

العلاقة بين التفكير الايجابي والتحصيل الدراسي

لدى عينة من الطالبات السعوديات

د . مروة عبد القادر محمد البري

ملخص البحث:

- هدف الدراسة : تهدف الدراسة إلى التصدي لواحد من أهم المشكلات في المجال التربوي التفكير الايجابي وتأثيره بشكل فعال على تنمية جوانب القوة في تفكير الفرد وسلوكه، كما تهدف للتعرف على مدى ارتباط التفكير الإيجابي والتحصيل الدراسي لصلتها بشخصية الفرد وقدراته وصحته النفسية ، وتكامله النفسي بوجه عام في محاولة للوقوف على الدور الذي تلعبه الأفكار الإيجابية كمتغير معرفي.
- تمثلت عينة الدراسة في: (٥٤ طالبة) من طالبات الجامعة، وذلك بتطبيق استبيان التفكير الايجابي عليهن (إعداد عبد الستار إبراهيم:٢٠٠٨).
- توصلت الدراسة للنتائج التالية : عدم وجود علاقة إيجابية داله إحصائية بين التفكير الايجابي والمعدل الدراسي.

The relationship between positive thinking and academic achievement in a sample of Saudi students

Dr. Marwa Abdel Kadir El Berry

Abstract of study:

Objectives: The study aims to address one of the most important problems in the educational field of positive thinking and its impact effectively on the development aspects of the power in the individual thinking and behavior, also aims to identify the correlation of positive thinking and academic achievement that relate to the character of the individual and his abilities and mental health, and integration of psychological generally in an attempt to determine the role played by the positive thinking as a Cognitive variable.

- Procedures of study:

- **Sample :**The sample consisted of (54) students by applying positive thinking questionnaire & Individual information sheet designed by the researcher.

- **Instruments:** positive thinking questionnaire prepared by Abdel Star Ibraheem (2008) & Individual information sheet designed by the researcher.

- **Results:.** There is a No relationship statistical significant between positive thinking and Academic achievement.

مقدمة

يعد التفكير ضرورة إنسانية ، وطريقاً إلى الإبداع في شتى مجالات العلوم والمعرفة، كما أنه يظل من العوامل البارزة التي تدفع بالأمم والأفراد إلى الرقي والتقدم في مختلف مجالات الحياة، بل إنه من الركائز التي تركز عليها البلدان في سعيها لمواكبة الدول المتحضرة، أن الفكر في الإسلام ليس محصوراً في نطاق معرفي محدد، وإنما العلم يتسع ليشمل أنواع المعارف كلها، ولا بد أن نعرف أن الإيجابيات في عقولنا ومشاعرنا تصنع في حياتنا : الإيجابية ، والتفاؤل والطاقة ، والقدرة على الدفاع عن النفس ، وصد الهجوم الذي يصدر إلينا من شياطين الإنس والجن ، وأكبر منهما حديث النفس، " فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال النبي صلى الله عليه وسلم: " يقول الله تعالى: " إن الله عز وجل قال : أنا عند ظن عبدي بي أن ظن بي خيراً فله ، وإن ظن شراً فله " ، قال ابن حجر : " أي قادر على أن أعمل به ما ظن أني عامل به . "

مشكلة الدراسة

يتناول البحث الحالي إحدى العمليات المعرفية والتي يمكنها تحسين التأخر الدراسي لدى التلاميذ، فتعتبر مشكلة التأخر الدراسي من أهم المشكلات التربوية التي تواجه المدرسة وتعوق أداء رسالتها وتحقيق أهدافها على الوجه الأكمل، كما أنها من أخطر المشكلات التي تؤثر على تقدم التلميذ وتطور أدائه ونموه أكاديمياً، ولقد استأثرت تلك المشكلة اهتمام المربين والآباء والتلاميذ على سواء، ذلك لكونها مشكلة يساهم في تكوينها أبعاد تربوية واجتماعية ونفسية، واقتصادية في الوقت نفسه، ومن هذا المنطلق يتطلب الوقوف أمام الأسباب المؤدية إلى التأخر الدراسي.

ويساعد التفكير الإيجابي على زيادة انتباه الفرد وتفكيره في أبعاد النجاح في أي مشكلة والجوانب التي تؤدي إلى تحديد المشكلة وحلها، وليس التركيز على جوانب الفشل فيها.

يعد التفكير الإيجابي والشعور بالخيرية والإحساس بالسعادة أحد الموضوعات الأساسية التي يركز عليها علم النفس الإيجابي، وفي ذات الوقت فإنه لا يهمل التفكير السلبي أو التشاؤمي، بل يسعى علماء علم النفس الإيجابي إلى التعرف على أهم مسببات

السلبية في التفكير في محاولة للتركيز على الجوانب الإيجابية لدى الفرد والتي تدفع به إلى التخلص من التفكير بشكل سلبي

كما يعد التفكير عاملاً من العوامل الأساسية في حياة الإنسان فهو الذي يساعد على توجه الحياة وتقدمها، كما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من المخاطر وبه يستطيع الانسان السيطرة والتحكم في أمور كثيرة وتسييرها لصالحه ، فالتفكير عملية عقلية راقية تبني وتؤسس على محصلة العمليات النفسية الأخرى. (مهاب الوقاد: ٢٠١٢: ٢١٩)

ولكي تحقق النجاح وتعيش سعيداً وتحيا حياة متوازنة يجب أن يشمل التغيير طريقة تفكيرك ، وأسلوب حياتك، ونظرتك تجاه نفسك، والناس، والأشياء، والموقف التي تحدث لك، والسعي الدائم إلى تطوير جميع جوانب حياتك، ويجب عليك أن تعلم أن أي تغيير في حياتك يحدث أولاً في داخلك، في الطريقة التي تفكر بها ، والتي ستسبب لك ثورة ذهنية كبيرة قد تجعل حياتك سعادة أو تعاسة. (إبراهيم الفقي: ٢٠٠٧: ٣٥)

ولقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن تنمية بعض أنواع التفكير من شأنه علاج التأخر الدراسي، ومن أهم هذه الأنواع التفكير الإيجابي (Positive Thinking)، ومنها دراسة دونهي جون (John Donoh ١٩٩٤:١٦)، ويضيف أورليك (٤٢:١٩٩٢) بأن تعلم التفكير الإيجابي هو تعليم لكيفية التركيز على المجالات البناءة والذي يكون له أثر إيجابي على التعلم مدى الحياة، كما أنه يؤدي إلى الرضا الشخصي، كما يضيف سوليفان (Sullivan : 1953:32) أنه يساعد على زيادة انتباه الفرد وتفكيره في أبعاد النجاح في أي مشكلة والجوانب التي تؤدي إلى تحديد المشكلة وحلها، وليس التركيز على جوانب الفشل فيها، وافترض بذلك أن أصحاب هذا النوع من التفكير يؤمنون باعتقادات وقناعات راسخة يواجهون بها تفكيرهم، ومن هذه الاعتقادات المحاولة من أجل النجاح Trail for Success وليس المحاولة والخطأ Trail and Error ، ويشير أيضاً التفكير الإيجابي إلى مفهوم امتلاك الفرد لعدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة تجاه المستقبل، واقتناعه بقدرته على النجاح. (يوسف محيلان سلطان العنزي: ٢٠٠٧)

ومن هنا تأتي أهمية دراسة هذا الشكل من أشكال التفكير والذي لم يحظ بالقدر الكاف من البحث والدراسة في البيئة العربية - في حدود علم الباحثة، والدراسة الحالية

تسعى إلى التنبؤ بالتفكير الإيجابي/ السلبي لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية على اعتبار أن المعتقدات المعرفية لدى الطلاب تعتبر أحد المحددات الرئيسية التي تؤثر في نمط تفكيره (إيجابي/ سلبي).

