

مجلة الذكوات البيض المحكممة

الذكوات البيض

اسم مشتق من الذكوة وهي الجمرة الملتهبة والمراد بالذكوات
الربوات البيض الصغيرة المحيطة بمقام أمير المؤمنين علي بن أبي
طالب {عليه السلام}

شبهها لضيانها وتوهجها عند شروق الشمس عليها لما فيها
موضع قبر علي بن أبي طالب {عليه السلام}
من الدراري المضيئة

{در النجف} فكأنها جمرات ملتهبة وهي المرتفع من الأرض، وهي ثلاثة
مرتفعات صغيرة نتوءات بارزة في أرض الغري وقد سميت الغري باسمها،
وكلمة بيض لبروزها عن الأرض. وفي رواية إنَّها موضع خلوته أو إنَّها
موضع عبادته وفي رواية أخرى في رواية المفضل عن الإمام الصادق
{عليه السلام} قال: قلت: يا سيدي فأين يكون دار المهدي ومجمع
المؤمنين؟ قال: يكون ملكه بالكوفة، ومجلس حكمه جامعها وبيت
ماله ومقسم غنائم المسلمين مسجد السهلة وموضع خلوته
الذكوات البيض

تُعد بالبحوث والدراسات الإنسانية والفكرية والاجتماعية
تصدر عن دائرة البحوث والدراسات
ديوان الوقف الشيعي

الذِّكْرُ الْبَيْضُ



مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ فِكْرِيَّةٌ فَصَلِيَّةٌ مُحْكَمَةٌ تُصَدَّرُ عَنْ
دَائِرَةِ الْبُحُوثِ وَالدرَّاسَاتِ فِي دِيْوَانِ الْوَقْفِ الشِّيعِيِّ



العدد (١٨) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق (١١٢٥)

الرقم المعياري الدولي ISSN 2786-1763

الذَّكْوَانُ البَيْضُ



التدقيق اللغوي

م.د. مشتاق قاسم جعفر

الترجمة الانكليزية

أ.م.د. رافد سامي مجيد

العدد (١٨) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

عمار موسى طاهر الموسوي
مدير عام دائرة البحوث والدراسات

رئيس التحرير

أ.د. فائز هاتو الشرع

مدير التحرير

حسين علي محمد حسن الحسيني

هيئة التحرير

أ.د. عبد الرضا بجمية داود

أ.د. حسن منديل العكييلي

أ.د. نضال حنش الساعدي

أ.د. حميد جاسم عبود الغرايبي

أ.م.د. فاضل محمد رضا الشرع

أ.م.د. عقيل عباس الريكان

أ.م.د. أحمد حسين حيال

أ.م.د. صفاء عبدالله برهان

م.د. موفق صبري الساعدي

م.د. طارق عودة مري

م.د. نوزاد صفر بخش

هيئة التحرير من خارج العراق

أ.د. نور الدين أبو لحية / الجزائر

أ.د. جمال شلبي / الاردن

أ.د. محمد خاقاني / إيران

أ.د. مها خير بك ناصر / لبنان

الذَّكْوَاتُ الْبَيْضُ

مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ فِكْرِيَّةٌ فَصَلِيَّةٌ مُحْكَمَةٌ تَصَدَّرُ عَنْ
دَائِرَةِ الْبَحْوثِ وَالدرَّاسَاتِ فِي دِيْوَانِ الْوَقْفِ الشَّيْخِيِّ



العدد (١٨) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

العنوان الموقعي

مجلة الذكوات البيض

جمهورية العراق

بغداد / باب المعظم

مقابل وزارة الصحة

دائرة البحوث والدراسات

الاتصالات

مدير التحرير

٠٧٧٣٩١٨٣٧٦١

صندوق البريد / ٣٣٠٠١

الرقم المعياري الدولي

ISSN ٢٧٨٦-١٧٦٣

رقم الإيداع

في دار الكتب والوثائق (١١٢٥)

لسنة ٢٠٢١

البريد الالكتروني

إيميل

off_research@sed.gov.iq

hus65in@gmail.com

دليل المؤلف

- ١- أن يتسم البحث بالأصالة والجدة والقيمة العلمية والمعرفية الكبيرة وسلامة اللغة ودقة التوثيق.
 - ٢- أن تحتوي المصفحة الأولى من البحث على:
 - أ. عنوان البحث باللغة العربية .
 - ب. اسم الباحث باللغة العربي، ودرجته العلمية وشهادته.
 - ت. بريد الباحث الإلكتروني.
 - ث. ملخصان: أحدهما باللغة العربية والآخر باللغة الإنكليزية.
 - ج. تدرج مفاتيح الكلمات باللغة العربية بعد الملخص العربي.
 - ٣- أن يكون مطبوعاً على الحاسوب بنظام (office Word) ٢٠٠٧ أو (٢٠١٠) وعلى قرص ليزري مدمج (CD) على شكل ملف واحد فقط (أي لا يُجزأ البحث بأكثر من ملف على القرص) وتُرَوَّد هيئة التحرير بثلاث نسخ ورقية وتوضع الرسوم أو الأشكال، إن وجدت، في مكانها من البحث، على أن تكون صالحةً من الناحية الفنية للطباعة.
 - ٤- أن لا يزيد عدد صفحات البحث على (٢٥) خمس وعشرين صفحة من الحجم (A4).
 ٥. يلتزم الباحث في ترتيب وتنسيق المصادر على الصيغة APA
 - ٦- أن يلتزم الباحث بدفع أجور النشر المحددة البالغة (٧٥,٠٠٠) خمسة وسبعين ألف دينار عراقي، أو ما يعادلها بالعملة الأجنبية.
 - ٧- أن يكون البحث خالياً من الأخطاء اللغوية والنحوية والإملائية.
 - ٨- أن يلتزم الباحث باحطوط وأحجامها على النحو الآتي:
 - أ. اللغة العربية: نوع الخط (Arabic Simplified) وحجم الخط (١٤) للمتن.
 - ب. اللغة الإنكليزية: نوع الخط (Times New Roman) عناوين البحث (١٦). والملخصات (١٢)أما فقرات البحث الأخرى: فبحجم (١٤) .
 - ٩- تكون مسافة الحواشي الجانبية (٢,٥٤) سم، والمسافة بين الأسطر (١) .
 - ١٠- في حال استعمال برنامج مصحف المدينة للآيات القرآنية يتحمل الباحث ظهور هذه الآيات المباركة بالشكل الصحيح من عدمه، لذا يفصل النسخ من المصحف الإلكتروني المتوافر على شبكة الانترنت.
 - ١١- يبلغ الباحث بقرار صلاحية النشر أو عدمها في مدّة لا تتجاوز شهرين من تاريخ وصوله إلى هيئة التحرير.
 - ١٢- يلتزم الباحث بإجراء تعديلات المحكمين على بحثه وفق التقارير المرسلة إليه وموافاة المجلة بنسخة معدّلة في مدّة لا تتجاوز (١٥) خمسة عشر يوماً.
 - ١٣- لا يحق للباحث المطالبة بمطالبات البحث كافة بعد مرور سنة من تاريخ النشر.
 - ١٤- لا تعاد البحوث إلى أصحابها سواء قبلت أم لم تقبل.
 - ١٥- تكون مصادر البحث وهوامشه في نهاية البحث، مع كتابة معلومات المصدر عندما يرد لأول مرة.
 - ١٦- يخضع البحث لتقوم السري من ثلاثة خبراء لبيان صلاحيته للنشر.
 - ١٧- يشترط على طلبة الدراسات العليا فصلاً عن الشروط السابقة جلب ما يثبت موافقة الأستاذ المشرف على البحث وفق النموذج المعتمد في المجلة.
 - ١٨- يحصل الباحث على مستل واحد لبحثه، ونسخة من المجلة، وإذا رغب في الحصول على نسخة أخرى فعليه شراؤها بسعر (١٥) ألف دينار.
 - ١٩- تعبر الأبحاث المنشورة في المجلة عن آراء أصحابها لا عن رأي المجلة.
 - ٢٠- ترسل البحوث إلى مقر المجلة - دائرة البحوث والدراسات في ديوان الوقف الشيعي بغداد - باب المعظم
- أو البريد الإلكتروني: (hus65in@Gmail.com) (off reserch@sed.gov.iq) بعد دفع الأجور في مقر المجلة
- ٢١- لا تلزم المجلة بنشر البحوث التي تُخلّ بشرط من هذه الشروط .

مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ فِكْرِيَّةٌ فَصَلِيَّةٌ مُجَكِّمَةٌ تَصَدَّرُ عَنْ
دَائِرَةِ الْبَحْوثِ وَالدرَاسَاتِ فِي دِيْوَانِ الْوَقْفِ الشَّيْخِيِّ



محتوى العدد (١٨) المجلد الرابع

ت	عنوانات البحوث	اسم الباحث	ص
١	مشاهدات الرحالة الأجانب في مدينة السليمانية (رحلة المستر ريج عام ١٨٢٠م نموذجاً)	أ.د. وسن حسين مجيد	١٠
٢	دلالات لفظ (ماكان) في سورة التوبة في ضوء السياق العام والوحدة الموضوعية	أ.م.د صالح محمد حميد	٢٢
٣	صيغ التساؤلات التفسيرية أنواعها وأبعادها اللغوية والدلالية عند الإمام أبي السعود (رحمه الله) - سورة آل عمران نموذجاً -	أ. م. د. سعد محمد حسن الباحث: أحمد إسماعيل إبراهيم	٣٤
٤	الأبواب .. عمارتها وتاريخها في العتبة العلوية المقدسة (النجف الأشرف)	م.د. امثال كاظم النقيب	٥٨
٥	التوسع العمراني لتجاوزات العشوائية وأثره في تغير استعمالات الأرض الزراعية في مدينة الخنديفة	م.د. م. نعي نعمة محمد	٧٦
٦	منهج القرآن الكريم في تعزيز دور الأسرة لتحقيق أهداف التنمية المستدامة	م. د. رؤى شاكِر نعمة م. د. اسراء حسن خلف	٩٨
٧	النشاط المسرحي ودوره في تعزيز قيم العمل الجماعي لدى طلبة قسم التربية الفنية	م. د. علي حسين حمدان جاسم	١١٢
٨	الدرس الصوتي العربي بين الصوتيات والشونولوجيا: مسارات التحول وتجديد الرؤية	م. د. شيماء عبد الكريم حسين	١٢٦
٩	مهارات التفكير الإيجابي لدى المرشدين التربويين	م. د. حسام ياسين علي م. د. سحر علي مهدي م. د. سماء فاخ غالي	١٣٨
١٠	الاحكام الفقهية المتعلقة بتذوق المشروب المباح والمرهون عند المرثخين «دراسة فقهية	م. د. علي الطيف حمد صالح	١٥٦
١١	التنمية المستدامة وأساليب دمجها في تدريس اللغة العربية «مقال مراجعة»	م. د. علي ثابت حسان جبر	١٦٦
١٢	A Multimodal Stylistic Analysis of Textual/ Compositional Meaning in Iraqi Children's Picture Books	Dr. Nissrine Jabbar Hussain	١٧٢
١٣	سيمياء البنية الاطارية في الرواية العراقية المعاصرة «دراسة في رواية خاتون بغداد»	م. د. نورا عبد الهادي عبد	١٩٢
١٤	فاعلية استراتيجية الأركان التعليمية في تحصيل طلاب الصف الثاني المتوسط مجادة الفيزياء وتفكيرهم التبادلي	م.م. فلاح غازي علي النابلي	٢٠٢
١٥	السياحة البيئية وأثرها على التنمية الاجتماعية في مدينة الكوفة	م. م. رسل مسلم رزاق	٢٢٢
١٦	البناء الاجتماعي للمجتمع المدني في عهد النبي (صلى الله عليه وآله) دراسة تحليلية لوثيقة المدينة	م. م. سري عمران نوح	٢٤٠
١٧	فاعلية أمودج مارزانو لأبعاد التعلم في تنمية مهارات التفكير العليا لدى طلبة الصف الخامس الإعدادي في مادة الجغرافية	م. م. سناء بلاسم محمد رسن	٢٥٠
١٨	مستوى التفكير التأملي لدى طلبة اقسام اللغة العربية في جامعة الانبار	م. م. عنتر عبد الله غزالي م. م. احمد ياسل احمد	٢٧٠
١٩	الرمز اللغوي بوصفه أداة للتفاعل المختصاري في الشعر العربي القديم	م. م. أمجد شهاب عبد صالح م. م. مصطفى وسام صبحي	٢٨٦
٢٠	مخطوط (مجلس في ذكر سلمان الحمدي) (تحقيق) للسيد حسن بن هادي الصادر الموسوي الكاظمي «١٢٧٢-١٣٥٤»	م.م. آية عزيز معن	٢٩٨
٢١	الدبلوماسية الرياضية ودورها في تعزيز السياسة الخارجية السعودية «رؤية مستقبلية لعام ٢٠٣٠م»	م. م. حيدر صاحب علي	٣١٠
٢٢	تحليل محتوى كتب الفيزياء للمرحلة المتوسطة وفق معايير (NYLC-SL)	م. م. دعاء حميد كريم	٣٣٢
٢٣	منهج الوسطية في ضوء القرآن والروايات الشريفة	م. م. رأفت حسن علي	٣٥٦
٢٤	إشكالية العلم والفن	م.م. زيد إسماعيل يوسف أ.م.د. بان محمد علي	٣٦٦

محتوى العدد (١٨) المجلد الرابع

ت	عنوانات البحوث	اسم الباحث	ص
٢٥	منهج العلامة ابن كمال باشا (ت ١٠٤٠هـ) في تفسيره	م. م. زينب عبد الله عناوه د.أ. أحمد عبد الجبار علي	٣٨٢
٢٦	العلاقة بين الحكومة الاتحادية وحكومة إقليم كردستان بعد العام ٢٠١٤م	م. م. شيماء فاضل نصيف	٣٩٠
٢٧	برنامج تعليمي قائم على التنمية المستدامة في تدريس مادة علم الأحياء واثرة في تنمية التفكير العلمي لدى طلاب الرابع العلمي	م. م. عمران محمود جاسم م. م. وسام عامر نصيف	٤٠٤
٢٨	جماليات الري التاريخي في عروض المسرح المدرسي	م. م. جواد صادق حمود	٤٢٢
٢٩	الإدراء الوظيفي على وفق نظرية جينزلز وعلاقته بالتنظيم لدى مديري المدارس الابتدائية من وجهة نظر المعلمين	م. م. علي صالح محمد	٤٣٤
٣٠	الحياة العلمية في بغداد خلال العصر العباسي وأثرها في تطور الحضارة الإسلامية	م. م. محمد جاسم طويرش	٤٥٤
٣١	النظم الاجتماعية المغولية من خلال كتاب التاريخ السري	م. م. محمد كرم السلطاني	٤٧٠
٣٢	واقع مكتبات المراكز البحثية في جامعة البصرة مكتبة مركز دراسات البصرة والخليج العربي أمودجاً	م. م. ميادة خزعل رحمن	٤٨٠
٣٣	الثورة في الشعر الحسيني	م. م. هديل جبار هوي	٤٩٠
٣٤	مدرسة برديس هيلدم اليهودية (فردوس الاولاد) الابتدائية ١٩٢٤-١٩٣١ دراسة	م. عماد علي مهدي	٥٠٠
٣٥	التدخلات النفسية والتربوية في تخفيف القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة القادسية	الباحث: رحيم محمد جبر عبود	٥١٠
٣٦	دور الطالب الجامعي في التمهييد للدولة المهنية والانتظار	الباحثة: اثمار محمد عبد الرحيم	٥٢٤
٣٧	الرايكية وتمثاتها في المسرح العربي مسرحية «الجنسية فلسطيني» لرضوان عبدالغني شلبي اختياراً	الباحثة: رواء محمد خالد أ.د. محمد عبدالزهرة محمد	٥٣٦
٣٨	دور الفن الإسلامي المعاصر في تشكيل هوية المدن الذكية دراسة تحليلية للفنون البصرية في العالم العربي	الباحث: سامر عدنان علي	٥٥٨
٣٩	نظام الأطروحة في التلقيح الصناعي عند السيد محمد الصدر	الباحث: محمد رعد جيباد م. د. صادق عباس كاظم	٥٧٤
٤٠	التقويمات العامة للرواة عند الشهيد الثاني (ت ٩٩٦هـ) «دراسة تحليلية»	أ. م. د. آمال حسين علوان الباحث: نجم عبدالله مسعد	٥٩٦
٤١	العلاقة بين إصلاح النفس والسعادة الحقيقية	الباحث: نور صاعب كاظم أ. م. علي محمد علي شفيق	٦١٢
٤٢	دور الاخصائي الاجتماعي في علاج وتأهيل المراهقين المدمنين على المخدرات دراسة ميدانية في محافظة بغداد	الباحثة: نور صباح رمل أ. د. ميسم ياسين عبيد	٦٢٤
٤٣	ظاهرة الاشتراك في شعر الخضري	نور محسن اجردي أ. م. د. عماد علوان حسين	٦٣٨
٤٤	دور حل المشكلات بتسمية مهارات التفكير لدى طلبة الصف الخامس	الباحثة: همسة جاسم أحمد	٦٥٤
٤٥	الشك في العبادات مقارنة تحليلية وتجديدية من منظور الفقه الإمامي	م. م. هيثم مظهر محي	٦٧٠

مهارات التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين



م. د. حسام ياسين علي التميمي

جامعة بغداد/ كلية العلوم الاسلامية

م. د. سحر علي مهدي التميمي

م. د. سماء فالح غالي

جامعة بغداد/ مركز البحوث التربوية والنفسية

فصلية مُحكمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية



المستخلص:

يهدف البحث الحالي التعرف على المهارات التفكير الإيجابي لدى المرشدين التربويين فضلاً على التعرف على دلالة الفرق في المهارات التفكير الإيجابي على وفق متغير الجنس (ذكور-إناث) ومن أجل تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحث بتبني المقياس المعد من قبل (حسين ٢٠٢٤) أذ تألف المقياس بصيغته النهائية من (٣٨) فقرة وقام الباحث بتطبيق المقياس على عينة عشوائية من المديریات الستة في محافظة بغداد والبالغ عددها (٢٠٠) مرشد ومرشدة للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦) وأظهرت النتائج ما يلي:

ان عينة البحث من المرشدين التربويين يمتلكون مهارات التفكير الإيجابي. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين (المرشدين-المرشدات) في مهارات التفكير الإيجابي لدى المرشدين التربويين. وقام الباحث بوضع جملة من التوصيات والمقترحات على ضوء نتائج البحث. الكلمات المفتاحية: مهارات التفكير الإيجابي ، المرشدين التربويين.

Abstract

This study aimed to examine the level of positive thinking skills among educational counselors and to investigate gender-based differences (male-female) in these skills. To achieve the objectives of the study, the researcher adopted the Positive Thinking Skills Scale developed by Hussein (2024), which consists of 38 items in its final form. The scale was administered to a randomly selected sample of 200 male and female educational counselors drawn from six educational directorates in Baghdad Governorate during the academic year 2025-2026.

The findings indicated that educational counselors demonstrated a high level of positive thinking skills. Furthermore, the results revealed no statistically significant differences in positive thinking skills attributable to gender. Based on these findings, a set of recommendations and suggestions were proposed to enhance counseling practices and support positive thinking skills among educational counselors.

