

وزارة التربية

المديرية العامة للتربية في محافظة بغداد الكرخ / 3

التفكير الايجابي وعلاقته مع فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة

بحث مقدم من قبل الدكتور عمار عبد الجبار قدوري السلماني

وزارة التربية

المديرية العامة للتربية في محافظة بغداد الكرخ / 3

Education Ministry

Directorte General of husbandry Baghdad Karkh / 3

Positive Thinking and its Relationship With Self Efficacy For University Students

Dr . Ammar Abdul Jabbar Qadoori Al salmani

Education Ministry

Directorte General of husbandry Baghdad Karkh / 3

مستخلص البحث

الكلمات المفتاحية : التفكير الايجابي و فاعلية الذات

positive thinking and Self Efficacy

يهدف البحث الحالي التعرف على :

- 1 – مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .
 - 2 – مستوى فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة .
 - 3 – الفروق في التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) والتخصص الدراسي (علمي – انساني) .
 - 4 – الفروق في فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) والتخصص الدراسي (علمي – انساني) .
 - 5 – مدى الاسهام بين فاعلية الذات والتفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة
- تكونت عينة البحث من (400) طالبا وطالبة من جامعة بغداد للعام الدراسي 2018 – 2019 بواقع (200) طالبا بنسبة (50 %) ، و (200) طالبة بنسبة (50 %) من المجتمع الاصلي . و تحقيقا لاهداف البحث قام الباحث بالاتي :
- تبني اداتين احدهما لقياس التفكير الايجابي مكون من (31) فقرة ، والاخر لقياس فاعلية الذات مكون من (36) فقرة ،
 - تم حساب معامل الثبات بمعادلة الفا كرونباخ ، حيث بلغت معامل الثبات لمقياس التفكير الايجابي (0.85) ، وبلغت معامل الثبات لمقياس فاعلية الذات (0.89) .
 - اظهرت النتائج انه توجد فروق في التفكير الايجابي لصالح الاناث التخصص الانساني ، وكذلك توجد فروق في فاعلية الذات ولصالح الاناث التخصص الانساني .
- وفي ضوء هذه النتائج قدم الباحث بعض التوصيات والمقترحات
- اعطاء الحرية للطلاب لغرض تحفيزه على التفكير الايجابي ، بوصفه محور العملية التعليمية ، وكونه فاعلا ، ونشطا في تعلمه .
 - اجراء دراسة ارتباطية بين التفكير الايجابي وحل المشكلات .

مشكلة البحث :

اصبحت موضوعات علم النفس الايجابي بؤرة تركيز البحوث والدراسات النفسية في الالونة الاخيرة ، حيث ظهر حديثا على الساحة العلمية العديد والكثير من الدراسات التي تركز على التوجهات الاساسية لعلم النفس الايجابي ، ومن ابرزها التركيز على الجوانب الايجابية للشخصية بدلا من التركيز على الاضطرابات والجوانب السلبية (معمريه ، 2011 : 103) .

وتعد الجامعة من المؤسسات التربوية التي تقوم بدور هام في تربية النشء ، واكسابهم عادات وسلوكيات صحيحة ، وقد اهتمت الجامعات التعليمية بوضع البرامج والانشطة للطلاب بقصد الاستفادة من شغل وقت الطلاب بما يفيدهم وكذلك بقصد زرع وتنمية جوانب وامور مهمة في شخصية الطالب (Beck , 2004 : 113) .

ويعتبر التفكير الايجابي بصفه عامة اداة لرؤية الجانب الايجابي من الاشياء بدلا من الجانب السلبي ، وهو الميل الذي يجعل العقل يتقبل الافكار والصور والكلمات التي تبسط كل ما هو معقد ، بحيث يتوقع الفرد نتائج ايجابية تؤدي الى النجاح فيما يريده ، او يفكر فيه في المستقبل او الحاضر (عبد الحميد ، 2012 : 266) .

ان استخدام الفرد للتفكير الايجابي يصاحبه انخفاض في مستويات القلق والخوف من مواجهة المشكلات الضاغطة مثل مواقف التنافس ، او مواجهة الجمهور ، وهذا يشير الى خط التفكير الايجابي الذي يزيد من التقييم الذاتي الايجابي ومن فعالية الفرد نحو ادراك جوانب المشكلة والثقة في حلها (Belciug et al , 1992 : 8) .

ومن هنا ظهر الاهتمام بالتفكير الايجابي على اعتباره انه يساعد الفرد باستثمار عقله ومشاعره وسلوكه ويغير حياته نحو الافضل ، وهناك كثير من العوامل التي تسهم في دعم التفكير الايجابي ومنها فاعلية الذات وهي مجموعة الاحكام الصادرة عن الفرد ، والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينة ، ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة وتحدي الصعاب ، ومدى مثابرته (الانصاري ، 2012 : 5 - 6) .

كما ان الافراد يوجهون افعالهم من خلال التدريب على التفكير المسبق لان الاحداث المستقبلية تتحول الى حوافز لديهم ، وان تحديد الاهداف يرفع من مستوى الدافعية لديهم (Bandura , 1986 : 133) . ويؤكد باندورا ان مفهوم فاعلية الذات يمثل مركزا رئيسيا في تفسير القوة الانسانية ، ففاعلية الذات تؤثر في انماط التفكير والتصرفات والاستثارة الانفعالية ، وكلما ارتفع مستوى فاعلية الذات ارتفع بالتالي الانجاز وانخفضت الاستثارة الانفعالية (الجاسر ، 1997 : 3) .

ونستنتج ان هذا النوع من التفكير يساعد على تطوير الافراد ، وبالتالي المجتمعات وتحقيق النجاحات ، وهذا هدف كل المجتمعات ونخص بالذكر هذه المرحلة العمرية التي يكون محور تفكيرها نحو الذات وكيفية الاهتمام والمزيد من النشاط والفاعلية فيمكنهم هذا النوع من التفكير من كيفية حل مشاكلهم وكيفية التعامل مع العالم الخارجي ، وعليه يسعى الباحث من خلال هذا البحث من تحديد مستوى التفكير الايجابي وعلاقته بفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة ، حيث سعى البحث الحالي للإجابة على التساؤل الاتي :

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التفكير الايجابي وفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة ، ومنه تفرعت التساؤلات الاتية :

أ - هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفكير الايجابي تعزى لمتغير الجنس (ذكور - اناث) والتخصص الدراسي (علمي - انساني) لدى طلبة الجامعة .

ب - هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في فاعلية الذات تعزى لمتغير الجنس (ذكور - اناث) والتخصص الدراسي (علمي - انساني) لدى طلبة الجامعة .

اهمية البحث :

التفكير الايجابي يحتاج الى عملية ذهنية واعية ومصممة ، اي انه يحتاج الى اليقظة الذهنية ، والعمل المصمم على مجابتهها ولجمها افساحا في المجال لرؤى ايجابية ، وواقعنا الراهن هو اكثر ما يحتاج الى التغيير ، والتحول الى التفكير الايجابي المتفائل ، ولا بد من التشديد على التفكير المتفائل كما يطرحه ويعالجه علم النفس الايجابي (حجازي ، 2012 : 113) .

