

مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة كلية التربية الاساسية في جامعة ميسان

م.م. ملتقى ناصر جبار

م.م. غفران خزل دجيلسر

كلية التربية الاساسية \ جامعة ميسان

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي الى :

معرفة مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة كلية التربية الاساسية في جامعة ميسان ، و التعرف على مستوى التفكير الايجابي لديهم تبعا لمتغير الجنس (ذكور _ اناث) . و لتحقيق اهداف البحث اعتمدت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي ، اذ تكون مجتمع البحث من جميع طلبة كلية التربية الاساسية للدراستين (الصباحي - المسائي) في جامعة ميسان بينما شملت عينة البحث الحالية على (٢٥٠) طالب وطالبة من كلية التربية الاساسية تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، واستخدمت الباحثتان مقياس مستوى التفكير الايجابي لدى عينة البحث (من اعداد الباحثين) ، و البالغ عدد فقراته (٢١) فقرة ، و بعد تحليل النتائج وتفسيرها، توصلت الباحثتان الى ما يأتي : أن طلبة كلية التربية الاساسية في جامعة ميسان لديهم مستوى مقبول من التفكير الايجابي باعتباره تفكير نافع وفعال ودافع لتحقيق النجاح والصحة والتوافق النفسي والرضا في الحياة و يجعل الفرد ينظر الى الجانب المشرق ويحمل توقعات ايجابية اتجاه المستقبل من اجل تخطي العقبات ومواجهة المشكلات. و تبين ان هنالك فروق في التفكير الايجابي لدى عينة البحث و بحسب متغير الجنس و لصالح الاناث. كما توصلت الباحثتان الى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات و المقترحات .

الكلمات المفتاحية: التفكير الايجابي ، طلبة كلية التربية الاساسية ، جامعة ميسان .

**The level of positive thinking among students of the College of
Basic Education at the University of Maysan**
Lect. Multaqa Nassir Jabbar **Lect. Ghufraan Khazal Duhailis**
College of Basic Education\ University of Maysan

Abstract:

The current research aims at:

knowing the level of positive thinking among students of the College of Basic Education at the University of Maysan, and identifying the level of positive thinking among students of the College of Basic Education at the University of Maysan according to the gender variable (male – female) .

In order to achieve the objectives of the research, the researchers adopted the descriptive analytical approach, as the research community consisted of all students of the College of Basic Education for the two studies (morning and evening) at the University of Maysan, while the current research sample included (250) students from the College of Basic Education who were chosen randomly. The researchers used a tool to measure the level of positive thinking in the research sample (prepared by the researchers), which is (21) paragraphs. After presenting the results that were reached in the current research, and their interpretation, the researchers reached the following: the students of the College of Basic Education at the University of Maysan have An acceptable level of positive thinking as useful and effective thinking that goes in the right direction, because it indicated the presence of true awareness and motivation to achieve success, avoid failure, assert oneself to overcome obstacles and struggle to control difficult challenges and problems. It was found that there were differences in positive thinking among the research sample, according to the gender variable, in favor of females. The researcher also reached a set of recommendations and suggestions.

Keywords: The positive thinking, students of the College of Basic Education , University of Maysan .

الفصل الاول

اولاً: مشكلة البحث

يعد التفكير الايجابي من الموضوعات الحديثة على دراسات علم النفس وخصص لها مجال هام من مجالات علم النفس يسمى علم النفس الايجابي والذي بدأ مع بداية الثمانيات وبرز بشكل كبير في التسعينات من القرن الماضي على يد (مارتن سجمان) واخرون، كون الايجابية هي بداية الطريق للنجاح. (العازمي، ٢٠١٧، ص ٩٩)

ويعد الطالب الجامعي فئة مهمة جدا في المجتمع كونها فئة يعول عليها كقادة للمجتمع التعليمي في المستقبل ، لذا اهتم علم النفس الايجابي بإظهار النقاط التي تساهم للوقوف على مستوى التفكير الايجابي البعيدة الامد التي تترك اثارها على شخصية الفرد لكي نبني قادة ناجحين قادرين في الايام القليلة القادمة على التعامل مع المشكلات والازمات التي تواجههم بكل ثقة ونجاح .

ونظرا لخبرة الباحثين في التدريس وفي التعامل مع الطلبة لاحظا الاحباط واليأس الذي ينتاب الطلبة نتيجة الظروف والازمات التي يعاني منها البلد وكثرة الجامعات وازدياد عدد الخريجين الذي أدى الى ايقاف التعيينات للخريجين الجدد وعن طريق سؤال موجه من الباحثين لمجموعة من الطلبة في اقسام كلية التربية الاساسية (جامعة ميسان) وجدت الباحثتان ان الايجابية عند ٦٠% من الطلبة ضعيفة اذ يتم تركيزهم على السلبيات بدلا من الايجابيات وهذا ما يؤثر على سير حياتهم العامة لان لأمل لهم بالمستقبل بعد التخرج . وعدم التفاؤل بالقدام فأكد الطلبة ان نتيجة لضغط الظروف الاقتصادية والاجتماعية والسياسية فلا يوجد ما يدور في عقولهم من تفكير ايجابي يقودهم الى تحمل مصاعب الحياة وتخطي الفشل و ٤٠% رغم كل الظروف فهم ينظرون الى الجانب المشرق من الحياة والتعامل مع المشكلات والظروف التي تواجههم بإيجابية حتى يعيشون سعادة.فالتفكير بالجانب الايجابي يزيل الافكار السلبية .

وبناءً على ما تقدم ارتأت الباحثتان الى دراسة في التفكير الايجابي لكي يزرعن الامل في نفوس الطلبة والسعي الى التفكير بإيجابية والنظر الى الجانب المشرق من الحياة ليس هذا فحسب فالتفكير الايجابي يعمل على تغيير النظرة الى الحياة وتؤكد الباحثتين انه احد ادوات العلاج النفسي للإنسان ف (ما اضيق العيش لولا فسحة الامل) وسعت الباحثتان بان يكون استخدام الطلبة الجامعيين لهذا النوع من التفكير كأسلوب او فن او مهارة بإمكانهم تعلمه والتدرب عليه .

