



مهارات التفكير الايجابي لدى مدرسي المرحلة الثانوية

الباحثة: عبير عماد
جامعة تكريت/ كلية التربية للبنات/ قسم العلوم التربوية والنفسية
أ.د زكريا عبد احمد

Abstract

The current research aims to identify: 1- Positive thinking skills among secondary school teachers. 2- Statistically significant differences in positive thinking skills according to the gender variable (males, females). To achieve the research objectives, the researcher adopted the positive thinking skills scale (Hani, (2019), consisting of (38) items. The researcher applied the tool to the research sample that It was randomly selected and consisted of (200) secondary school teachers. The results of the research showed that secondary school teachers have a high level of positive thinking skills, and there is noStatistically significant differences according to the gender variable

Email:

Published: 1- 6-2024

Keywords: ، تفكير ايجابي ، مهارات
behavior

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص
CC BY 4.0

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

المخلص

يهدف البحث الحالي التعرف على: 1_ مهارات التفكير الايجابي لدى مدرسي المرحلة الثانوية. 2_ الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مهارات التفكير الايجابي وفقا لمتغير الجنس (ذكور، اناث). وتحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس مهارات التفكير الايجابي (هاني ، 2019)، المكون من (38) فقرة ، وقد طبقت الباحثة الاداة على عينة البحث التي اختيرت عشوائياً والمكونة من (200) من مدرسي المرحلة الثانوية، وقد أظهرت نتائج البحث أن مدرسي المرحلة الثانوية لديهم مستوى عالي من مهارات التفكير الايجابي، وليس هناك فروقاً ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير الجنس

المقدمة

الفصل الاول

مشكلة البحث

ويعد التعليم اداة الامة لتحقيق أي تقدم تنشده وهو سبيلها للنهوض بمستوى الأفراد، ولن يتحقق هذا الا من خلال تنمية التفكير فالهدف من التعلم الكفاء ليس مجرد فهم مادة معينة والقدرة على استعادتها، أو القيام ببعض الاجراءات المتضمنة فيها، ولكنه يتضمن توسيع الخبرة وامتدادها وتمحيصها وهذا لا يحدث تلقائياً ولكنه يتطلب تفكيراً ايجابياً ودافعية واتجاه.

ويواجه المدرسين العديد من المشكلات المرتبطة بأساليب تفكيرهم منها عدم القدرة على التفكير بإيجابيه تتمثل في عدم قدرتهم على التحكم في انفعالاتهم وسلوكهم وعدم القدرة على تقبل الاختلاف عن الآخرين وضعف القدرة على تحمل المسؤولية لذا فهم في حاجة إلى اكتساب القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات بشأن مستقبلهم بما يتلاءم مع هذه القدرات فلا يكونوا عرضة للإحباط والفشل، لذا فإنه يتوقع أن يؤدي تدريبهم علي مهارات التفكير الإيجابي الي تنمية مهاراتهم في حديث الذات الايجابي وحل المشكلات واتخاذ القرارات، فالتفكير الايجابي يجعل المرء أكثر استبصاراً بذاته وقدراته وذلك بسبب إدراكه الموضوعي لذاته وللعالم الخارجي مما يساعد على حل المشكلات واتخاذ القرارات، وأكد على ذلك دراسة بدر الانصاري 2004 بان المدرسين يعانون العديد من المشكلات المرتبطة بالتفكير ومنها مشكله القلق كاحد مشكلات الضبط الانفعالي(الانصاري ،1998: 78) وتتلخص الدراسة في الاجابة على التساؤل الاتي مامستوى مهارات التفكير الايجابي لدى مدرسي المرحلة الثانوية؟

اهمية البحث

ويسعى الفرد في حياته إلى أن يعيش حياة تكون مليئة بالنجاح والتفاؤل والسعادة في شتى المجالات، فهو يحاول جاهداً دفع المضار والعقبات على تحقيق رغباته وأهدافه، كما أنه يحاول دفع المضار والعقبات

عن نفسه ، والتي تعيقه عن تحقيقها ،والفرد بطبيعته يميل إلى ما هو ايجابي ويقوم بتحسين إمكانياته وقدراته، حيث ذكر (السلطاني،2010) أن الإنسان هو مفكر ايجابي بطبعه فاذا وضع في بيئة ايجابية انتج أفكار ايجابية، وإذا وضع في بيئة سلبية اثرت عليه وعلى تفكيره وإنتاجه (سليم 2015، 47). وأكد سيلجمان أن التفكير الايجابي هو بداية الطريق للنجاح والشعور بالسعادة، فأنا حينما تفكر ايجابيا فإننا في الواقع نبرمج العقل الباطن ليفكر ايجابيا وهذا التفكير يؤدي إلى الأعمال الايجابية في معظم شؤون حياتنا (خليل، 2012، ٢)

ومن هنا ندرك أن أهمية مهارات التفكير الايجابي، فالإنسان يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره فإذا اختار أن يفكر بإيجابية يستطيع أن يزيل الكثير من المشاعر غير المرغوب فيها والتي ربما تعيقه من تحقيق الأفضل لنفسه.(البصير، ٢٠٢٠، ١٧) ومن منطلق نتائج الدراسات والبحوث السابقة، والتي تؤكد على أهمية التفكير الايجابي بمهاراته المختلفة ومنها (حديث الذات الايجابي ، مهارة حل المشكلات ، مهارة اتخاذ القرارات) لذلك تحاول الباحثة العمل علي تنمية المهارة في حديث الذات الايجابي ومهارة حل المشكلات والمهارة في اتخاذ القرارات ، الأمر الذي أدى الى اهتمام الباحثة الى اجراء هذه الدراسة.

اهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف الى :

1. مهارات التفكير الايجابي لدى مدرسي المرحلة الثانوية.
2. الفروق ذات الدلالة الاحصائية لمهارات التفكير الايجابي تبعا لمتغير الجنس (ذكور - اناث).

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بمدرسي محافظة صلاح الدين/ قضاء الدجيل للمرحلة الثانوية للدراسة الصباحية والمسائية ومن الجنس (ذكورا و اناث) وللعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) .

تحديد المصطلحات

مهارات التفكير الإيجابي: يعرفها :

سليجمان (2003) : هو استعمال الفرد للنتائج الإيجابية لعملياته المعرفية من اجل التخلص من الافكار السلبية وتحل محلها الافكار والمشاعر والتوقعات الإيجابية نحو الحياة. (Seligman & Pawelski, 2003 : 160).

(Bekhet & Azansziewski :2012): "هو عملية معرفية تخلق صور الامل بتطوير افكار متفائلة وايجاد حلول مواتية للمشاكل تجعل القرارات ايجابية وتنتج نظرة مشرقة وشاملة على الحياة". (Bekhet & Azauszniewski, 2012).

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف سليجمان وآخرين

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس مهارات التفكير الإيجابي.

الفصل الثاني

مفهوم مهارات التفكير الايجابي

فالتفكير الإيجابي هو خلق الأفكار التي لها علاقة وثيقة بالاستبصار والأبتكار، والذي يعد الناتج المنطقي لعمليات التركيز والجهد في التفكير، فوجود الرغبة في تنمية التفكير الإيجابي ونشاط العمليات العقلية يتم توليد أفكار جديدة وغريبة تبدو للآخرين صعبة ولا يمكن إستيعابها على وفق المقاييس الاعتيادية (الطيبي، 2003:431-432).