تعد الجامعة من المؤسسات التربوية التي تقوم باعداد النشء وبناء شخصية الطالب في جميع النواحي وبث روح المسؤولية الاجتماعية ، والاعتداد بالذات ، وتحمل المسؤوليات في الحياة ، ومحاولة ايجاد التوازن المتكامل في جميع جوانب شخصية الطالب ، وهذا ما يؤدي الى رفع مستوى فاعلية الذات لدى الفرد (Beck , 2004 : 111) .

وتعتبر الرغبة والميل والاستعداد لمهنة التعليم من اهم الموضوعات التي تركز عليها مهنة التعليم ، وكذلك القدرة على صياغة الاهداف والتغلب على الصعوبات من خلال فاعلية الذات ووعيه بذاته وسلوكه ، وان الفرد الناجح هو الذي يتمتع بفاعلية ذات عالية . وتكمن اهمية فاعلية الذات من تأدية السلوك المناسب في الموقف المناسب ، فالافراد ممن لديهم مستوى عالي من فاعلية الذات والوعي الذاتي يستجيبون بشكل افضل من غيرهم في تلك المواقف ، كما ان فاعلية الذات ضروري لتطوير المهنة وخاصة المهن التربوية ، ولكي يصبح الطالب قائدا تربويا يتطلب منه ان يمتلك فاعلية ذات عالية تساعد في تطوير

كفاءته ، ومهارته الاجتماعية التي اساسها التوافق الاجتماعي ، وان يكون قادرا على التنبؤ باستجاباتهم للتأثيرات الاجتماعية ، وينبغي ان يثري خبراتهم ويساعدهم على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم وشخصيتهم اثناء تحقيق اهدافهم (عبد الفتاح ، 1985 : 10-16) .

فقد اشارت دراسة (John et al 2007) دراسة طولية لجوانب التفكير الايجابي في الشخصية في المملكة المتحدة (انكلترا) لمدة ثلاث سنوات للفترة من (2002 – 2005) ، واطهرت نتائج الدراسة وجود فروقا دالة لصالح الاناث في العطف والقدرة على الحب والذكاء الاجتماعي ، كما اشارت النتائج الى عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في التفتح العقلي والانصاف وحب التعلم (John et al , 2007 : 341 – 351) .

وتوصلت دراسة (المخلافي وآخرون 2010) الى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين فعالية الذات الاكاديمية و لصالح طلبة التخصصات العلمية ، وكذلك وجود فرق بين متوسط درجات افراد العينة على مقياس فعالية الذات الاكاديمية و لصالح الاناث (المخلافي وآخرون ، 2010 : 481 – 514) .

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف على :

- مستوى التفكير الايجابي عند طلبة الجامعة .
- مستوى فاعلية الذات عند طلبة الجامعة .
- الفروق في التفكير الايجابي حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) ، والتخصص الدراسي (علمي – انساني) .
- الفروق في فاعلية الذات حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) ، والتخصص الدراسي (علمي – انساني) .
- مدى الاسهام بين فاعلية الذات والتفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .

حدود البحث :

حددت الدراسة الحالية بطلبة جامعة بغداد الدراسة الاولى الصباحية للعام الدراسي 2018/2019/

تحديد المصطلحات :

اولا : التفكير الايجابي وعرفه كل من :

1- (2003 Seligman) : هو استعمال الفرد لقدراته العقلية الايجابية من اجل التخلص من الافكار الهدامة او السلبية من خلال التركيز على الموضوعات البناءة والجيدة . (Seligman ,2003: 160) .

2- ابراهيم (2011) : هو الاداة الاكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها ومهامها (ابراهيم ، 2011 : 384) .

التعريف النظري : يتبنى الباحث تعريف (Seligman 2003) في التفكير الايجابي تعريفا نظريا للبحث الحالي .

التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب نتيجة اجابته على فقرات المقياس المعد من قبل الباحث .

ثانيا : فاعلية الذات عرفها كل من :

1 - باندورا (Bandura 1994) : اعتقادات الناس حول امكاناتهم لانتاج المستويات المحددة للاداء التي تمارس تاثيرا في الاحداث المؤثرة في حياتهم (: Bandura , 1994 : 253) .

2 - الالوسي (2001) : احكام الفرد بخصوص قدراته الذاتية والناجمة من المحصلة الكلية لخبرات النجاح والفشل في حياته بشأن مبادرته للقيام بسلوك معين ، وبالجهد الذي يبذله في ذلك السلوك وبمثارته عليه رغم المعوقات في مواقف الحياة (الالوسي ، 2001 : 25) .

التعريف النظري : تبني الباحث التعريف الذي وضعه (باندورا 1994) لفاعلية الذات تعريفا نظريا .

التعريف الاجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته على فقرات المقياس المعد من قبل الباحث .

اولا : التفكير الايجابي

يمثل التفكير الايجابي ابرز جوانب الاقتدار الانساني اذ انه بلا شك الاداة الاكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها ، فالعقبات والصعوبات والمعوقات والسلبيات على اختلاف انواعها لا تحل عمليا الا من خلال التفكير الايجابي الذي وحده يوفر المخارج ، ويستكشف امكانات الحلول ، وبالتالي التفكير الايجابي ليس مجرد مقارنة منهجية بل هو توجه يعبىء الطاقات ويستخرج الظاهر منها من اجل حل المشكلات (حجازي ، 2005 : 329) .

نظرية سيليجمان واخرون 1998 Seligman et al

يرى صاحب هذه النظرية سيليجمان واخرون 1998 ان كل من التفاؤل والتشاؤم هما اسلوبان في التفكير وفي تفسير الوقائع والاحداث ، ويمكن ان نتعلم التفاؤل او التشاؤم بناء على خبراتنا ونمط تنشئتنا بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز ومكانه او احاطة ، وزجر واهمال وحط من القدر ، حيث ان هذا الاسلوب التفاؤلي او التشاؤمي في التفكير متعلم فانه يمكن اعادة تعلمه واستبداله من خلال اساليب تدريبية علاجية (حجازي ، 2012 : 120) .

وقد اشار سيليجمان (Seligman 1991) ان الافراد يملكون الحرية والمقدرة الكاملة في اختيار طريقة تفكيرهم ، كما اكد ذلك كل من (Walton , 1985) و (Lawler , 1986) و (Manz & Sims , 1989) ، وان ذلك يؤدي الى ان الفرد يكتشف جوانب القوة التي لديه ويستعمل اساليب وانشطة موجهة لادارتها والتي تجعله اكثر تحكما بصورة ارادية في اتجاهات ومسارات تفكيره (العنزي ، 2007 : 8) . وتبعاً لذلك فقد وضع (سيليجمان واخرون من تلاميذه وزملائه) قائمة تضم اربعة وعشرين عنصراً موزعة على ست فئات تشكل استراتيجيات التفكير الايجابي في الشخصية هي : الحكمة والمعرفة ، والشجاعة ، والنزعة الانسانية ، والاعتدال المزاجي ، والعدالة ، والسمو) ، وان توظيف الانسان لهذه الصفات يجعله يحقق السعادة الحقيقية (Seligman , 2002 : 8) .