وتحت شعار (لا فشل ولا يأس فالحياة تجارب وخبرات مكتسبة) صاغت الباحثتان مشكلة بحثهما بالسؤال التالي

- ما مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة كلية التربية الأساسية _ جامعة ميسان؟

ثانياً: أهمية البحث

يعد التفكير عملية ذهنية تُحفز الذهن بهدف معالجة المواقف التي يواجهها الطلبة سواء كانت عشوائية أو منظمة وتستند هذه العملية إلى فرضية مفادها (ان لكل فرد استعداداً للتفكير) ولكن الفرق بين الأفراد هي فروق ترد إلى تأثير المواقف والبيئات التي ينشأ فيها الأفراد .

(قطامي ، ٢٠٠٣ ، ص ٧١)

وينظر(ديبونو) للتفكير بأنه "عملية عقلية يمكن إن تتطور بالتدريب والممارسة والتعلم"، كما انه يرى أن مهارة التفكير لا تختلف عن بقية الجوانب النمائية الأخرى ، وهذا يعد من الأسس العامة لعملية النمو العقلي . (عبد الهادي وآخرون ، ٢٠٠٥ ، ص ٩٧)

إن المقدرة على التفكير مستحدثة أكثر من كونها طبيعية ومن ثم فإن المدرس الذي يعلم التفكير عليه إن يعلمه مهارة، فمهارات التفكير أصبحت امراً جوهرياً في العالم المعاصر فهي مهارات يومية يحتاج إليها كل فرد من أفراد المجتمع . (السرور، ٢٠٠٣، ص ٢٨٢)

وهناك اتفاقاً يكاد يكون عاماً بين الباحثين على أن تعليم التفكير وتهيئة الفرص المثيرة للتفكير أمران في غاية الأهمية، وان تعلم مهارات التفكير ينبغي إن يكون هدفاً رئيساً لمؤسسات التربية والتعليم، وفي هذا السياق يشير الباحث كرت شفيدل إلى إن مهارات التفكير العليا يمكن إن تتحسن بالتدريب. (جروان ، ٢٠٠٢، ص ٣١)

ويعد التفكير الإيجابي من المفاهيم الحديثة التي لاقى اهتماماً من الباحثين حديثاً ، وهو نوع جديد من التفكير يحقق النجاح والتوافق النفسي والرضا في الحياة ، ويشير إلى امتلاك الفرد لعدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة تجاه المستقبل. (ابراهيم، ٢٠٠٦، ص ١٠٨)

ويعد التفكير الإيجابي من المهارات التي يمكن اكتسابها فالعقل يخضع للتدريب بحيث يكتسب التفكير المنظم العميق والخلاق لذا يسعى الفرد مهما كان عمره ومهما كان الزمان والمكان ان تكون حياته مليئة بالإيجابية في شتى مجالات الحياة وذلك بتبني منهج فكري سليم عن نفسه وعن المجتمع وعن الحياة عامة ، ويحدث ذلك بالتخلي عن الافكار السلبية التي تحد من قدراته والتفكير بالجانب الإيجابي الذي يدفعه الى الاستمرار ، ومن هنا ندرك أهمية التفكير الإيجابي فالفرد يستطيع ان يقرر طريقة تفكيره فاذا اختار ان يفكر بإيجابية يستطيع ان يزيل الكثير من المشاعر غير المرغوبة والتي ربماتعيقه عن تحقيق الافضل لنفسه. (كيتان ، ب.ت، ص ٥١)

والتفكير الإيجابي هو الباعث على استنباط الافضل وهو سر الاداء العالي ويعزز بيئة العمل ويجعل الفرد يختار من قائمة اهداف الحياة تحقق مستقبل افضل لان التغيير الإيجابي البناء سيكون له الاثر النافع في شخصية الفرد وفي كافة نشاطاته ، لان التفكير بإيجابية يقلل من القلق ويجعل الفرد ينظر للجانب المضيء بدلاً من الافكار السوداء التي يولها التفكير السلبي ، وهذه الإيجابية في عقولنا ومشاعرنا تصنع لنا حياتاً إيجابية مليئة بالتفاؤل والطاقة والقدرة على الدفاع عن النفس وبهذا تختار ان تكون سعيداً ناجحاً واثقاً بان كل شيء سيكون أفضل .(العمرى ، ٢٠١٤، ص ٢٠)

وهناك عشرة وصايا للتفكير الإيجابي وتتمثل هذه الوصايا حسب (الفي ، ٢٠٠٧) في : الرغبة المشتعلة ، القرار القاطع ، الاهتمامات الشخصية والنشاطات اليومية ، السكون والتأمل اليومي ، التنمية الذاتية ، التأكيدات المتضامنة ، الوقت الإيجابي ، تحديد الاهداف ، الادراك الواعي ، تحمل المسؤولية كاملة. (الفي ، ٢٠٠٧ ، ص ٧٠)

ثالثاً: - أهداف البحث

يهدف البحث الحالي الى:

- ١- معرفة مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان .
 - ٢- التعرف على مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان تبعاً لمتغير الجنس (ذكور _ اناث) .
- رابعاً: - حدود البحث

- ١- الحد البشري : عينة مختارة من طلبة كلية التربية الأساسية (ذكور - اناث) .
- ٢- الحد المكاني : طبقت الدراسة في جامعة ميسان
- ٣- الحد الزمني : العام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٢)

تحديد المصطلحات

المصطلحات الواردة في البحث سوف يتم تناول تعريفاتها اصطلاحاً واجرائياً :

التفكير لغة: جاء في لسان العرب ان التفكير مشتق من مادة (الفكر) بكسر الفاء وهو اعمال النظر في الاشياء ، والتفكير اسم ، والتفكير هو التأمل (أين منظور ، ١٩٨٨ ، ص ٣٠٧)

وفي المعجم الوسيط : التفكير هو اعمال العقل في المعلوم للوصول الى معرفة المجهول ، يقولون فكر في مشكلة اي عمل عقله فيها ليتوصل الى حلها . (المعجم الوسيط ، ١٩٧٢ ، ص ٦٩٨)

التفكير الإيجابي

- عرفه الرقب (٢٠٠٦) : الوقود الذي يحفز الذات للعمل والانجاز بواسطة استثمار كامل القدرات وموارد الذات الانسانية وصولاً الى النتائج الانجح لتحقيق السعادة والنجاح عبر النواتج والافكار الايجابية وصناعة الخيارات الخلاقة لمواجهة المواقف والتحديات .