وتعدّ مهارة التوقع الإيجابي من المهارات المهمة في التفكير الإيجابي وأن الفرد حين يتوقع الافضل ويركز ذهنه على النجاح في الموقف الذي يواجهه فإنه ينجح حتماً (Swinson,1996;24) بينما يعد مفهوم الذات الإيجابي من العناصر المهمة في الشخصية والتي تؤدي إلى فهم الأنماط السلوكية وهو مفهوم افتراضي يتضمن الأفكار والمشاعر والتي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية وكذلك المعتقدات والقناعات التي يحملها الفرد (اليعقوب، 1988:31)، وأما المرونة الإيجابية هي ميل الفرد للحفاظ على هدوئه واتزانة عند التعرض للمواقف الضاغطة وقدرته على المواجهة الإيجابية لهذه المواقف (ابوحلاوة، 2013:4)

مهارات التفكير الإيجابي The Positive Thinking Skills :

من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة وجدت أن أكثر الدراسات التي تناولت مهارات التفكير الإيجابي اعتمدت أبعاد التفكير الإيجابي للدكتور عبد الستار ابراهيم، وتم عدها مهارات للتفكير الإيجابي لذا عرضت الباحثة أبعاد التفكير لسليجمان على مجموعة من الخبراء * وبينوا صلاحية اعتمادها كمهارات وان هناك العديد من الدراسات أكدت ان التفكير الإيجابي هو أسلوب ومهارة وفن يمكن ان نتعلمه ونتدرب عليه، وفي هذه الدراسة حددت الباحثة مهارات التفكير الإيجابي في أربع مهارات رئيسة (بالاعتماد على نظرية سليجمان):

(التوقعات الإيجابية نحو الحياة، المشاعر الإيجابية، مفهوم الذات الإيجابي، المرونة الإيجابية)

أولاً : التوقعات الإيجابية نحو الحياة :

مفهوم مهارة التوقع الإيجابي:

يعرفها (سليجمان، 2003):"بأنها تلك التوقعات التي تهدف إلى تحقيق مكاسب في جوانب حياة الفرد الاجتماعية والمهنية في المستقبل" ((Seligman & Pawelski,2003;162).

أنواع التوقعات :

ان للتوقعات أنواع تساعد الفرد في تأكيد ارتباطه بالحاضر وتوقعه للمستقبل ومن هذه التوقعات: (التنبؤات: ما يعتقد الفرد أنه سيحدث، الطموحات: هو ما يريده أن يحدث، الشروط: اعتقاد الفرد أن التنبؤات والطموحات يجب أن تحدث) (السيد، 2005: 169-170).

ثانياً : المشاعر الإيجابية :

عرفها (سليجمان، 2010) : "أنها إحدى المكونات الرئيسية للسعادة والرفاه إذ لها تأثير يذهب إلى ابعده من رسم البسمة على الوجوه، بل هي شعور جيد يساعد في أداء أفضل في العمل أو الدراسة، كما يعزز الصحة الجسدية والعلاقات الاجتماعية، ويعطي الفرصة للتطلع إلى المستقبل بتفاؤل وامل" (Fredrickson, 1998 : 237).

أنواع المشاعر الإيجابية :

الفرح: هو شعور غير متوقع يظهر عند تلقي اخبار سعيدة فيولد الانسجام (Frijda, 1986 : 90).

الامل: شعور ينمو ويتولد أثر الخوف من حدوث الأسوأ مع توقع واعتقاد الفرد بحدوث الافضل (Lazarus, 1991 : 619-623).

الامتنان: ينشأ من العرفان بالفضل والجميل، (Algoe, 2012 : 455).

الالهام: هو شعور يظهر على الفرد عندما يشاهد موهبة ملهمة أو إنجازاً عظيماً (Algoe & Haidt, 2009 : 105-127).

ثالثاً: مفهوم الذات الإيجابي :

"هو نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوة ومعتقدات وقدرات متنوعة، والرضا عن الحياة أي تقييم الفرد لنوعية الحياة التي نعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه والتي من خلالها يقارن الفرد ظروف حياته بالمستوى الامثل الذي يعتقد (Paweiski & Seligman, 3003;162)، إذ يرى كيجمان ضرورة اشباع حاجات الطفل الاساسية لكي يكتسب مفهوماً ايجابياً للذات ويؤكد (Keajman, 1984) على ان تقدير الذات المرتفع ومفهوم الذات الإيجابي لا يتحققان إلا حين تشبع حاجتين اساسيتين للطفل وهما:

- الحاجة إلى الارتباط وهي ان يكون الطفل مرتبطاً بسند ويسمى (التضمين) ويكون مرحباً به.

- الاستقلال بذاته وهي ان يكون الطفل مستقلاً وغير معتمد على الآخرين ويختار أهدافه بنفسه ويسمى بالاستقلالية أو التمييز (قاسم، 2009:34)

رابعاً : المرونة الإيجابية : عرفها : هاينز (2001): "التكيف الفعال والتوافق الناجح على الرغم من وجود التحديات والضغوط أو الظروف الصادمة" (Heyres, 2001 : 3).

سمات الأفراد ذوي المرونة الإيجابية : يعرض فان جالين وآخرون مجموعة من السمات التي جمعها من الآراء والنظريات المتعددة التي فسرت المرونة الإيجابية وهذه السمات هي:

1. المرونة: وهي قدرة الفرد على التكيف مع الظروف الجديدة.
2. التعامل الجديد مع الضغوط.
3. الانفعال الإيجابي وروح الرعاية.
4. تعزيز الذات.
5. قبول المشاعر السلبية والاستفادة منها.

نظرية سليجمان وآخرون 1998 (Seligman et al, 1998) :

ان مفهوم التفكير الإيجابي (Positive Thinking) يعود للعالم سليجمان والذي ركز على تعديل الأفكار السلبية المغلوطة واستبدالها بالأفكار الإيجابية الواقعية فهو ينطلق من فكرة رئيسة مفادها " ان المنحنى المفرط نحو المرض قد تجاهل فكرة الإنسان المتفتح الامكانات، كما تجاهل ان السلاح الفعال هو بناء الاقتدار الإنساني" (Seligman, 1998).

يرى سليجمان وتبعاً له بيترسون وستين ان هناك أسلوبين في التفكير وهما الاسلوب الإيجابي (التفاؤلي)، والاسلوب السلبي (التشاؤمي) يستخدمها الفرد في تفسير الوقائع والأحداث، وان هذه الطريقة التي يستخدمها تعتمد على القيمة التي نعطيها لإمكاناتنا وفرصنا في الحياة، ويمكن ان نتعلم التفاؤل والتشاؤم عن طريق التنشئة الاجتماعية وما فيها من حب ورعاية وتعزيز وتشجيع أو زجر واهمال وعدم اهتمام، وان هذين الاسلوبين في التفكير هي أساليب متعلمة يمكن تغييرها وابدالها بأساليب تربوية جديدة (Seligman, 2002; 235) وقد وضع سليجمان استراتيجيات للشخصية التي تفكر بإيجابية والتي تتكون من (24) عنصراً موزعة على ستة فئات والتي ينصح الفرد بتبنيها لأنها تساعد في تحمل التحديات وتخطي الفشل وهذه الفئات هي:

(Seligman et al, 2004: 604)

أولاً: الحكمة والمعرفة: وتعد هذه اول مجموعة من الفئات لإظهار الحكمة والمعرفة وهي استراتيجيات وملكات عقلية معرفية تساعد الأفراد في اكتساب المعرفة والتي تضم عدة عناصر منها: (حب التعلم وحب الاستطلاع والانفتاح والابداع والبصيرة الصحيحة للأمر).