أهمية الدراسة

- التعرف على العلاقة بين التفكير الايجابي والتحصيل الدراسي وبالتالي ستساعد هذه الدراسة المسؤولين والتربويين مراعاة ذلك في المناهج الدراسية والتخصصات المختلفة.
- ما كشفت عنه البحوث من ضرورة الاهتمام بالكشف عن الطرق التي تساعد على تنمية التفكير الايجابي (أماني سعيدة :٢٠٠٦).
- أهمية موضوع التفكير الايجابي وتأثيره بشكل فعال على تنمية جوانب القوة في تفكير الفرد وسلوكه.
- لتأكيد العديد من الدراسات على صلتها بشخصية الفرد وقدراته وصحته النفسية، وتكامله النفسي بوجه عام، فمن المعروف أن الفكر هو الذي يوجه نشاطنا ويحكم سلوكنا في الاتجاه الصحي أو المرضي (ممدوح صابر، أحمد صابر الشركسي: ٢٠٠٩: ٧٩٥).

أهداف الدراسة وتساؤلاتها

ويتمثل في الإجابة على التساؤل التالي:

هل هناك علاقة دالة إحصائياً بين التفكير الايجابي والمعدل الدراسي.*

مفاهيم الدراسة

أولاً : التفكير الايجابي positive Thinking

يعرف (إبراهيم الفقي، ٢٠٠٧) التفكير الإيجابي على أنه " عادة عقلية يمارسها الفرد بصورة لا شعورية تقوم على استغلال الطاقات والإمكانات الكامنة لدى الفرد، ويقوم التفكير الإيجابي على قدرة الفرد على بناء وتنظيم أفكاره ومعارفه وخبراته، والاختيار من بينها بما يلائم الموقف الحالي، وتركيز شعوره، وتوجيه سلوكياته نحو تحقيق أهدافه التي يسعى إليها، والتخطيط الجيد للمستقبل". (إبراهيم الفقي: ٢٠٠٨: ٨٥)

تشير أماني سعيدة سيد (٢٠٠٥) في تعريفها إلى التفكير الإيجابي بأنه توقع النجاح في قدره على معالجة المشكلات بتوجيه من قناعات عقلية بنائه وباستخدام استراتيجيات قياده الذاتيه التي تزيد من إمداد الفرد بنقته في أدائه وسيطرته وإرادته في عملية التفكير لديه. (أماني سعيدة سيد :٢٠٠٥: ١١٤)

ومن خلال التعريفات السابقة ، فقد قامت الباحثة بتبني التعريف الإجرائي لـ عبدالستار إبراهيم.

التعريف الإجرائي للتفكير الإيجابي

هو تنمية جوانب القوة في تفكير الفرد وسلوكه ، وإعانة الفرد علي اكتشاف الجوانب الإيجابية التي تحقق الكثير من النجاح والتفوق والسعادة الشخصية والرضا عن النفس. (عبد الستار إبراهيم: ٢٠١١: ١٩١)

ثانياً : التحصيل الدراسي Academic achievement

يعد التحصيل الدراسي هو قياس قدرة الطالب على استيعاب المواد الدراسية المقررة ومدى قدرته على تطبيقها من خلال وسائل القياس المختلفة.

وتعرفه مني الحموي (٢٠١٠) بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليه الطالب في الاختبارات التحصيلية للفصل الأول أو الثاني أو نهاية الفصل الدراسي.

(مني الحموي : ٢٠١٠ : ١٩٠)

التعريف الإجرائي للتحصيل الدراسي

هو المعدل الدراسي الذي حصلت عليه الطالبة الجامعية في المستوي الأول والثاني بالفرقة الأولى

الإطار النظري

التفكير الإيجابي

أن التفكير الإيجابي يمثل الأنشطة والأساليب التي يستخدمها الفرد لمعالجة المشكلات باستخدام قناعات عقلية ببناء، وذلك بقيادة أفكاره والتحكم فيها، ولتدعيم ثقة الفرد في تحقيق أهدافه من خلال اعتقاداته وأفكاره المنطقية ذات الطابع التفاوضي.

فهو عبارة عن مجموعه من العمليات العقلية والنفسية والاجتماعية التي يقوم بها الفرد في فهم وإستيعاب ومحاكمة واستدلال وتذكر وإسترجاع عادة حول موضوع ما ، بشكل مترابط ومتناسق وبتسلسل منطقي معقول. (زياد بركات غانم : ٢٠٠٥ : ٩٥)

وهو مصدر قوة وأيضاً مصدر حرية، مصدر قوة لأنه على التفكير في الحل حتى تجده وبذلك تزداد مهارة وثقة وقوة ومصدر حرية لأنك ستتحرر من معاناة آلام سجن التفكير السلبي وأثاره الجسيمة. (إبراهيم الفقي: ٢٠٠٨: ٢٣٥)

فالتفكير الإيجابي بصفة عامه هو أداة لرؤية الجانب الإيجابي من الاشياء بدلاً من الجانب السلبي، فهو الذي يجعل العقل يتقبل الأفكار والصور والكلمات والتي تبسط كل ما هو معقد تبسطه بحيث

يتوقع الفرد نتائج إيجابية تؤدي إلي النجاح فيما يريده أو يفكر به في المستقبل أو الحاضر. (إيمان سعيد عبد الحميد: ٢٠١٢: ٢٦٧)

وهناك الكثير من الدلائل التي تقدمها لنا الممارسات الإكلينيكية بينت أن تركيز العلاج على جوانب القوة وإعانة الشخص على اكتشاف الجوانب الإيجابية في تفكيره وسلوكه تحقق له أو لها كثيراً من النجاح في العملية العلاجية والتفكير الإيجابي لحسن الحظ أسلوب ومهارة وفن يمكن لنا أن نتعلمه ونتدرب عليه. (عبد الستار إبراهيم: ٢٠٠٨: ١٠٠)

العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي:

هنالك عدة عوامل تؤثر في التفكير بشكل عام وعملية التفكير الإيجابي بشكل خاص، لأن جميع المشاعر والمعتقدات والمعارف تبنى أساساً على الأفكار توجد في داخلية العقل، سواء ما كان منها في الشعور أو اللاشعور الكامن داخلياً، وأهم هذه العوامل المستوى العالي لرعاية الطفولة المبكرة في بيئته الأسرية أو التعليمية، البنية الدماغية وطبيعة الجينات الوراثية في هذه البنى العقلية و التدريب البدهي للخيار وممارسة التعليم النظري والعملية للتفكير والانتباه والتغيير والممارسة الواعية وتشجيع الاكتشاف وإصدار الأحكام الارتجالية ومستوى البعد الانفعالي (الاهتمام بالمشاعر) وخفض التوتر والنظرة الشاملة والتحرك بالمحيط الشامل و الضبط بشكل عام والالتزام بالمشاركة في العمل

والصحة البدنية والعقلية والثروة اللغوية للمرء ومفهوم الذات وارتباطه بالمتابعة والتحديات والضبط الداخلي عند المرء والتنشئة الاجتماعية والأسرية ومستوى البيئة الثقافية في محيط المرء وبصيرة المرء وسعة الخيال لتوليد الأفكار وأخيراً استخدام المهارة الذاتية في إعادة التنظيم الاستراتيجي للتفكير.

