

Positive Thinking among Sixth Grade Learners in the Light of a Number of Variables - A Field Study in Schools of the First Cycle of Basic Education in Jablah City-

Dr. Rawa Arif Jnad*
Rana Tawfeek Alian**

(Received 2 / 10 / 2023. Accepted 11 / 12 / 2023)

□ ABSTRACT □

The aim of this research is to determine the level of Positive Thinking among sixth-grade learners in schools in the city of Jableh, and to identify the differences in the level of Positive Thinking among sixth-grade learners in the light of variables such as gender, place of residence, attendance at kindergarten, and relocation after the February 6th earthquake. The researcher used a descriptive approach and developed a scale for Positive Thinking, which was applied to a sample of (269) male and female learners from the first cycle of basic education in Jableh.

The research results showed that the level of Positive Thinking among sixth-grade students is average overall, and there is a superiority in Positive Expectations for the Future compared to other dimensions among the learners.

1. There were no differences between males and females in overall Positive Thinking.
2. There were no differences between learners who relocated after the February 6th earthquake and those who did not relocate in overall Positive Thinking, but there were differences in the dimensions of Positive Expectations for the Future and Positive Feelings, favoring learners who did not relocate from their homes.
3. There were differences between learners who attended kindergarten and those who did not attend in terms of Positive Thinking, favoring learners who attended kindergarten.
4. There were no differences between learners living in rural areas and those living in cities in overall Positive Thinking, but there were differences only in the dimension of Positive Expectations for the Future, favoring learners living in rural areas.

Key words: Positive Thinking, Sixth Grade learners, Schools of the First Cycle of Basic Education.



Copyright :Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright under a CC BY-NC-SA 04

* Professor at curriculum and teaching methods Department, Faculty of Education, Tishreen University, Syria.

**Master Student, Child Education Department, Faculty of Education, Tishreen University, Syria, ranaalyan.a@gmail.com.

التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في ضوء عدد من المتغيرات -دراسة ميدانية في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة جبلة-

د. روعة عارف جناد*

رنا توفيق عليان**

(تاريخ الإيداع 2 / 10 / 2023. قبل للنشر في 11 / 12 / 2023)

□ ملخص □

هدف البحث إلى تعرف مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة، وتعرف الفروق في مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس في ضوء متغيرات (الجنس، مكان الإقامة، دخول الروضة، الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط). استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وكانت الأداة مقياساً للتفكير الإيجابي من إعداد الباحثة، حيث طُبق على عينة مؤلفة من (269) متعلماً ومتعلمة من متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة جبلة. أظهرت نتائج البحث:

1. إنَّ مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي متوسط ككل، وتفقُّ بعد التوقعات الإيجابية نحو المستقبل على بقية الأبعاد لدى المتعلمين.
2. عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التفكير الإيجابي ككل.
3. عدم وجود فروق بين المتعلمين الذين انتقلوا من منزلهم بعد زلزال السادس من شباط، والمتعلمين الذين لم ينتقلوا من منزلهم في التفكير الإيجابي ككل، وكانت الفروق في بعدي التوقعات الإيجابية نحو المستقبل والمشاعر الإيجابية لصالح المتعلمين الذين لم ينتقلوا من منازلهم.
4. وجود فروق بين المتعلمين الذين دخلوا الروضة والمتعلمين الذين لم يدخلوا الروضة في التفكير الإيجابي، وكانت الفروق لصالح المتعلمين الذين دخلوا الروضة.
5. عدم وجود فروق بين المتعلمين الذين يسكنون الريف والمتعلمين الذين يسكنون المدينة في التفكير الإيجابي ككل، وكانت الفروق فقط في بعد التوقعات الإيجابية نحو المستقبل لصالح المتعلمين الذين يسكنون الريف.

الكلمات المفتاحية: التفكير الإيجابي، متعلمي الصف السادس الأساسي، مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.