Keywords: Positive thinking skills, Educational counselors.

الفصل الاول:

مشكلة البحث :

تعد مهنة الارشاد النفسي مهنة نفسية أنسانية واجتماعية وهي مهنة اتصال وتفاعل بين المرشد التربوي والمسترشد ويظهر فيها ذاتية المرشد وخبراته وقوة شخصيته فسماته ومزاجه وطريقة تفكيره تنعكس سلباً وإيجاباً على إدائه المهني والذي ينعكس على نجاحه في العملية الارشادية ولا يمكن للمرشد ان يعي ذاته المهنية بعيداً عن البيئة المهنية للارشاد وعن خصائصه الشخصية (الداهري، ٢٠٠٥ : ٥٥)

لذلك فإن المرشدين التربويين في مهنة الارشاد يتأثرون بمدى وعيهم ومدى توافقيهم وتجانسهم مع ذاتهم والآخرين ومع متطلبات المهنة التي يعملون فيها ، فالمرشد التربوي يفترض ان تكون لديه مقدرة على تحيئة الظروف التي تحيط به حيث تساعده على اتخاذ قرارات مناسبة في ضوء مشاعره واحساسه بذاته واعتقاده وتفسيراته حتى يتمكن من التحكم في العوامل التي تؤثر في حياته وعمله الارشادي بما يجعله مسيطراً عليها وقادراً على توظيفها بما يساعد على تحقيق الاهداف التي توكل اليه (الدسوقي، ١٩٨٨ :

٢٠٨) والتفكير الإيجابي أحد المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي والذي حظي باهتمام الباحثين مؤخرًا وهو أحد العوامل الأساسية المساهمة في تحقيق جودة الحياة وتحسينها، وتعتبر جودة الحياة المقياس الأساسي للتعبير عن الصحة النفسية للفرد في المقابل تجنب مختلف الاضطرابات والمشاكل النفسية، والتفكير الإيجابي هو مصدر القوة والحرية للأفراد، فهو مصدر قوة لأنه يزيد من ثقة وقدرة الأفراد على التفكير في الحل المناسب لمختلف المواقف الحياتية، كما يعد مصدرًا للحرية لأنه سيحرر الأفراد من التفكير السلبي وآثاره النفسية والجسمية (الفتي، ٢٠٠٧، ص ١٦٦) وعليه فإن التفكير الإيجابي هو الأداة الأكثر فاعلية للتعامل مع مشاكل وضغوط الحياة، وتتشكل مهارات التفكير الإيجابي من خلال الأفكار والمعتقدات الإيجابية (العقلانية) وكلما كان تفكير الفرد إيجابيًا، فإنه يؤدي بالفرد إلى الحل يتسم بالنجاعة والفعالية أمام المشكلات والارتقاء بالفرد والمجتمع، إن التدريب على مهارات التفكير الإيجابي لـه مردود كبير على مستوى الفرد فسي حاضره ومستقبله (أبراهيم، ٢٠١١، ص ٣٨٤).

كذلك تؤثر مهارات التفكير الإيجابي على الصحة الجسدية والنفسية، حيث يلاحظ أن الأشخاص الذين لديهم نظرة إيجابية للحياة يتعاملون بشكل أفضل مع التوتر ولديهم مناعة أفضل، ومن أبرز فوائد التفكير الإيجابي (تخفيف التوتر، المرونة في التعامل مع المشكلات، وتعزيز الصحة النفسية، وتحسين الأداء الوظيفي وتحسين الحياة الاجتماعية والشخصية، وتقوية مناعة الجسم لدى المرشدين التربويين) (Segerstrom, 2005, PP195-200)

ومما تقدم فإن مشكلة البحث الحالي تتلخص في السؤال التالي

هل يتمتع المرشدين التربويين مهارات التفكير الإيجابي ؟

وهل توجد فروق بين المرشدين والمرشدات في مهارات التفكير الإيجابي ؟

أهمية البحث:

يعتبر التفكير الإيجابي من المفاهيم المهمة والمعاصرة التي تتناول القوى الانسانية الفعالة والجوانب الوفاقية التي تسعى الى تحسين الصحة النفسية والجسمية للفرد حيث تركز البحوث التي تهتم بالتفكير الإيجابي على دراسة العوامل الوفاقية والعمليات الحيوية النفسية والاجتماعية التي تعمل على تطوير وتفعيل عمليات التكيف مع ظروف الحياة الصادمة ومن خلال ذلك تم وضع مجال بديل لمجالات اضطراب السلوك المرتبط بعلم النفس وذلك لان الاهتمام الزائد بتلك الاضطرابات اصبح مجالاً للنقد لانه اهتمام مبالغ فيه، لكن التفكير الإيجابي تجنبت ذلك الانتقاد من خلال الاهتمام بالجوانب التنامية في علم النفس (Haynesk, 2001: 5) ولأن التفكير الإيجابي تؤدي دور مهم في تحديد مدى قدرة الشخص على التوافق مع المواقف الضاغطة والصعوبات التي تواجهه في حياته فالفرد الصحيح نفسياً ويكون لديه اتزان انفعالي هو الذي يتمتع بالسيطرة على انفعالاته بمرونة عالية ويعبر عنها حسب طبيعة الموقف الذي يمر به مما يساعده على المواجهة الواعية للظروف والمواقف الحياتية وازماتاً فلا ينهار ولا يضطرب للصعوبات او الضغوط التي يمر بها (ريان، 2009: 35). ويمثل التفكير الإيجابي بحد ذاته توقع نجاح الفرد في القدرة على التعامل ومعالجة المشاكل من خلال فئات عقلية بناءة واستراتيجيات ذاتية لقيادة التفكير وتقوية ثقة الفرد في النجاح عن طريق الأنظمة المنطقية ذات الطبيعة المتفائلة وان التفكير الإيجابي قادر على تمهينة الإنسان بشكل صحيح لمواجهة مواقف الحياة وإتاحة الفرصة له لاكتساب المهارات التي من شأنها ان تساهم في النمو والتوسع والنجاح للفرد (Naseem&Khalid, 2010, p42). كذلك يساعد التفكير الإيجابي على خلق شخصية طبيعية ومتناغمة مع السلوكيات الإيجابية مثل الراحة النفسية، والطمأنينة، والاكتفاء الذاتي في العمل، والوعي الواقعي بالكفاءة، ومستوى الطموح، والثقة بالنفس،





والتفاؤل ، والعمل الجاد ، والاستقلالية ، والإيثار ، والوعي الاجتماعي ، والإجتهاد ، والتحمل ، والأمل ، والقدرة على الانضباط الذاتي ، والمسؤولية ، والاستقرار العاطفي ، والتوافق أو القدرة على تحمل خيبة الأمل والإحباط. (الأنصاري وكاظم ، ٢٠٠٨، ص ١١٢)

وان الهدف الذي يسعى اليه المرشد لتحقيق اهداف مهنة الارشاد هو تنمية ثقة المسترشد بنفسه والتخلص من المشاعر السلبية واذا كان هذا الهدف من الارشاد بصورة عامة هو مساعدة الفرد ليفهم نفسه وقدراته ميولة ورغباته في التوافق مع نفسه وان يفهم العالم المحيط به ليكون قادراً على التكيف المناسب، فان هذا الهدف ينطبق على المرشدين كونهم افراد لهم سمات شخصية مثلهم مثل غيرهم من الاشخاص الذين يواجهون صعوبات ومشكلات خاصة بهم فانه يمكن القول ان الارشاد النفسي يسعى الى تحقيق الاهداف المحددة التالية (حل المشكلات النفسية للفرد وتنمية ثقة الفرد بنفسه وتنمية معايير السلوك المقبول والالتزام بما وتنمية قدرة الفرد المعاق على التعبير العاطفي وتنمية قدرة المعاق على ضبط انفعالاته وعواطفه والتحكم بما وتنمية تطوير مهارات التفكير الايجابي نحو الحياة والعمل وتشجيع الفرد على مواجهة مشكلاته وإيجاد الحلول المناسبة لها وتطوير اتجاهات سليمة نحو الذات ونحو المجتمع المحيط به ومساعدة الفرد على تكوين علاقات طيبة مع المجتمع) (عربيات ، ٢٠١١ : ١٦)

ويشير ستابلين (Stubblebine, ١٩٩٨) إلى أنه على عكس التفكير السلبي ، الذي يعتبر مرادفاً للموقف السلبي ، فإن التفكير الإيجابي مرادف للموقف المتفائل في الحياة كما يعتقد أن الموقف المتفائل في الحياة يؤدي إلى النجاح ، بما في ذلك التوقعات الإيجابية للنجاح والسعادة، بينما يؤدي الموقف المتشائم السلبي إلى الفشل ، ويؤدي إلى فقدان الثقة في إمكانية مواجهة المواقف الطبيعية والصعبة والتغلب عليها (Stubblebine, ١٩٩٨, p٦٧٧٧).

يؤكد سيليجمان أن مهارات التفكير الإيجابي هي بداية طريق النجاح والشعور بالسعادة الحقيقية فعندما تفكر بشكل إيجابي فإننا نقوم ببرمجة العقل الباطن ليفكر بشكل إيجابي وهذا يؤدي إلى أفعال إيجابية في معظم شؤون حياتنا (Seligman, ٢٠٠٠, p٩).