(الرقب ، ٢٠٠٦ ، ص ٩)

- عرفه أبراهيم (٢٠٠٨): أنه تبني مجموعة من الأفكار العقلانية وامتداد نشاطات وأهداف الفرد نحو اكتساب مهارات تمكنه من الممارسة الإيجابية الموجهة نحو العيش بفاعلية وسعادة ورضا. (إبراهيم ، ٢٠٠٨ ، ص ١٠٠)

التعريف النظري : هو استجابة الفرد لتغيير طريقة تفكيره ، بطريقة ايجابية بحيث يحو بها كل ما هو سلبي والتفكير بإيجابية يقود للنجاح والاثر النافع في الشخصية والنظر الى الحياة بشكل افضل

التعريف الاجرائي : يتمثل بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة على مقياس التفكير الإيجابي الذي اعدته الباحثين .

الفصل الثاني (أطار نظري و دراسات سابقة)

أولاً: الأطار النظري

❖ التفكير

يعد التفكير من عمليات النشاط العقلي التي يقوم بها الفرد من أجل الحصول على حلول دائميته أو مؤقتة لمشكلة ما ، هو أرقى العمليات العقلية والنفسية التي تميز الإنسان عن غيره من الكائنات الحية الأخرى بدرجة راقية ومتطورة والتفكير مفهوم افتراضي يشير إلى عملية داخلية تعزى إلى نشاط ذهني معرفي تفاعلي انتقائي قصدي موجه نحو صياغة حل لمسألة ما ، أو اتخاذ قرار معين ، أو اشباع رغبة في الفهم أو إيجاد معنى أو اجابة شافية لسؤال معين ، ويتعلمه الفرد من ظروفه البيئية المتاحة ، ولا يمكن ملاحظة هذه العملية بل يستدل عليها من خلال ما يلاحظ من سلوك داخلي أو ظاهري؛ إذ تتراكم خلالها مجموعة من الخبرات التي يواجهها الفرد . (الكبيسي، ٢٠٠٧، ص١٧)

وان ما يجول في ذهن من عمليات تسبق القول والفعل إذ تبدأ بفهم ما نحس به أو ما نتذكره أو ما نراه ثم نعمل على تقييم ما نفهمه محاولين حل المشكلات التي تعترضنا في حياتنا. (سعادة ، ٢٠٠٣، ص ٣٩)

والتفكير هو سلسلة من النشاطات العقلية أو الممارسات الذهنية التي يقوم بها الدماغ حين يتعرض لمثير عن طريق واحدة أو أكثر من حواس الفرد . (علي ، ٢٠١١، ص ١٩٥)

ان التقصي المدروس للخبرة من أجل غرض ما وقد يكون الغرض هو الفهم أو اتخاذ القرار أو التخطيط أو حل المشكلات أو الحكم على الأشياء أو القيام بعمل ما.(حبيب ، ٢٠٠٣، ص١٨)

ويعد التفكير مجموعة من العمليات والمهارات العقلية التي يستعملها الفرد عند البحث عن اجابة لسؤال أو حل مشكلة أو بناء معنى أو التوصل إلى نواتج اصلية لم تكن معروفة من قبل وهذه العمليات والمهارات قابلة للتعلم من خلال معالجات تعليمية معينة . (صبان ، ٢٠٠٦ ، ص ١٣٠٢)

وهناك عدة طرائق للتفكير منها التفكير الإيجابي نسبة الى الإيجابية وهي : المحافظة على التوازن السليم في ادراك مختلف المشكلات ، وهي أسلوب متكامل تعني التركيز على الإيجابيات في اي موقف بدلا من السلبيات ، وتعني ان تحسن الظن بذاتك ، وان تظن خيرا بالآخرين ، وان تتبنى الأسلوب الامثل في الحياة . (الرقيب ، ٢٠٠٨، ص٥)

والتفكير الإيجابي هو نمط من انماط التفكير المنطقي الذي يبتعد فيه الفرد عن أخطاء التفكير الهدامة ، التي يحملها في بعض المعتقدات التي توجه افكاره ومشاعره وجهة سلبية ، ويشمل السيطرة الآلية لبعض الافكار على توجيه مشاعر الفرد ، وضعف القدرة على التخلص منها.(Stallard,Paul12002,p69)

جوهر التفكير الإيجابي

ان المفكر الايجابي يرى صعوبات الحياة وتعقيداتها ويعيش مصاعبها وهمومها لكنه لا يدعها تحبطه ولا يستسلم لليأس ابدا ولا يعيش مع أخفاقه شعاره في ذلك (لا فشل انما تجارب وخبرات) فهو لا يسوغ ضعفه بمفردات النقص والفقدان والقيود ، لان كل هذه المفردات السلبية لا تدخل في معجم حياة الايجابيين. (بايلس وسيجمان ، ٢٠٠٩، ص٣٥)

ويعد الدكتور (نورمان بيل) اول من ارسى المفاهيم الحديثة للتفكير الايجابي وكان اول من تنبأ بقوته وقدرته على قلب المواقف السلبية ، وكان عنده مرتبنا بمفهوم الايمان الذي يجعل كل شيء ممكنا فالإيمان بالله صاحب القوة العظمى هو المصدر الرئيس للتفكير الايجابي (الرقب ، ٢٠٠٦ ، ص٢٦) وهذا ما دعى به (مارتن سليجمان) أذ ان الفرد يحمل بداخله القوة والضعف وبهما تتحدد حياته (قاسم ، ٢٠٠٩ ، ص٦٩٢) ، واكدت (شلي تايلور) في كتابها (التصورات الايجابية) ان ما يميز الانسان عن باقي الكائنات نزعته القوية للتفكير الايجابي خصوصا الاصحاء . فملكات العقل تعد وسائل للتفكير الايجابي . (carr ,2004,p77) .