ثانياً: الشجاعة: وهي فضيلة ذات قيمة عالية ولكل ثقافة أبطالها الذين يجسدون هذه الفضيلة، والتي تساعد الفرد في تحقيق اهدافه من خلال المهارات التوكيدية والتي تضم: (الاقدام و الثقة و المثابرة).

ثالثاً: النزعة الإنسانية: وهي فئات تظهر بشكل تفاعلات إيجابية اجتماعية مع الآخرين والتي تشمل القدرة على: (الحب والعطف والتعاطف والذكاء الاجتماعي).

رابعاً: الاعتدال المزاجي: وتعد من الفئات الاساسية لأنها تعبر عن الاعتدال في رغباتك بحيث تنتظر الفرص المناسبة لتلبيتها وتجنب التطرف في السلوك وتضم: (العفو والتسامح والتواضع واعتبار الذات).

خامساً: العدالة: وهي القوى التي تظهر من خلال تعاملك مع الجماعات الكبيرة كالأسرة والمجتمع والدولة والعالم بحيث انها تتجاوز علاقاتك الفردية.

سادساً: السمو والتسامي: وضع سليجمان السمو كأخر مجموعة في الفضائل لأنه يعني بالسمو القوى العاطفية التي تخرج من حدودك وتصل بشكل اكبر فمثلا: تصلك بأفراد اخرين وتطور الكون والذات الإلهية. (Seligman et al, 2004: 604)

ويجب ان تراعى عند اختيار فضيلة من الفضائل أسس ومحكات هي:
ان تكون موضع اهتمام كل الثقافات.

ان تكون قابلة للتعليم.

اعتبارها غاية في حد ذاتها وليس لغاية اخرى. (سليجمان، 2006:140-154)، (ابراهيم، 2012:342-343).

وقد بين (سليجمان) ان للتفكير الإيجابي ابعاداً ويتضمن البعد الاول المشاعر الإيجابية: وهي مدى تمتع الشخص بانفعالات حول السعادة والتعاطف في العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الآخرين، والبعد الثاني هو التوقعات الإيجابية نحو الحياة: وهي توقعات بناءة تحقق المكاسب في جميع الجوانب المهنية والاجتماعية في المستقبل، أما البعد الثالث هو المرونة الإيجابية: والتي هي قدرة الفرد على تغير الحالة الذهنية وتغير أفكاره ومعتقداته كي تتناسب مع الموقف وضغوطه ليصبح قادرا على المواجهة، والبعد الرابع مفهوم الذات الإيجابي: هو النظرة الإيجابية للمعتقدات والأفكار والقدرات المتنوعة والرضا عنها، اي هي قدرة الفرد على تقويم نوعية الحياة وفقاً لهذه المعتقدات والأفكار والقيم التي يمتلكها ويقارنها مع المستوى الامثل الذي يعتقده. (Seligman & Pawelskli, 2003;162).

وأشار (Seligman, 1998) ان امتلاك الفرد القدرة والحرية على تحديد الطريقة التي يفكر فيها فأن هذا يؤدي إلى معرفة جوانب القوة التي يمتلكها، واستخدام اساليب موجهة تجعله أكثر تحكماً بطرق تفكيره. (الهاللي، 2013:38).

دراسات تناولت مهارات التفكير الإيجابي:

بعد دراسة العديد من الدراسات والادبيات وبسبب عدم توفر دراسات عن نفس عينة الدراسة ستعرض الباحثة الدراسات المقاربة....

(1) دراسة الضعيف (2005) : تنمية الإيجابية وأثرها في بعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة)).

تهدف هذه الدراسة إلى بناء برنامج لتنمية الإيجابية ومعرفة أثرها في تنمية الإيجابية ومهاراتها لدى عينة الدراسة، وتعديل وتحسين أساليب المواجهة وأثرها في جودة الحياة لديهم، وبلغت عينة البحث الحالي

(66) طالبة من طالبات الجامعة مقسمة على مجموعتين مجموعة تجريبية (33) طالبة، ومجموعة ضابطة (33) طالبة، وقد استعمل الباحث في دراسته مقياس الإيجابية، ومقياس جودة الحياة، برنامج لتنمية الإيجابية، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق معنوية بين كل من المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية التي أخضعت للبرنامج.

(2) دراسة السعيدة (2005): فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية في ضوء النموذج المعرفي)).

تهدف هذه الدراسة إلى التدريب على ميكانزمات التفكير الإيجابي في تحمل الضغوط النفسية ومعرفة اثرها والتحقق منها وامكانية حلها، وبلغت عينة الدراسة (60) طالبة من المعرضات للضغوط الحياتية وقسمت على قسمين (30) طالبة مجموعة تجريبية، و(30) طالبة مجموعة ضابطة، وكانت الأدوات المستعملة في الدراسة: مقياس مواقف الحياة الضاغطة (إعداد زينب شعير)، واختبار اسلوب الحياة (LOT) إعداد جنجر، وبلاكون ومثيل، واختبار التفكير الإيجابي إعداد الباحثة، وكانت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج في التخفيف من حدة الضغوط لدى الطالبات من خلال التدريب على ميكانزمات التفكير الإيجابي.

(3) دراسة محيلان (2008): أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت)) :

هدف الدراسة هو التعرف على أثر التدريب على التفكير الإيجابي وبعض استراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي، وكانت العينة تتألف من (64) تلميذاً من الصف الرابع بدولة الكويت، وقسمت العينة على قسمين مجموعة تجريبية (32) تلميذاً، ومجموعة ضابطة (32) تلميذاً، وفي هذه الدراسة استعملت الأدوات الآتية : اختبار التفكير الإيجابي (إعداد الباحث)، ومقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً (إعداد لطفي عبد الباسط)، اختبار التعلم التعاوني (إعداد الباحث) والبرنامج المقترح (إعداد الباحث) وكانت النتائج وضوح أثر البرنامج التدريبي في تنمية مهارات التفكير الإيجابي (الحديث الإيجابي للذات-التخيل الإيجابي) واستراتيجيات التعلم (استراتيجية التنظيم للذات - استراتيجية التعلم التعاوني) في علاج التأخر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

(4) دراسة قاسم (2010): دراسة الفروق في بعض جوانب التفكير عند مجموعتين مصرية وإيطالية)):

استهدفت الدراسة الكشف عن وجود فروق في جوانب التفكير الإيجابي في الشخصية، وتم اختيار مجموعتين كعينة للمجتمع المصري، وعينة ممثلة للمجتمع الإيطالي، وتألقت الدراسة من عينة عددها (293) من المصريين والايطاليين، منهم (151) فرداً من المجتمع المصري تراوحت أعمارهم (17-50)

سنة، و (142) فرداً من المجتمع الايطالي اعمارهم (18-45) سنة، والأدوات التي استعملت في الدراسة : مقياس التفكير الإيجابي، وظهرت الدراسة أن هناك خصائص مشابهة في اغلب جوانب التفكير بين المجموعتين وهي (الضبط الانفعالي، والتقبل الإيجابي مع الاختلاف مع الآخرين، وتقبل الذات، والسماحة، والارحية)، وكان هناك فروق دالة احصائياً في الرضا والتفاؤل لصالح الايطاليين في مقياس التفاؤل وللمصريين في مقياس الرضا.