(محمد حمد الطيبي : ٢٠٠٣ : ٢٥٩)

صفات الشخصية الإيجابية:

- ١- الإيمان بالله سبحانه وتعالى والاستعانة به والتوكل عليه.
- ٢- القيم العليا: الشخصية الناجحة تعيش بقيم عليا مهما كانت المؤثرات أو الإغراءات.
- ٣- الرؤيا الواضحة: الشخصية الناجحة تعرف ما تريد على المدى القصير والمتوسط والبعيد وتعرف ماذا تريد؟ ومتى تريد؟ وكيف تحصل على ما تريد؟ وتضع خطط للتنفيذ بمرونة تامة.
- ٤- الاعتقاد والتوقع الإيجابي: الشخصية الإيجابية تعلم قوة قانون الاعتقاد والتوقع.
- ٥- التركيز على الحل عند مواجهة الصعاب: الشخصية الناجحة تعرف جيدا قوة قانون التركيز، وكيف أنه يلغى أي شيء آخر لكي يستطيع الإنسان أن يركز اهتمامه على ما يريد.
- ٦- الاستفادة من التحديات والصعوبات: الشخصية الناجحة ليست فقط تركز على الحل بل تستفيد من أي تحدي تواجهه وتستخدمه في التخطيط للمستقبل.
- ٧- لا يدع التحديات والصعوبات تؤثر على أركان حياته: هناك سبعة أركان أساسية تسمى الأركان السبعة للحياة المتزنة وهي، الركن الروحاني والركن الصحي والركن الشخصي والركن العائلي والركن الاجتماعي والركن المهني والركن المادي، فلو واجه الشخص الإيجابي تحديا ماديا أو مهنيا فهو لا يدع هذا التحدي يؤثر على باقي الأركان.
- ٨- واثق من نفسه يحب التغيير وخوض المخاطر: الشخصية الناجحة تعرف جيدا أن التغيير شيء واقعي، لذلك فهو يعرف ما يريد من أهداف ويخطط لتنفيذها.

٩- يعيش بالأمل والكفاح والصبر: الشخصية الناجحة تعرف جيدا أنه لولا سعة الأمل لضاقت الحياة وأنه بدون الأمل يضيع الإنسان ويقع في مطبات التحديات والتفكير السلبي، وتعرف أن

الأمل هو البداية وبدون الفعل والكفاح لا يحدث التقدم وعندما تستنفذ كل الوسائل الممكنة فتصبر صبورا جميلا.

١٠- اجتماعي ويحب مساعدة الآخرين: الشخصية الناجحة تتمتع بشخصية محببة إلى القلب لما تتمتع به من إيجابية يحترم الآخرين ويتعامل معهم بتقبل تام دون المحاولة في التحكم فيهم أو استغلالهم. (إبراهيم الفقي: ٢٠١٢: ٩٩-١٠٥)

معوقات التفكير الإيجابي

الفشل في طرح الأسئلة، الفشل في تسجيل واستعارة وشرح الأفكار، الفشل في التفكير بطريقة جيدة، الفشل في تمنى ما هو أكثر، الفشل في أن تكون مبدعاً، الفشل في استمرار المحاولة، الفشل في تحمل تصرفات الإبداع

(محمد حمد الطيبي: ٢٠٠٣ : ٢٦٣-٢٦٢)

وقد ذكر احد المنظرين للعلاج النفسي أن الإنسان أي إنسان يعتبر بشكل ما عالماً أي أن كل فرد (مثله في ذلك مثل العلماء) يتبنى عددا من التصورات عن نفسه ويعتقد مفاهيم عن الأشياء والآخرين. وقد أطلق كيلى - صاحب هذا الرأي - في مواقع أخرى أسماء مختلفة على هذه التصورات فأطلق عليها أحيانا اسم المعتقدات ، وسماها في أحيان أخرى الفلسفة العامة للشخص، لكن ما يفرق الفلسفة العامة أو مفاهيم الشخص عن نفسه وحياته عن آراء الفيلسوف أو العالم هو أن فلسفة الشخص العادي ترتبط بجوانب نموه الشخصي وتتعلق بحياته النفسية وما يرجوه من أهداف اجتماعية وما يحققه بناء على ذلك من سعادة أو شقاء، رضا أو سخط، نجاح أو إحباط، ومن ثم فقد يتبنى الشخص فلسفة تحقق لصاحبها التوافق مع نفسه ومع الآخرين وقد لا تكون كذلك عندما تسبب لصاحبها التعاسة والقلق والكآبة، كما في الكثير من الحالات ونعرف الآن من خلال مراجعة التطورات المعاصرة

في حركة العلاج السلوكي المعرفي أن الفرد عندما يواجه أي موقف أو شخص فإنه ينظر إليه ويتعامل معه وفق نمطين من التفكير، فإما أن:

- يتبنى نمطاً سلبياً من التفكير كالثغالبية العظمى من البشر خاصة هذه الفئة المهمومة (الثكديفة) والمكدودة من الناس وكذلك العصائبيين والمصابين بالاضطرابات العقلية والشخصية.

- وإما أن يتبنى الطريقة الإيجابية التي عادة ما تساهم في تطوير مشاعر وتصرفات تتسم بالطمأنينة والثقة والصحة النفسية والسعادة.

وقد تعرفنا حتى الآن على مجموع التصورات أو الفلسفات اللاعقلانية التي من شأنها إذا تكاثر ظهورها لدى شخص معين أمكن القول بأنه شخص مضطرب نفسياً أو على وشك أن يكون كذلك أو أن نتوقع على الأقل بأنه سيتصرف بكفاءة أقل وسيواجه الأمور باستجابات سلبية كالغضب أو الاكتئاب وسيهزم نفسه من جراء هذا.

(عبد الستار إبراهيم: ٢٠٠٨: ٩٩ ، ١٠٠)

وهذا ما أكدته الدراسة التي أجرها تيسدال J. D. Teasdale (1993) في الولايات المتحدة الأمريكية بهدف التعرف على تأثير التفكير السلبي في السلوك الإكتئابي ومدى العلاقة المتبادلة بينهما وذلك على (٥٢٢) طالبا وطالبة وقد خلصت الدراسة الى نتيجة مفادها ان التفكير السلبي يؤدي الى الاكتئاب وأن المزاج المكتئب يحدد نوعية التفكير إيجابي أو سلبي بمعنى ان هناك علاقة طردية بين التفكير السلبي والاكتئاب. (Teasdale, J. D:1993) ، كما أكدت دراسة بدر الانصاري نفس النتيجة وهي الارتباط الموجب بين التشاؤم والاكتئاب

(دراسة بدر محمد الانصاري: ٢٠٠٧: ٥١٩-٥٢٠)

كما توجد علاقة تبادلية بين المعرفة والانفعال والسلوك وهذه عملية أساسية يقوم على أساسها المدخل المعرفي فالمعرفة Cognitive تؤثر في الانفعال Emotion والسلوك Behavior، وأن الاضطراب الانفعالي والسلوك العصائبي يعتبران نتيجة للتفكير غير العقلاني فالانفعال يصاحب التفكير والانفعال في حقيقته تفكير منحاز ذاتي وغير عقلائي.

وأن جزءاً كبيراً من اضطراب سلوك الإنسان يتم بفعل تفكيره الخاطيء لأنه يفكر بطريقة خاطئة ذلك لأنه لا يعرف الطريقة الصحيحة للتفكير.