ويرى سيليجمان (Seligman 2003) ان التفكير ينساق داخليا من خلال اهداف الشخص ، فالتفكير الايجابي يعتمد على الثقة بان كل شيء يحدث في الحياة يرجع الى افكارنا ومعتقداتنا العقلية ، ان التفكير الايجابي يعتمد على علاقة الفرد بايمانه الديني وعلاقته بنفسه وبالله وبالعالم (Seligman , 2003 : 161) . وقد اشار (Seligman & powelski , 2003) الى ابعاد التفكير الايجابي التي تتضمن التوقعات البناءة التي تهدف الى تحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص الاجتماعية ، والمهنية في المستقبل ،

والمشاعر الايجابية من حيث تمتع الشخص بالانفعالات التي تتمحور حول التعاطف والسعادة ، والطمأنينة في العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الآخرين ، ويعتقد ان المرونة الايجابية هي قدرة الفرد الذهنية الايجابية على تغيير افكاره ومعتقداته بما يناسب الموقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادرا على مواجهته (Seligman & powelski , 162 : 2003) .

ثانيا : فاعلية الذات

ان الافراد يوجهون افعالهم من خلال التدريب على التفكير المسبق ، لان الاحداث المستقبلية تتحول الى حوافز لديهم والمهارات معتمدين على ذواتهم باستخدام استراتيجيات خاصة بهم على اساس ادراك فاعلية الذات لديهم ، كما وان تحديد الاهداف يرفع من مستوى الدافعية ، وانجاز الاداء ، ويؤكد على مبدا الحتمية التبادلية في التعلم الاجتماعي مؤكدا على العلاقات المتبادلة بين العوامل السلوكية والبيئية ، والعوامل المؤثرة في سلوك الافراد (Bandura , 1982 : 122) .

النظريات التي تناولت فاعلية الذات:

نظرية البرت باندورا 1977 Albert Bandura

لقد اشار باندورا اول مرة الى مفهوم فاعلية الذات في كتابه الموسوم (نظرية التعلم الاجتماعي) الصادر عام 1977 ، ولقد ايدت ابحاث باندورا في نظرية التعلم الاجتماعي فكرته القائلة باستطاعة الناس تعلم السلوك الجديد بمشاهدة الآخرين يقومون بممارسة هذا السلوك بموقف اجتماعي ، ومن ثم محاكاة سلوكهم ، وللنظرية الاجتماعية المعرفية خمسة ابعاد تساعد على تحليل تباين سلوك الافراد في مواقف متشابهة وهي كالاتي :

- الترميز: وتعني ترميز المعلومات على شكل رموز وتحويلها الى نماذج معرفية .
- التروي : هو ما يقوم به الافراد من تخطيط لافعالهم وتحديد الاداء المرغوب به .
- التعلم البديل : ويعني التعلم من خلال متابعته لاداء الآخرين ، اي التعلم مع الاقران.
- السيطرة الذاتية : وتعني التعلم من خلال مقارنة ادائه باداء الآخرين.
- فاعلية الذات : وتعني ان يكون الافراد لديهم الثقة في اداء الواجبات المناطة لهم (Bandura , 1977 : 191 – 215) .

انواع فاعلية الذات :

تصنف فاعلية الذات الى الاتي :

- 1 – الفاعلية القومية : وتعني ان تاثير التكنولوجيا الحديثة والتغير الاجتماعي السريع يكون لها تاثير على الافراد الذين يعيشون في الداخل (جابر ، 1990 : 477) .
- 2 – الفاعلية الجماعية : اي ان العمل الجماعي والتعاوني يساعد في حل مشكلاتهم والصعوبات التي تواجههم اي مساندة لاحداث اي تغيير فعال (ابو هاشم ، 1994 : 45 – 65) .
- 3 – فاعلية الذات العامة : ويقصد بها قدرة الفرد على التنبؤ والمثابرة وتحقيق نتائج ايجابية مرغوبة في موقف معين ، واصدار التوقعات الذاتية عن كيفية ادائه للمهام والانشطة التي يقوم بها (Bandura , 1986 : 479) .
- 4 – الخاصية لفاعلية الذات : اي تكون احكام الافراد الخاصة بمقدرتهم على اداء مهمة محددة و لا تكون شاملة لعدة مواضيع (ابو هاشم ، 1994 : 58) .

الفصل الثالث : اجراءات البحث

1 – منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي باعتباره يميل الى تصنيف الحقائق و البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها ، وتحديدتها بالصورة التي هي عليها كميا وكيفيا بهدف الوصول الى نتائج نهائية يمكن تعميمها (شفيق ، 1998 : 108) .

2 - مجتمع البحث :

يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة بغداد الدراسة الاولى للعام الدراسي 2018 / 2019 ، وقد تم تصنيفهم حسب كلياتهم وتخصصاتهم وجنسهم ، اذ بلغ مجموع الكليات (24) ، منها (14) كلية علمية ، و (10) كلية انسانية ، وبلغ حجم المجتمع الاصلي (13630) طالبا وطالبة ، بواقع (6265) ذكور موزعين (3176) انساني ، و (3089) علمي ، (7365) اناث موزعين بواقع (4053) انساني، و (3312) علمي .

3 - عينة البحث :

اشتملت عينة البحث الحالي على (اربعمائة) طالبا وطالبة من طلبة كليات جامعة بغداد ، وقد تم اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية من (4) كليات هي كلية التربية للعلوم الصرفة (ابن الهيثم) ، وكلية التربية للعلوم الانسانية (ابن رشد) ، وكلية العلوم ، وكلية الاداب ، وبواقع كليتين انسانية وكليتين علمية ، وتوزعت عينة البحث بطريقة التوزيع المتساوي على الكليات العلمية والانسانية بواقع (200) طالبا وطالبة ضمن التخصص العلمي موزعين حسب الجنس (100) طالبا ، (100) طالبة ، و (200) طالبا وطالبة من التخصص الانساني موزعين حسب الجنس (100) طالبا ، و (100) طالبة.

4 - ادوات البحث :

أ - مقياس التفكير الايجابي :

تبنى الباحث مقياس حسام محمد منشد (2013) للتفكير الايجابي ، وتم عرضه على عينة من الخبراء المحكمين المختصين لتحديد صلاحية المقياس المكون من (31) فقرة موزعة على اربعة ابعاد وهي ، بعد التوقعات الايجابية نحو المستقبل له (8) فقرات من 1 – 8 ، وبعد المشاعر الايجابية وله (8) فقرات من 9 – 16 ، وبعد مفهوم الذات الايجابي وله (8) فقرات من 17 – 24 ، وبعد الرضا عن الحياة وله (7) فقرات من 25 – 31 ، امام كل فقرة تدرج خماسي من (1 – 5) ، وفي ضوء ارائهم تم الابقاء على جميع فقرات المقياس.