حقوق النشر: مجلة جامعة تشرين- سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04



* أستاذ، قسم المناهج وطرائق التدريس، كلية التربية، جامعة تشرين، سورية.

** طالبة ماجستير، قسم تربية الطفل، كلية التربية، جامعة تشرين، سورية.

مقدمة

إن الكوارث الطبيعية والحروب والتغيرات الاجتماعية، وغيرها الكثير من التحديات والصعوبات تتغلغل في حياتنا، وتزداد عاماً بعد عام، ولمواجهتها والتأقلم مع تبعاتها؛ نحتاج إلى الكثير من الإيجابية في تصرفاتنا وتفكيرنا أيضاً، فالتعامل مع هذه الصعوبات والتحديات بإيجابية يجعل مواجهتها أمراً يسيراً وممكناً، والتفكير بإيجابية تجاهها، وتجاه ما ينتج عنها يوفر لنا حلولاً وطرقاً للتغلب عليها وتجاوزها، وذلك لأهمية التفكير الإيجابي كأسلوب من أساليب التفكير المختلفة في حياة الإنسان، فقد ذكر عدد من الباحثين أن الأفكار الإيجابية تساعد على التعافي النفسي من التجارب العاطفية السلبية التي يمر بها الإنسان (Bekhet, Matel-Anderson, 2019, p:65-69) وأظهرت دراسة وونغ Wong (2011) ارتباطاً إيجابياً بين التفكير السلبي والأمراض النفسية والقلق والاكتئاب والغضب، وارتباطاً سلبياً بينه وبين السعادة والرضا عن الحياة والصحة النفسية وبالمقابل أظهرت هذه الدراسة أيضاً ارتباطاً إيجابياً بين التفكير الإيجابي والسعادة والرضا عن الحياة والصحة النفسية، وارتباطاً سلبياً بينه وبين الأمراض النفسية والقلق والاكتئاب والغضب، وقد خص ديبونو التفكير الإيجابي بقبعة من القبعات الست في كتابه تحسين التفكير باستخدام القبعات الست، وأوصى أن تستخدم هذه القبعة قبل قبعة التفكير الإبداعي، وذلك لأهمية التفكير الإيجابي في خلق جو مناسب للأفكار الإبداعية، والتفكير الإيجابي كما يراه ديبونو هو تفكير يبحث فيه الفرد عن الجوانب النافعة، ويقوم به بدافع من الفضول والسرور، لأنه يمكننا من صياغة الأمور وإخراجها إلى الوجود (De Bono, 2011, p45). والإيجابية في التفكير تعني المحافظة على التوازن السليم في إدراك المشكلات، حيث يركز الفرد الذي يفكر بإيجابية على الجوانب الإيجابية في الموقف، وهو يحسن الظن بنفسه وبالأخرين، ويفكر في حل المشكلة وينظر إلى هذا أنه صعبٌ لكنه ممكن، ويسعى لتحقيق أحلامه، وينظر إلى المستقبل بتطلعٍ إلى ما هو ممكن (Atia, 2015, p:112-113). ويعد التفكير الإيجابي تحصيناً نفسياً قوياً في وجه الضغوط النفسية والأمراض النفسية التي قد تواجه الفرد، وهذا ما يجعل تحديد مستواه لدى المتعلمين من الأمور المهمة خاصة بعد الأحداث المؤسفة التي قد يتعرضون لها كالحروب والزلازل والفيضانات، وذلك بغية تدميته إن احتاج الأمر لذلك باستخدام البرامج المناسبة.

وتم اختيار متعلمي الصف السادس لتطبيق البحث نظراً لأهمية المرحلة العمرية التي ينتمون إليها، فمرحلة الطفولة المتأخرة تمتد من (9 - 12) سنة، ويطلق عليها اسم قبيل المراهقة، وهنا يصبح السلوك بصفة عامة أكثر جدية، وتتميز بتعلم المهارات اللازمة لشؤون الحياة وتعلم المعايير الخلقية والقيم وتكوين الاتجاهات والاستعداد لتحمل المسؤولية وضبط الانفعالات (Bdeer, 2010, p:157). وانطلاقاً من أهمية التفكير الإيجابي لدى المتعلمين لما له من دور كبير في مناعتهم النفسية، قامت الباحثة بهذا البحث لتسلط الضوء على التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس.

