجابية سامة، ويضع وجهها

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 وبيئته 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& Jamayah2024:53). 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 الى كبتها، واخفائها، والشعور بالخل 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 واعتمدها في تفسيره للإيجابية السامة ولهذا سيقوم الباحث بتفسير نتيجة بحثه هذا وفقاً لهذه النظرية.

منهجية البحث وإجراءاته:

### Research Method أولاً. منهج البحث:

إستعمل 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) .

### Population of the Research ثانياً. مجتمع البحث:

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%) اما الإناث فبلغ عددهن (8589) بنسبة (47%)

### ثالثاً. عينات البحث: Samples of Research

حددت عينات البحث والتي تمثلت في عينة التطبيق النهائي، وعينة وضوح الفقرات والتعليمات فضلاً عن عينة الثبات بطريقة إعادة الاختبار، وكذلك عينة التحليل الإحصائي التي سيستخدمها الباحث في إجراءات بناء المقياس 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، 2019:85). وقد بلغت عينة التطبيق النهائي (200) طالب وطالبة من مجتمع البحث البالغ(تم إختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتناسب .

#### رابعاً. أداة البحث: Tool Research

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

#### الإيجابية السامة Toxic Positivity

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

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

أ. إعتد 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: روعي الباحث عند صياغة الفقرات أن تحتوي على:

أ. فكرة واحدة غير مركبة.

ب. واضحة المعنى

ج. مصاغة بلغة سهلة

د. لا يتجاوز عدد كلماتها عشرون كلمة

و. ان تتم صياغتها بصيغة المضارع (مجيد، 2014:75) . ومنه تم صياغة (20) 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 الى كبتها، واخفائها، 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 (20) فقرة وزعت على مجالين إذ وضعت لكل فقرة في المقياس ثلاث بدائل وهي: (تتطبق علي دائماً، تتطبق علي أحياناً، لا تتطبق علي) ودرجاتها

(1.2.3) 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

اقتصرت 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 تعبر 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 والتربوية البالغ عددهم (6) مختصين من أجل إصدار أحكامهم حول صلاحية تلك الفقرات، وقد إعتادت 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، وتبين أن تعليماته كانت واضحة، وأن بدائله باتت مفهومة، والوقت المستغرق للإجابة عليه تراوح ما بين (15-17) دقيقة وبمتوسط قدره (16) دقيقة.

### التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الإيجابية السامة

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

### أ. 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 إختيارهم بالطريقة العشوائية. ورتبت درجاتهم بشكل تنازلي من أعلى درجة كلية للمقياس الى أدنى درجة فيه. وإعتمدت نسبة (27%) من طرفي التوزيع للعينة الكلية بأعتبارهما المجموعتين التطرفيتين، وإستخرج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل من المجموعتين (العليا والدنيا). وتم تطبيق الإختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين للتحقق من إختبار دلالة الفروق بين المتوسطات في المجموعة العليا والدنيا، إعتبرت القيمة التائية مؤشراً يحقق التمييز بين الفقرات من خلال مقارنة

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

جدول (1) القوة التمييزية لفقرات مقياس الإيجابية السامة

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

عند النظر إلى الجدول (1) نجد أن فقرات مقياس الإيجابية السامة جميعها مميزة وان القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية 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 الارتباطية بين درجة كل فقرة، والدرجة الكلية للمقياس بواسطة "معامل ارتباط بيرسون وقد حققت فقرات المقياس جميعها ارتباطاً ذات دلالة احصائية عند مقارنتها

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

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

الفقرات	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرات	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرات	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرات	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	.327	6	.338	11	.244	16	.293
2	.261	7	.214	12	.226	17	.203
3	.363	8	.307	13	.321	18	.271
4	.217	9	.284	14	.322	19	.226
5	.254	10	.242	15	.233	20	.333

ج. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه:

إستخرجت العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة، والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه بواسطة معامل ارتباط 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 الكلية للمجال الذي تنتمي إليه لمقياس الإيجابية السامة

المجالات	الفقرات	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	المجال	الفقرات	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
الإيجابية السامة الداخلية	1	.459	الإيجابية السامة الخارجية	11	.370
	2	.244		12	.455
	3	.421		13	.355
	4	.227		14	.283
	5	.243		15	.334
	6	.583		16	.173
	7	.571		17	.465
	8	.401		18	.266
	9	.316		19	.443
	10	.278		20	.242

د. علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس (مصنوفة الارتباطات الداخلية):

إستعمل معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية 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 (20) فقرة. والجدول (4) يوضح ذلك

جدول (4) معامل ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية لمقياس الايجابية السامة

المجالات	الإيجابية السامة الداخلية	الإيجابية السامة الخارجية	للمقياس ككل
الإيجابية السامة الداخلية	1		
الإيجابية السامة الخارجية	.365	1	
للمقياس ككل	.471	.358	.411

الخصائص السيكومترية لمقياس الإيجابية السامة:

قدرة الاختبار على قياس الخاصية التي صمم الاختبار لقياسها فعلاً (العزاوي، 2008:129) وتم إيجاد نوعين من الصدق هما:

### 1. الصدق الظاهري: Face Validity

هو المظهر العام للاختبار او الصورة الخارجية له، ويتضمن ذلك طبيعة المفردات، وكيفية صياغتها وقد عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المختصين من اجل معرفة علاقة كل فقرة من فقرات المقياس بالسمة، او القدرة المطلوب قياسها (مجيد، 2014:103). 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.