- التحليل الاحصائي لفقرات المقياس (القوة التمييزية للفقرات)

ان الهدف من تحليل فقرات المقياس هو الابقاء على الفقرات الجيدة التي تميز بين الافراد الخاضعين للقياس ، ولغرض استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس ، تم استخدام اسلوب المجموعتين الطرفيتين حيث يعتمد هذا الاسلوب على تقسيم الدرجات الكلية في المقياس الى قسمين متمايزين ، يمثل احدهما المجموعة العليا التي نالت اعلى الدرجات ، فيما يمثل القسم الاخر المجموعة الدنيا التي حصلت على ادنى الدرجات في المقياس ، وقد اعتمدت نسبة (27 %) ، وقد بلغ عدد افراد كل مجموعة (108) فردا ، وقد كانت درجات افراد المجموعة العليا تنحصر بين (155 – 115) درجة ، ودرجات افراد المجموعة الدنيا تنحصر بين (85 – 40) درجة لمقياس التفكير الايجابي ، وقد تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وتطبيق الاختبار التائي (T – Test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين الطرفيتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس ، من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (214) ، والجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1)

القوة التمييزية لفقرات مقياس التفكير الایجابي

المجموعة الدنيا				المجموعة العليا		
الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	الدالة
1	3.805	1.218	3.175	1.324	3.643	دالة
2	4.157	1.096	3.546	1.210	4.174	دالة
3	3.981	1.245	3.398	0.956	3.815	دالة
4	3.675	1.150	2.574	1.024	7.348	دالة
5	4.148	1.100	2.925	1.029	9.721	دالة
6	3.601	1.110	2.666	1.041	6.181	دالة
7	3.722	1.039	2.925	1.073	5.587	دالة
8	4.222	1.016	2.824	1.125	3.699	دالة
9	3.453	1.088	2.879	1.125	3.699	دالة
10	3.463	1.171	3.157	0.968	2.125	دالة
11	3.759	1.175	2.824	1.039	6.925	دالة
12	3.768	1.098	3.018	1.022	5.483	دالة
13	3.657	1.269	2.798	1.228	5.151	دالة
14	3.787	1.023	3.222	1.007	3.762	دالة
15	3.666	0.966	2.713	1.014	6.963	دالة
16	3.685	1.227	2.814	1.095	5.165	دالة
17	3.666	1.127	2.731	1.073	5.668	دالة
18	3.657	1.388	3.083	1.253	3.139	دالة
19	3.888	1.320	2.935	1.137	5.603	دالة
20	4.083	1.033	2.740	1.163	9.639	دالة
21	3.555	1.334	2.843	1.246	3.963	دالة
22	3.055	1.465	2.500	1.256	2.940	دالة
23	3.649	1.222	2.453	1.097	8.687	دالة
24	3.666	1.168	2.546	0.960	7.420	دالة
25	3.666	1.215	2.833	1.063	5.894	دالة
26	3.750	1.136	2.907	1.081	5.614	دالة

دالة	5.718	1.011	2.879	1.142	3.759	27
دالة	6.768	1.032	2.666	1.125	3.675	28
دالة	3.016	1.042	3.185	1.133	3.620	29
دالة	4.746	1.146	3.046	1.050	3.713	30
دالة	5.908	0.983	3.120	0.957	03.87	31

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، وظهر ان جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) عند مقارنتها احصائيا بالقيمة الجدولية (0.098) ، وهذا مؤشر جيد جدا على ان قوة العلاقة وقوة الاتساق الداخلي للمقياس ، وجدول (2) يوضح ذلك .

جدول (2)

قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال والدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي

الفقرات	معامل ارتباط درجة الفقرة بالمجال	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرات	معامل ارتباط درجة الفقرة بالمجال	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية
101	0.312	0.248	117	0.651	0.619
102	0.345	0.330	118	0.560	0.501
103	0.483	0.329	119	0.497	0.424
104	0.522	0.445	120	0.440	0.336
105	0.630	0.596	121	0.458	0.431
106	0.523	0.438	122	0.432	0.409
107	0.518	0.462	123	0.209	0.127
108	0.608	0.586	124	0.328	0.255
109	0.424	0.366	125	0.432	0.395

0.282	0.292	126	0.357	0.361	110
0.224	0.382	127	0.421	0.383	111
0.311	0.371	128	0.356	0.328	112
0.316	0.400	129	0.478	0.377	113
0.400	0.436	130	0.241	0.174	114
0.256	0.362	131	0.444	0.388	115
			0.431	0.322	116

الخصائص السايكومترية لمقياس التفكير الايجابي

ينبغي ان تتوفر بعض الخصائص السايكومترية الاساسية في المقياس ومن اهمها صدقه وثباته ، فقد تحقق للمقياس الحالي مؤشرات الصدق والثبات وهي كالآتي :

اولا : مؤشرات الصدق : 1- الصدق الظاهري ويتضمن :

أ - صلاحية فقرات المقياس : تم عرض المقياس والبالغ عدد فقراته (31) وبدائله الخمس (ينطبق علي كثيرا ، ينطبق علي غالبا ، ينطبق علي احيانا ، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي ابدا) على نخبة من المحكمين والخبراء ، وفي ضوء اراء السادة المحكمين تم الابقاء على جميع فقرات المقياس بدون تغيير .

ب - صدق البناء : وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال استخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، كما ذكر انفا .

العينة الاستطلاعية

تم تطبيق مقياس التفكير الايجابي ومقياس فاعلية الذات على عينة مكونة من (30) طالبا وطالبة من مجتمع البحث ، فتبين ان متوسط الوقت المستغرق للاجابة هو (35) دقيقة ، وتبين ان فقرات المقياس وبدائل الاجابة والتعليمات واضحة ومفهومة لدى الطلاب .

ثانيا : مؤشرات الثبات

1 - طريقة الاختبار واعادة الاختبار (الاتساق الداخلي)

لقد قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (50) طالبا وطالبة ، وبواقع (25) طالبا ، و (25) طالبة ، وبعد مرور اسبوعين اعيد تطبيق الاختبار على المجموعة نفسها ، بعدها تم تنظيم الاجابات واستعمال معامل ارتباط بيرسون لاجاد قيمة الثبات ، وبلغ معامل ارتباط بيرسون (0.77) .

2 - معامل الفا كرونباخ للاتساق الداخلي

وقد اظهرت النتائج ان معامل الفا كرونباخ لمقياس التفكير الايجابي (0.85) ، وهذا يعد مؤشر جيد على اتساق فقرات المقياس وعلى ثبات المقياس .

2 - مقياس فاعلية الذات : تبني الباحث مقياس ولاء اسماعيل يوسف (2015) لفاعلية الذات ، وتم عرضه على نخبة من الخبراء المحكمين المختصين لتحديد صلاحية المقياس المكون من (36) فقرة موزعة على اربعة ابعاد وهي ، بعد المبادرة له (9) فقرات من 1 - 9 ، وبعد المجهود وله (9) فقرات من 10 - 18 ، وبعد المثابرة وله (9) فقرات من 19 - 27 ، وبعد قدرة الفعالية وله (9) فقرات من 28 - 36 ، امام كل فقرة تدرج خماسي من (1 - 5) ، وفي ضوء ارائهم تم الابقاء على جميع فقرات المقياس .

- التحليل الاحصائي لفقرات المقياس (القوة التمييزية للفقرات)

ان الهدف من تحليل فقرات المقياس هو الابقاء على الفقرات الجيدة التي تميز بين الافراد الخاضعين للمقياس ، ولغرض استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس ، تم استخدام اسلوب المجموعتين الطرفيتين حيث يعتمد هذا الاسلوب على تقسيم الدرجات الكلية في المقياس الى قسمين متمايزين ، يمثل احدهما المجموعة العليا التي نالت اعلى الدرجات ، فيما يمثل القسم الاخر المجموعة الدنيا التي حصلت على ادنى الدرجات في المقياس ، وقد اعتمدت نسبة (27 %) ، وقد بلغ عدد افراد كل مجموعة (108) فردا ، وقد كانت درجات افراد المجموعة العليا تنحصر بين (180 - 155) درجة ، ودرجات افراد المجموعة الدنيا تنحصر بين (100 - 50) درجة لمقياس فاعلية الذات ، والجدول (3) يوضح ذلك .