مشكلة البحث:

لم تكن الحياة سهلةً في الماضي وليس من المتوقع أن تكون كذلك في الحاضر أو المستقبل، فقد ارتبطت دائماً بصعوبات وتحديات قد تفوق أحياناً قدراتنا على تحملها أو تجاوزها أو حتى التغلب على تبعاتها، ولا نتحدث هنا عما يواجهه الإنسان من صعوبات وتحديات في حياته الشخصية فقط، بل نركز أيضاً على ما نواجهه جميعاً من كوارث طبيعية كالزلازل والحرائق والفيضانات، كالزلازل المدمر الذي حدث في السادس من شباط عام 2023 والذي دمر عدداً كبيراً من المنازل في عدد من المدن السورية والأخطر من هذا أثره على الاطفال، ففي بيان صحفي لليونيسيف ذكرت

فيه أن 3.7 مليون طفل فب المناطق المتضررة في سورية يواجهون العديد من الأخطار المتزايدة والتي قد تكون كارثية بعد الزلزال.(www.unicef.com). ولا يمكن أن ننسى الحرائق التي تعرضت لها الأراضي الزراعية والحراجية وعدد من المنازل في الأعوام الأخيرة، والحروب التي ترمي بتقل نتائجها على الجميع شباباً وأطفالاً وكباراً، والسؤال هنا كيف يواجه الإنسان كل هذا؟ أو حتى كيف واجهه في الماضي؟ والجواب قد لا يتعدى كلمة واحدة هي التفكير، فقد أنعم الله على الإنسان وأعطاه القدرة على التفكير، والتفكير كما يعرفه ديونو هو العملية التي يمارس الذكاء من خلالها نشاطه على الخبرة، أي أنه يتضمن القدرة على استخدام الذكاء الموروث، وإخراجه إلى أرض الواقع، مثلما يشير إلى اكتشاف متبصر أو متأن للخبرة من أجل الوصول إلى الهدف (De Bono, 1989, P:42)، وله أساليب وأنماط وأنواع عديدة وكلها ضرورية لحياة صحية صحيحة، ومن أساليبه التي احتلت جانباً كبيراً من البحث هي التفكير الإيجابي، ونجد من خلال مراجعة الأدب النظري المتعلق بالتفكير الإيجابي أنه يرتبط بتحسين الصحة العقلية، في حين أن التفكير السلبي قد يقلل من صحة الشخص العقلية (Naseem & Khalid, 2010, P42-61)، وتشمل آثار التفكير الإيجابي المشاعر الإيجابية والعواطف الإيجابية والصفات السلوكية الإيجابية والمساعدة في حل المشكلات (Bekhet & Zauszniewski, 2013 P1074-1093.; Naseem & Khalid, 2010, P42-61) . وقد يساعد التفكير الإيجابي في التعافي النفسي من التجارب العاطفية السلبية (Bekhet & Matel-Anderson, 2019, P65-69)، وتؤثر الأفكار التي يمتلكها الشخص حيال موقف معين في زيادة التوتر الذي يشعر به، ويمكن أن يؤثر التفكير الإيجابي على تصور الشخص وقدرته على التعامل من خلال خلق تجربة أقل تهديداً، ويمكن للأفكار الإيجابية أن تحفز الأفراد، وبالمقابل ترتبط الأفكار السلبية بنتائج صحية سيئة وسوء تقدير للذات. (Naseem & Khalid, 2010, P42-61) ، لذا قد يكون التفكير الإيجابي من أهم الأسلحة التي نحارب بها النتائج السلبية المدمرة للكوارث الطبيعية والحروب، والتي يجب أن تتوفر أيضاً لدى أطفالنا. ومن الأبحاث التي تناولت التفكير الإيجابي بحث زين الدين (Zain Al-deen) (2019) وبحث مجدوب وبشلاغم (Medjdoub & Bechlaghem) (2018) وبحث شلال (Shalal) (2019) وقد اهتمت هذه الأبحاث بتحديد مستوى التفكير الإيجابي لدى شرائح عدة، كطلاب الجامعة وطلاب الثانوية وربطه بعدد من المتغيرات، ونظراً لأهمية التفكير الإيجابي وانطلاقاً من الأبحاث التي تناولته ونتائجها، وأهمية مرحلة الطفولة المتأخرة ستسلط الباحثة الضوء على التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في ضوء عدد من المتغيرات، ويتلخص السؤال الرئيس للبحث بالآتي: ما مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة في ضوء متغيرات (الجنس، مكان السكن، دخول الروضة، الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط)؟