ولخص وساكلوفسكي وإيفان (saklofske & Egan, ٢٠٠٥) أهمية التفكير الإيجابي حيث أنه اهم مصادر التفاؤل للفرد وهو مفيد في توقع نتائج إيجابية من الصعوبات والمشكلات ويزيد من حماسه لحل المشكلات ويمدحه المرونة والقدرة على تحدي الصعوبات (Saklofske & Egan, ٢٠٠٥, p٥٤٩). وقد بينت نتائج دراسة جوهارد (Coodhart, ١٩٨٥) إلى وجود ارتباط موجب بين الصحة النفسية وتقييم مشكلات الحياة عن طريق الأفكار الايجابية مثل الرضا والتفاؤل، كما أظهرت نتائجها بوجود ارتباط سالب بين تقييم الضغوط الحياتية والأفكار السلبية والإجتهاد النفسي (قاسم ، ٢٠٠٩، ص ٦٩٧). وأشار حسن في دراسته (٢٠٠٠) ان التفكير التشاؤمي المرافق للتوتر الناجم عن الضغوط ينسب في حصول إجهاد ذهني للفرد وصعوبة في التركيز واضطرابات في المزاج وخلل في النشاط الفسيولوجي (حسن، ٢٠٠٠، ص ٧٢)، وفي دراسة الرقيب للتفكير الإيجابي ومهاراته لدى عمداء الكليات وجد أنها تمكنهم من اختيار طريقة تفكيرهم، يختار الفرد التفكير بإيجابية حتى يتمكن من مواجهة الضغوط التي قد تعيق تحقيق الأفضل لنفسه ولعمله وتساهم في عملية صنع القرار. (الرقيب، ٢٠٠٦، ص ٧).

ويشير (عبد الستار: ٢٠١١) إلى أن التفكير الإيجابي يساهم في بناء المعتقدات والقناعات الراسخة التي تمكن الأفراد من التعامل مع المشكلات وحلها وكذلك الاهتمام بالنجاح بدلا من التركيز على جوانب القصور والفشل (عبد الستار، ٢٠١١، ص ١١).

ويرى وينك (Wenk: ٢٠٠٦) ان تعليم مهارات التفكير الإيجابي يحسن ويعزز من تقدم المجتمعات لذا

اصبح من الضروري ان يتم تعليم التفكير الإيجابي فهو هدفاً رئيسياً في تطوير المناهج التعليمية في العديد من دول العالم المتقدمة (Wenk, 2006, p64).

لذلك يرى الباحث ان مهارات التفكير الايجابي يؤدي دوراً مهماً وبعيد المدى في حياة المرشدين التربويين وسلوكياتهم وفي تجاه مسترشديهم وفيما يقومون به من خطط للاضطلاع بها في المستقبل القريب والبعيد (Peterson 1987; 26)

ومما تقدم تلخص اهمية البحث الحالي في فيما يلي:

تناول شريحة مهمة من المجتمع وهي المرشدين التربويين وما لهذه الشريحة من اهمية كبيرة في العملية التربوية والتعليمية والتوافقية التي تسهم في بناء المجتمع والنهوض بمستقبله.

اهمية تناول مفهوم مهارات التفكير الايجابي التي تعمل في الغالب على جعل المرشدين اكثر قدرة على تنظيم وتعظيم قدراتهم وكفائتهم تجاه المهنة التي يقومون بها.

اهداف البحث

التعرف على مهارات التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين.

التعرف على دلالة الفرق في المرونة الايجابية لدى المرشدين التربويين على وفق متغير الجنس.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين في المديرية العامة لتربية بغداد الكرخ الثانية ولكلا الجنسين للعام الدراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ .

تحديد المصطلحات

تحديد المصطلحات:

مهارات التفكير الإيجابي (Positive thinking skills):

- سليجمان (Seligman, 2003) : " استعمال الفرد النتائج الإيجابية لعملياته المعرفية من اجل التخلص من الأفكار السلبية وتحمل محلها الأفكار والمشاعر والتوقعات الإيجابية نحو الحياة " (Seligman & Pawelski, 2003, p160). وعرف المهارات كالآتي:

مهارة مفهوم الذات الإيجابي: "رؤية الفرد لما يمتلكه من افكار وقوى ومعتقدات ، ونظراته اتجاه نفسه وتقويمه لنوعية حياته التي يعيشها وفقاً لهذه الأفكار والمعتقدات والتي يقارن من خلالها ظروف حياته بالمستوى الاحسن الذي يعتقده".

مهارة التوقعات الإيجابية نحو الحياة: "التوقعات البناءة التي تُهدف الى تحقيق مكاسب إيجابية في جوانب حياة الفرد الاجتماعية والمهنية مستقبلاً".

مهارة المشاعر الإيجابية: "امتلاك الفرد انفعالات تتمركز حول التعاطف والطمأنينة في العلاقات الاجتماعية والشخصية مع الآخرين".

مهارة المرونة الإيجابية: قدرة الفرد الإيجابية على تغيير الأفكار والمعتقدات بما يناسب المواقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادراً على المواجهة" (Seligman & Pawelski, 2003, p162).

وقد تبني الباحث تعريف (سليجمان، ٢٠٠٣) باعتباره تعريف شامل ودقيقاً في مجال مهارات التفكير الإيجابي، ولكونه تم اعتماده في تبني المقياس وتفسير النتائج.

أما التعريف الإجرائي لمهارات التفكير الإيجابي فهو الدرجة الكلية التي يحصل المستجيب من خلال أجابته على مقياس مهارات التفكير الإيجابي الذي تم اعتماده في البحث الحالي.

عرفته وزارة التربية (١٩٨٦):





« هو أحد أعضاء الهيئة التدريسية المؤهل تأهيلا علمياً وتربوياً لدراسة المشكلات التي يعاني منها الطلبة سواء أكانت تلك المشكلات تربوية أم مشكلات صحية أم مشكلات اجتماعية أم سلوكية عن طريق جمع المعلومات التي يتم الحصول عليها من البيئة المدرسية المتصلة بهذه المشكلات وسواء أكانت هذه المعلومات تخص الطالب نفسه أم البيئة المحيطة به بُغية توعيته بمشكلاته والعمل على مساعدته في كيفية التفكير على إيجاد الحلول الملائمة لمشكلته التي يعاني منها واختيار البدائل المناسبة لها » (وزارة التربية، ١٩٨٦: ٣٨).

الفصل الثاني:

التفكير الإيجابي **Positive Thinking** : كان التفكير الإيجابي ولا يزال من المحددات المهمة والرئيسية التي تحدد اتجاه حياة الأفراد نحو السلبية أو الإيجابية ، ويتركز في أفكارنا في العقل الواعي ويندمج في التجربة (الخبرة). كلما كانت مواقفنا إيجابية تجاه شيء ما زادت المشاعر التي تؤثر على السلوك المتوقع الذاتي الإيجابي للأشياء. فالتفكير الإيجابي هو تركيز عقل الفرد بشكل إيجابي على ما هو بناء وجيد ، وبالتالي التخلص من الأفكار والمشاعر السلبية أو الهدامة. (Simpson & Weiner ١٩٨٩، ١٦٦-p-١٦٩). أما في العالم العربي فقد يرجع الفضل الى ادخال مفهوم المرونة الايجابية الى مخيمر في عام ١٩٨١ في كتابه(ايجابية التوافق) وتعد المرونة بنية ثنائية الأبعاد أي أنها تعني القدرة على مواجهة المحن من جانب والتكيف الايجابي معها والاستفادة من هذه المحنة من جانب آخر . ومن هنا يبرز مفهوم التفكير الايجابي ذلك المفهوم الثري والحووري ، لما ينطوي عليه من جوانب متعددة لها دور كبير في تحديد مدى قدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة ، ومواقف العمل المتنوعة ، فمن هنا يكتسب مفهوم المرونة الايجابية أهميته كونه عاملا مهماً يعمل على مساعدة الفرد لزيادة قدرته على التوافق النفسي والوصول الى قدر مناسب من الصحة النفسية . (أبو داير، ٢٠١٧: ١٣)

فوائد التفكير الايجابي :

- ١- النظرة الايجابية للحياة : كلما كان الفرد متحملاً بخصوصية المرونة كان أكثر إيجابياً للتعامل مع ما يحيط به. ومن خلال النظرة الإيجابية للحياة تستطيع أن تحدد مكانة الفرد و قيمته الاجتماعية في الحياة كونها تشجع على العمل والحركة فهي تعتبر بمثابة عامل يقوي عزيمة الفرد وفاعليته، فنظرة الفرد للأحداث والأشياء يجب أن تتسم بالاجابية لكي يتمكن من التعامل مع الواقع بثقة. لذا عليه بذل أقصى جهده في تقديم العمل الجيد ليحصل على نتائج مرضية . (الأحمدي، ٢٠٠٧: ٣٥)
- ٢- الاستمرارية في العطاء : ان الاستمرارية لا تعرف الانقطاع ، وان العمل المتقطع لا يرى ثماره فالفرد الذي يتواصل بعمله بحماس ورغبة واتقان يكون متصفاً بالمرونة في استخدامه للوسائل والامكانيات في عمله ، لذا فانه يحقق العطاء المقيد والمستمر ويكتسب الاستمرارية في عمله .
- ٣- الصحة النفسية: من أهم مظاهر المرونة الايجابية هو تحقيق الصحة النفسية الجيدة فترتبط سمة المرونة بالصحة النفسية ارتباطاً وثيقاً. حيث ان الصحة النفسية هي التنظيم الذي يوازن بين عوامل التكوين الانفعالي للفرد والتكوين العقلي ، ويساهم في تحديد استجابات الفرد التي تؤدي به الى اتزانه الانفعالي وتحقيق ذاته بحيث يتوافق شخصياً واجتماعياً .(الزهراني، ٢٠٠٠: ٣٣١)
- ٤- التواصل الفعال : ويعني به استخدام أفضل الطرق والوسائل لايصال المشاعر والأفكار وتفسير سلوك الآخرين . كما أنه يعني التأثير والفعال والايجابي بسلوكياتهم ومشاعرهم وأفكارهم ، ويكون بعيداً كل البعد عن المصلحة الشخصية . فالشخص المرن يمتلك خاصية الاتصال الفعال ، كونه يمتلك القدرة على تقبل الآخرين ، والتعامل معهم بايجابية ، بينما الشخص غير المرن فهو كثير التصادم مع أفكار الآخرين ولا يتعامل