جدول (3)**القوة التمييزية لفقرات مقياس فاعلية الذات**

المجموعة الدنيا				المجموعة العليا		
الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	الدالة
1	4.027	0.999	3.388	1.190	4.729	دالة
2	4.064	1.096	3.157	1.051	6.181	دالة
3	4.361	0.890	3.166	0.932	10.186	دالة
4	3.805	1.139	2.787	1.032	7.851	دالة
5	3.581	1.057	2.787	1.032	7.851	دالة
6	4.268	1.037	2.974	1.054	9.349	دالة

دالة	9.427	1.076	3.018	0.987	4.185	7
دالة	7.545	1.096	2.935	1.058	4.018	8
دالة	6.500	1.011	2.796	1.086	3.750	9
دالة	7.659	1.026	2.990	1.008	4.027	10
دالة	8.807	0.991	2.731	1.112	3.925	11
دالة	8.703	0.972	2.731	1.045	3.518	12
دالة	11.275	1.006	2.814	0.959	4.436	13
دالة	6.849	1.051	2.842	0.923	3.731	14
دالة	5.320	1.031	2.898	0.986	3.592	15
دالة	7.210	0.995	2.981	0.916	4.037	16
دالة	5.435	1.094	3.199	0.942	3.907	17
دالة	8.453	1.053	2.888	0.978	4.064	18
دالة	3.818	1.106	2.638	1.122	3.194	19
دالة	4.213	1.214	2.962	1.016	3.564	20
دالة	6.615	1.077	2.870	0.955	3.759	21
دالة	7.542	1.032	2.787	1.057	3.581	22
دالة	4.213	1.106	2.888	0.942	4.037	23
دالة	8.361	1.010	2.768	1.194	3.935	24
دالة	5.701	0.901	2.970	0.908	3.657	25
دالة	5.562	1.086	2.870	1.054	3.694	26
دالة	9.252	0.909	2.953	0.870	4.092	27
دالة	5.751	1.079	3.046	1.066	3.944	28
دالة	5.654	1.060	2.818	0.986	3.592	29
دالة	5.129	1.007	2.888	1.158	3.675	30
دالة	4.725	0.974	3.148	0.950	3.777	31
دالة	7.756	1.033	2.916	0.915	3.944	32
دالة	7.835	1.021	2.759	1.038	3.685	33
دالة	6.368	1.007	2.888	1.119	3.787	34
دالة	6.663	1.018	3.194	0.966	4.000	35
دالة	6.788	0.999	3.009	1.040	3.962	36

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ، وظهر ان جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) عند مقارنتها احصائيا بالقيمة الجدولية (0.098) ، وهذا مؤشر جيد جدا على ان قوة العلاقة وقوة الاتساق الداخلي للمقياس ، وجدول (4) يوضح ذلك .

جدول (4)

قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال والدرجة الكلية لمقياس الاخفاق المعرفي

الفقرات	معامل ارتباط درجة الفقرة بالمجال	معامل ارتباط درجة الفقرة الكلية	الدالة	الفقرات	معامل ارتباط درجة الفقرة الكلية	معامل ارتباط درجة الفقرة بالمجال	الدالة
1	0.448	0.344	دالة	19	0.472	0.417	دالة
2	0.504	0.437	دالة	20	0.304	0.262	دالة
3	0.623	0.582	دالة	21	0.456	0.394	دالة
4	0.496	0.457	دالة	22	0.558	0.516	دالة
5	0.454	0.456	دالة	23	0.348	0.345	دالة
6	0.463	0.453	دالة	24	0.362	0.361	دالة
7	0.611	0.555	دالة	25	0.583	0.550	دالة
8	0.658	0.610	دالة	26	0.190	0.171	دالة
9	0.521	0.511	دالة	27	0.366	0.406	دالة
10	0.494	0.466	دالة	28	0.439	0.350	دالة
11	0.499	0.469	دالة	29	0.373	0.315	دالة
12	0.514	0.497	دالة	30	0.575	0.492	دالة
13	0.502	0.499	دالة	31	0.506	0.453	دالة
14	0.484	0.441	دالة	32	0.463	0.433	دالة
15	0.657	0.655	دالة	33	0.468	0.438	دالة
16	0.497	0.475	دالة	34	0.519	0.481	دالة
17	0.403	0.376	دالة	35	0.658	0.610	دالة
18	0.492	0.476	دالة	36	0.521	0.511	دالة

الخصائص السايكومترية لمقياس فاعلية الذات

ينبغي ان تتوفر بعض الخصائص السايكومترية الاساسية في المقياس ومن اهمها صدقه وثباته ، فقد تحقق للمقياس الحالي مؤشرات الصدق والثبات وهي كالآتي :

اولا : مؤشرات الصدق

1- الصدق الظاهري ويتضمن :

أ - صلاحية فقرات المقياس : تم عرض المقياس والبالغ عدد فقراته (36) وبدائله الخمس (ينطبق علي كثيرا ، ينطبق علي غالبا ، ينطبق علي احيانا ، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي ابدأ) على نخبة من المحكمين ، وفي ضوء اراء السادة المحكمين تم الابقاء على جميع فقرات المقياس بدون تغيير .

ب - صدق البناء : وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال استخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، كما ذكر انفا .

ثانيا : مؤشرات الثبات

لقد توافرت للمقياس الحالي مؤشرات الثبات الاتية :

1 - طريقة الاختبار واعادة الاختبار (الاتساق الداخلي)

لقد قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (50) طالبا وطالبة ، وبواقع (25) طالبا ، و (25) طالبة ، وبعد مرور اسبوعين اعيد تطبيق الاختبار على المجموعة نفسها ، بعدها تم تنظيم الاجابات واستعمال معامل ارتباط بيرسون لايجاد قيمة الثبات ، وبلغ معامل ارتباط بيرسون (0.74) .

2 - معامل الفا كرونباخ للاتساق الداخلي

وقد اظهرت النتائج ان معامل الفا كرونباخ لمقياس فاعلية الذات (0.89) ، وهذا يعد مؤشر جيد على اتساق فقرات المقياس وعلى ثبات المقياس .

الوسائل الاحصائية

استعمل الوسائل الاحصائية الاتية :

- 1 - مربع كاي لاستخراج الصديق الظاهري لآراء المحكمين .
- 2 - الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس .
- 3 - معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي للمقياس .
- 4 - معادلة الفا كرونباخ لاستخراج ثبات المقياس .
- 5 - معامل الانحدار المتعدد لمعرفة مدى اسهام متغير فاعلية الذات بالتفكير الايجابي.

الفصل الرابع : عرض النتائج

اولا : التعرف على مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة

اظهرت النتائج ان متوسط الدرجات بلغ (30.919) درجة ، وبانحراف معياري (4.177) درجة ، في حين بلغ المتوسط الفرضي (24.5) ، وتم احتساب القيمة التائية لعينة واحدة ، اذ بلغت (14.779) ، وهي اعلى من القيمة الجدولية والبالغة (1.96) ، ودلالة الفروق عند مستوى (0.05) ، وبما ان المتوسط الفرضي اصغر من المتوسط الحسابي ، وهذا يؤشر الى ارتفاع مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة ، والجدول (5) يوضح ذلك .