(5) دراسة (دندي) (2013): التفكير الإيجابي وعلاقته بمهارات التواصل المدركة لدى المرشدين في مدارس محافظة دمشق الرسمية)) :

تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التفكير الإيجابي ومهارات التواصل المدركة لدى المرشدين في مدارس محافظة دمشق الرسمية، وتكونت العينة من (321) مرشداً ومرشدة منهم (290) مرشدة، و (31) مرشداً، واستعمل في الدراسة مقياس التفكير الإيجابي، ومقياس مهارات التواصل، وكانت نتائج الدراسة تدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين التفكير الإيجابي ومهارات التواصل لدى المرشدين النفسيين.

(6) دراسة سالم (2017): تنمية مهارات التفكير الإيجابي كمدخل لتحسين الكفاءة الاجتماعية والأكاديمية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية)) :

تهدف هذه الدراسة إلى تنمية مهارات التفكير الإيجابي التي تحسن الكفاءة الاجتماعية والأكاديمية لدى طلاب المرحلة الاعدادية، وكانت عينة البحث تتكون من (50) تلميذاً وتلميذة من الصف الثاني من مدرسة برهمتوش الاعدادية التابعة لإدارة السنبلوين التعليمية جمهورية مصر العربية ، وقسمت العينة على مجموعتين (25) للمجموعة الضابطة، و(25) للمجموعة التجريبية، وقد استعمل في هذه الدراسة الأدوات : مقياس مهارات التفكير الإيجابي (اعداد الباحثة)، واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي اعداد (عادل السعيد)، ومقياس للكفاءة الاجتماعية، ومقياس الكفاءة الأكاديمية من (اعداد الباحثة)، والبرنامج التدريبي لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات القياس البعدي لمهارات التفكير الإيجابي بالمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

الفصل الثالث: منهجية البحث

اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لأنه من انسب المناهج لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات ووصف الظاهرة المدروسة وتحليلها، ويعتمد دراسة الظاهرة على ما توجد عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً. (ملحم، 2010: 32).

إجراءات البحث: من أجل أن نحقق أهداف البحث الحالي، لابد من أن نقوم بتحديد مجتمع الدراسة واختيار منه عينة ممثلة وإعداد الاداتين المناسبتين للقياس والتأكد من صلاحيتها وقدرة فقراتها على التمييز وصدقها وثباتها، ومن ثم تطبيقها على عينة البحث المختارة، واستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها، وفي ما يلي وصف لإجراءات البحث.

مجتمع البحث: يقصد به جميع المفردات أو الوحدات الظاهرة التي تشمل البحث ويُعرّف المجتمع بأنه " كل الأفراد الذين يحملون بيانات الظاهرة التي هي في متناول البحث "، فهو مجموعة كاملة من الأفراد أو الأشياء أو الدرجات التي يرغب الباحث في دراستها. (داود و عبد الرحمن ، 1990: 66). تكون مجتمع البحث الحالي من مدرسي المرحلة الثانوية التابعي للمديرية العامة لتربية صلاح الدين من قضاء الدجيل، للعام الدراسي (2023 - 2024)، إذ بلغ عددهم الكلي (846) مدرس ومدرسة، موزعين حسب الجنس (398) للذكور، و (448) للإناث.

جدول اعداد الكوادر التدريسية لثانويات قضاء الدجيل (ذكور و اناث)

ت	اسم المدرسة	الذكور	الاناث	المجموع
1	ثانوية الدجيل المسائية	4		4
2	ثانوية بلاط الشهداء للبنين	6	11	17
3	ثانوية زينب للبنات		27	27
4	ثانوية رقية للبنات		22	22
5	ثانوية تبارك للبنين	9	9	18
6	ثانوية ذي قار للبنات		38	38
7	ثانوية اليرموك للبنات		28	28
8	ثانوية الإبراهيمية	24	16	40
9	ثانوية جمانة للبنات		18	18
10	ثانوية الشيخ مفيد للبنين	12	7	19
11	ثانوية شهداء الدجيل للبنين	6	2	8
12	ثانوية الشيخ جميل	8	2	10
13	ثانوية المجاهد للبنات		4	4
14	ثانوية الجليل للبنين	10	2	12
15	ثانوية الجليل للبنات		5	5
16	ثانوية الحيدر المختلطة	10		10
17	ثانوية بداح بن عاصم	14	2	16
18	ثانوية النزاهة للبنات		9	9
19	ثانوية حجي جواد الحزرجي المختلطة	7	4	11
20	ثانوية موسى الكاظم المختلطة	5	5	10
21	ثانوية المعارف العراقية للبنات		8	8
22	ثانوية الشموس للبنات	5	5	10
23	ثانوية الشهيد سعد خلف	3	2	5
24	ثانوية امامة بنت ابي العاص	3	1	4
25	ثانوية الشهيد جدعان المسائية	5	4	9

1		1	ثانوية الامام الرضا المختلطة	26
2		2	ثانوية ابو المساكين المختلطة	27
4	1	3	ثانوية رجال التحرير المختلطة	28
1		1	ثانوية صفوة البيت المختلطة	29
2		2	ثانوية كلیم الله المختلطة	30
30	30		ثانوية الدجيل للبنات	31
20	20		ثانوية فاطمة بنت اسد	32
18	6	12	ثانوية الشيخ مفید للبنات	33
12	8	4	ثانوية مالك الاشر المسائية المختلطة	34
9	1	8	ثانوية الشموس للبنين	35
26	12	14	ثانوية اليرموك للبنين	36
17	3	14	ثانوية الفاروق للبنين	37
12	12		ثانوية الفاروق للبنات	38
10	2	8	ثانوية الثائر للبنين	39
20	8	12	ثانوية المجاهد المختلطة	40
7		7	ثانوية الشباب العربي المختلطة	41
15	4	11	ثانوية النزاهة المختلطة	42
21	5	16	ثانوية المستقبل المختلطة	43
14	1	13	ثانوية الشهاب المختلطة	44
21	7	14	ثانوية الريف الزاهر للبنين	45
9	8	1	ثانوية الريف الزاهر للبنات	46
1		1	ثانوية البسمة المختلطة	47
18	4	14	ثانوية العدالة المختلطة	48
24	6	18	ثانوية دار السلام للبنين	49
18	8	10	ثانوية الامانه المختلطة	50
18	8	10	ثانوية البيرق المختلطة	51
15	2	13	ثانوية الاستقلال للبنين	52
1	1		ثانوية الاستقلال للبنات	53
12	5	7	ثانوية بني تميم المختلطة	54
7		7	ثانوية الطف للبنين	55
1	1		ثانوية الطف للبنات	56
8	5	3	ثانوية الشهيد مصطفى المعصماوي	57
1		1	ثانوية النباعي المختلطة	58
14	14		ثانوية البروج للبنات	59
9	5	4	ثانوية الحكيم المختلطة	60
9	9		ثانوية الابتهاج للبنات	61
5	1	4	ثانوية المجد المختلطة	62
4	3	1	ثانوية الشهيد عبد الرحيم حسين المختلطة	63
5	5		ثانوية الحاج صالح للبنات	64
12		12	ثانوية خاتم الانبياء المختلطة	65
31	13	18	ثانوية شهداء الدجيل للبنات	66
846	448	398	المجموع	

عينة البحث: تعد عينة البحث جزءاً من المجتمع الذي تجرى عليه الدراسة، تختارها الباحثة لتجري دراسته عليها. (داود وعبد الرحمن ، 1990: 67). واعتمدت الباحثة في البحث الحالي على عينتين، عينة التحليل الإحصائي، وعينة التطبيق النهائي التي تم تطبيق اداتا البحث عليها.