معهم بوضوح وإيجابية. (الاحمدي، ٢٠٠٧: ٣٧)

(Premvzie & Furnham, ٢٠٠٥: ٢٣ نظرية سليجمان وآخرون ١٩٩٨)

يعود مفهوم التفكير الإيجابي للعالم سليجمان (Seligman) الذي ركز على تعديل الأفكار السلبية المغلوطة واستبدالها بأفكار إيجابية واقعية. يعتقد سليجمان أن هناك أسلوبين في التفكير، وهما الأسلوب الإيجابي (المتفائل) والأسلوب السلبي (المتشائم) الذي يستخدمه الفرد في تفسير الأحداث والوقائع، وأن هذه الطريقة التي يستخدمها الأفراد تعتمد على القيمة التي يعطيها الفرد لقدراته وفرصه في الحياة، ويمكننا أن نتعلم التفاؤل والتشاؤم من خلال البيئة الاجتماعية وما تحتويه من حب ورعاية وترقية وتشجيع أو توبيخ وإهمال، وأن هاتين الطريقتين في التفكير هما طريقتان متعلمتان يمكن تغييرهما واستبدالهما بطرق جديدة (Seligman, ٢٠٠٢, p٢٣٥).

يرى سليجمان أن التفاؤل هو بعداً أساسياً في الشخصية التي تفكر بإيجابية، حيث يكون مرتبطاً بالتوقعات الإيجابية تجاه الحياة، لذلك يرى من ضروري تنمية التفكير الإيجابي والسمات الإيجابية في الشخصية لأنها ضرورية للإنسان فهي تعمل كحصن وقائي ضد الضغوط السلبية ولها الدور الكبير في تحقيق الرضا والسعادة. (Seligman, ٢٠٠٢, p٨).

ويستند (Seligman, et al, ١٩٩٨) في نظريته هذه إلى الثلاثية الشهيرة التي يتناقض في مقدمتها، موقف كل من المتفائل والمتشائم، في تفسير الواقع وأسبابها

أولاً: الديمومة (permanence): هي ما يشككه الإنسان معرفياً عن الأشياء والأحداث والمواقف والحن، وعن نفسه في مواجهة أي عثرة أو محنة. يرى المتشائم أنها ستستمر ولا سبيل للخروج منها، وأنه هو قدر مفروض ولا مفر منه (لا فائدة متوقعة من الجهد ولن تكون هناك مخارج ممكنة)، أما المتفائل فهو يرى أن العثرة أو خيبة الأمل هي أمر عابر (أزمة وتمر)، رهن بظروف مؤقتة، وبالتالي الأمل متاح في العمل والخروج منه في المستقبل (Seligman, ١٩٩٨, p١٠٠-١١٥).

ثانياً: التعميم (generalization): حين يكون الأسلوب التفسيري متشابهاً يميل الفرد إلى تعميم الحنة من وضعها الأصلي إلى مختلف وضعيات الحياة ويصدر أحكاماً عامة وقطعية على ذاته والآخرين، ويستمر بجلد الذات إذ بعد ذاته أنه هو المسؤول، ولا يرى لنفسه خلاصاً منها (لا جدوى، سيرافقتي القشل أينما حللت)، وفي المقابل فإن أسلوب التفسير المتفائل يجعل الشخص يدرك الحسارة أو الشدة، على أنها محدودة ضمن حيز ما، وأن هناك مجالات أخرى لازالت متوفرة ويمكن أن تكون مجزية، وتشكل بدائل أو تعويضات معقولة أو حتى ملائمة (إذا فشلت محاولة في مجال، يمكن أن تنجح أخرى في مجال غيره)، كما يدرك الأسلوب التفسيري المتفائل الحنة أو الحسارة على أنها انعكاس مؤقتة، وبالتالي فإن إمكانيات متاحة من جديد.

ثالثاً: الموقع (position): المتشائم يلوم نفسه (هو الخاسر، المهمل، أو المخيب الأمل) باعتباره المتسبب بالأزمة. أما المتفائل فإنه على العكس من ذلك يحمي ذاته ويرى في العثرة نتيجة تدخل عوامل خارجية غير مؤاتية، لا تؤدي صورة الذات أو الحكم على قبيتها، ويختلف كلاهما على صعيد الموقع، في أن المتشائم يرد أسباب النجاح الذي يلقاه إلى عوامل خارجية (نجاح بالصدفة)، أما المتفائل فإنه يرد أسباب النجاح إلى قواه الذاتية (هو صانع حاجته) (Seligman, ١٩٩٨, p١٠٠-١١٥).

كذلك في التدريب على التفاؤل من المهم استعادة السيطرة على الأمور، أو على الأقل امتلاك مهارة التعامل الفعال معها، لضمان استمرار التقدم والتقدم نحو تحقيق الأهداف من جهة، وتوفير حالة الراحة النفسية اللازمة لذلك أطلق العنان للدوافع الذاتية من ناحية أخرى وبهذا المعنى فإن التفاؤل المكتسب





الذي يحل محل العجز المكتسب هو في صميم التعزيز وممارسة التفكير الإيجابي مما يضمن أننا على طريق بناء الاقتدار و الكفاءة (Seligman et al , ٢٠٠٩ : ٦١٢ p).

وأكد سيليجمان (Seligman) أن التفكير الإيجابي ما هو الا بداية طريق النجاح والشعور بالسعادة، عندما تفكر بشكل إيجابي فإننا في الواقع نبرمج العقل الباطن ليفكر بشكل إيجابي وهذا التفكير يؤدي إلى أفعال إيجابية في حياتنا ، ويمكن للفرد أن يولد داخل نفسه نظرة إيجابية عن نفسه إذا كان يرغب في السعادة وضع استراتيجيات للشخصية التي تفكر بإيجابية والتي تتكون من (٢٤) عنصرًا موزعة على ست فضائل، وينصح الفرد بتبنيها لأنها تساعد في تحمل التحديات والتغلب على الفشل، وهذه الفضائل هي: ١. الحكمة والمعرفة (Wisdom and knowledge): وهي استراتيجيات وملكات ذهنية معرفية تساعد الأفراد في اكتساب المعرفة وهذه هي المجموعة الأولى من الفضائل لإظهار الحكمة والمعرفة، وتتضمن عدة عناصر منها (حب التعلم، حب الاستطلاع، الانفتاح ، الإبداع ، والبصيرة الصحيحة للأشياء).

٢. الشجاعة (courage): إنها فضيلة ذات القيمة العالية ، وفي كل ثقافة هنالك أبطال يجسدون هذه الفضيلة التي من شأنها ان تقوم بمساعدة الافراد على تحقيق أهدافهم من خلال المهارات الإيجابية التي تتضمن (الحماس، الثقة، المثابرة).

٣. النزعة الإنسانية (Humanism): تظهر هذه فضائل في تفاعلات الفرد الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين والتي تتضمن القدرة على (الحب، اللطف، التعاطف، والذكاء الاجتماعي).

٤. الاعتدال المزاجي (Temperamental moderation): تعتبر من الفضائل الأساسية لأنها تدل على الاعتدال في رغبة الفرد بحيث ينتظر الفرد الفرصة المناسبة له وتجنب التطرف في السلوك وتتضمن (العفو، التسامح ، التواضع ، واحترام الذات).

٥. العدالة (justice): تظهر من خلال تعاملات الفرد مع مجموعات كبيرة مثل الأسرة والمجتمع والدولة والعالم ، بحيث تتجاوز علاقاتك الفردية.

٦. السمو والتسامي (Highness&sublimation): ان السمو (التسامي) على أنه المجموعة الأخيرة في الفضائل لأنه بالسمو يقصد القوى العاطفية التي تتجاوز حدودك وتصل إلى حد أكبر، على سبيل المثال: افتراكك بأفراد آخرين وتطوير الكون والذات الإلهية (سليجمان، ٢٠٠٥، ص ١٤٠-١٥٤) عند اختيار إحدى الفضائل يجب مراعاة المبادئ والمعايير وهي:

أ- أن تكون مركز اهتمام جميع الثقافات.

ب- أن تكون قابلة لكل من التدريب و التعليم.

ت- ان تكون غاية في حد ذاتها وليس لغاية أخرى (Seligman et al , ٢٠٠٩ , ٦٠٨ p-٦٠٤) وقد أشار سيليجمان وباوليسكي (Seligman&Pawelski, ٢٠٠٣) إلى ان أبعاد التفكير الإيجابي هي:

١. التوقعات الإيجابية نحو المستقبل (Expectations Positive Toward life): توقعات بناءة تهدف إلى تحقيق مكاسب في مختلف جوانب الحياة الاجتماعية والمهنية للفرد في المستقبل.

٢. المشاعر الإيجابية (Positive Emotion): يتمتع الفرد بانفعالات تتمحور حول التعاطف والسعادة والهدوء (الطمأنينة) في علاقاته الشخصية والاجتماعية مع الآخرين، استعمل سيليجمان المشاعر الإيجابية (مثل النشوة والراحة) والأنشطة الإيجابية في التعبير عن الحياة السعيدة والحياة الجيدة والفرية بالمشاعر الإيجابية والأنشطة أي بمعنى إن المشاعر الإيجابية هي مستوى الفرد العالي في الشعور

بالارتياح والسرور والدفء والنشوة والبهجة والحب وما شابه ذلك من مشاعر وأنشطة إيجابية للتعبير عن الحياة المبهجة (Seligman, 2011, p16).