فوائد التفكير الايجابي :-

يذكر (الرقب ، ٢٠٠٦) و (الرقب ، ٢٠٠٨) فوائد عدة للتفكير الايجابي ومنها :

- ١- يعزز بيئة العمل بالانفتاح والصدق والثقة وهو سر الاداء العالي
- ٢- باعث على التغيير والتحرك نحو بيئة عمل ايجابية
- ٣- يعتمد على الواقعية وهو العنصر الاقوى لحل المشكلات المستعصية
- ٤- يمكن الفرد من اختيار اهدافه المستقبلية
- ٥- يحفز على الابداع والابتكار (الرقب ، ٢٠٠٦ ، ص٢٩) و (الرقب ، ٢٠٠٨ ، ص٩)

مهارات التفكير الايجابي

١- حديث الذات :

هو حوارات عقلية يجريها الفرد مع نفسه يتناول فيها بعض الافكار والقناعات التي يحدد من خلالها مكانته وقدرته على حل المشكلات وتوجهه الى عمله وتجعله يركز عليه ويعرف حديث الذات : بانه " تصريح تأكيدي ذاتي يهدف الى تعزيز فكرة معينة عن الذات والتأكيد عليها "

(كريماني بدير ، ٢٠٠٦ ، ص٢٤)

٢- التخيل

يعرف (مصطفى، ٢٠٠٥) التخيل بأنه القدرة على الرؤية المستقبلية ، فهو قوة عقلية يستطيع بها الانسان تذكر واسترجاع الصور العقلية التي يؤلف بينها لتصبح فكرة حقيقية.

(مصطفى ، ٢٠٠٥ ، ص ٣٩)

والالية الخلاقة للتخيل والتصور داخل الفرد تستطيع ان تساعده على الوصول الى الشخصية التي يريددها ، وذلك اذا استطاع ان يجد صورة في مخيلته لذاته التي يريددها ، وهكذا فان صورته العقلية عن ذاته هي اقوى قوة في داخله. (حجازي ، ٢٠١٣ ، ص ٨٢)

٣- التوقع الايجابي

ذكر (ويليام جيمس) ان التوقع الايجابي هو اعتقاد الفرد بالنجاح في اي عمل، الامر الذي يجعله يتمكن من احداث النجاح، وبالرغم من ان هذا الامر ليس سهلا، الا انه مع التدريب يستطيع ان يصبح محترفا في توقع الافضل والوصول اليه. (جبر، ٢٠١١، ص ٣٨)

والتوقعات الايجابية تعبر عن ميول عقلية توجد لدى الفرد من اجل هدفين هما :

_ ادراك حقيقة انهم يعيشون، ليمنحوا انفسهم احساسا بالقدرة على التحكم (انني افعل ما هو متوقع مني).

_ الاستعداد لحدوث السلوك (هذا ما توقعت انه سيحدث). (الفرحاتي، ١٦٩، ص ٢٠٠٥)

ثانياً:- الدراسات السابقة

اولا : دراسة (Peterson et,al 2007)

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين جوانب التفكير الايجابي في الشخصية وكل من السعادة والرضا عن الحياة ، أستخدم الباحث المنهج الوصفي ، واجريت الدراسة على عينة من المراهقين البالغ عددهم (٢٤٣٩) وعينة أخرى من المراهقين السويسريين والبالغ عددهم (٤٤٥) طبق الباحث على افراد العينة قائمة الاستراتيجيات الايجابية في الشخصية (VLA-IS) المنشورة على الانترنت باللغة الانكليزية بالنسبة للعينة الامريكية وباللغة الالمانية للعينة السويسرية ، توصلت الدراسة الى وجود ارتباط دال وموجب بين استراتيجيات التفكير الايجابي مثل القدرة على الحب والامل وحب الاستطلاع والسعادة وجودة الحياة ، وكشفت الدراسة ايضا ان الامتان من جوانب التفكير الايجابي ومرتبطة بجودة الحياة لدى افراد العينة الامريكية في حين ارتبطت جودة الحياة لدى العينة السويسرية بالمتابرة باعتبارها جانب من جوانب التفكير الايجابي في الشخصية .

ثانيا : دراسة عبد الصاحب وأحمد (٢٠١٣)

التفكير الإيجابي وعلاقته بالدافعية الأكاديمية الذاتية والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى طلبة كليات التربية . هدف البحث الى التعرف على التفكير الإيجابي وعلاقته بالدافعية الأكاديمية الذاتية والاتجاه نحو مهنة التدريس ، استخدمت الباحثتان عينة مؤلفة من (٣٤٤) طالب وطالبة من الدراسات الصباحية من كليات التربية في جامعتي بغداد والمستنصرية للعام الدراسي (٢٠١٢-٢٠١٣) ، وتم استخدام ثلاث أدوات لتحقيق متطلبات البحث : مقياس التفكير الإيجابي المعد من عبد الستار أبراهيم (٢٠١٠) ، مقياس الدافعية الأكاديمية الذاتية المعد من (كوتفريد) والمكيف من حنان حسين (٢٠١٠) ، مقياس الاتجاه نحو مهنة التدريس المعد من عنايات زكي (١٩٧٤) ، واستخدمت الباحثتين الوسائل الاحصائية ومنها: معامل ارتباط بيرسون ، الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين ، وتم التوصل الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائيا بين التفكير الإيجابي والدافعية الأكاديمية والاتجاه نحو مهنة التدريس ، ووضعت الباحثتان عدد من المقترحات والتوصيات .

ثالثا: دراسة البري (٢٠١٦)

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطالبات السعوديات ، لصلتها بشخصية الفرد وقدراته وصحته النفسية وتكامله النفسي بوجه عام في محاولة للوقوف على الدور الذي تلعبه الافكار الإيجابية كمتغير معرفي ، تمثلت عينة الدراسة من (٥٤) طالبة من طالبات الجامعة واستخدمت الباحثة مقياس التفكير الإيجابي لعبد الستار أبراهيم (٢٠٠٨) ، اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي في دراستها ، ومن نتائج الدراسة عدم وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين التفكير الإيجابي والمعدل الدراسي ، واوصت الباحثة بأجراء العديد من الدراسات التي تخص المجال التعليمي لدوره في اعداد جيل المستقبل

جوانب الافادة من دراسات السابقة

- ١- الاطلاع على مشكلة البحث و كيفية الامام فيها
- ٢- الاطلاع على المنهجية المتبعة
- ٣- الاستفادة منها في بناء اداة البحث الحالي
- ٤- الاطلاع الوسائل الاحصائية المستعملة
- ٥- تزويدنا بالمصادر و المراجع

الفصل الثالث

منهجية البحث و إجراءاتها

١- منهجية البحث:

اعتمدت الباحثتان استخدام المنهج الوصفي كمنهج للبحث الحالي نظراً لملائمته لأهداف البحث الحالي، إذ يستعمل المنهج الوصفي عادةً في دراسة الظواهر الإنسانية والطبيعية على حد سواء، ويقصد بالمنهج الوصفي هو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع البيانات والمعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها واخضاعها للدراسة الدقيقة، وتتضح أهمية المنهج الوصفي في توفير بيانات عن واقع الظاهرة المراد دراستها مع تفسير لهذه البيانات وذلك في حدود الإجراءات المنهجية المتبعة وقدرة الباحث على التفسير. (النوح، ٢٠٠٤، ص ١٥٦)

٢- مجتمع البحث :

من أهم خطوات تصميم البحوث هو تحديد مجتمع البحث، أي ميدان تطبيق الدراسة والمصدر الرئيس للحصول على المعلومات والبيانات المتعلقة بدراسته، ويعرف بأنه المفردات جميعها التي يستهدفها الباحث لتحقيق نتائج دراسته، ولا يقتصر مصطلح (مجتمع البحث) على البشر حصراً فقد يكون مؤسسات مختلفة كالشركات، الجامعات، المدراس أو الكتب، وغيرها. (أبو سمره و الطيطي، ٢٠٢٠، ص ٤٥)، تمثل مجتمع البحث الحالي بطلبة كلية التربية الأساسية من كل الأقسام للدرستين الصباحي و المسائي (قسم معلم الصفوف الأولى، قسم اللغة العربية ، قسم الانكليزي ، قسم الرياضيات ، قسم الجغرافية ، قسم التاريخ ، قسم التربية الاسلامية ، قسم العلوم ، قسم التربية الفنية) و البالغ عددهم (٥٥١٠) طالباً و طالبة من مجتمع البحث.

٣- عينة البحث :

ان تحديد عينة البحث امر ضروري ولا يمكن الاستغناء عنه ، فالعينة هي الجزء المأخوذ من المجتمع الأصلي بنسبة معينة عن طريقها تؤخذ البيانات المتعلقة بالبحث ذلك لغرض تعميم النتائج على المجتمع الأصلي". (رضوان، ٢٠٠٣، ص١٧) ، و بعد تحديد الباحثتان لمجتمع بحثهما، والبالغ (٥٥١٠) طالباً و طالبة ، تم اختيار عينة البحث بالأسلوب العشوائي للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢) من طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان من مجتمع البحث ، حيث بلغ حجم العينة (٢٥٠) طالباً و طالبة من مجتمع البحث الاصلي و كما في الجدول رقم (١)

جدول (١) عينة البحث حسب الجنس

العدد	الجنس
١٠٠	ذكور
١٥٠	اناث
٢٥٠	المجموع

اداة البحث

من متطلبات البحث اداة يمكن بواسطتها جمع البيانات التي لها علاقة به " ان الاختلاف في طبيعة البحوث ، يفرض على اي باحث ان يستعمل مجموعة من الادوات من دون غيرها فالاستبانة من الادوات التي كثر استعمالها في البحوث الوصفية ". (ملحم، ٢٠١٠، ص ١٦٤) ويقصد بأدوات البحث هي الوسائل التي يستعملها الباحث للوصول الى المعلومات والبيانات التي تساعده على تحقيق أهداف بحثه، ويمكن للباحث أن يجمع بين أكثر من أداة في بحث واحد . (الدبل، ٢٠١٨، ص ٧٩) وبما ان الدراسة الحالية تهدف الى معرفة (مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان) و لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي قامت الباحثتان ببناء ادوة البحث من خلال مراجعة الادبيات و الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث و تكونت الادوة من (٢١) فقرة ذات البدائل خمسة (اوافق بشدة ، اوافق ، لا رأي لي ، لا اوافق ، لا اوافق بشدة) .

أ. صدق الأداة:

يعد مفهوم الصدق من أكثر المفاهيم الأساسية أهمية في محور الاختبارات والقياس، فصدق الاختبار يعرف أنه "الدرجة التي تقيس بها الاختبار أو الاستبانة الشيء المراد قياسه" (فرحات، ٢٠٠١، ص ٦٧)، وان صدق الادوة امر ضروري لابد منه بل هو شرط من شروط الخطوات العلمية ، والصدق ايضا هو ان " تقيس الادوة ما وضع لقياسه وتحقيق صدق الادوة اكثر اهمية " . (صبر وخفاجة، ٢٠٠٢، ص ١٦٧) وقد تحققت الباحثتان من صدق الاستبانة بطريقة

الصدق الظاهري:

الصدق الظاهري :- يشير (أبو سمرة، والطيطي، ٢٠٢٠) الى ان أداة البحث تتصف بالصدق متى ما كانت صالحة ومناسبة لتحقيق الهدف الذي تم اعدادها لأجله، أي قياس ما يجب قياسه (أبو سمرة، والطيطي، ٢٠٢٠، ص ٦٦)

- لتحقيق الصدق الظاهري قامت الباحثتان بعرض الاستبانة المكونة من (٢١) فقرة على عدد من الخبراء والمحكمين من ذوي الاختصاص في المناهج وطرائق التدريس العامة وطرائق تدريس واختصاصات اخرى وعددهم (١٠) خبراء وذلك لأخذ آراءهم حول فقرات الاستبانة وتحديد صلاحية كل فقرة ملحق (١) ، واستخدمت الباحثتان الاوزان (صالحة ، غير صالحة ، بحاجة الى تعديل) لتحديد مدى صلاحية. اذ بدأت الباحثتان بمقدمة توضح من خلالها عنوان البحث (مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية في جامعة ميسان)، ثم محتوى الاستبانة المتكون (٢١) فقرة. و قد أبدى المحكمين ملاحظاتهم حول الأداة ، وقد طلبت الباحثتين من المحكمين إبداء رأيهم في الادوة من حيث:

مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان: -

- مناسبتها أو عدم مناسبتها لموضوع البحث.
 - ابداء اي ملاحظات او مقترحات اخرى يمكن الاستفادة منها .
- و قد استعملت الباحثان النسبة المئوية ومعادلة مربع كاي (كا^٢) لعينة واحدة للكشف عن دلالة رأي الخبراء في فقرات الاستبانة المقدمة لهم ،كما تأكدت الباحثان من صدق فقراتها كما مبين ادناه.
- صدق فقرات الاستبانة:
- قامت الباحثان بعرض فقرات الاستبانة على عدد من المحكمين والمختصين في مجال طرائق التدريس العامة و علم النفس والبالغ عددهم (١٠) لبيان صلاحية فقرات الاستبانة من عدمه، تبين ان جميع فقرات الاستبانة صالحة للتطبيق، كما مبين في الجدول (٣).