أ - عينة التحليل الاحصائي (الاعداد والتبني)

بعد تحديد مجتمع البحث تم اختيار عينة البحث الحالي بطريقة طبقية عشوائية وبالباغة (300) مدرسة ومدرسة موزعين حسب الجنس وتمثل (35 %) من مجتمع البحث، كعينة تمييزية للمقياسين وهي العينة ذاتها لاستخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وبدرجة المجال الذي تنتمي اليه ومصفوفة الارتباطات الداخلية والثبات بطريقة معادلة الفاكرونباخ، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

عينة إعداد وتبني مقياسي البحث (عينة التحليل الاحصائي)

المجموع	الجنس	
	اناث	ذكور
300	150	150

ب_ عينة التطبيق النهائي (عينة البحث الرئيسية):

شملت عينة البحث الحالي (200) مدرس ومدرسة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية وفق متغيري الجنس (الذكور، الإناث). وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

أفراد عينة التطبيق النهائي موزعة على وفق متغير الجنس

المجموع	الجنس	
	اناث	ذكور
200	100	100

أداة البحث: لكي تحقق أهداف البحث الحالي فمن الضروري أن تهيئ الباحثة مقياس لقياس المتغير (مهارات التفكير الإيجابي)، لذا قامت الباحثة بتبني مقياس مهارات التفكير الإيجابي وفيما يأتي الإجراءات التي اعتمدها الباحثة في عمليتي التبني للمقياس:

الأداة: مهارات التفكير الإيجابي:

من خلال بحث الباحثة واطلاعها للدراسات السابقة وجدت الباحثة أداة ملائمة لمتغير مهارات التفكير الإيجابي لتبنيها، فتمت الباحثة مقياس (هاني، 2019) والتي بدورها اعتمدت على نظرية (سليجمان) والذي عرف مهارات التفكير الإيجابي بأنها: استعمال الفرد للنتائج الإيجابية للعمليات المعرفية والتركيز على كل ما هو جديد وبناء من الأفكار والمشاعر والتوقعات الإيجابية نحو الحياة.

تحديد مهارات التفكير الإيجابي: وهي كالآتي:

أولاً: التوقعات الإيجابية نحو الحياة: وهي التوقعات البناءة التي هدفها تحقيق المكاسب في جوانب حياة الفرد المهنية والاجتماعية في المستقبل.

ثانياً: المشاعر الإيجابية: وهو تمتع الفرد بانفعالات تتمركز حول التعاطف والطمأنينة في العلاقات الاجتماعية والشخصية مع الآخرين.

ثالثاً: مفهوم الذات الإيجابي: هو رؤية الفرد لما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات وقيم ورضاه وتقويمه لنوعية حياته التي يعيشها وفقاً لهذه القيم والأفكار والمعتقدات والتي يقارن من خلالها ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقده.

رابعاً: المرونة الإيجابية: وهي القدرة الإيجابية على تغيير الأفكار والمعتقدات بما يناسب الموقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادراً على المواجهة.

صلاحية فقرات المقياس (الصدق الظاهري):

تم عرض مقياس مهارات التفكير الإيجابي بصيغته الأولية ملحق (5) المكون من (40) فقرة بواقع (10) فقرات لكل مهارة على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية، بلغ عددهم (20) محكماً.

وقد اعتمدت الباحثة قيمة (مربع كأي) المحسوبة معياراً لإبقاء الفقرة من عدمها، من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية لمربع كأي والبالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (1) تبين أن قيم مربع كاي المحسوبة لجميع الفقرات دالة إحصائياً، عدى الفقرتين (7) من المجال الأول والفقرة (9) من المجال الثاني لأنهما لم ينالا اتفاق المحكمين لذلك تم حذفهما وكما موضحة في جدول (3).

جدول (3)

آراء المحكمين في صلاحية فقرات مهارات التفكير الايجابي

مستوى الدالة 0.05	قيمة مربع كاي		النسبة المئوية	الغير موافقين	الموافقون	ارقام الفقرات	المهارة
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	3.84	12.8	%90	2	18	_8_6_5_4_3_2_1 10_9	التوقعات الايجابية
غير دالة		0.20	%45	11	9	7	نحو الحياة
دالة		16.20	%95	1	19	_7_6_5_4_3_2_1 10_8	المشاعر الايجابية
غير دالة		0.80	%60	8	12	9	
دالة		12.8	%90	2	18	_7_6_5_4_3_2_1 10_9_8	مفهوم الذات الايجابي
دالة		16.20	%95	1	19	_7_6_5_4_3_2_1 10_9_8	المرونة الايجابية

وبذلك اصبح المقياس يتكون من (38) فقرة.

كما طرأت بعض التعديلات على بعض فقرات مقياس مهارات التفكير الايجابي والجدول (4) يوضح ذلك

جدول (4)

التعديلات التي طرأت على مقياس التفكير الايجابي بحسب آراء المحكمين

ت	فقرات المجال الاول قبل التعديل	فقرات المجال الاول بعد التعديل
3	انا استغل فرص الحياة اكثر من غيري.	استغل فرص الحياة بصورة ايجابية اكثر من غيري.
10	انا لا انهزم بسهولة .	ارى اني اواجه المصاعب عندما تواجهني.
8	انا راض عن حياتي حتى لو لم احقق ما اطمح اليه.	اشعر بالرضى عن حياتي حتى لو لم احقق ما اطمح اليه.
10	من المهم ان تكون حياتي سعيدة وراضية.	من المهم ان تكون حياتي سعيدة وعلى درجة عالية من الرضى.

التجربة الاستطلاعية:

لذا سعت الباحثة إلى تطبيقه على عينة عشوائية اختيرت من مجتمع البحث مكونة من (30) مدرس ومدرسة من مدرسي المدارس الثانوية، وقامت بها الباحثة للمقياسين، وكما موضح في جدول (6) السابق. وقد تبين للباحثة أن تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة، كما تراوح مدى الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس ما بين (15_25) دقيقة وبمعدل (20) دقيقة.