أهمية البحث وأهدافه

أهمية البحث:

تكمن الأهمية النظرية للبحث في الآتي:

- أهمية المرحلة العمرية التي تتناولها الدراسة (مرحلة الطفولة المتأخرة) كونها مرحلة هامة في تكوين شخصية الفرد وتنمية مهاراته المختلفة.

▪ أهمية التفكير الإيجابي لدى المتعلمين نظراً كونه يؤدي دور الحصن المنيع في وجه الأمراض والضغط النفسية المختلفة التي قد يتعرض لها الإنسان.

▪ يعد من الأبحاث الجديدة التي تتناول التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي (على حد علم الباحثة).

وتكمن الأهمية التطبيقية للبحث في الآتي:

▪ يمكن أن يشجع الباحثين للقيام بأبحاث تعني البحث العلمي عن التفكير الإيجابي وربطه بمتغيرات مختلفة.

▪ يمكن الاستفادة من مقياس التفكير الإيجابي الذي ستصممه الباحثة في تحديد مستوى التفكير الإيجابي لدى المتعلمين.

▪ يمكن الاستفادة من نتائج البحث في تحديد مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي، وتحديد فيما إن كانوا بحاجة لبرامج تدريبية أو تعليمية لتنمية التفكير الإيجابي لديهم.

• أهداف البحث:

سعى البحث إلى التعرف إلى مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في ضوء عدد من المتغيرات، وتعرّف الفروق في التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي تبعاً للمتغيرات الآتية (دخول الروضة، الجنس، مكان الإقامة، الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط).

• أسئلة البحث:

سعت الباحثة من خلال هذا البحث الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي:

ما مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة؟

• فرضيات البحث:

اختبرت فرضيات البحث عند مستوى الدلالة (0.05):

- لا يوجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير دخول الروضة.

- لا يوجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الجنس.

- لا يوجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير مكان الإقامة.

- لا يوجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط.

2 - مصطلحات البحث:

- التفكير الإيجابي **Positive Thinking**: هو عملية إدراكية تنتج صوراً متفائلة، وتنمي أفكاراً إيجابية، وتوجد حلولاً مناسبة للمشكلات، وتقوم باتخاذ قرارات إيجابية، وتعطي نظرة شاملة مشرقة عن الحياة (Bekhet & Zauszniewski, 2013, P1074-1093).

- يعرف إجرانياً بأنه: الدرجة التي يحصل عليها المتعلم على مقياس التفكير الإيجابي الذي أعدته الباحثة.

- **مرحلة التعليم الأساسي:** هي مرحلة تعليمية مدتها تسع سنوات تبدأ من الصف الأول حتى التاسع، وهي مجانية وإلزامية، وتتضمن حلقتين: الحلقة الأولى للتعليم الأساسي: تبدأ من الصف الأول حتى الصف السادس، والحلقة الثانية للتعليم الأساسي: تبدأ من الصف السابع حتى الصف التاسع (Ministry Of Education, 2015). وتُعرف **الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي** إجرائياً بأنها: الحلقة التي تبدأ من الصف الأول وحتى الصف السادس ويكون عمر المتعلم فيها (6 - 12) سنة. وقد اقتصر البحث الحالي على متعلمي الصف السادس الأساسي في مدينة جبلة.