### 2. 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 التحقق من فرضية مستندة على إطار نظري، ودراسات سابقة (إسماعيل، 2004:88) وقد تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الآتية التي ذكرت سابقاً في التحليل الإحصائي لفقرات المقياس وهي كالآتي:

✓ القوة التمييزية بإسلوب المجموعتين الطرفيتين.

✓ 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. مدين نوري طلاك - جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الإنسانية  
 أ.م.د. حيدر طارق كاظم - جامعة بابل - كلية التربية الأساسية  
 ✓ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه.  
 ✓ علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس (مصفوفة الارتباطات الداخلية).

### ثبات المقياس: Reliability Scale

يقصد بالثبات (Reliability) دقة الاختبار، وخلوه من الأخطاء غير المنتظمة التي تشوب القياس أي قدرة الاختبار على قياس المقدار الحقيقي للسمة المراد قياسها أي ان يعطي نتائج متماثلة ومتقاربة في قياسه لمظهر من مظاهر السلوك (البياتي، 2019:259).

#### 1. طريقة إعادة الاختبار: Test – Retest Reliability

أن الاختبار يطبق على مجموعة من الافراد، وبعد فترة من الزمن يعاد تطبيقه على نفس المجموعة، وب نفس الظروف في فترتين زمنيتين متباعدتين (إسماعيل، 2004:77). ولحساب الثبات بهذه الطريقة طبق مقياس الإيجابية السامة على عينة بلغت (60) طالب وطالبة من طلبة المرحلة المتوسطة، وحسبت العلاقة بين التطبيقين باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) وأشارت النتائج أن معامل الارتباط بلغ (0.85) للمقياس ككل

#### 2. معامل ثبات الفاكرونباخ:

يسمى بمعامل التجانس، وهي صورة من المعادلة التي اقترحها كيودر ريتشاردسون، وتستعمل هذه المعادلة في حساب الاتساق الداخلي، وهي تقيس اتساق الأداء من فقرة الى أخرى، او معاملات الارتباط بين المتغيرات المقاسة بهدف تقدير الاتساق الداخلي بينها إذ حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.82) (تغزة، 2012:44).

#### 3. الخطأ المعياري:

أن الخطأ المعياري للقياس يعد مؤشراً من مؤشرات دقة المقياس، إذ بلغت قيمة الخطأ المعياري لمقياس الإيجابية السامة ( 1.87 ) عندما بلغ معامل الثبات المستخرج بمعادلة الفاكرونباخ ( 0.82 )

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

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الإيجابية السامة، أصبح المقياس يتكون من (20) فقرة تم صياغتها على شكل عبارات تقريرية، ووضعت لكل فقرة ثلاث بدائل هي: (تطبيق علي دائماً، تطبيق علي حياناً، لا تنطبق علي ابداً) ودرجاتها هي (1.2.3) وأن أعلى درجة للمقياس هي (60) وأقل درجة له (20) وبمتوسط فرضي (40).

جدول (5) المؤشرات الإحصائية لمقياس الإيجابية السامة

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

يتضح من الجدول (5) أن المؤشرات الإحصائية لمقياس الإيجابية السامة إذ أن درجات الأفراد تقترب من التوزيع الإعتدالي وبهذا يمكننا إستعمال الإحصاء المعلمي.

#### التطبيق النهائي للمقياس:

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

الوسائل الإحصائية:

1. إختبار كاي لحسن المطابقة: لإستخراج الصدق الظاهري لمقياس الإيجابية السامة
2. الإختبار التائي (T-test) لعينتين المستقلتين: لإستخراج القوة التمييزية لمقياس الإيجابية السامة.
3. معامل ارتباط بيرسون: لإستخراج مؤشرات صدق البناء للمقياس ، وإستخراج الثبات بطريقة الإختبار - إعادة الإختبار لمقياس الإيجابية السامة.
4. معادلة الفاكرونباخ (Cronbach Alf Equation): لإستخراج الثبات لمقياس الإيجابية السامة.
5. الإختبار التائي (T-test) لعينة واحدة: للتعرف على متغير البحث الحالي (الإيجابية السامة)