٣. مفهوم الذات الإيجابي (Positive self concept): نظرة الفرد الإيجابية تجاه ما يحوزته من الأفكار والقوى والمعتقدات والقدرات المتنوعة.

٤. المرونة الإيجابية (Positive flexibility): القدرة الذهنية الإيجابية على تغيير الأفكار والمعتقدات الخاصة بالفرد بما يتناسب مع الموقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادر على مواجهته (Seligman & Pawelski, 2003, p182).

كما ذكر سيلجمان و باولسكي (Seligman & Pawelski, 2003) في دراسته ان الانفعالات الإيجابية تشتت الانفعالات السلبية سريعاً، وان القوى والفضائل الإنسانية تعمل في اتجاه مضاد للشعور بالأسى والاضطرابات النفسية، وقد تكون هي المفتاح لبناء القدرة على استعداد القوة بعد الضعف. (Se ligman & Pawelski, 2003, p420-421)

ويرى سيلجمان وباولسكي (Seligman & Pawelski, 2003) أن التفكير ينساق داخليا من خلال الشخص، فالتفكير الإيجابي يعتمد على الثقة بأن كل شيء يحدث في الحياة يرجع إلى أفكارنا ومعتقداتنا العقلية، ان التفكير الإيجابي يعتمد على علاقة الفرد بإيمانه الديني وعلاقته بنفسه وباللهم والعالم. (Seligman & Pawelski, 2003, p161)

كما يؤكد سيلجمان وآخرون (Seligman, et al, 2009) من خلال نتائج الأبحاث والتجارب ان هناك فئة معينة من الافراد لديها الاستعداد الداخلي للعجز وهم فئة المتشائمين أما الجانب الآخر فوجد ان الافراد تقاوم تعلم العجز، ولا يستسلمون للصعوبات ولا يكتسبون استجابة عدم المحاولة عندما يواجهون الضغوط أو ضوضاء لا يمكن الهروب منها وهم المتفائلون (Seligman et al, 2009, p295). وأشار سيلجمان (Seligman, 1998) ان للفرد القدرة والحرية في تحديد طريقة تفكيره ، لان هذا يؤدي إلى المعرفة في جوانب القوة التي يمتلكها، وان استخدام الأساليب الموجهة تجعله أكثر تحملاً وسيطرة على طريقة تفكيره (Seligman, 1998, p120).

وأشارت دراسة باترسون وسيلجمان (Peterson & Seligman, 1987) التي أجريت على عينة مكونة (2439) فرداً وعينة أخرى مكونة (445) من المراهقين الى وجود علاقة ارتباطية بين استراتيجيات التفكير الإيجابي كالحب والأمل وحب الاستطلاع وكلاً من السعادة والرضا عن الحياة وتشابهت أفراد العينتين في التفاؤل والتقبل الإيجابي للآخرين والبحث عن معنى الحياة كجوانب التفكير الإيجابي (Peterson & Seligman, 1987, p145).

وفي دراسة أخرى لولسن وبربر (Wilson & Prepper, 2004) توصلت نتائج الدراسة الى ان (92٪) من عينة البحث ان استعدادهم للأفكار الإيجابية كالرضا والتفاؤل يؤدي الى الاستجابات الانفعالية الجيدة والمریجة. (Wilson, & perper, 2004, p190).

أتمودج ويكس Wicks, 2005 بينت ويكس أن التفكير الإيجابي هي تركيب معقد يمكن أن نعهده استراتيجية تحتوي على متغيرات ظاهرة ومستترة تشتمل على وحدات تحليلية توصف سعي الناس لتحقيق الأهداف المهمة في الحياة، حيث تتضمن هذه الاستراتيجية بعدين رئيسيين هما (الرؤية الشخصية، وتوقع المشكلات ومحاولة حلها) وهي كالاتي: ٩ أولاً- الرؤية الشخصية: يعبر هذا البعد عن الطريقة التي يستطيع الفرد أن يدرك بها العالم ومكانته في هذا الكون. ويمكن أن نفهم الرؤية الشخصية على أنها نموذج شخصي أي ادراكات الفرد أو فرضياته





أو أطاره المرجعي . حيث تشمل الرؤية الشخصية العناصر الآتية :

أ- المعنى : أي أن الأفراد المرئيين لا يملكون التفاضل فحسب ، وإنما يعتقدون أنهم مسؤولون عن تحقيق المعنى المقصود من حياتهم .

ب- القيم والمبادئ : تعتقد ويكس أن الأفراد يتسمون بالمرونة الايجابية عندما تكون لديهم اتجاهات قوومة ، يكونونغا بأنفسهم معتمدين على مبادئ شديدة القدم .

والمبادئ هي عبارة قوانين واقعية وعامة وواضحة للفرد ، ومن أمثلة المبادئ التي تعد أساسا للمرونة هي (الكمال ، التواضع ، الوفاء ، الاعتدال ، الشجاعة ، العدل ، الادارة ، الصبر ، المثابرة ، البساطة وخدمة الآخرين) (Lovin, ٢٠٠٠ : ٣٦) ، ويرى ماير Mayer ، أن القيم التي تصنف يكونغا مبادئ دائمة ومستمرة تؤدي الى التفكير الايجابي ، فهي تساعد الأفراد على تجاوز الأزمات والصعاب ، وتمكنهم من الانحاء بدون كسر والنهوض لتحدي المصائب . (Wicks, ٢٠٠٥ : ١٧)

ج- الأهداف : تتضمن التفكير الايجابي الى جانب اتخاذ وجهة نظر ايجابية عن العالم ، وتكون مدعمة بالهدف والمبادئ والقيم المرتبة ، والقدرة على عمل خطط واقعية واتخاذ خطوات جادة لتنفيذها ، بمعنى التحرك تجاه أهداف واضحة ، وتبني الفرد أهدافه في الحياة من خلال ترتيب أولوياته للسعي الى تحقيق تلك الأهداف واتخاذ خطوات عملية يمكن من خلالها تنفيذ هذه الأهداف بأحسن صورة ممكنة في إطار المراحل التي يمكن أن تستغرقها تلك الأهداف لكي تتحقق. (Tromsodorf, ٢٥٠ : ١٩٨٠)

ثانيا -توقع المشكلات ومحاولة حلها : يمكن أن يعرف التوقع بأنه القدرة على تجاوز القلق والتخطيط الواقعي يتضمن التوقع أن الفرد لا يقلل من تقدير الخطأ ولا يبالغ فيه ، وإنما يستطيع أن يحدد الخطر المحتمل والاستعداد مقدما للتعامل مع التهديد المدرك نحو الذات ونحو الآخرين . وكذلك فالتوقع أكثر من مجرد الانشغال بتخطيط معرفي ، واعداد قوائم فهو يتضمن التفكير والشعور ويظهر التوقع بشكل واضح وصريح في العمليات الآتية :

أ-الاستجابة السريعة للخطر: أي أن الفرد الذي يتمتع باستجابة سريعة للخطر أنه يتمتع بمرونة ايجابية ، إذ أنها تتضمن تفادي الأذى كما أنها تمثل نوعا من البقاء والنجاة من المواقف المهدة أو الصعبة .

ب-البحث عن المعلومات : ان التفكير الايجابي تظهر من خلال الرغبة والقدرة على التعلم بشكل مستمر أي البحث بنشاط ، واستيعاب المعلومات من خلال المعرفة والملاحظة الحدسية . وكذلك يتضمن البحث عن المعلومات الإستماع للآخر مع الفهم له ، فالأفراد ذوي التفكير الايجابي لا يقومون بمجرد تسجيل محتوى الكلمات المنطوقة ولكنهم يستمعون الى المعاني والمشاعر ، فالقدرة على الاستماع بشكل صحيح يؤدي الى جمع بيانات أكثر دقة ، وتكون نظاما من المعلومات يمكن استخدامه في اللحظات الحاسمة أو المصيرية .

ج-القيام بمخاطرة حاسمة : الأفراد ذوي التفكير الايجابي لديهم الرغبة في القيام بمخاطرات موجهة بعمليات اتخاذ قرارات فعالة وحاسمة ويعتقدون بأنهم يحددون تأثيرا في الآخرين . وتمثل المخاطرة كذلك في الشجاعة التي يمتلكها الفرد لمواجهة المواقف المختلفة التي يمر بها ، وابداء روح التحدي أزاء ما يكتنف تلك المواقف من ضغوطات مع تقدير النتائج ، واتخاذ أنسب السبل لضمانات أكبر للنجاح واحراز الأهداف المستقبلية .

الفصل الثالث

اولا : مجتمع البحث

تألف مجتمع البحث الحالي من المرشدين التربويين ولكلا الجنسين (ذكور-إناث) من العاملين في

المديريات الست محافظة بغداد (الرصافة الاولى ، الثانية ، الثالثة ، الكرخ الاولى ، الثانية ، الثالثة) وللعام الدراسي (٢٠٢٥ - ٢٠٢٦) حيث بلغ العدد الكلي للمجتمع (١٩٦٤) مرشد ومرشدة .
ثانياً: عينة البحث الأساسية
تتكون عينة البحث الأساسية من (٢٠٠) مرشدة ومرشد تربوي ، اختيروا بالطريقة العشوائية، موزعين بأعداد مختلفة بحسب المديريات والجنس، والجدول رقم (١) يوضح حجم عينة البحث الأساسية.
جدول (١)

حجم عينة البحث الأساسية تم توزيعهم معلى وفق المديرية والجنس

المجموع	الجنس		المديرية العامة
	إناث	ذكور	
35	17	18	رصافة أولى
31	18	13	رصافة ثانية
22	9	13	رصافة ثالثة
34	19	17	كرخ أولى
42	24	18	كرخ ثانية
36	22	14	كرخ ثالثة
200	110	90	المجموع

اداة البحث

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بمفهوم (مهارات التفكير الابداعي) فقد قام الباحث بتبني المقياس المعد من قبل (حسين، ٢٠٢٤) . إذ تألف المقياس من (٣٨) فقرة بصيغته النهائية ، ويقابلها خمس بدائل هي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وكانت درجات البدائل (١،٢،٣،٤،٥) هذا بالنسبة لل فقرات الايجابية، اما الفقرات السلبية فكانت درجات البدائل (١،٢،٣،٤،٥).