التحليل الاحصائي للفقرات:

1_ القوة التمييزية للفقرات: تم تطبيق الاختبار التائي (t.test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة كما في المقياس الاول وعلى العينة ذاتها، واعتبرت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من فقرات المقياس من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (160). وقد أظهرت النتائج أن الفقرات جميعاً مميزة وجدول (5) يوضح ذلك

جدول (5)

القوة التمييزية لفقرات مقياس مهارات التفكير الایجابي

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة المستخرجة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
1	0.63	4.42	0.721	4.02	2.509
2	0.749	4.16	0.743	3.85	2.632
3	0.725	4.22	0.773	4.05	2.468
4	0.789	4.05	0.679	3.84	2.814
5	0.687	4.42	0.827	4.12	2.480
6	0.738	4.07	0.787	3.93	2.236
7	0.727	4.35	0.648	3.17	2.597
8	0.719	4.40	0.661	4.01	3.526
9	0.594	4.52	0.691	4.19	3.292
10	0.683	4.40	0.956	3.75	4.918
11	0.635	4.19	0.987	3.78	3.124
12	0.847	4.21	0.746	3.77	3.543
13	0.643	4.25	0.829	3.99	2.224
14	0.686	4.32	0.813	3.80	4.388
15	0.685	4.26	0.954	3.80	3.500
16	0.732	4.37	0.803	3.83	4.499
17	0.771	4.17	0.87	3.77	3.154
18	0.738	4.26	0.987	3.67	4.327
19	0.707	4.27	0.969	3.75	3.891
20	0.626	4.40	0.912	3.77	5.122
21	0.638	4.23	0.846	3.69	4.614

5.345	0.943	3.62	0.683	4.31	22
6.566	0.868	3.65	0.589	4.42	23
5.848	0.902	3.62	0.632	4.33	24
5.334	0.899	3.64	0.641	4.30	25
4.025	1.013	3.73	0.671	4.27	26
4.287	0.902	3.62	0.697	4.16	27
5.338	0.849	3.58	0.671	4.22	28
4.639	0.944	3.69	0.656	4.28	29
5.117	0.924	3.65	0.722	4.32	30
4.804	0.946	3.59	0.666	4.21	31
4.638	0.981	3.51	0.743	4.15	32
5.295	0.837	3.54	0.732	4.20	33
5.052	0.763	3.64	0.729	4.23	34
3.739	0.949	3.73	0.666	4.21	35
2.071	0.78	3.94	0.813	4.20	36
2.506	0.919	3.83	0.741	4.02	37
2.478	1.06	3.57	0.968	3.96	38

2- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)

ولتحقيق ذلك قامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط بطريقة بيرسون (person) بين درجات العينة على كل فقرة وبين درجاتهم الكلية على المقياس فتبين أن جميع الفقرات ارتباطها جيد مع الدرجة الكلية للمقياس ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

قيم معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.212	14	0.288	27	0.285
2	0.225	15	0.233	28	0.368
3	0.207	16	0.291	29	0.294
4	0.206	17	0.274	30	0.335
5	0.172	18	0.338	31	0.290
6	0.218	19	0.333	32	0.315
7	0.176	20	0.343	33	0.304
8	0.266	21	0.261	34	0.304
9	0.263	22	0.352	35	0.213
10	0.217	23	0.319	36	0.215
11	0.277	24	0.347	37	0.201
12	0.222	25	0.323	38	0.189
13	0.258	26	0.268		

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (198) تساوي (0,113).

3_ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمهارة

ولتحقيق ذلك اعتمدت الباحثة استمارات العينة السابقة وتم إيجاد معامل الارتباط بطريقة بيرسون

(person) بين درجات العينة على كل فقرة وبين درجاتهم على كل مهارة من مهارات مقياس مهارات

التفكير الايجابي، ولم يتم استبعاد أية فقرة والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

قيم معامل الارتباط للفقرة وعلاقتها بالدرجة الكلية للمجال

المجال الرابع: المرونة الايجابية		المجال الثالث: مفهوم الذات الايجابي		المجال الثاني: المشاعر الايجابية		المجال الاول: التوقعات الايجابية نحو الحياة	
معامل الارتباط	رقمها في المقياس	معامل الارتباط	رقمها في المقياس	معامل الارتباط	رقمها في المقياس	معامل الارتباط	رقمها في المقياس
0.420	29	0.404	19	0.400	10	0.399	1
0.488	30	0.490	20	0.467	11	0.294	2
0.481	31	0.445	21	0.419	12	0.397	3
0.462	32	0.465	22	0.257	13	0.349	4
0.444	33	0.364	23	0.408	14	0.437	5
0.382	34	0.424	24	0.379	15	0.305	6
0.296	35	0.428	25	0.477	16	0.298	7
0.335	36	0.441	26	0.435	17	0.336	8
0.402	37	0.471	27	0.457	18	0.379	9
0.419	38	0.419	28				

قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (198) تساوي (0.113)

4_ علاقة المهارة بالمهارة وبالدرجة الكلية للمقياس:

ومن الأساليب الاخرى في الصدق البنائي استعملت الباحثة درجة كل مهارة بالمهارات الاخرى وعلاقة كل مهارة بالدرجة الكلية، ومن ملاحظة جدول (8) يظهر أن جميع معاملات الارتباط موجبة وجيدة ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية بين مهارات التفكير الايجابي.

جدول (8)

معاملات الارتباطات الداخلية بين مهارات المقياس

المجالات	الدرجة الكلية للمقياس	التوقعات الايجابية نحو الحياة	المشاعر الايجابية	مفهوم الذات الايجابي	المرونة الايجابية
الدرجة الكلية للمقياس	1	0.327	0.594	0.735	0.610
التوقعات الايجابية نحو الحياة		1	0.551	0.329	0.448
المشاعر الايجابية			1	0.279	0.556
مفهوم الذات الايجابي				1	0.254
المرونة الايجابية					1

الخصائص السايكومترية للمقياس:

وقد تحققت الباحثة من صدق وثبات المقياس وكما يأتي:

أولاً- صدق المقياس:

وقد تحققت في مقياس مهارات التفكير الايجابي عدة مؤشرات للصدق تمثلت بـ:

1_ **الصدق المنطقي:** هذا النوع من الصدق يتحقق من خلال تعريف مهارات التفكير الايجابي و مهاراته ومن خلال التصميم المنطقي لل فقرات بحيث تغطي المساحات المهمة لكل مهارة من مهارات المقياس. ويقدر الصدق المنطقي للمقياس بإجراء فحص منظم لمجموعة المجالات والفقرات التي يتضمنها المقياس لتقدير مدى تمثيلها للمجال السلوكي أو المفهوم الذي أعد المقياس لقياسه. (فرج، 1980: 254).

2_ **الصدق الظاهري:** وقد تحقق الصدق الظاهري لمقياس مهارات التفكير الايجابي من خلال عرضه بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية لتقدير مدى صلاحية وملائمة فقرات المقياس وتعليماته وبدائله، وكما مرّ ذكره في إجراءات إعداد المقياس، ويعد كل من الصدق المنطقي والظاهري ممثلين لصدق المحتوى.

ثانياً - ثبات المقياس:

ولغرض التحقق من ثبات مقياس مهارات التفكير الايجابي اعتمدت الباحثة طريقتين هما:

أ_ الاختبار - إعادة الاختبار (Test - Retest):

ولحساب الثبات بهذه الطريقة طُبّق المقياس على عينة من مدرسي المدارس الثانوية اختيروا بالطريقة العشوائية بلغ عددهم (30) مدرس ومدرسة كما في المقياس الاول وكما مبين في جدول (11) السابق، ثم أعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مرور (14) يوماً من التطبيق الأول، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني تبين ان معامل الثبات لمهارات التفكير الايجابي (81%)، وهو معامل ثبات جيد إذ أشار (العيسوي) إلى أنه إذا كان معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني (0,70) فأكثر فإن ذلك يعدُّ مؤشراً جيداً لثبات الاختبارات في العلوم التربوية والنفسية. (العيسوي ، 1985 : 58)

ب_ معامل ألفا كرونباخ (Cronbachs Alpha):

وقد تبين أن معامل الثبات لمهارات التفكير الايجابي (85%)، ويعدُّ معامل ثبات جيد.