(عبد الستار إبراهيم: ١٩٩٤: ٣١٤ ، ٣٢٠)

وهذا ما أشارت إليه صفاء السيد ، محمد الصبوة (٢٠٠٤) في دراستهما حيث وجد ارتباط ايجابي دال بين التعاطف والادراك الايجابي للشريكين مما يسهم في عدم الاختلال الزوجي بينهما

(صفاء اسماعيل مرسي السيد ، محمد نجيب احمد الصبوة : ٢٠٠٤)

فهناك تشابهاً كبيراً ومعتداً بين عمليات التفكير والإدراك.

(زياد بركات غانم : ٢٠٠٥ : ٨٩)

فالتفكير الإيجابي لا ينفصل أبداً عن تلك المعتقدات والأفكار التي يشكلها الفرد عن ذاته وعن قدراته علي التصرف والتحمل أمام الظروف المحيطة به سواء أكانت جيدة أم سيئة.

(إيمان حسنين محمد عصفور: ٢٠١٣: ١٤)

أن أول ما يساعد الإنسان على التحكم بأحاسيسه هو الاتزان الروحي وهو أساس السعادة الدائمة والسبب في ذلك أنه عندما يكون إدراكك روحانياً يصبح تفكيرك روحانياً وترتكزك روحانياً وإحساسك وسلوكك روحانياً، وعندما يصبح الشخص روحانياً يكون سمحاً في تعامله مع الناس ليرضي الله عز وجل، يكون حسن الخلق لطيفاً ودوداً كريماً، فالإتزان الروحاني يرتقي بسلوكيات الإنسان حينما تصلح علاقة العبد بخالقه فان ذلك ينعكس على علاقته بالناس فتجده يعين الضعيف ويعطي المحتاج ويغيث الملهوف ويرحم الصغير ويوقر الكبير.

(إبراهيم الفقي: ٢٠٠٨: ١٥٣)

تتفق الباحثة مع إبراهيم الفقي في أهمية الجانب الروحاني للتحكم في الأحاسيس وكذلك التفكير بإيجابية، فديننا الحنيف يحث على التفاؤل وربنا سبحانه وتعالى يقول أنا عند ظن عبدي بي فأن خيرا فخير وهذا دعوة للإدراك الايجابي لكل الأمور التي تحدث لنا.

التحصيل الدراسي Academic achievement

تشير العديد من الدراسات إلى العلاقة الوثيقة بين زيادة التحصيل الدراسي والتفكير الإيجابي، وهذا ما كشفت دراسة ميشيل ونشارلز (Micheal & Charles 1993:88) التي هدفت إلى دراسة أثر الميل للتفاؤل في بعض مقاييس الإحساس بالتحسن لقياس التفاؤل كدالة للتفكير الإيجابي، ووجد علاقة إيجابية بين التفكير الإيجابي وسرعة الإنجاز والنجاح الأدائي في الكلية، كما يضيف فان رولت (Van Roalt 1994:12) وروشال (Rushall 1998:57) إلى ضرورة التركيز على بعض الاستراتيجيات المعرفية الفعالة في تمكن الفرد من القيادة الذاتية للأفكار ولعمليات التفكير، و من هذه الاستراتيجيات استراتيجيات التحدث الذاتي Self-Talk Strategy، وإستراتيجية التخيل Imagery Strategy، ويشير نيك ومانز (Neck & Manz 1992:46) وستالارد (Stalard 2002:18) إلى أن استخدام برامج القيادة الذاتية للتفكير التي تتضمن استخدام إستراتيجية التحدث الذاتي ذو المحتوى التفاؤلي التي تمكن أصحابها من زيادة مراقبة وتقويم الأفكار الداخلية والقناعات الموجهة لتوقعات الفرد للنجاح في حل المشكلات، وزيادة قدرة الفرد على الإدارة الذاتية للتفكير في وجهات إيجابية، ليصبح أكثر تحكماً بطريقة إرادية في عمليات التفكير واتجاهاتها، مما يؤدي إلى تكوين أنظمة أفكار إيجابية و مسيطرة وفعالة من شأنها زيادة اليقظة والحيوية لعمليات التفكير، ويضيف هودجسون وراشمان (Hodgson & Rachman 1979:18) إلى أن استخدام إستراتيجية التخيل تجعل الفرد يمر بخبرة حل الموقف على المستوى التصوري أو الذهني مسبقاً، الأمر الذي يقل معه القلق المصاحب للموقف الأصلي، وكلما زاد تكرار ممارسة هذا التخيل زادت معه سيطرة الفرد على جوانب الموقف الضاغط، لأنه يكون قد خبره أكثر من مرة.

(يوسف محيلان سلطان العنزي: 2007)

يشير أحمد عبد الخالق (1993) إلى أن التوافق الدراسي حالة تبدو في العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة المدرسية ومكوناتها الأساسية وتتطلب الدراسة الجامعية قدراً أكبر من النشاط من جانب الطالب مقارنة بالمراحل الدراسية السابقة إذا العباء الدراسي أكبر وكتابة التقارير والبحوث والاختبارات الأسبوعية والفصلية، وهذا يتطلب من الطالب تغيير بعض السلوكيات التي تعود عليها في السابق من أجل الوصول إلى حالة التوافق اللازمة التي تضمن له النجاح في الدراسة، والتوافق الدراسي شأنه شأن كل توافق آخر - هو عملية

تغير وتغيير والدارس يبدو في هذا الموقف اكثر من أي موقف اخر وكان عليه هو دائما ان يتغير لا أن يغير ويتضمن التوافق الدراسي مع الكلية التي تضم في بيئتها المدرسين والزملاء والمنهاج الدراسي ولكي يكون الطالب متوافقا دراسيا فلا بد ان يكون متوافقا مع مدرسيه ومع موادته الدراسية ومع زملائه في الكلية وهذا يتطلب من الطالب ان تكون لديه دافعية عالية وتوجه ايجابي نحو الدراسة في الكلية وهذا يتطلب من الطالب ان يختار نوع الدراسة التي يحبها بدافع ورغبة ذاتية وليس ارضاء لرغبات الآخرين، حتى يتمكن من النجاح وتحقيق طموحاته وآماله والقناعة والرضى متلازمان مع التوافق، ويتضمن التوافق الدراسي نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها والتوائم بين المعلم والطالب بما يهيئ للأخير ظروفًا للنمو السوي معرفيا وانفعاليا واجتماعيا.

(أحمد عبد الخالق: ٦١:١٩٩٣)

ويذكر سيد محمدي صميده (٢٠١٠) أن معتقدات الأفراد المعرفية تلعب دور الموجه لسلوكياتهم في حياتهم اليومية؛ كما أنها تؤثر عليهم في اختيار طرق بعينها للأداء والاستجابة للأحداث المختلفة؛ فتصورات المتعلمين عن قدراتهم الخاصة، ومشاعرهم المدركة ومعتقداتهم تجاه الآخرين: (كالمعلم والآباء والأصدقاء)؛ ومعتقداتهم عن مهام التعلم تؤثر تأثيراً دالاً على سلوكياتهم وأدائهم اللاحق من جانب، وعلى مخرجات التعلم المختلفة من جانب آخر ولعل أهمها طريقة التفكير.

(مهلب محمد جمال الدين الوقاد: ٢:٢٠١٢)

وهذا ما أكدته دراسة لوي، كوي، اورليك وزيتزيلبرجر وآخرون (١٩٩٢) et.al Li-Wei, Qi-Wei, Orlick & Zitzelsberger حيث خلص إلى أن الدراسات التي أجريت على التفكير الإيجابي لدى التلاميذ أن تنمية التفكير الإيجابي يؤثر بصورة إيجابية على تقدم التلاميذ فهو وسيلة لاكتساب مهارات التعلم بسرعة وسهولة كذلك فهو يعطي فرصة لتعلم المهارات العقلية في أي سن للأطفال.