صلاحية الفقرات :

لغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات فقد تم عرض مقياس التفكير الابداعي على مجموعة من المختصين في مجال التربية وعلم النفس والارشاد النفسي والتوجيه التربوي، لتحديد مدى صلاحية الفقرات، وفي ضوء اراء المختصين تم الإبقاء على الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق ٨٠٪ فأكثر وبناء على ذلك تم الإبقاء على جميع الفقرات في المقياس مع بعض التعديلات .
التحليل الإحصائي للفقرات :

لقد طبق مقياس مهارات التفكير الابداعي (٢٠٠) مرشد ومرشدة تربوية واعتمدت هذه العينة لإغراض تحليل الفقرات وكذلك اعتمدت للتطبيق الأساسي لعينة البحث، وان الهدف من هذا الاجراء هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس وقد تم استعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين بوصفه اجراء لتحليل الفقرات وكما يأتي :

المجموعتين المتطرفتين: لغرض اجراء التحليل بهذا الاسلوب تم اتباع الخطوات الاتية :

- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

- ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى اقل درجة.

- تعيين ٢٧٪ من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و ٢٧٪ من الاستمارات الحاصلة على





الدرجات الدنيا، ثقلان مجموعتين بأكبر حجم واقصى تمايز ممكن، وكان عدد الاستمارات في كل مجموعة (٧٦) استمارة لكل مقياس. بتطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين؛ وذلك لأن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة بين المجموعتين، (مايرز، ١٩٧٠، ص٣٥).

وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة عن طريق مقياسها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، ودرجة حرية (٢١٤). (علام، ٢٠١٠، ص٦١٤). في ضوء هذا الإجراء كانت جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (٠,٠٥). والجدول (٢) يوضح ذلك.

الجدول (٢)

القوة التمييزية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي باستعمال العينتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدلالة
1	عليا	4.36	0.73	6.66	دالة
	دنيا	3.35	1.4		
2	عليا	4.55	0.63	8.01	دالة
	دنيا	3.47	1.24		
3	عليا	4.37	0.74	10.18	دالة
	دنيا	2.94	1.25		
4	عليا	4.37	0.84	9.06	دالة
	دنيا	3.06	1.24		
5	عليا	4.7	0.55	12.77	دالة
	دنيا	3.28	1.02		
6	عليا	4.74	0.44	10.39	دالة
	دنيا	3.75	0.89		
7	عليا	4.44	0.7	6.57	دالة
	دنيا	3.64	1.06		
8	عليا	4.74	0.48	8.53	دالة
	دنيا	3.78	1.07		
9	عليا	4.15	0.81	9.31	دالة
	دنيا	2.95	1.06		
10	عليا	4.17	0.8	10.08	دالة
	دنيا	2.89	1.04		
11	عليا	4.31	0.71	8.77	دالة
	دنيا	3.05	1.33		
12	عليا	4.6	0.64	6.10	دالة
	دنيا	3.9	1.01		

دالة	7.72	1.02	4.44	عليا	13
		1.21	3.27	دنيا	
دالة	7.90	0.74	4.4	عليا	14
		1.21	3.32	دنيا	
دالة	8.55	0.75	4.25	عليا	15
		1.15	3.12	دنيا	
دالة	7.42	0.62	4.69	عليا	16
		1.24	3.69	دنيا	
دالة	7.02	1.02	4.04	عليا	17
		1.29	2.93	دنيا	
دالة	7.59	1.09	4.07	عليا	18
		1.18	2.9	دنيا	
دالة	9.07	0.47	4.82	عليا	19
		0.99	3.87	دنيا	
دالة	10.32	0.41	4.82	عليا	20
		1.2	3.56	دنيا	
دالة	9.86	0.53	4.66	عليا	21
		1.29	3.33	دنيا	
دالة	8.36	0.41	4.85	عليا	22
		1.3	3.76	دنيا	
دالة	10.05	0.41	4.81	عليا	23
		1.22	3.56	دنيا	
دالة	12.41	0.61	4.61	عليا	24
		1.32	2.88	دنيا	
دالة	14.35	0.53	4.66	عليا	25
		1.03	3.06	دنيا	
دالة	11.61	0.53	4.67	عليا	26
		1	3.4	دنيا	
دالة	7.11	0.77	4.35	عليا	27
		1.18	3.39	دنيا	
دالة	8.02	0.78	4.22	عليا	28
		1.25	3.08	دنيا	
دالة	8.58	0.59	4.52	عليا	29
		0.97	3.58	دنيا	





دالة	9.15	0.55	4.69	عليا	30
		0.96	3.72	دنيا	
دالة	10.12	0.44	4.74	عليا	31
		0.98	3.69	دنيا	
دالة	10.90	0.44	4.78	عليا	32
		1.02	3.61	دنيا	
دالة	13.55	0.53	4.68	عليا	33
		1.02	3.19	دنيا	
دالة	13.11	0.56	4.67	عليا	34
		1.1	3.11	دنيا	
دالة	8.66	0.86	4.39	عليا	35
		1.21	3.15	دنيا	
دالة	11.52	0.59	4.69	عليا	36
		1.03	3.37	دنيا	
دالة	11.02	0.57	4.57	عليا	37
		1.19	3.18	دنيا	
دالة	8.47	0.57	4.52	عليا	38
		0.96	3.61	دنيا	

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٠٦) تساوي (١,٩٦) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية (الاتساق الداخلي):

استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل من فقرات المقياس والدرجة الكلية، وقد كانت معاملات الارتباط دالة دلالة معنوية لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٠,١٣٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) في مقياس المرونة الايجابية، والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣) معاملات ارتباط فقرات مقياس التفكير الايجابي بالدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	0,213	10	0,300	19	0,307
2	0,245	11	0,183	20	0,276
3	0,338	12	0,287	21	0,280
4	0,231	13	0,180	22	0,294
5	0,173	14	0,297	23	0,232
6	0,264	15	0,295	24	0,248
7	0,288	16	0,278	25	0,247
8	0,272	17	0,304	26	0,542
9	0,392	18	0,733	27	0,606

الخصائص السيكومترية لمقياس التفكير الإيجابي

الصدق Validity

ويعد الصدق من الخصائص السايكومترية الأكثر أهمية مقارنة مع الخصائص الأخرى، مثل الثبات وذلك بسبب ارتباط الصدق بالهدف أو الاهداف المتوقع من أداة القياس تحقيقها ومدى اتصاله بنوع أهمية القرار الذي سوف يتم اتخاذه (الأسدي وفارس، ٢٠١٥: ص٨٣)، ان الصدق من الخصائص الهامة التي ينبغي مراعاتها في بناء المقاييس النفسية لكي يكون قادراً على قياس ما وضع من أجله لتحقيق هدف البحث (Price, et al, ٢٠١٥, P٦).

وليكون المقياس صادقاً يجب ان يكون قادراً على قياس ما وضع من افله، وان يكون محدداً لقياس المتغير الذي وضع لقياسه ويعد الصدق خاصية مهمة يجب مراعاتها عند القيام ببناء المقاييس النفسية (عبد الرحمن، ٢٠٠٨، ص١٩٨)، وسيتم التحقق من مؤشرات صدق مقياس مهارات التفكير الإيجابي على النحو الآتي:

الصدق الظاهري **Face Validity**: يعد الصدق الظاهري الاشارة الى ما يبدو ان المقياس يقيس ما وضع من اجله اي مدى ما يتضمن فقرات يبدو انها على صلة بالمتغير الذي يقاس وان مضمون المقياس متفق مع الغرض منه، وهو المظهر العام للمقياس من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها (الامام ، ١٩٩٠ ، ص ١٣٠)

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في هذه المقياس الحالي عندما عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء والمختصين للحكم على صلاحيته في قياس الخاصية المراد قياسها.

الثبات Reliability :

يقصد بمفهوم الثبات (Reliability) مدى الاتساق (Consistency)، والتكرارية (Rapeatability) في الظاهرة ذاتها أي ثبات درجات المقياس ومدى خلوها من الأخطاء غير المنتظمة التي تشوب المقياس فدرجات المقياس تكون ثابتة إذا كان المقياس يقيس سمة معينة قياساً متسقاً في الظروف المتباينة التي تؤدي الى أخطاء المقياس، فالثبات يعني الاتساق أو الدقة في المقياس (العزاوي، ٢٠٠٧، ص١٢٩) تم حساب الثبات لمقياس البحث الحالي بطريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alfa ، اذ تعد هذه الطريقة مفضلة لقياس الثبات فهي تقيس الاتساق الداخلي والتجانس بين فقرات المقياس (Anstasi, ١٩٩٧, p. ٩٥) أي أن الفقرات جميعها تقيس فعلاً الخاصية نفسها وهذا يتحقق عندما تكون الفقرات مترابطة مع بعضها البعض داخل الاختبار كذلك ارتباط كل فقرة مع الاختبار كله، وتم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على درجات (٢٠٠) مرشد ومرشدة ، وبلغ معامل ثبات ألفا (٠,٨٤) وهو معامل ثبات جيد جداً.

الوسائل الإحصائية:

استعمل الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية لتحقيق اهداف البحث بالاستعانة ببرنامح الحقيبة الاحصائية SPSS:

الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين.

معامل ارتباط بيرسون .

معادلة ألفا كرونباخ .

الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة .

معادلة النسبة المئوية.



الفصل الرابع:

عرض النتائج وتفسيرها:

المهدف الأول: التعرف على التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين :

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي إن متوسط درجات العينة على مقياس المرونة الايجابية بلغ (١٥٥,١٨) وبانحراف معياري مقداره (٦,٤٢) , بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس (٨١) , وباستعمال الاختبار الثاني (t-test) لعينة واحدة, ظهر أن القيمة الثانية المحسوبة كانت (٧,٦٢) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) تبين أنها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩) , مما يعني أن المرشدين التربويين يمتلكون مرونة إيجابية, كما في الجدول (٤).

الجدول (٤)

نتيجة الاختبار الثاني للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في المرونة الايجابية

العينة الاحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
200	155.18	6.42	81	7.62	1,96	دالة

المهدف الثاني: التعرف على دلالة الفرق في التفكير الايجابي على وفق متغير الجنس (ذكور- اناث) لدى المرشدين التربويين :

ولتحقيق هذا المهدف تم حساب متوسط درجات الذكور والاناث كلاً بمعزل عن الآخر في مقياس التفكير الايجابي إذ بلغ متوسط درجات الذكور (١٥٩,٩) وبانحراف معياري مقداره (٧,١٢), بينما كان متوسط درجات الاناث (١٥٩,٢٠) وبانحراف معياري مقداره (٦,٧٩), وباستعمال الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين, ظهر أن القيمة الثانية المحسوبة (٠,٤٤) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) تبين أنها غير دالة احصائياً, عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) , وكما موضح في الجدول (٥)

الجدول (٥) نتائج الاختبار الثاني وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- اناث) في التفكير الايجابي

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	90	159.9	7.12	0.44	1,96	غير دالة
اناث	110	159.20	6.79			

التوصيات:

ضرورة عقد ندوات ودورات للمرشدين التربويين لزيادة الوعي بمفهوم التفكير الايجابي لديهم .
مخاطبة وزارة التربية للعمل على تنمية التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين من خلال عمل نشاطات تنمي المفهوم لديهم والعمل على تحقيق الصحة النفسية لديهم.

المقترحات:

اجراء دراسة تجريبية لتنمية التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين.
اجراء دراسة مماثلة على عينات مختلفة مثل الباحثين في وزارة العمل وطلبة الجامعة.
عمل دراسة ارتباطية بين مفهوم التفكير الايجابي ومتغيرات الاخرى .

المصادر:

- أبو داير ، علاء مصباح محمد ، ٢٠١٧ ، المرونة الايجابية وعلاقتها بالأمل وقلق المستقبل لدى مبتوري الاطراف نتيجة العدوان على محافظات غزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الأقصى غزة ، كلية التربية .
- الاحمدي ، أنس سليم ، ٢٠٠٧ ، حدود المرونة بين التوابت والمتغيرات ، الرياض ، مؤسسة الأمة للنشر والتوزيع .
- إبراهيم ، عبد الستار (٢٠١١): العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث (اساليبه ومبادئ تطبيقه) ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة
- حسن ، محمود الشمال (٢٠٠٠) : ضغوط الحياة ومقتضيات العصرية . مجلة دراسات اجتماعية ع ٦ ، السنة الثانية، بيت الحكمة، بغداد.
- الرقيب ، توفيق زايد (٢٠٠٦): درجة فهم عمداء كليات الجامعات الاردنية الرسمية، مفهوم التفكير الاجبائي و اثر ذلك على عملية صنع القرار ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة الاردنية ، عمان.
- قاسم ، عبد المرید (٢٠٠٩) : أبعاد التفكير الإيجابي في مصر : دراسة عملية ، مجلة دراسات نفسية ، ص١٩٩، ع(٤) ، القاهرة .
- الغزاوي ، رحيم يونس كرو، (٢٠٠٧) مقدمة في مناهج البحث العلمي، الطبعة الاولى، دار دجلة، عمان، الأردن
- الإمام، عباس ناجي، (٢٠١٠) ، علاقة سمة التفاؤل والتشاؤم بقلق المستقبل للشباب الجالية العربية في الدنمارك، كلية الاداب والتربية، قسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، الاكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك ، رسالة ماجستير منشورة.
- الدهاري، الحسن أحمد، (٢٠٠٥)، علم النفس الارشادي نظرياته واساليبه الحديثة، الاردن ، دار وائل للنشر والتوزيع.
- مايرز، آن (١٩٩٠): علم النفس التجريبي، (ترجمة، خليل إبراهيم البياتي). جامعة بغداد: مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر.
- الدسوقي ، كمال ، (١٩٨٨) ، دينامية الجماعة في الاجتماع وعلم النفس الاجتماعي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية.
- الزهراني ، مسفر ، ٢٠٠٠ ، التوجيه النفسي في القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة ، الرياض ، مكتبة مكة المكرمة .
- القلي، ابراهيم (٢٠٠٧): المفاتيح العشرة للنجاح ، ط ٢، مؤسسة الخطوة الذكية، جدة.
- Austin, E. J., Saksdofske, D. H., & Egan, V. (2005).» Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence». Personality and Individual Differences, 38, 547-558. doi:10.1016/j.paid.2004.05.009
- Anastasi, A. (1997): «Psychological Testing», fourth Ed, Macmillan Publishing Co, Inc., New York.
- Haynes , Adele Beardsley , 2001 , childhood Resilience :adevelopmental Model to promote positive outcomes despite adversity .ph. D. Thesis faculty of the California School of professional psychology . alameda .
- Naseem, Z., & Khalid, R. (2010):"Positive thinking in coping with stress and health outcomes": Literature review. Journal of Research and Reflections in Education,4(1), 42-61.
- Peterson, C. & Seligman, M. E. P. (1987). "Explanatory Style and Illness". Journal of Personality. Vol. 55, Iss. 2.
- Seligman, Martin & Ernst, Randal & Gillham, Jane & Reivich, Karen





& Linkins, Mark. (2009). 'Positive Education': Positive Psychology and Classroom Interventions. Oxford Review of Education - OXFORD REV EDUC. 35. 293-311. 10.1080/03054980902934563.

Seligman, M.E.P. (2011). 'Flourish': A visionary new understanding of happiness and wellbeing. New York: Free Press.

Seligman (2005): 'positive psychology', positive prevention and positive therapy. In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.) . The Handbook of positive psychology. New York : Oxford University press.

Peterson, C. & Seligman, M. E. P. (1987). "Explanatory Style and Illness". Journal of Personality. Vol. 55, Iss. 2.

StubbleBine, Patrick C. (1998): "Effect of Threatening Feedback On Expected Grade, Self -Efficacy & Motivation", Perceptual & Motor Skills, Feb, Vol. (86) (1): 6777.

. Seligman & Csikszent Miholy (2000): 'Positive psychology an introduction'. American psychologist. 55 (5-14).

Goodhart, D (1986): "The effects of positive and negative thinking on performance in an achievement situation", journal of personality and social psychology. 5/(1).

Seligman & Pawelski, J. O . (2003); 'Positive Psychology': FAQs. Psychological Inquiry. 14, 159-163.

Simpson, J. A., & Weiner, E. S. C. (1989). "Oxford English Dictionary". Second Edition. Clarendon Press: Oxford.

Lovin , Robin, W . 2000, Christian ethics :An Essential Guide ,Nashville : Abington press .

Wicks , C . 2005 , positive Resilience : An integrative framework for Measurement , ph.D. Thesis, Graduate School, Loma Linda University. Trommsdroff, G. and Lamm , H. 1980, future orientation of Institutionalized and non delinquents . European Journal of social psychology , 10,247-27.

Price, C. P, Jhangiani, R. S & Chiang, A. C. (2015): "Reliability and validity of psychological measurement", pp.1-6.

Wilson ,V , and perper ,E. (2004)"the effects of upiht and sloumped postures on the racall of positive and negative thoughts " . Appli psychophophysiology Biofeedack ,(2) 195.

فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية

العدد (١٨) السنة الخامسة رمضان ١٤٤٧ هـ آذار ٢٠٢٦ م

الذَّكْوَانُ البَيْضُ

Al-Thakawat Al-Biedh Magazine

Website address

White Males Magazine

Republic of Iraq

Baghdad / Bab Al-Muadham

Opposite the Ministry of Health

Department of Research and Studies

Communications

managing editor

07739183761

P.O. Box: 33001

International standard number

ISSN 2786-1763

Deposit number

In the House of Books and Documents

(1125)

For the year 2021

e-mail

Email

off reserch@sed.gov.iq

hus65in@gmail.com



فصلية مُحَكِّمة تُعنى بالبحوث والدراسات العلمية والإنسانية والفكرية



٢٩٢

general supervisor

Ammar Musa Taher Al Musawi

Director General of Research and Studies Department

editor

Mr. Dr. fayiz hatu alsharae

managing editor

Hussein Ali Mohammed Al-Hasani

Editorial staff

Mr. Dr. Abd al-Ridha Bahiya Dawood

Mr. Dr. Hassan Mandil Al-Aqili

Prof. Dr. Nidal Hanash Al-Saedy

a.m.d. Aqil Abbas Al-Rikan

a.m.d. Ahmed Hussain Hai

a.m.d. Safaa Abdullah Burhan

Mother. Dr.. Hamid Jassim Aboud Al-Gharabi

Dr. Muwaffaq Sabry Al-Saedy

M.D. Fadel Mohammed Reda Al-Shara

Dr. Tarek Odeh Mary

M.D. Nawzad Safarbakhsh

Prof. Nouredine Abu Leahya / Algeria

Mr. Dr. Jamal Shalaby/ Jordan

Mr. Dr. Mohammad Khaqani / Iran

Mr. Dr. Maha Khair Bey Nasser / Lebanon