• منهج البحث:

استخدم البحث المنهج الوصفي، الذي يعد أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميًا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة، أو المشكلة، وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة، وهو من أكثر مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية (Sulaiman, 2014, p.130-131). واستخدم هذا المنهج في الوصول إلى مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس من خلال جمع البيانات والمعلومات عن طريق مقياس وجه إليهم، للوصول إلى النتائج وتقديم المقترحات.

• مجتمع البحث وعينته:

اشتمل المجتمع الأصلي للبحث جميع متعلمي الصف السادس في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة جبلة، والبالغ عددهم وفق احصائيات مديرية تربية اللاذقية (5970) متعلماً ومتعلمة متوزعين على (147) مدرسة للعام الدراسي 2023/2022، وتم اختيار ثلاثة مدارس بشكل عشوائي لتطبيق مقياس البحث فيها، وهي (أبي العلاء المعري، علي سليم يوسف، غسان ريا)، تضم (11) شعبية، ومؤلفة من (446) متعلماً ومتعلمة، حسب عينة عشوائية بنسبة (70%) منها، وقد بلغت (312) عند تطبيق أداة البحث، تم استعادة (288) استبانة، وتم استبعاد (19) استبانة لوجود نواقص الإجابات، وبذلك أصبحت عينة البحث (269) متعلماً ومتعلمة. ويوضح الجدول (1) توزع عينة البحث حسب المتغيرات المدروسة.

جدول (1): توزع عينة البحث حسب المتغيرات المدروسة

المتغيرات	العدد	النسبة
الجنس	أنثى	126
	ذكر	143
تغيير السكن بعد الزلزال	انتقل من المنزل بعد الزلزال	163
	لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال	106
دخول الروضة	لم يدخل الروضة	158
	دخل الروضة	111
المكان	الريف	132
	المدينة	137
المجموع	269	100%

• حدود البحث:

- **حدود زمنية:** تم التطبيق في نهاية العام الدراسي 2022 - 2023.
- **حدود مكانية:** تم التطبيق في مدارس الحلقة الأولى في مدينة جبلة.

- حدود بشرية: عينة من متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس الحلقة الأولى في مدينة جبلة.
- حدود موضوعية: تمثل في تعرف مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي.

• أداة البحث:

للإجابة عن أسئلة البحث، والتحقق من فرضياته، أعدت الباحثة مقياساً للتفكير الإيجابي.

- إعداد المقياس: بعد الاطلاع على الأدبيات التربوية والدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع، أعدت الباحثة مقياس التفكير الإيجابي، والذي تضمن قسمين، يضم الأول معلومات عامة عن عينة البحث من متعلمي الصف السادس الأساسي، أما الثاني فقد ضم عبارات المقياس، وهي (54) عبارة، موزعةً إلى خمسة محاور هي (التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية، مفهوم الذات الإيجابية، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية). وتطلبت الإجابة عليها حسب مقياس ليكرت الخماسي، إذ أعطيت الدرجة: (دائماً: 5، غالباً: 4، أحياناً: 3، نادراً: 2، أبداً: 1)، باستثناء العبارتين (14) و(17) فقد أعطيت لإجابتهما (دائماً: 1، غالباً: 2، أحياناً: 3، نادراً: 4، أبداً: 5). دراسة الخصائص السيكومترية للمقياس:

- صدق المقياس: تم التأكد من صدق المقياس من خلال: أ - صدق المحتوى، إذ عُرض على مجموعة من المحكمين المتخصصين من كلية التربية بجامعة تشرين، بقصد التحقق من حسن صياغة عباراته، ومناسبتها للمرحلة العمرية، وقد بلغ عددهم (13) محكماً، وتضمن المقياس بصورته الأولية من (52) عبارة، وبعد عرضه على المحكمين، والأخذ بالملاحظات المقدمة من قبلهم بالتعديل والحذف والإضافة أصبح (54) عبارة، والجدول رقم (2) يوضح العبارات قبل التعديل، وبعده.