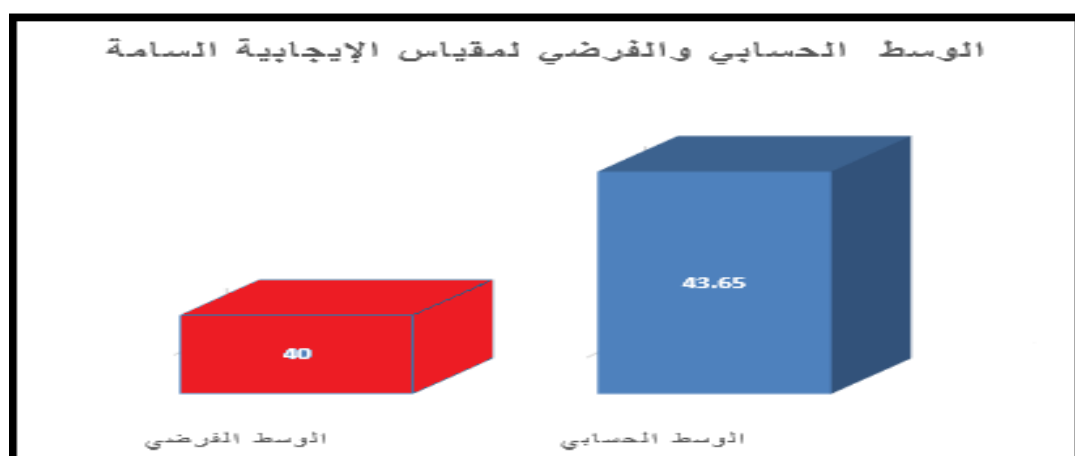
## الفصل الرابع:

## التعرف على الإيجابية السامة لدى طلبة المتوسطة.

إستخراج المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري لإستجابات أفراد عينة البحث على فقرات مقياس الإيجابية السامة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (43.65) وبانحراف معياري (5.91) هو أكبر من المتوسط الفرضي البالغ (40) ولمعرفة دلالة الفرق بين لمتوسطات تم إستعمال الإختبار التائي (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 والانحراف المعياري والقيمة التائية لدرجات العينة على مقياس الإيجابية السامة لدى طلبة المرحلة المتوسطة

العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة
					التائية المحسوبة	التائية الجدولية	
200	43.65	40	5.91	199	8.71	1.96	0.05 دالة



شكل (1) المتوسط الحسابي والفرضي لمقياس الإيجابية السامة

من الجدول (1) يتضح ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (8.71) أكبر من القيمة التائية 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 الى الحاق الضرر بهم، ولديهم نزعة انانية 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 يمرون في مرحلة المراهقة إذ يبحرون في مياه البلوغ

المضطربة وهم معرضون بشكل خاص لهذا التفاؤل. فهم يغمرهم باستمرار برسائل تتبنى وجهة نظر متفائلة لا تنزعزع على الرغم من حالتهم العاطفية. (Hank, 2023:39).

ويرى الباحث في بعض الأحيان يدفع الآباء أبناءهم 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 يمرون به. وبالتالي من المرجح أن يلجأوا وسائل لتخفيف آلامهم أو الانخراط في سلوكيات غير تكيفية مثل ممارسة الإيجابية السامة

**الاستنتاجات:** إستناداً إلى النتائج التي توصل إليها البحث إستنتج 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.

**التوصيات:** 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 الإرشاد التربوي من خلال اهتمامهم بهذه المتغيرات لأنها تتضمن مخاطر على سلوكيات الطلبة كونهم في مرحلة خطرة وهي مرحلة المراهقة
3. الاستفادة من مقياس الإيجابية السامة والذي تم بناءه في البحث الحالي من أجل إجراء دراسات مستقبلية

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

1. إجراء دراسة تتناول متغير البحث الحالي (الإيجابية السامة) ولكن على عينات طلابية واجتماعية 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 التجريبي أو المنهج الطولي

**المصادر:**

- إسماعيل، بشرى. (2004). المرجع في القياس النفسي. ط1. القاهرة: مكتبة الانجلو
- البياتي. فارس رشيد. (2018). الحاوي في مناهج البحث العلمي. ط١. عمان. الأردن: دار السواقي العلمية.

- تيغزة، محمد.(2012). التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي. عمان: دار المسيرة 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.
- مجيد، سوسن شاكر. (2014). أسس بناء الإختبارات النفسية والتربوية، ط3. عمان: مركز دبيونو للتعليم التفكير
- المحمودي، محمد سرحان علي.(2019). مناهج البحث العلمي. ط3. صنعاء. الجمهورية اليمنية
- المشهداني، اسعد سلمان.(2019). منهجية البحث. ط1. عمان: دار إسامة 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.