(Li-Wei, Qi-Wei, Orlick & Zitzelsberger :١٩٩٢)

لذا تهتم التربية الحديثة والقائمون على العمل التربوي بتحفيز دافعية التعلم لدى الطالب والكشف عن الميول والاهتمامات العلمية لديه، وسير أغوار نفسه، وهي بذلك تساعده على رفع مستواه، وتحسين نظرته لتصبح نظره إيجابية، والأخذ بيده ليكون تفكيره إيجابياً ليزيد ذلك من مستوى تحصيله الدراسي.

الدراسات السابقة

وقام جودهارت Goodhart, D .E ١٩٩٩ بدراسة بعنوان تأثير التفكير الإيجابي والسلبى في التحصيل والأداء الانجازي في مواقف معينة تم اختيار عينة مكونة من ١٥١ طالبا وطالبة من طلبة الجامعة في إحدى الجامعات الأمريكية وقد خلصت الدراسة إلى وجود ارتباط جوهري بين نمط التفكير الإيجابي والقدرة على الانجاز التحصيلي لدى الطلبة ، بينما على العكس من ذلك فقد اظهرت عدم وجود ارتباط جوهري بين التفكير السلبى وقدرة الطلاب على الأداء التحصيلي .

وفي دراسة اجراها هافرين (٢٠٠٤) Haveren, V. R -بعنوان اثر مستوى التفكير السلبى والايجابى فى التحصيل لدى طلبة الجامعة فى ضوء متغيرات الجنس ومستوى التعليم ، وقد اختار الباحث لتحقيق اهداف دراسته عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة ملتحقين فى احدى الجامعات الامريكية من مستويات مختلفة وقد انتهت الدراسة الى ان الطلبة الجامعيين سواء اكانوا فى السنة الاولى أو الاخيرة فإنه لا فروق جوهريه بينهم من حيث مستوى التفكير السلبى والايجابى بينما اظهرت النتائج وجود فروق جوهريه بين مستوى التفكير السلبى والتفكير الايجابى وفق متغير الجنس لمصلحة الطلاب الذكور اذ اظهروا مستوى افضل على التفكير الايجابى.

واستهدفت الدراسة التي اجراها مونرو Mnro, K (٢٠٠٤) التعرف على العلاقة بين التفكير السلبى والتفكير الايجابى وسمي الشخصية المتفائلة والمتشائمة على عينة بلغت ٤٢٠ طالبا وطالبة ممن يدرسون فى احدى الجامعات الامريكية، وقد انتهت الدراسة الى وجود فروق جوهريه فى مستوى التفكير السلبى والايجابى تعزى الى سمي الشخصية المتفائلة والمتشائمة لدى طلبة الجامعة، اذ أظهر الطلبة المتفائلون مستوى اكبر فى التفكير الايجابى بينما اظهر الطلبة المتشائمون مستوى اكبر فى التفكير السلبى، كما اظهرت النتائج عدم وجود أثر لمتغير الجنس والتخصص فى مستوى التفكير السلبى والايجابى على أنه قد أظهر الطلاب بشكل إجمالي ميل نحو التفكير الايجابى.

وسعت الدراسة التي أجراها ادميسدس J Edmeads (٢٠٠٤) فى الولايات المتحدة الامريكية إلى معرفة علاقة بعض المتغيرات بنمطى التفكير الايجابى والسلبى

لدى طلبة الجامعة، طبقت إجراءات الدراسة على عينة بلغت (٧٥) طالبا من الذكور، و (١٠٥) من الإناث في إحدى الجامعات الأمريكية، وانتهت نتائج الدراسة إلى أن ما نسبته (٤٤,٤١%) من الطلبة (ذكور وإناث) قد اظهروا ميلا نحو التفكير الايجابي. كما اظهرت الدراسة وجود علاقة جوهرية بين نمطي التفكير ومتغيري التحصيل والجنس لمصلحة الطلاب مرتفعي التحصيل والإناث إذ أظهر الطلاب ذوو التحصيل المرتفع والطالبات ميلا أكبر نحو التفكير الايجابي، ولم تظهر الدراسة علاقة جوهرية بين متغير الجنس ونمطي التفكير الايجابي والسلبى.

كما قامت دراسة أمانى سعيدة سيد إبراهيم سالم (٢٠٠٥) إلى فحص فاعلية برنامج لتنمية التفكير الايجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية (في ضوء النموذج المعرفي)، وذلك باستخدام المنهج التجريبي ذو المجموعة التجريبية والضابطة بتكنيك القياس القبلي والبعدي لمتغيرات البحث وهي التفكير الايجابي والضغوط الحياتية وابعاد النموذج المعرفي، قامت الباحثة باختيار عينة البحث من طالبات كلية المجتمع بابها تخصص الحاسب الآلي ولقد استخدمت الباحثة مقياس مواقف الحياة الضاغطة (في البيئة العربية مصرية - سعودية) Psychological Skem ، اعداد زينب شقير، اختبار التفكير الايجابي (P.T.T) Positive Thinking Test من إعداد الباحثة قامت بتصميمه بحيث يعطي درجة كلية للتفكير الايجابي، وقد اتضحت نتائج التغير في الابنية الادراكية والوجدانية والسلوكية كنتيجة لاستخدام استراتيجية التحدث الذاتي ، فعلى المستوى السلوكي وجد ان استخدام استراتيجية التحدث الذاتي لها تأثير مباشر علي تنمية التفكير السلبى أو الإيجابي ومن ثم تتبعها السلوكيات الإيجابية المتوافقة أو السلبية غير المتوافقة.

ويوصي البحث بأهمية التدريب على استخدام استراتيجيات القيادة الذاتية للتفكير في أعمار مبكرة لتؤهل الفرد وتهيئه لاستقبال اساليب تعلم جديدة ومهارات نفسية تمكنه من تنظيم التفكير.

ولقد قام عبد المريد قاسم عبد المريد (٢٠١٠) فحص الفروق في جوانب التفكير الايجابي في الشخصية بين مجموعتين من المفحوصين كعينة ممثلة عن المجتمع المصري والمجتمع الايطالي. واعتمدت الدراسة على عينة قوامها (٢٩٣) من المصريين والايطاليين منهم (١٥١) مفحوصاً من المجتمع المصري بينهم طلاب جامعيين عددهم

(٨٩) وموظفين عددهم (٦٢) بواقع (٧٦ ذكراً - ٧٥ أنثى) من الفئة العمرية من (١٧ - ٥٠) سنة ، واما الإيطاليين فعددهم (١٤٢) مفحوصاً بينهم طلاب جامعيين عددهم (١٣٣) وموظفين عددهم (٩) بواقع (٦٠ ذكراً - ٨٢ أنثى) من الفئة العمرية من (١٨ - ٤٥) سنة ، طبق على افراد العينتين المقياس العربي للتفكير الإيجابي (عبد الستار ابراهيم ، ٢٠٠٨) بصورتيه الإيطالية والمصرية واستمارة البيانات الأولية من اعداد الباحث ، اشارت النتائج الى وجود خصائص متشابهة بين المجموعتين في اغلبية جوانب التفكير الإيجابي وهي (الضبط الانفعالي وتقبل الإيجابي مع الاختلاف مع الآخرين وتقبل المسؤولية الشخصية والمسامحة والارحية والذكاء الاجتماعي - تقبل الذات غير المشروط وحب التعلم) بينما كانت هناك فروق دالة بين المجموعتين المصرية والإيطالية في الرضا والتفاؤل حيث ارتفعت معدلات الفروق لصالح الإيطاليين على مقياس التفاؤل بينما ارتفعت معدلات الفروق لصالح المجموعة المصرية على مقياس الرضا و اشارت الدراسة ايضاً الى تميز الذكور المصريين عن الذكور الإيطاليين بحب التعلم وعكس هذه النتيجة هو تميز الاناث الإيطاليات عن الاناث المصريات بحب التعلم والمعرفة بالصحة بينما تميزت الاناث المصريات عن الاناث الإيطاليات بالأريحية.