جدول (٣) يبين صدق الظاهر لفقرات الاستبانة من خلال آراء المحكمين

مستوى الدلالة ٠.٠٥	قيمة مربع كاي كا ^٢		درجة الحرية	عدد الخبراء الذين قالوا بعدم مناسبة الفقرات		عدد الخبراء الذين قالوا بمناسبة الفقرات		فقرات الاستبانة
	الجدولية	المحسوبة		النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	
دالة إحصائياً	٣.٨٤	٢٠	١	٠	٠	١٠٠%	٢٠	١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١
دالة إحصائياً	٣.٨٤	١٦,٢	١	٥	١	٩٥%	١٩	٦، ١٢، ١٣، ٢١
دالة إحصائياً	٣.٨٤	١٢,٨	١	١٠	٢	٩٠%	١٨	١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠

ومن الجدول اعلاه أنّ نسبة الاتفاق بين الخبراء تراوحت بين (٨٠% - ١٠٠%)، هذا وقد اعتمد الباحثان نسبة (٨٠%) فما فوق من اتفاق المحكمين كميّار لتحديد مدى صلاحية الفقرات، كما يمكن ملاحظة أنّ كل الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) حيث إنّ قيم (كا^٢) المحسوبة أكبر من قيمها الجدولية وبدرجة حرية (١)، وبهذا يمكن للباحثان قبول جميع الفقرات الاستبانة.

ب. ثبات الاداة: يعد الثبات شرطاً أساسياً من شروط أدوات المقياس الفعالة في قياس ظاهرة موضوع القياس ويقصد بثبات الاختبار أو الاداة أن يعطي نتائج متماثلة أو متقاربة في قياسه لمظهر من مظاهر السلوك اذا ما استخدم ذلك المقياس اكثر من مرة أو اذا ما استخدم بطرائق أخرى وتبدو قيمة ثبات الاختبار في قدرته على الكشف الفروق الفردية في الأداء بين الأفراد (أبو الديار، ٢٠١٢، ص ٣٥) . و تم التحقق من ثبات الاداة عن طريق استخدام معادلة (الفا كرونباخ) للاتساق الداخلي، حيث بلغت قيمة معامل الثبات للاداة (٠,٩١) وهذه القيمة مرتفعة ومقبولة لمعامل الاتساق الداخلي في حدود اغراض هذا البحث وطبيعته، وبذلك تصبح الاداة بصيغتها النهائية صالحاً وجاهزاً للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية بالصيغة النهائية.

تصحيح الاداة: يقصد بتصحيح الاداة الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد عينة البحث التي تقيس مستوى التفكير الإيجابي، ذلك عن طريق جمع الدرجات على البدائل الخمس للحصول على الدرجة النهائية وكما يأتي:

جدول (٣)

يمثل اوزان الفقرات التي تضمنتها اداة الدراسة

البدائل	وافق بشدة	وافق	لا رأي لي	لا اوافق	لا اوافق بشدة
درجة مستوى التفكير الايجابي	٥	٤	٣	٢	١

الوسائل الاحصائية: استعملت الباحثتان البرنامج الاحصائي للعلوم الاجتماعية (spss) من اجل معالجة البيانات احصائياً و ذلك باستخدام المعالجات الاتية :

- ١- معادلة مربع كاي : استعمل في معرفة نسبة اتفاق المحكمين على فقرات اداة البحث.
- ٢- النسب المئوية (١٠٠%) استعمل في معرفة نسبة اتفاق المحكمين على فقرات اداة البحث.
- ٣- معادلة (الفاكرونباخ) لحساب الثبات.
- ٤- الاختبار التائي (t-Test) لعينة واحدة .
- ٥- الاختبار التائي (t-Test) لعينتين مختلفين .

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرض للنتائج التي توصلت إليها الباحثتان ، ثم مناقشة تلك النتائج في ضوء المعالجات الإحصائية وتفسيرها ، وكذلك عرض الاستنتاجات والتوصيات وتقديم المقترحات وعلى النحو الآتي :

عرض النتائج :

بعد تحليل البيانات احصائياً، وتطبيق اجراءات البحث على الاداة التي تم اعدادها من قبل الباحثتان المكونة من (٢١) فقرة، فقد تم الحصول على النتائج الآتية:

الهدف الاول: التعرف على مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان. و لغرض التحقق من الهدف الأول فقد استعملت الباحثتان الاختبار التائي لعينة واحدة وظهرت النتائج كما مبين في الجدول (٤):

جدول (٤)

يوضح مستوى التفكير الإيجابي عند افراد العينة

المتغير	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	القيمة المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
مستوى التفكير الإيجابي	٢٥٠	٨٤.٥٣	١٢.٩١	٦٥.١٣	١,٩٦	٢٤٩	دالة احصائياً

يلاحظ من الجدول اعلاه ان القيمة الجدولية لدى طلبة كلية التربية الأساسية في التفكير الإيجابي دال احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) و عليه تحقق هذه النتيجة بأن طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان يمتلكون القدرة على التفكير الإيجابي و هذا يدل على ان الطلبة برغم العقبات و الصعوبات التي يواجهونها في جميع نواحي الحياة ، فأنهم ما زالوا يمتلكون تفكيراً ايجابياً و هذا التفكير جاء نتيجة قوة الايمان و الامل بالله و املمهم بمستقبل مشرق يساعدهم على خوض غمار الحياة و هذا ما عزز ثقتهم بأنفسهم و احترامهم و فهمهم و ادراكهم لذواتهم و هذا بالتالي يؤدي الى ان تكون ذواتهم مستقرة و امنة بعيداً عن الشعور بالقلق ، و اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (الطائي ، ٢٠١٧).