الصيغة النهائية لمهارات التفكير الايجابي:

تألف المقياس بصورته النهائية مكوناً من (38) فقرةً وكما مبين في ملحق (6)، وكان المتوسط الفرضي له (114)، والدرجة القصوى للإجابة هي (190) بينما كانت الدرجة الدنيا للإجابة (38) ، وقد توزعت الفقرات على اربع مجالات للمجال الاول والثاني (9) فقرات لكل منهما، وللمجال الثالث والرابع (10) فقرات لكل منهما.

أما بدائل الاجابة فقد تكون المقياس من خمسة بدائل ب هي (تتطبق دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، لا تتطبق ابداً). وكانت أوزان البدائل هي (1_2_3_4_5).

الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

- 1_ مربع كأي: استعمل لمعرفة الفروق بين المحكمين الموافقين وغير الموافقين على فقرات المقياسين.
- 2_ الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: استعملت في حساب القوة التمييزية والفروق ذات الدلالة الاحصائية حسب متغير الجنس (ذكور، اناث).
- 3_ معادلة بيرسون: استعمل في استخراج صدق البناء المتمثل في (ارتباط كل درجة بالدرجة الكلية وبدرجة المجال وارتباط المجال بالمجال الاخر وبالدرجة الكلية وحساب معامل الثبات للأدوات وحساب معامل الارتباط بين درجات افراد العينة على المقياسين).
- 4_ معامل الفا كرونباخ: استعمل لحساب معامل ثبات الاتساق الداخلي لفقرات المقياسين.
- 5_ الاختبار التائي لعينة واحدة: استعمل لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات المتحققة للدرجات والأوساط الفرضية للمقياسين.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

تستعرض الباحثة في هذا الفصل النتائج التي توصل إليها البحث، في ضوء أهدافه المرسومة، وتفسير هذه النتائج ومناقشتها، ومن ثم الخروج باستنتاجات وتوصيات ومقترحات في ضوء تلك النتائج.

أولاً- عرض النتائج وتفسيرها: التعرف على:

الهدف الاول: مهارات التفكير الايجابي لدى مدرسي المرحلة الثانوية.

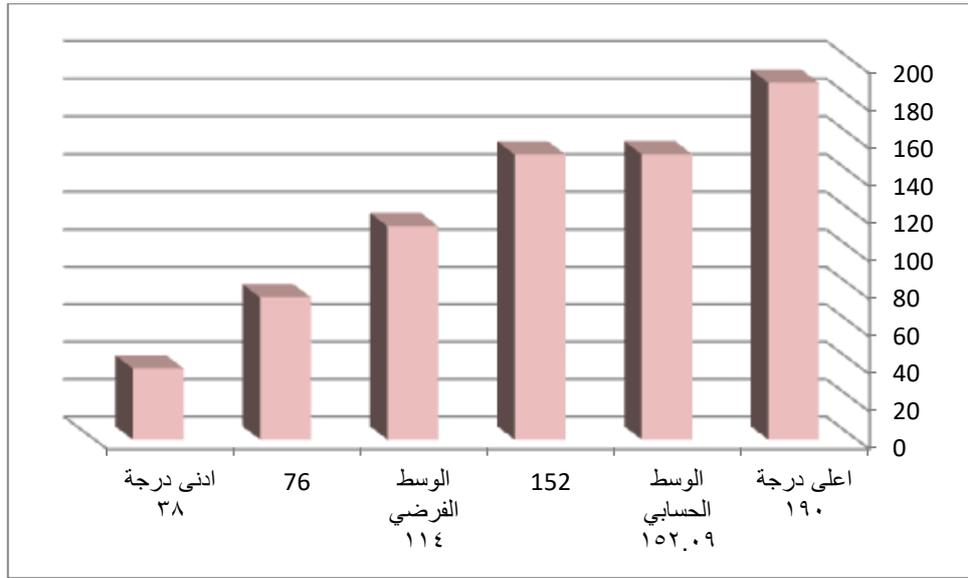
قامت الباحثة بتطبيق المقياس على أفراد (عينة التطبيق النهائي) وبعد معالجة البيانات إحصائياً أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للعينة على مقياس مهارات التفكير الايجابي (152.09) درجة وإن الانحراف المعياري (7.43) درجة، وعند مقارنته بالمتوسط النظري للمقياس والبالغ (114) درجة، تبين أن هناك فرقاً واضحاً بين المتوسطين، ولغرض الوقوف على دلالة هذا الفرق اختبر بالاختبار التائي لعينة واحدة وقد تبين أن القيمة التائية المحسوبة (72.43) أعلى من القيمة الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) أي أن الفرق بين المتوسطين هو ذو دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي وتشير النتيجة إلى أن العينة لديهم مهارات تفكير ايجابي، والجدول (9) يوضح ذلك

جدول (9)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لعينة الطلبة على مقياس مهارات التفكير الايجابي

مستوى الدلالة	القيمة التائية		المتوسط النظري	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغير
	الجدولية	المحسوبة					
0.05	1.96	72.43	114	199	7.43	152.09	مهارات التفكير الايجابي

تشير النتيجة اعلاه الى أن مدرسي المرحلة الثانوية لديهم مهارات تفكير ايجابي أقرب للمستوى العالي لأن متوسطهم الحسابي (152.09) اقرب الى اعلى درجة (190) والشكل (1) التالي يوضح لك.



شكل (1) الفرق بين متوسط العينة والمتوسط النظري لمقياس مهارات التفكير الايجابي

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن مدرسي المرحلة الثانوية لديهم مهارات تفكير ايجابي، وذلك قد يكون لحرصهم على العملية التعليمية، واستعمالهم العمليات المعرفية بشكل سليم والتركيز على الاشياء الجديدة في العملية التعليمية، وبناء أفكار وتوقعات ايجابية تسهم في نجاح العملية التربوية، وكذلك التوقعات الايجابية نحو الحياة والعمل، والمشاعر الايجابية التي يتمتعون بها لها أيضا دور في امتلاكهم للتفكير الايجابي، وعلاقتهم الجيدة مع الاخرين، ولديهم المرونة في مواجهة الضغوط وتحملها والعمل على تجاوزها. وقد أشار (Seligman, 1998) في نظريته لمهارات التفكير الايجابي بأن امتلاك الفرد القدرة والحرية على تحديد الطريقة التي يفكر فيها فإن هذا يؤدي إلى معرفة جوانب القوة التي يمتلكها، واستخدام اساليب موجهة تجعله أكثر تحكماً بطرق تفكيره. (الهاللي، 2013:38).

الهدف الثاني: الفروق ذات الدلالة الإحصائية لمهارات التفكير الايجابي تبعا لمتغير الجنس (ذكور، اناث).