كما سعت دراسة مهاب محمد جمال الدين الوقاد (٢٠١٢) إلي التنبؤ بالتفكير الإيجابي السلبي لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفعالية الذات لديهم تكونت عينة الدراسة في صورتها الأولية من (٤٠٩) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة بنها وقد تم استبعاد (٩) طلاب لعدم استكمالهم الاجابة على ادوات الدراسة وبذلك اصبحت العينة في صورتها النهائية (٤٠٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة بنها. تمثلت ادوات استبيان الأفكار اللاشعورية الإيجابية ATQP (إعداد : انجرام وويسنكي، ٢٠٠٥ ترجمة الباحث)، مقياس المعتقدات المعرفية (إعداد : محمود عوض الله وامل عبدالمحسن، ٢٠٠٩) ، مقياس فعالية الذات العامة (اعداد : كمال اسماعيل عطية ، ٢٠٠٤). توصلت الدراسة إلى إسهام المعتقدات المعرفية بصورتها (المعتقدات حول التعلم، والمعتقدات حول المعرفة) وفعالية الذات بصورتها (توقعات الفعالية وتوقعات النتائج) في تفسير ٦٠,٨% من التباين الكلي في قدرة طلاب الجامعة على التفكير بصورة إيجابية، كما تسهم المعتقدات المعرفية بصورتها (المعتقدات حول التعلم ، والمعتقدات حول المعرفة) فقط في تفسير ١٦% من التباين الكلي في التفكير السلبي لطلاب الجامعة.

تعقيب على الدراسات السابقة

نستخلص من العرض السابق عدد من المؤشرات هي على النحو التالي :

١- اتفقت معظم الدراسات السابقة على أهمية دراسة التفكير الإيجابي، وأنها أهم مقومات الصحة النفسية لدى الطلاب الجامعيين.

٢- استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في صياغة فروض دراستها وفي تحديد الأدوات .

٣- ندرة البحوث العربية والأجنبية كما ورد في دراسة ادميسدس J Edmeads, (٢٠٠٤) والتي أهتمت بالعلاقة بينه وبين التحصيل الدراسي وطبقت على البيئة الأجنبية، (في حدود علم الباحثة)

لذا تم القيام بهذه البحث لإثراء التراث السيكولوجي العربي.

فروض الدراسة:

تتمثل في الفرض الرئيسي الآتي :

هناك علاقة دالة إحصائياً بين التفكير الايجابي والمعدل الدراسي بأبعاده المختلفة.

الإجراءات المنهجية للدراسة

أولاً: منهج البحث

قد قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لطبيعة وأهداف وفروض البحث الحالي وللوصول للوضع الحقيقي الراهن للظاهرة.

ثانياً : عينة الدراسة :

وتمثلت عينة البحث في (٥٤ طالبة) وذلك بتطبيق استبيان التفكير الايجابي عليهن، وقد راعت الباحثة ألا يكون عدد المجموعة كبيراً حتى لا تكون هناك فروقا كبيرا بين أفراد المجموعة وتكون العينة متجانسة، كما أن هناك صعوبة أخرى في المماثلة في المتغيرات الاقتصادية والاجتماعية مما جعل القائم بالدراسة مضطراً لاختيار أفراد ينتمون إلى مستويات اقتصادية واجتماعية في المستوى المتوسط، (وهذا قيد على الدراسة ونتائجها).

ضوابط وشروط اختيار العينة

لذلك يمكن القول بان عينة البحث الحالي تنطبق عليها صفة العينة المقيدة لأنها محددة بمواصفات عديدة كالجنس، العمر، المستوى الاقتصادي والتعليمي لمجموعة الدراسة ، والتي تعتبر بحكم تكوينها ذات صفات خاصة.

ثالثاً : أدوات الدراسة

سوف تتضمن الدراسة الأدوات الآتية:

١ - استمارة البيانات الشخصية (إعداد الباحثة)

٢- استبيان التفكير الإيجابي (إعداد: عبد الستار إبراهيم (٢٠٠٨))

أولاً- استمارة البيانات الشخصية

وتحتوي استمارة البيانات الشخصية على بيانات مختلفة مثل الاسم (اختياري)، السن، مستوى التعليم، المعدل الجامعي لقياس مستوى التحصيل الدراسي، وذلك بهدف اختيار العينة وضبطها لتحقيق أكبر تجانس بين أفراد عينة الدراسة.

ثانياً- استبيان التفكير الإيجابي Positive Thinking Questionnaire

إعداد عبد الستار إبراهيم (٢٠٠٨) وهو عبار عن ١١٠ عبارة والذي يقيس عشرة ابعاد هي التوقعات الإيجابية والتفاؤل، الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا، حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي، الشعور العام بالرضا، التقبل الإيجابي، الاختلاف عن الآخرين، السماحة والأريحية، الذكاء الوجداني، تقبل غير مشروط للذات، تقبل المسؤولية الشخصية، المجازفة الإيجابية.

وقد اجريت دراسات للتحقق من صدق الاستبيان مثل عبد المرید قاسم (٢٠٠٩) وقد اسفرت التحليلات الاحصائية عن توافر شروط سيكومترية مقبولة بالنسبة لمقياس التفكير الإيجابي حيث بلغ معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (الارتباط بين العبارات الزوجية والفردية) الى ٠,٧٣، بعد التصحيح باستخدام مقياس سبيرمان براون وبطريقة اعادة التطبيق (ن=٣٠) ٠,٩٣، ومن حيث الصدق استخدمت طريقة الارتباط بين درجة كل مقياس فرعي

بالدرجة الكلية على المقياس الكلي حيث تراوحت (بين ٠,٣٢ : ٠,٧٨) يشير الى وجود معامل اتفاق عالي بين المقاييس الفرعية. (عبد المرید قاسم : ٢٠٠٩)

ثم قامت الباحثة بإجراءات ثبات وصدق المقياس

بعد أن ثبتت للباحثة صلاحية المقياس من الناحية الظاهرية كان لزاماً عليها التأكد من مدى صلاحيته من الناحية العلمية والعملية وذلك عن طريق حساب معاملات ثباته وصدقه.