جدول (5)

القيمة التائية لمقياس التفكير الايجابي

المقياس	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
التفكير الايجابي	24.5	30.919	4.177	14.779	1.96	399	0.05	دالة

تفسير ومناقشة نتيجة الهدف الاول :

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (John et al , 2007) ، اي ان العينة تتمتع بجميع هذه الابعاد ، حيث جاءت مطابقة لنظرية (سيلجمان واخرون 2002) ، وتعزى هذه النتيجة الى ارتفاع مستوى التفكير الايجابي الى طبيعة بعض التخصصات الدراسية وخاصة العلمية التي تطلب من الطالب الدراسة لفترات ، وساعات طويلة للحصول على النجاح ، اضافة الى الواجبات الدراسية التي تدفع الطالب للحصول على نتائج ايجابية ولديهم حب التعلم ، ومعرفة ما هو جديد ، وتتفق نتيجة هذا البحث مع دراسة برونوسكي (Bronowosaki 1974) التي توصلت الى ان الانسان قادر على التفكير الايجابي ويستطيع التوافق مع بيئته ، و قدرته على ان ينظم مشكلاته السلوكية ويحلها (صالح ، شامخ ، 2011 : 33) .

ثانيا : التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة

اظهرت النتائج ان متوسط درجات افراد العينة بلغ (30.727) درجة ، وبانحراف معياري (4.023) درجة ، في حين بلغ المتوسط الفرضي (29) ، اذ بلغت القيمة التائية لعينة واحدة (12.772) ، وهي اعلى من القيمة الجدولية والبالغة (1.96) ، ودلالة الفروق عند مستوى (0.05) ، وبما ان المتوسط الفرضي اصغر من المتوسط الحسابي ، وهذا يؤشر الى ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة ، والجدول (6) يوضح ذلك .

المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس فاعلية الذات

المقياس	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
فاعلية الذات	29	30.727	4.023	12.772	1.96	399	0.05	دالة

تفسير ومناقشة الهدف الثاني :

وهذه النتيجة تتفق مع مسلمات نظرية باندورا (Bandura 1986) ، ودراسة المخلافي واخرون (2010) التي توصلت الى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين فاعلية الذات الاكاديمية ، ولصالح طلبة التخصصات العلمية ، وكذلك وجود فرق بين متوسط درجات افراد العينة على مقياس فاعلية الذات الاكاديمية وفقا لمتغير الجنس ولصالح الاناث (المخلافي واخرون ، 2010 : 418 – 514) .

ثالثاً : الفروق في التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) والتخصص الدراسي (علمي – انساني) .

اظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكور في التخصص العلمي (30.657) ، و (3.621) ، وان المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكور في التخصص الانساني (31.607) ، و (4.265) ، اما المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاناث في التخصص العلمي (31.794) ، و (3.878) ، اما المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاناث في التخصص الانساني (32.520) ، و (4.877) ، ولمعرفة دلالة الفروق ، تم تطبيق تحليل التباين الثنائي بتفاعل حسب الجنس ، والتخصص ، والتفاعل بينهم اظهرت النتائج بالنسبة للتفكير الايجابي بانه يوجد فرق دال في الجنس والتخصص والتفاعل ، والجدول (7) يوضح ذلك .

تحليل التباين الثنائي لمقياس التفكير الايجابي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	القيمة الفائية الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
الجنس	318.673	1	318.673	18.047	3.84	0.05	دالة
التخصص	266.081	1	266.081	14.824	3.84	0.05	دالة
الجنس + التخصص	633.996	1	633.996	35.927	3.84	0.05	دالة
الخطأ	7196.844	396	17.547				
الكلي	7830.840	399					

تم استعمال اختبار (شيفيه) للمقارنات البعدية ، وكانت الدلالة للاناث التخصص الانساني ، لان المتوسط الحسابي اعلى من الذكور التخصص العلمي ، واعلى من الاناث التخصص العلمي ، و اعلى من الذكور التخصص الادبي ،

تفسير ومناقشة الهدف الثالث :

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (John 2007) ، ويمكن ان تعزى هذه النتيجة الى ان طلبة الجامعة تتمتع بانفعالات تتمحور حول التعاطف والسعادة والطمأنينة في العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الاخرين . و يتمتعون بنظرة ايجابية نحو ما يمتلكه من افكار وقوى

ومعتقدات وقدرات متنوعة مما تساعدهم على تغيير افكارهم ومعتقداتهم بما يناسب الموقف (john et al , 2007 :341 - 351) .

رابعا : الفروق في فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) والتخصص الدراسي (علمي – انساني) .

اظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكور في التخصص العلمي (37.810) ، و (4.835) ، وان المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكور في التخصص الانساني (40.496) ، و (4.809) ، اما المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاناث في التخصص العلمي (39.649) ، و (4.584) ، اما المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاناث في التخصص الانساني (43.025) ، و (6.205) ، ولمعرفة دلالة الفروق ، تم تطبيق تحليل التباين الثنائي بتفاعل حسب الجنس ، والتخصص ، والتفاعل بينهما ، حيث اظهرت النتائج بالنسبة لمقياس فاعلية الذات بأنه يوجد فرق دال في الجنس والتخصص والتفاعل ، والجدول (8) يوضح ذلك .

تحليل التباين الثنائي بتفاعل لمقياس فاعلية الذات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	القيمة الفائية الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
الجنس	491.379	1	491.379	20.562	3.84	0.05	دالة
التخصص	927.685	1	927.685	29.710	3.84	0.05	دالة
الجنس + التخصص	1319.613	1	1319.613	47.558	3.84	0.05	دالة
الخطأ	9003.098	396	22.760				
الكلي	10322.711	399					

تم استعمال اختبار (شيفيه) للمقارنات البعدية ، وقد اظهرت النتائج ان الدلالة كانت للاناث في التخصص الانساني ، لان المتوسط الحسابي اعلى من الذكور في التخصص العلمي ، واعلى من الاناث في التخصص العلمي ، واعلى من الذكور في التخصص الانساني .

تفسير ومناقشة نتيجة الهدف الرابع

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (المخلافي وآخرون 2010) ، والتي توصلت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير الجنس ولصالح الاناث ، وهذا يعني ان طلبة الجامعة يتمتعون بفاعلية ذات عالية ويكون سلوكهم مناسب في الموقف المناسب ، وهذا يعني ان طلبة الجامعة يستجيبون بشكل افضل من غيرهم في تلك المواقف ، ويتطلب منهم ان يمتلكوا فاعلية ذات عالية تساعد في تطوير كفاءتهم لكي يكونوا قادة تربويين قادرين على التنبؤ باستجاباتهم للتأثيرات الاجتماعية ، وان يثري خبراتهم ويساعدهم على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم وشخصيتهم اثناء تحقيق اهدافهم ، وكذلك لديهم تفاعل بين العوامل البيئية والسلوكية الشخصية فهي متغير مهم توجه الفرد نحو تحقيق اهداف معينة (المخلافي وآخرون ، 2010 : 418 – 514) .

خامسا : مدى الاسهام النسبي لفاعلية الذات في التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .

تم حساب معاملات الارتباط باستعمال معامل ارتباط بيرسون Person ، ثم اختيار المتغير الدال احصائيا والذي يسهم في تفاعل الذات ، وقد تبين ان متغير التفكير الايجابي يسهم فيه ، فقد اشارت النتائج الى ان مصفوفة الارتباطات بين متغيري التفكير الايجابي وفاعلية الذات دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.001) ، والجدول (9) يوضح ذلك

جدول (9)

مصفوفة الارتباطات بين متغيري التفكير الايجابي وفاعلية الذات

المتغير	فاعلية الذات	التفكير الايجابي
فاعلية الذات	1	0.963
التفكير الايجابي		1

وقد بلغ معامل الارتباط المتعدد (0.963) ، وبعد اخضاع قيمة معامل التحديد الكلي (2) r الذي بلغ (0.985) الى معادلة تحليل الانحدار المتعدد ، ظهر ان النسبة الفائية المحسوبة تساوي (523 . 12959) ، وهي اكبر من النسبة الفائية الجدولية البالغة (2.995) ، وبدرجتي حرية (2 ، 397) ، فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) ، والجدول (10) يوضح ذلك .

جدول (10)

مدى اسهام التفكير الايجابي في درجات متغير فاعلية الذات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	القيمة الفائية الجدولية	الدالة
الانحدار	86871.240	2	43435.620	12959.523	2.995	دالة
الخطأ	1330.600	397	3.352			
الكلي	88201.840	399				

وعند تحويل قيم معاملات الانحدار المتعدد للمتغيرين (التفكير الايجابي و فاعلية الذات) ، اذ بلغ معامل الانحدار المعياري (Beta) لمتغير التفكير الايجابي (0.116 -) ، ولمعرفة دلالاته الاحصائية ، فقد بلغت القيمة التائية (4.067) ، وهي غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.001) ، والجدول (11) يوضح ذلك .

معاملات الانحدار لمتغير التفكير الايجابي في درجات متغير فاعلية الذات

المتغير	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري Std Error	معامل الانحدار المعياري	القيمة التائية المحسوبة t	مستوى الدلالة Sig
الحد الثابت	137.333	2.890	----	47.518	دالة
تفاعل الذات	1.779	0.046	1.105	38.767	دالة
التفكير الايجابي	- 0.116	0.031	- 0.116	- 4.067	غير دالة

تفسير ومناقشة الهدف الخامس :

وقد اظهرت النتائج ان المتغيرين احدهما يسهم في الاخر ، وتفسير ذلك يرجع الى ان طلبة الجامعة يمتلكون الحماس الذي يعتبر اساسا للانفعالات الايجابية التي تنمو من الانخراط في أنشطة ذات قيمة ، والتقدم نحو الاهداف الذاتية والجماعية ، وكذلك ضبط سلوكهم التي تعتبر من اهم المؤثرات الذاتية وهي مصدر الضبط والتفاعل بين العوامل البيئية والسلوكية الشخصية نحو تحقيق اهداف معينة .

الاستنتاجات

استنتج الباحث ما يأتي :

- 1 - وجود فروق في التفكير الايجابي بين التخصص الانساني والتخصص العلمي ، ولصالح الاناث التخصص الانساني .
- 2 - وجود فروق في فاعلية الذات بين التخصص الانساني والتخصص العلمي ، ولصالح الاناث التخصص الانساني .
- 3 - ان طلبة عينة البحث يستعملون التفكير الايجابي بمستوى عال في عملية تعلمهم وتحقيق النجاح .
- 4 - ان طلبة الجامعة لديهم مستوى عال من فاعلية الذات ، اي يستطيعون التنبؤ باستجاباتهم للتأثيرات الاجتماعية .

التوصيات

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث الاتي :

- 1 - اعطاء الحرية للطلاب لغرض تحفيزه على التفكير الايجابي ، بوصفه محور العملية التعليمية ، وكونه فاعلا ، ونشطا في تعلمه .
- 2 - العمل على اقامة برامج تنمية معرفية وعقلية عن طريق المراكز العلمية ومؤسسات المجتمع نقل هذه الابعاد في التفكير الايجابي ، ونجد الطالب الجامعي هو الفاعل والنشط والمعني بتطوير مجتمعه ، وتحقيق الازدهار والتقدم .

المقترحات

استكمالا لاجراءات البحث يقترح الباحثان الاتي :

- 1 - اجراء دراسة ارتباطية بين التفكير الايجابي وحل المشكلات .
- 2- بناء برنامج يساهم في تطوير بعض المهارات مثل تقبل المسؤولية الشخصية

- الالوسي ، احمد اسماعيل (2001) : فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية الاداب ، جامعة بغداد .
- ابراهيم ، عبد الستار (2011) : العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث (اساليبه وميادين تطبيقه) ، الهيئة المصرية العامة للكتب .
- ابو هاشم ، السيد محمد (1994) : اثر التغذية الراجعة على فعالية الذات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- الانصاري ، سامية لطفي (2012) : التفكير الايجابي استراتيجياته وتطبيقاته ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد (22) ، العدد (74) .
- الجاسر ، البندري عبد الرحمن محمد (1997) : الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وادراك القبول – الرفض الوالدي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة ام القرى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ام القرى ، مكة المكرمة .
- حجازي ، مصطفى (2005) : الانسان المهدور ، ط1 ، المركز الثقافي العربي ، بيروت ، لبنان .
- حجازي ، مصطفى (2012) : اطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الايجابي) ، التنوير للطباعة والنشر ، بيروت ، لبنان .
- الرقيب ، سعيد بن صالح (2008) : اسس التفكير الايجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية ، كلية التربية ، جامعة الباحة .
- شفيق ، محمد (1998) : البحث العلمي والخطوات المنهجية لاعداد البحوث الاجتماعية ، المكتب الجامعي الحديث ، الازاريطية ، الاسكندرية .
- صالح ، صالح مهدي ، وشامخ ، بسمة كريم (2011) : التحدث مع الذات وبعض الاضطرابات النفسية والسلوكية ، ط1 ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان .
- عبد الحميد ، ايمان سعيد (2012) : برنامج ارشادي قائم على استراتيجيات التفكير الايجابي لخفض بعض المشكلات السلوكية لدى اطفال المؤسسات الايوائية ، مجلة الطفولة والتربية ، ط 12 .

– عبد الفتاح ، فاروق (1985) : علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين بالمملكة العربية السعودية ، المجلة التربوية ، كلية التربية بالكويت ، العدد (6) ، مجلد (2) .

- العنزي ، يوسف محيلان سلطان (2007) : اثر التدريب على التفكير الايجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التاخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الاساسية ، جامعة الكويت .

- المخلافي ، عبد الحكيم رزق ، امينة ، الجرهموزي احمد (2010) : فعالية الذات الاكاديمية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى الطلبة دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة صنعاء ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد (26) .

– معمريه ، بشير (2011) : علم النفس الايجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الانسانية ، دراسات نفسية ، علم النفس الايجابي .

- Belciug , M , P (1992) : Effects of prior Expectancy & performance outcome on attributions to stable factors in high performance competitive Athletes SA . Res sport physical Education Research vol (14) no (2) .

- Bandura , A (1977) : self – Efficacy , toward a unifying theory of behavioral change , psychological review 184 , (2) pp191 – 215.

- Bandura , A (1982) :self – Efficacy modernism in Human , Amercan psychologis , 37 , pp 122 – 147.

- Bandura , A (1986) : social foundation of thought and action Asocial cognitive theory , Englewood clefts N . J prentice Hall .