٢- الكشف عن الفروق بين افراد العينة حسب الجنس (ذكور - الاناث). و تم معالجة البيانات الخام لأفراد عينة البحث حسب متغير النوع (ذكور - الاناث) لإيجاد المتوسط والانحراف المعياري ،جدول (٥) يوضح ذلك،

جدول (٥)

متوسطات والانحرافات افراد العينة (ذكور-انات) على الاداة

الاستنتاج	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الجنس
	الجدولية	المحسوبة				
توجد فروق لصالح الاناث	١.٩٦	٢.٣٧	١٣.٠٩	٩٢.٩٧	١٠٠	ذكور
			١٣.٣٠	٩٤.٦٠	١٥٠	اناث

يتضح من الجدول (٥) اعلاه ان حجم عينة الذكور (١٠٠) ومتوسط درجات الطلبة الذكور على اداة القياس (٩٢.٩٧) اما الانحراف المعياري (١٣.٠٩). كما أن عدد افراد عينة الاناث (١٥٠) ومتوسط درجات العينة من الاثا (٩٤.٦٠) والانحراف المعياري (١٣.٣٠)، والقيمة التائية المحسوبة (٢.٣٧)، اما القيمة التائية الجدولية (١.٩٦). والملاحظ أن القيمة التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية عند درجة حرية (٢٤٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) لصالح الاناث و هذا يعني ان لدى الاناث تفكير ايجابي اكثر من الذكور و تعزو الباحثان ذلك الى النظرة الايجابية للاناث و لواقع الحياة لهن سواء داخل الحرم الجامعي او خارجه ، و التفكير العقلاني و الواقعي الذي يتسم بالمرونة القابلة للأخذ و العطاء.

• الاستنتاجات

بعد عرض النتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي، وتفسيرها، استنتجت الباحثتان ما يأتي:-

١ - تبين أن طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة ميسان لديهم مستوى مقبول من التفكير الإيجابي باعتباره تفكير نافع و فعال يسير بالاتجاه الصحيح لأنه يدل على وجود الوعي الحقيقي و دافع لتحقيق النجاح و تجنب الفشل و تأكيد الذات للتغلب على العقبات و النضال من اجل السيطرة على التحديات و المشاكل الصعبة.

٢- تبين ان هنالك فروق في التفكير الإيجابي لدى عينة البحث و بحسب متغير الجنس و لصالح الاناث .

• التوصيات

- ١- ضرورة الاهتمام بالتفكير الإيجابي على مستوى الكليات و الأقسام الأخرى مع الأخذ بنظر الاعتبار الواقع الاجتماعي و الثقافي الذي يعيشه الطلبة .
- ٢- ضرورة تطوير الاختبارات و المقاييس التي تنمي التفكير الإيجابي .
- ٣- فتح دورات تدريبية و إقامة ندوات علمية و ثقافية تتضمن توجيهات ارشادية و تأكيدها على الأساليب الإيجابية و الفعالة في مواجهة ضغوط الحياة .
- ٤- اعداد برامج تدريبية مطورة لتدريب الكوادر التدريسية على استخدام التفكير الإيجابي غي التعامل مع الطلبة .

• المقترحات

- ١- البحث في التفكير الإيجابي و علاقته ببعض المتغيرات الأخرى كالثقة بالنفس ، و التحصيل الدراسي ، الدافعية نحو الانجاز .
- ٢- التفكير الإيجابي و علاقته بالتعليم الإلكتروني لدى طلبة الجامعة .
- ٣- التفكير الإيجابي و علاقته بالمهارات العقلية لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
- ٤- التفكير الإيجابي و علاقته بالكفاءات الذاتية لدى طلبة كليات التربية الأساسية .

المصادر و المراجع

المصادر العربية

- ١.أبراهيم ، امانى سعيدة، (٢٠٠٦) :فاعلية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية في ضوء النموذج المعرفي ، مجلة كلية التربية بالاسماعيلية ، جامعة قناة السويس ، (٤)٢٠١-٢٢٠ .
- ٢.ابراهيم ، عبد الستار ،(٢٠٠٨) : عين العقل ، دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني والمهارات الإيجابية ، ط١ ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة
- ٣.أبن منظور ، جمال الدين بن مكرم ،(١٩٨٨) : لسان العرب ، ج١ ، دار الكتب العربية ، بيروت.
- ٤.ابو الديار ،مسعد نجاح (٢٠١٢): القياس والتشخيص لذوي صعوبات التعلم ، ط١،مركز التقويم وتعليم الطفل ، الكويت
- ٥.ابو سمرة ، محمود احمد ، والطيطي ، محمد عبد الاله ، (٢٠٢٠) : مناهج البحث العلمي من التبيين الى التمكين ، دار اليازوري العلمية ، عمان ، الاردن .
- ٦.بابلس وسيجمان (٢٠٠٩) : قوة التفكير الإيجابي ، مترجم ، كنوز للنشر والتوزيع ، القاهرة .
- ٧.بدير ، كريمان (٢٠٠٦) : تنظيم وتفعيل الذات ، ط١ ، ترجمة الدار العربية للعلوم ، لبنان .
- ٨.البري ، مروة عبد القادر (٢٠١٦) : العلاقة بين التفكير الإيجابي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطالبات السعوديات ، مجلة الشرق الاوسط ، العدد (٣٨) ، جامعة عين شمس ، مصر