1- ثبات ألفا كرونباخ : Alpha Cronbach Method

تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ في التحقق من ثبات مقياس التفكير الإيجابي لأفراد العينة الاستطلاعية (ن = ٥٤) ، وقيمة معامل ألفا على المقياس ككل ٠,٧٤٤ ، وهي قيمة مناسبة والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول (١) معاملات ثبات كل مقياس من المقاييس الفرعية لمقياس التفكير الإيجابي باستخدام طريقة ألفا كرونباخ

(في حالة حذف المقياس الفرعي)

المعامل ألفا في حالة حذف المقياس الفرعي	المقياس الفرعي لمقياس التفكير الإيجابي
٠,٧٢	التوقعات الإيجابية والتفاؤل
٠,٧٤	الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا
٠,٧٣	حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي
٠,٧٣	الشعور العام بالرضا
٠,٧٣	التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين
٠,٧٢	السماحة والأريحية
٠,٧٣	الذكاء الوجداني
٠,٧٠	تقبل غير مشروط للذات
٠,٧٢	تقبل المسؤولية الشخصية
٠,٧٥	المجازفة الإيجابية
معاملات ثبات ألفا لمقياس التفكير الإيجابي ككل = ٠,٧٢	

يلاحظ من جدول رقم (١) أن جميع معاملات ثبات المقياس في حالة حذف البعد كانت تتراوح بين (٠,٧٠-٠,٧٢٠) وهذا يدل على أن كل مقياس من المقاييس الفرعية لمقياس التفكير الإيجابي له أثر إيجابي في ثبات المقياس ككل، وأن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات.

٢- حساب صدق الاتساق الداخلي : **Internal Consistency** قامت الباحثة بحساب معامل صدق الاتساق الداخلي لكل مقياس من المقاييس الفرعية لمقياس التفكير الإيجابي وهو عبارة عن معامل الارتباط بين الكل والجزء في نتيجة الاختبار ، أي حساب معاملات الارتباط بين كل مقياس من المقاييس الفرعية لمقياس التفكير الإيجابي والدرجة الكلية للاستبيان بعد حذف درجة المقياس الفرعي من الدرجة الكلية لاستبيان للتأكد من صدق الاستبيان ككل، والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول (٢) معاملات ارتباط كل مقياس من المقاييس الفرعية لمقياس التفكير الإيجابي بالدرجة الكلية للمقياس (في حالة حذف المقياس الفرعي من الدرجة الكلية للمقياس)

المقياس الفرعي لمقياس التفكير الإيجابي	معامل الارتباط في حالة حذف المقياس الفرعي
التوقعات الإيجابية والتفاؤل	٠,٥٩**
الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا	٠,٣٨**
حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي	٠,٥٩**
الشعور العام بالرضا	٠,٤٩**
التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين	٠,٥٠**
السماحة والأريحية	٠,٥٩**
النكاء الوجداني	٠,٥٠**
تقبل غير مشروط للذات	٠,٧٥**
تقبل المسؤولية الشخصية	٠,٦٤**
المجازفة الإيجابية	٠,٣٢*

يكشف جدول رقم (٢) عن درجة الاتساق الداخلي للارتباطات بين أبعاد مقياس التفكير الإيجابي والدرجة الكلية لهذا المقياس، وهو ما يوضح بشكل عام وجود ارتباط دال

موجب بين على المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي وتقيس ما وضعت لقياسه وتتصف بدرجة جيدة من صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

نتائج الدراسة ومناقشتها

تمهيد: بعد إعداد أدوات الدراسة وجمع البيانات، وفي إطار تحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة بتحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية عن طريق حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package for Social Science والمعروفة اختصاراً (SPSS)، وفي هذا الجزء تعرض الباحثة لأهم نتائج التحليل ثم تفسير تلك النتائج في ضوء نتائج الدراسات السابقة والإطار النظري.

كخطوة رئيسة لتحديد الأساليب الإحصائية المناسبة قامت الباحثة بالتأكد من اعتدالية توزيع البيانات، وذلك بحساب المتوسط والوسيط والمنوال لدرجات متغيرات الدراسة وذلك لتحديد أي الاختبارات الإحصائية سوف تقوم الباحثة باستخدامه الإحصاء البارامترية Parametric أم الإحصاء لابارامترية Non-Parametric، وكانت النتائج كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول رقم (٣) للتعرف على مدى اعتدالية التوزيع بحساب المتوسط والوسيط والمنوال

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال
العمر	١٨،٥٢	١٩	١٩
معدل التحصيل الدراسي	٤،٢٨	٤،٤	٤
المرحلة الدراسية	٤	٤	٤

نلاحظ من الجدول رقم (٣) أن درجات متغيرات الدراسة تتوزع توزيعاً اعتدالياً ويتضح ذلك من خلال قيم المتوسط والوسيط والمنوال درجاتهم متقاربة في كل مقياس من المقاييس الفرعية، وكان متغير المرحلة الدراسية متغير اسمي ليس رتبي ولا كمي لأن جميع الطالبات كانوا من المستوى الرابع . مما يتيح للباحثة استخدام الإحصاء البارامترية.

- نتائج اختبار صحة الفرض الرئيسي:

ينص الفرض الرئيسي على أنه توجد علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابي بأبعاده والمعدل الدراسي، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين متغيرات الدراسة، والنتائج موضحة بالجدول التالي:

جدول (٤) معامل ارتباط بيرسون بين درجات التفكير الإيجابي ومعدل التحصيل الدراسي

المتغيرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي والمعدل الدراسي	٠،٠١٦	٠،٩٠٩

يتضح من جدول رقم (٤) عدم وجود علاقة إيجابية دالة إحصائية بين التفكير الإيجابي والمعدل الدراسي، وبذلك يتحقق صحة الفرض الرئيسي للدراسة وتعتبر هذه النتيجة منطقية وبذلك لأن الطالب التي تتسم بالتفكير الإيجابي هو طالب يتمتع بالضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا وحب التعلم والتفتح المعرفي الصحي والشعور العام بالرضا والتقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين والسماحة والأريحية والذكاء الوجداني وتقبل غير مشروط للذات وتقبل المسؤولية الشخصية والمجازفة الإيجابية ، فكلما كان لدى الطالب قدرة علي التفكير الإيجابي كلما أصبح أرتفع معدله الدراسي .

والعكس صحيح فالطالب الجامعي الذي ينخفض مستوى تفكيره الإيجابي يظهر لديه اضطراب في الجانب النفسي وتنخفض لديه بالضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا وحب التعلم والتفتح المعرفي الصحي والشعور العام بالرضا و التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين والسماحة والأريحية والذكاء الوجداني وتقبل غير مشروط للذات وبالإضافة إلى ضعف قدرته على تقبل المسؤولية الشخصية ، فإرتفاع المعدل الدراسي يعتبر واحداً من أهم المقومات الأساسية المتربطة بالتوافق مع الحياة الجامعية والمرتبطة أيضاً بالصحة النفسية .

وتتفق نتائج هذا الفرض مع أدبيات التراث السيكلوجي حيث اشار هيلجرنيلسون أن الأفراد تعمل بشكل أكثر ايجابيه في مهمة ما إذا اعتقدوا بأنهم يستطيعوا النجاح فيها، كما أن جهود الأفراد تتخفف في انجاز مهمة ما إذا اعتقدوا بأنهم لن ينجحوا فيها . ويعنى هذا انه عند ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي للفرد أي عندما يؤمن بأنه يستطيع النجاح يبذل جهداً أكثر لكي ينجح .

(Nilsen ،2009: 547)

وهذا يؤكد على أنه إذا ازداد اعتقاد الإنسان بامتلاكه الإمكانيات لحل مشكلة ما بصورة عملية ، كان لديه قناعات لتحويل هذه الطاقات إلى سلوك فاعل، فكلما ارتفع مستوى تفكيره الإيجابي من ثم أدى إلى إرتفاع التحصيل الدراسي.

كما تتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة أماني سعيدة سيد إبراهيم (٢٠٠٥) في دراستها والتي توصلت إلى أن التفكير الإيجابي أدى إلى تحسين التحصيل الدراسي والرغبة في النجاح.