- Bandura , B , J , D Gossard (1994) : perceived self – Efficacy & pain control : opioid & Nonopioid mechanisms , Jurnal of personality and social psychology , (53) No (3) .

- Beck – R – (2004) : Motivation theories and principles
New Jersey : person Education Inc .
- John , M . Seligman , M. Peterson , C . Alex , M .S. park
– N (2007):character strengths in united kingdom : The
inventory of strengths personality and individual
Differences – 43pp (341 – 351) .
- Seligman (2002) ,positive psychology , positive
prevention and positive therapy – in c . r .snyder & s
. J . lopez (Eds) the handbook of positive psychology
pp (3 – 9) New york : ox ford University press
- Seligman & pawelski , J , O (2003) : Positive
psychology : faqs psychological inquiry . 14 , 159 –
163.

Abstract

The current research aims to identify :

- 1- The level of positive thinking among the university students .
- 2 - The level of self-effectiveness among university students .
- 3- Differences in positive thinking among university students according to the variable gender (male- female) and the specialization of the study (scientific - human).
- 4- Differences in the self-effectiveness of university students according to the variable of sex (male- female) and the specialization of the study (scientific - human).
- 5- The extent of the contribution between self-effectiveness and positive thinking among university students.

The research sample consisted of (400) students from Baghdad University for the academic year 2018-2019 by (200) students (50%) and (200) students (50%) from the original community, and to achieve the objectives of the

- Adopting two tools were prepared one to measure positive thinking consisting of (31 paragraphs) and the other to measure the effectiveness of self component From (36) paragraphs,

- the stability factor was calculated by the Alpha Kronbach equation, where the stability factor of the positive thinking scale (0.85) and the stability factor for the self-efficacy measure (0.89).

- The results showed that there are differences in positive thinking in favor of female human specialization, which explains the role of socialization and the prevailing culture to form positive trends in female students, as well as differences in the effectiveness of the self and in favor of female human .

specialization, meaning that they have an interaction between factors Environmental and personal behavior is an important variable that guides the individual towards achieving certain goals.

In light of these findings, the researcher made some recommendations and suggestion .

مقياس التفكير الايجابي

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
1	أسعى الى جعل حياتي مشوقة					
2	اعتقد ان الغد افضل من اليوم					
3	أملني كبير في المستقبل					
4	إذا فشلت مرة فسأنجح في المرة القادمة					
5	أؤمن بالفكرة القائلة بعد العسر يسرا					
6	أتوقع تزايد الشعور بالامن والطمأنينة في المستقبل					
7	أسعى الى توسيع العلاقات الاجتماعية في المستقبل					
8	أعتقد انني سأكون ذو شأن في المستقبل					
9	أتصرف بمشاعر المودة مع زملائي					
10	أتسامح بسرعة حتى مع من يخطأون في حقني					
11	الخوف لا يضيع اهدافي					
12	لن اسمح لخطائي ان تثبط عزيمتي					
13	أستمتع بحياتي رغم قلة المادة والثروة					
14	أبدي حبي بسهولة للآخرين بدون حرج					
15	أعتقد انه لا يوجد انسان شرير من الولادة					
16	أشارك الآخرين افراحهم واحزانهم					
17	أشعر بأنني قريب من زملائي					
18	أعتقد انني صبور					
19	أحترم المواعيد مهما كانت درجة اهميتها وألتزم بها					
20	أقبل ذاتي من دون شكوى					
21	أقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد الآخرين					
22	أنا متسامح مع نفسي ولا ألومها كثيرا					
23	أعتقد انني قادر على تحقيق طموحاتي					
24	أعتقد انني موفق فيما أقوم به من عمل					
25	أعتقد بانني محبوب من الآخرين					
26	أعتقد ان حياتي تسير على ما يرام					
27	أشعر بالطمأنينة لانني حققت معظم اهدافي في الحياة					
28	أعيش حياة افضل من غيري					
29	أعتقد انني موفق في حياتي اليومية					
30	أنا دائم البحث عن البدائل الجديدة لحل مشكلاتي					
31	بيدي ان اجعل حياتي مشوقة ومبهجة					

مقياس فاعلية الذات

ت	الفقرات	تتطبق علي دائما	تتطبق علي غالبا	تتطبق علي احيانا	تتطبق علي نادرا	لا تتطبق علي ابدا
1	اواجه الصعاب					
2	اضع خطط مناسبة لتحقيق اهدافي					
3	ينبغي ان يعود الانسان لممارسة عمل فشل فيه سابقا					
4	يسهل علي تحقيق اهدافي وطموحاتي					
5	اضع لنفسك اهدافا بعيدة واسعى الى تحقيقها					
6	اذا لم انجح عند محاولة تعلم شيء جديد سريعا ما اعيد محاولته					
7	احل المشكلات في اسلوب منظم					
8	اعتمد على قدراتي الذاتية في حال واجهتني اي مصاعب					
9	احرص على العمل بحيوية ونشاط فيما اقوم به من اعمال					
10	قدرتي كبيرة على التعامل مع المشكلات التي اتعرض لها في حياتي					
11	استطيع قيادة مجموعة من زملائي الى هدف محدد					
12	عندما احدد الاهداف المهمة لنفسك اجد سهولة في تحقيقها					
13	اسعى الى تعلم اشياء جديدة تبدو صعبة بالنسبة لي					
14	اذا كنت لا استطيع القيام بعمل من اول مرة استمر بالمحاولة حتى انجح فيه					
15	اثق بقدرتي على التخطيط الجيد					
16	احل المشكلات في اسلوب منظم					
17	استطيع التمييز بين ما استطيع وما لا استطيع انجازه					
18	اكون سعيدا بالمتابعة والكفاح في المواقف الصعبة					
19	ثقتي في قدراتي تجعلني اتحمل الكثير من المسؤوليات					
20	اتعامل مع المشكلات الطارئة بشكل جيد					
21	احتاج لمن يساعدني فيما اقوم به من اعمال					
22	استطيع اقناع الآخرين حتى لو خالفوني بالرأي					
23	احرص على معاودة القيام بعمل معين اكثر من مرة حتى احقق ما اسعى اليه					
24	يستهويني حلقات البحث الصعبة والجانب العملي الذي يتطلب جهدا ووقتا واكون سعيدا عند تنفيذه					
25	الفشل يجعلني ازيد من محاولاتي للوصول للهدف					
26	اجد متعة في حل مشكلة يصعب على الآخرين حلها					
27	استطيع ان اجد الحلول المناسبة لاي مشكلات تواجهني					
28	استطيع اكمال المهمة بدقة مهما كانت معقدة					
29	عندي كثير من الطموحات اسعى الى انجازها					
30	امتلك افكارا ناجحة ومثمرة لحل اي مشكلة اتعرض لها مما يساعدني على حلها					
31	اثق في قدرتي على التعامل بكفاءة مع الاحداث غير المتوقعة					
32	استطيع التعامل مع معظم المشكلات الدراسية التي اتعرض لها في الكلية					
33	احرص على تخطيط وتنظيم تفاصيل ما يقوم به من اعمال					

					اثق بامكانياتي وقدراتي للقيام بأشياء تطلب مني	34
					اثق بقدراتي في مساعدة الآخرين حينما تواجههم مشكلة	35
					يلجأ لي زملائي في حل معظم مشكلاتهم	36