٩. جبر ، أحلام علي عبد الستار (٢٠١١) : فاعلية برنامج تدريبي لمهارات التفكير الإيجابي واثره في تنمية بعض الخصائص النفسية والعقلية لدى الطفل ، اطروحة دكتوراه ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة ،
١٠. جروان، فتحي عبد الرحمن، (٢٠٠٢): تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات، دار الفكر للطباعة والنشر، ط١، عمان.
١١. حبيب، مجدي عبد الكريم، (٢٠٠٣): اتجاهات حديثة في تعليم التفكير، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٢. حجازي ، احمد توفيق (٢٠١٣) : فلسفة التغيير مفاهيم وقيم جديدة للعصر الحديث ، دار كنوز للنشر والتوزيع ، عمان .
١٣. الدبل ، صالح عبد الله عبد الرحمن ، (٢٠١٨) :مهارات البحث الاجتماعي وتقنياته ، العبيكات للنشر والتوزيع ، الرياض ، السعودية .
١٤. رضوان ، حمد نصر الدين، (٢٠٠٣) : الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
١٥. الرقب ، توفيق زايد (٢٠٠٦) : درجة فهم عمداء كليات الجامعات الاردنية الرسمية مفهوم التفكير الإيجابي واثر ذلك على صناعة القرار ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الاردنية ، عمان .
١٦. الرقيب ، سعيد بن صالح (٢٠٠٨) : أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته أتجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية ، مجلة الجامعة الاسلامية ، ماليزيا .
١٧. السرور ناديا هائل، (٢٠٠٣):مدخل إلى تربية المتميزين والموهبين وتنمية الأبداع،مكتبة الصفحات الذهبية، الرياض.
١٨. سعادة، جودت احمد، (٢٠٠٣): تدريس مهارات التفكير، دار الشروق للنشر، ط١، رام الله ، فلسطين.
١٩. صبان، سالم حسن، (٢٠٠٦): العلاقة بين الانتماء والتفكير الابتكاري لدى الموهوبات ذوات التفكير الابتكاري من المراهقات، مع برنامج مقترح لرفع درجة الانتماء لديهن، بحث مقدم للمؤتمر العلمي الاقليمي للموهبة، السعودية.
٢٠. صبري، فاطمة ، وخفاجة ،ميرفت علي ، (٢٠٠٢):اسس ومبادئ البحث العلمي ، ط٢، الاسكندرية .
٢١. الطائي ، اقبال محمد صيوان (٢٠١٧) : التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة ، مجلة ديالى ، العدد (٧٣) .
٢٢. عبد الصاحب ، منتهى مطشر ،وأحمد ، سوزان دريد ، (٢٠١٣) : التفكير الإيجابي وعلاقته بالدافعية الاكاديمية الذاتية والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى طلبة كليات التربية ، جامعة بغداد /كلية التربية للعلوم الصرفة - ابن الهيثم / قسم العلوم التربوية والنفسية . بحث منشور في مجلة البحوث التربوية والنفسية ، العدد(٤١) .

٢٣. عبد الهادي، نبيل وآخرون، (٢٠٠٥): مهارات في اللغة والتفكير، ط٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
٢٤. علي، محمد سيد، (٢٠١١): موسوعة المصطلحات التربوية، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
٢٥. العمري، حافظ، (٢٠١٤): التفكير الإيجابي ومصادر التأثير، مجلة مسارات معرفية، العدد (٤) ص ٢٠-٢٤
٢٦. فرحات، ليلي السيد، (٢٠٠١): القياس المعرفي الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
٢٧. الفرحاتي، السيد (٢٠٠٥): سيكولوجية تحسين الاطفال ضد العجز المتعلم " رؤى معرفية " دار السحاب للنشر والتوزيع، القاهرة .
٢٨. الفقي، ابراهيم، (٢٠٠٧): قوة التفكير، دار التوفيق للنشر والتوزيع، سوريا
٢٩. قاسم، عبد المرید، (٢٠٠٩): ابعاد التفكير الإيجابي في مصر: دراسة عاملية، مجلة الدراسات النفسية، العدد (٤)، المجلد (١٩)، القاهرة .
٣٠. قطامي، يوسف، (٢٠٠٣)، مجلة مركز دي بونو لتعليم التفكير، دار ديونو للطباعة والنشر، عمان.
٣١. الكبيسي، عبد الواحد حميد، (٢٠٠٧): القياس والتقويم تجديديات ومناقشات، ط١، دار جرير للنشر والتوزيع، عمان_الاردن.
٣٢. كيتان، كيت (ب.ت): تنظيم وتفعيل الذات، ط١، الجزائر، مكتبة دار العلوم
٣٣. ملحم، سامي محمد، (٢٠١٠)، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان .
٣٤. النوح، مساعد بن عبد الله (٢٠٠٤): مبادئ البحث التربوي، ط١، كلية المعلمين بالرياض، السعودية.

المصادر الاجنبية

- 1-Carr, A.(2004) : Positive Psychology :the science of happiness and human strengths Hove and newyork : Brunner – Rutledge .
- 2- Peterson ,C.Ruch, W.Bcermann , U.Park n.&Seligman,M.(2007)Strengths of character, orientation to happiness and life satisfaction. Journal of positive psychology .Vo 12 (nu3),149-156.
- Stallard ,Paull (2002) : think good-feel good ,John Wiley & sons ,England.-١

الملاحق

ملحق (١) مقياس التفكير الإيجابي

ت	الفقرة	صالحة	غير صالحة	بحاجة الى تعديل
١.	سأسعى بعد تخرجي من الكلية لالتحاق بالدراسات العليا.			
٢.	أملني ان انجح في مجال عملي واكون شخصاً مفيداً للمجتمع.			
٣.	سأستفيد من دراستي الجامعية في خدمة الجيل القادم.			
٤.	سأواصل بالقراءة والاطلاع على المناهج الجديدة .			
٥.	الشهادة الجامعية والمعلومات التي حصلت عليها ستؤهلني إلى التدريس في المدارس الحكومية .			
٦.	افضل الاطلاع والتدريس في مجالات أخرى بالإضافة إلى اختصاصي .			
٧.	الشهادة الجامعية ستفيدني في تحسين مكاتي الاجتماعية .			
٨.	اعتقد ان الغد افضل واملي كبير في المستقبل .			
٩.	اعتقد اني محظوظ لانتمائي لهذه الجامعة واميل للتفاؤل.			
١٠.	أتوقع الأحسن عادة حتى فيما خفي عنى من الامور			
١١.	أومن بالفكرة القائلة ان بعد العسر يسرا .			
١٢.	اميل للتفكير بانني سأكون افضل حالاً في السنوات القادمة .			
١٣.	اعتقد اني قادر على تحقيق طموحي			
١٤.	أشعر أن قدراتي كافية في مواجهة الإحباطات.			
١٥.	سأقوم بالتدريس المجاني ولن استسلم للظروف الراهنة.			
١٦.	أشعر بالسعادة في تحمل مسؤوليات مهنة التدريس.			
١٧.	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل			
١٨.	نادراً ما أتصرف باندفاع و دون حساب للعواقب.			
١٩.	بمكاننا أن نتغلب على ماقد يعترينا من قلق ومخاوف			
٢٠.	ألوم نفسي دائماً واحاسبها بشدة			
٢١.	اعتقد أنني سأكون ذوشأن مستقبلاً			