كما تتفق نتائج هذا الفرض دراسة جودهارت ١٩٩٩ Goodhart, D .E والتي خلصت الى وجود ارتباط جوهري بين نمط التفكير الايجابي والقدرة على الانجاز التحصيلي لدى الطلبة ، بينما على العكس من ذلك فقد اظهرت عدم وجود ارتباط جوهري بين التفكير السلبي وقدرة الطلاب على الاداء التحصيلي.

كما تتفق نتائج هذا الفرض أيضاً مع دراسة ادميسدس J Edmeads, (٢٠٠٤) إذ أظهر الطلاب ذو التحصيل المرتفع ميلاً أكبر نحو التفكير الإيجابي.

وجملة ما سبق تري الباحثة أن التفكير الإيجابي لا يتحقق إلا عن طريق بالضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا و حب التعلم والفتح المعرفي الصحي والشعور العام بالرضا والتقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين والسماحة والأريحية والذكاء الوجداني وتقبل غير مشروط للذات وتقبل المسؤولية الشخصية والمجازفة الإيجابية وكلها عوامل هامة مرتبطة بالتحصيل الدراسي، لذلك فالتفكير الإيجابي يلعب دور فعال في التحصيل الدراسي ولذلك كانت الطالبات ذوي التفكير الإيجابي المرتفع أفضل في تحصيلهم الدراسي مقارنة بالطالبات ذوي التفكير الايجابي المنخفض.

توصيات الدراسة

توصي الدراسة الحالية بإجراء العديد من الدراسات التي تخص المجال التعليمي لدوره البالغ الأهمية في إعداد جيل المستقبل الذي سيقوم ببناء المجتمع مثل :

- جودة الحياة التعليمية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي .
- التفكير العقلاني وعلاقته بالتحصيل الدراسي .

مراجع الدراسة

أولاً: المراجع العربية :

- ١- إبراهيم الفقي (٢٠٠٧)، قوة التفكير: القاهرة، إبداع للإعلام والنشر.
- ٢- إبراهيم الفقي (٢٠٠٨)، كيف تتحكم في شعورك وأحاسيسك، القاهرة: دار الأفق.
- ٣- إبراهيم الفقي (٢٠١٢)، التفكير السلبي والتفكير الايجابي، القاهرة، دار اليقين للنشر.
- ٤- أحمد عبد الخالق (١٩٩٣)، أصول الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- ٥- إيمان حسنين محمد عصفور (٢٠١٣)، تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي و خفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة و الاجتماع. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية، ع ٤٢، ج ٣، ص ص ١١ - ٦٣ .
- ٦- إيمان سعيد عبد الحميد (٢٠١٢)، برنامج إرشادي قائم استراتيجيات التفكير الإيجابي لخفض بعض المشكلات السلوكية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية. مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، مصر، مج ٤، ع ١٢، ص ص ٢٤٧ - ٢٩٣
- ٧- أماني سعيدة سيد إبراهيم سالم (٢٠٠٦)، فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية) في ضوء النموذج المعرفي .(مجلة كلية التربية بالإسماعيلية - مصر، ع ٤، ص ص ١٠٥ - ١٦٩ .
- ٨- بدر محمد الانصاري (٢٠٠٧)، القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم: نتائج من ثماني عشرة دولة عربية، قسم علم النفس - كلية العلوم الاجتماعية جامعة الكويت، دراسات نفسية (مج ١٧، ع ٣، يوليو، ص ص ٥١٩ ٥٥١ .
- ٩- زياد بركات غانم (٢٠٠٥)، التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة : دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والتربوية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، مصر، مج ٤، ع ٣، ص ص ٨٥ - ١٣٨ .
- ١٠- عبد الستار إبراهيم (١٩٩٤)، العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث: أساليبه وميادين تطبيقه، القاهرة: دار النشر العربية للنشر والتوزيع .
- ١١- عبد الستار إبراهيم (٢٠٠٨)، عين العقل؟ دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الايجابي، القاهرة: دار الكاتب للطباعة والنشر والتوزيع.

- ١٢- عبد الستار إبراهيم (٢٠١١) ، عين العقل ؟ دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الايجابي، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ١٣- عبد المرید قاسم عبد المرید (٢٠٠٩)، أبعاد التفكير الايجابي في مصر دراسةعاملية ، دراسات نفسية ،مج ١٩ ، ع٤ ، أكتوبر ، ص ص ٦٩١ - ٧٢٣ .
- ١٤- عبد المرید قاسم عبد المرید (٢٠١٠)، دراسة للفروق في بعض جوانب التفكير الايجابي عند مجموعتين مصرية وايطالية، قسم علم النفس كلية الآداب جامعة حلوان، دراسات عربيه في علم النفس (مج ٩ ، ع ٤ ، أكتوبر ، ص ص ٧٣٣ - ٧٧٧ .
- ١٥- محمد حمد الطيبي (٢٠٠٣)، مهارات التفكير الإيجابي في المدرسة الأساسية. المؤتمر العلمي العربي الثالث لرعاية الموهوبين والمتفوقين ، رعاية الموهوبين والمبدعين أولوية عربية في عصر العولمة ،المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين ، الأردن ص ص ٢٥٧ - ٢٧٧ .
- ١٦- مهاب محمد جمال الدين الوقاد(٢٠١٢)، التنبؤ بالتفكير الإيجابي/ السلبي لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفعالية الذات لديهم .مجلة كلية التربية، جامعة بنها، مصر ، مج ٢٣ ، ع ٩٢ ، ص ص ٢١٧ - ٢٤٩ .
- ١٧- صفاء اسماعيل مرسي السيد ، محمد نجيب احمد الصبوة (٢٠٠٤)، علاقة الاختلال الزوجي بكل من التعاطف بين الزوجين والادراك الايجابي لشريك الحياة، دراسات عربية في علم النفس، مج ٣ ، ع٢ :ابريل، ص ص ٣١-٥٨ .
- ١٨- يوسف محيلان سلطان العنزي(٢٠٠٧)،أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، رسالة دكتوراه ،معهد الدراسات التربوية، قسم علم النفس التربوي، القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 1-Edmeads, J (2004) “The power of negative thinking related with some factors” . Journal Articles, No. 00178748
- 2- Goodhart, D .E (1999) “The effects of positive and negative thinking on performance in an achievement situation”. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 51, No. 1 pp 117- 124.
- 3- Haveren, V. R (2004) “Levels career decidedness and negative career thinking by Athletic status, gender, and acadmic class”. Proquest - Dissertation Abstracts No. AAC9963589.
- 4- Mnro, K(2004)“ Optimism : How to avoid negative thinking” . ww.KaliMunro.com
- 5-Nilsen,H (2009) Influence on Student Academic Behaviour through Motivation, Self-Efficacy and Value- Expectation: An Action Research Project to Improve Learning, Issues in Informing Science and Information Technology Volume 6, 2009:547 .
- 6- Teasdale, J. D (1993) “Negative thinking in depression: Cause, effect, or reciprocal Relationship”. Advances in Behaviour Research and Therapy, Vol. 5, No. 1 Pp 3 – 25
- 7- Li-wei, Qi-wei, Orlick & Zitzelsberger et,al (1992) the effect of mental-imagery training on performance enhancement with 7-10 year-old children, journal article 341-208 (last edited on 2002/02/27 18:44:04 us/mountain)
<https://secure.sportquest.com/su.cfm?articleno=325208&title=325208> 103-