تم معالجة البيانات إحصائياً باستعمال الاختبار التائي (T.test) لعينتين مستقلتين فأظهرت النتائج عدم وجود فرق دال إحصائياً يعزى لمتغير الجنس، بين الذكور والاناث في متغير مهارات التفكير، إذ بلغ متوسط درجات الذكور (151.99) درجة وبانحراف معياري قدره (7.89)، في حين بلغ متوسط درجات الاناث (152.18) درجة وبانحراف معياري قدره (6.98)، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (0.180) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (198)، وجدول (10) يوضح ذلك

جدول (10)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مهارات التفكير الايجابي تبعاً لمتغير الجنس
(ذكور - اناث)

مستوى الدلالة 0,05	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الجنس
	الجدولية	المحسوبة					
غير دال إحصائياً	1.96	0.180	198	7.89	151.99	100	ذكور
				6.98	152.18	100	اناث

ويمكن تفسير عدم وجود فرق بين الذكور والاناث في مهارات التفكير الايجابي وذلك قد يكون نتيجة لتشابه القدرات العقلية والتفاعل مع التحديات لكل من الذكور والاناث والتفاعل مع العوامل البيئية والتربية أيضاً يلعب دوراً هاماً في تشكيل تلك المهارات بشكل متساوٍ بين الجنسين، والفروق البيولوجية بين الذكور والاناث قد تكون موجودة في بعض الجوانب الجسدية والهرمونية، ولكنها ليست ذات أهمية فيما يتعلق بمهارات التفكير والعقلية.

بالإضافة إلى ذلك، يمكن لأي شخص من أي جنس أن يتعلم ويطور مهارات التفكير الإيجابي من خلال التدريب والتعلم المستمر. هناك العديد من الطرق والاستراتيجيات التي يمكن أن يستخدمها أي شخص لتعزيز التفكير الإيجابي، مثل التحفيز الذاتي وتغيير الاتجاه العقلي السلبي إلى أفكار إيجابية.

ثانياً : الاستنتاجات

1. مدرسي المرحلة الثانوية لعلاقتهم الايجابية مع الاخرين واتباعهم الاساليب الايجابية المنتجة ظهر لديهم مهارات تفكير ايجابي.
2. لتقارب مستوى تفكير الذكور والاناث الايجابي لم يكن هناك فرق بينهما في مهارات التفكير الايجابي.

ثالثاً: التوصيات

1. تعزيز المهارات الايجابية لدى التدريسين واستخدام مهارات اكثر للارتقاء بالعملية التربوية والتعليمية.

2. على وزارة التربية ان تجعل نصب عينها تطوير المهارات لدى التدريسين واقامة الورش التعليمية والندوات والمؤتمرات لمواكبة التطور الذي يحصل في البلدان المتقدمة.

رابعاً: المقترحات

1. إجراء أبحاث مماثلة للدراسة الحالية على مستويات تعليمية أخرى مثل المرحلة تدريسي الجامعة.
2. إجراء دراسة حول علاقة مهارات التفكير الايجابي مع متغيرات أخرى، مثل الزهو النفسي والانجاز الاكاديمي.

المصادر

1. ابو حلاوة ، محمد سعيد عبد الجواد (٢٠١٤): علم النفس الايجابي ماهيته ومطلقاته النظرية واقامة المتقلبة، الكتاب الالكتروني ومؤسسة العلوم النفسية العربية، بعدد ٣٤.
2. ابو حلاوة، محمد سعيد عبد الجواد (2006): علم النفس، جامعة الاسكندرية، كلية التربية، دمنهور.
3. الانصاري، بدر (1998)، النفاؤل والتشاؤم، المفهوم والقياس والمتعلقات، مطبعة جامعة الكويت، الكويت.
4. ترسي، برايان (١٩٩٠): علم النفس النجاح، الرياض، مكتبة جرير
5. حجازي، مصطفى (٢٠٠٥) الانسان المهدور، ط١، المركز الثقافي العربي، بيروت، لبنان.
6. خليل ، ولاء حسين (٢٠١٢) الخصائص المعرفية والنفسية الفارقة لطلاب المراهقين ذوي التفكير الايجابي والتفكير السلبي، كلية التربية ،جامعة القاهرة.
7. داوود، عزيز حنا، وعبد الرحمن، أنور حسين،(1990): مناهج البحث التربوي، بغداد، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
8. الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم وآخرون، (1981): الاختبارات والمقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق.
9. سليم ،علاء بن احمد بن حسن (٢٠١٥) التفكير الايجابي كمتغير وسيط في العلاقة بين السمات الشخصية ومعدل الاخطاء في قيادة السيارات ، كلية التربية ،جامعة ام القرى ،المملكة العربية السعودية
10. سليمان، سناء محمد (٢٠١١) التفكير أساسياته وأنواعه تعلمة وتنمية مهاراته ،عالم الكتب ،القاهرة.
11. السيد، فرحان (٢٠٠٥): سيكولوجية تحسين الاطفال ضد العجز المتعلم رؤية معرفية بالقاهرة، القاهرة، دار السحاب للنشر والتوزيع
12. الطيطي، محمد حمد (٢٠٠٣): مهارات التفكير الايجابي في المدرسة الاساسية. المؤتمر العلمي العربي الثالث لرعاية الموهوبين والمتفوقين. رعاية الموهوبين والمبدعين اولوية عربية في عصر العولمة، عمان
13. عبد الرحمن، سعد، (1997): القياس النفسي، ط3، مكتبة الفلاح، الكويت.
14. العريفي ، نادية (٢٠٠٥): الاسرة وبرمجة التفكير الايجابي لدى الطفل الرياض، مكتبة جرير
15. علام، صلاح الدين محمود، (2000): القياس والتقويم التربوي والنفسي، دار الفكر العربي، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
16. علي حسين، اخلاص(٢٠١٤)الامل وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة ،جامعة ديالى، مجله ديالى(٥٦)
17. قاسم، عبد المرید (2009): أبعاد التفكير الايجابي، دراسة عاملة على عينة مصرية واكاديمية، مجلة الدراسات النفسية، مج19، ع4.

18. ملحم، سامي محمد، (2010): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار المسيرة، أربد، الأردن.
19. النجار ، يحيى، والطلاع ، عبد الرؤوف (٢٠١٥) التفكير الايجابي وعلاقته بجوده الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الاهلية بمحافظة غزة ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث ،العدد ٢ المجلد ٢٩ .
المصادر الاجنبية

1. Haynes, Adele Beardsley (2001): Childhood Resilience: A developmental Model to Promote Post ire Out cut comes despite Adversity. Ph.D. Thesis. Faculty of the California school of Professional Psychology. Alameda
2. Algae, S. B & Hadith, J. (2009): Witnessing excellence in action : The other- praising emotions of elevation, gratitude, and admiration. The Journal of positive psychology, 4(2)
3. Algoe, .S.B (2012): Find, remind, and bind: The Functions of gratitude in every dad relationships. Social and personality psychology compass, (6) 455-469.
4. Eble.R.L (1972): Essenthal of Education Mesurement, New jersy,prentice-hilled.,pp.102-139. Newyork: Guilford press
5. Frijda, N.H (1986): The emotions, Cambridge Uk Univerity press.
6. Lazarus. R. S (1991): Emotion and adaptation, Cambridge Uk. Cambridge university press.
7. Seligman & Cisikszent Minholy (2000): Positive psychology an introduction. American psychologist. 55 (5-14).
8. Seligman & Cisikszent Minholy (2000): Positive psychology an introduction. American psychologist. 55 (5-14).
9. Seligman & Lgarbr (1980): Human helpless ness theory and Application, New York, Academic press.
10. Seligman & Pawelski. J. O. (2003): Positive psychology. Faas. Psychological inquiry14. 159-163
11. Seligman & Pawelski. J. O. (2003): Positive psychology. Faas. Psychological inquiry14. 159-163
12. Seligman & Pawelski. J. O. (2003): Positive psychology. Faas. Psychological inquiry14. 159-163