الجدول رقم (2) عبارات المقياس قبل التعديل وبعده

العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
أسعى إلى جعل حياتي مشوقةً.	أتوقع أن تكون حياتي ممتعة.
أثق أن المستقبل سيكون أفضل.	أثق أن المستقبل سيحمل خيراً.
لدي أحلام أتوقع النجاح في تحقيقها في المستقبل.	أتوقع أن أحقق أحلامي في المستقبل
أتوقع الأحسن حتى في الظروف الصعبة	أتوقع أفضل العلامات حتى لو كان الامتحان صعباً.
أعتبر التجارب السابقة الفاشلة مواقف تعلم.	أعتبر اختباراتي التي لم أحصل بها على علامة كاملة فرصة للتعلم
لدي العديد من الإمكانيات الجيدة	مضافة
أعتقد أن الفشل أمر عادي، وله إيجابيات	محدوفة
أسامح بسرعة حتى أولئك الذين يخطئون في حقّي.	أسامح الآخرين
يؤثر الخوف على نتائج وامتحاناتي.	أشعر بالخوف من الامتحانات والاختبارات وهذا يؤثر سلباً في نتائجي وامتحاناتي.
أهتم بنفسي جيداً.	مضافة
أعتقد أنني صبور حين تواجهني مشكلة صعبة الحل.	أصبر حين تواجهني مشكلة صعبة الحل.
أنا متسامح مع نفسي ولا ألومها كثيراً.	أنا متسامح مع نفسي.
أعتقد أنني موفق بما أقوم به من عمل	أنا محظوظ
أعتقد أن علاقاتي الشخصية تتأثر بتقدير الآخرين.	محدوفة
أتعامل مع الآخرين بمودة واحترام.	مضافة
أستطيع تحقيق ما وضعته من أهداف.	أضع خطة لتحقيق أهدافي

محذوفة	أحترم المواعيد وألتزم بها
أشعر بالطمأنينة.	أشعر بالطمأنينة لأن لدي القدرة على تحقيق معظم أهدافي في الحياة.
محذوفة	أشعر بالرضا لأن الأمور تسير في صالحني.
محذوفة	أعتقد أنه من الأفضل التآني في حل المشكلات.
مضافة	أعتقد أن الإخفاق أمر عادي
مضافة	أعتقد أن للإخفاق إيجابيات.
مضافة	أفكر بحلول عدة لأي مشكلة.
تقسيمها إلى عبارتين: أستطيع تعرف نقاط ضعفي، وأستطيع تغيير نقاط ضعفي إلى نقاط قوة.	بمقدوري التعرف على نقاط ضعفي وتغييرها إلى نقاط قوة.

ب - **الصدق البنوي والاتساق الداخلي:** للتحقق من الصدق البنوي والاتساق الداخلي للمقياس تم إجراء ما يلي:
الصدق البنوي: يعد الصدق البنوي أحد الطرق التي تستخدم للتأكد من صدق الأداة الذي يقيس مدى تحقق الأهداف التي تريد الأداة الوصول إليها، ويبين مدى ارتباط كل بُعد من أبعاد الدراسة بالدرجة الكلية لعبارات المقياس. وللوصول إلى معاملات الصدق البنوي لمقياس التفكير الإيجابي، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة التقنين، البالغ عددها (42) متعلماً ومتعلمة من متعلمي مدرسة (أحمد علي نزهة) في مدينة جبلة، وتم حساب قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية له، وبين الجدول (3) معاملات الارتباط:

جدول (3): معاملات الارتباط الداخلية بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية له

التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	المشاعر الإيجابية	مفهوم الذات الإيجابية	الرضا عن الحياة	المرونة الإيجابية
0.862(**)	0.952(**)	0.978(**)	0.949(**)	0.945(**)
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

** عند مستوى دلالة 0.01.

يُستنتج من الجدول (3) وجود علاقة ارتباطية بين كل بعد من أبعاد المقياس ومجموع درجات المقياس ككل عند مستوى دلالة (0.01). وبذلك تعد أبعاد المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

- **ارتباط البند بالدرجة الكلية لكل بعد:** تم حساب الاتساق الداخلي لكل بند من بنود المقياس، ومدى ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس. والنتائج موضحة في الجدول (4) لمعاملات ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس، والذي يُظهر وجود معاملات ارتباط عالية، وبديل على اتساق بنود المقياس مع الدرجة الكلية له.

جدول (4): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بند من بنود المقياس والدرجة الكلية له

البند	معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية	القرار	البند	معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية	القرار
1	0.594**	0.000	قبول	28	0.569**	0.000	قبول
2	0.607**	0.000		29	0.609**	0.000	
3	0.631**	0.000		30	0.56**	0.000	
4	0.708**	0.000		31	0.856**	0.000	
5	0.694**	0.000		32	0.889**	0.000	
6	0.692**	0.000		33	0.727**	0.000	
7	0.95**	0.000		34	0.837**	0.000	

0.000	0.806**	35	0.000	0.643**	8
0.000	0.915**	36	0.000	0.842**	9
0.000	0.928**	37	0.001	0.475**	10
0.000	0.904**	38	0.000	0.689**	11
0.000	0.917**	39	0.000	0.732**	12
0.000	0.88**	40	0.000	0.636**	13
0.000	0.917**	41	0.000	0.662**	14
0.000	0.751**	42	0.000	0.825**	15
0.000	0.95**	43	0.000	0.728**	16
0.000	0.885**	44	0.000	0.86**	17
0.000	0.872**	45	0.001	0.499**	18
0.002	0.455**	46	0.000	0.633**	19
0.000	0.695**	47	0.000	0.649**	20
0.000	0.847**	48	0.000	0.853**	21
0.000	0.927**	49	0.000	0.646**	22
0.000	0.836**	50	0.000	0.764**	23
0.000	0.743**	51	0.000	0.723**	24
0.000	0.782**	52	0.000	0.7**	25
0.000	0.882**	53	0.000	0.708**	26
0.000	0.806**	54	0.000	0.66**	27

** دال عند مستوى الدلالة (0.01)

* دال عند مستوى الدلالة (0.05)

- دراسة ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات نتائج مقياس التفكير الإيجابي بالطريقتين الآتيتين:

أ - الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha reliability): تقوم طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha) على حساب معامل الثبات من خلال متوسط معاملات الارتباط الداخلية بين عبارات المقياس وعدد مكونات المقياس. وقد بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس ككل (0.98) وتعطي هذه القيمة مؤشراً قوياً بأن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات. تم بعد ذلك حساب قيم معاملات الثبات للأبعاد الفرعية المكونة للمقياس. جدول رقم (5).

جدول (5) قيم معاملات الثبات المحسوبة بمعامل ألفا كرونباخ لمقياس التفكير الإيجابي

أبعاد المقياس	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	11	0.923
المشاعر الإيجابية	8	0.874
مفهوم الذات الإيجابية	15	0.939
الرضا عن الحياة	9	0.98
المرونة الإيجابية	11	0.95
الدرجة الكلية للمقياس	54	0.98

ب - **طريقة التجزئة النصفية:** إذ احتسبت مجموع درجات النصف الأول للمقياس ككل، بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية، وكذلك درجات النصف الثاني، وجرى حساب معامل الارتباط بيرسون بين النصفين، وقد بلغ (0.973)، ثم جرى تعديل طول البعد باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown) الذي بلغ (0,984)، وهي قيم مقبولة لأغراض البحث الحالي. ويبين الجدول (6) هذه النتائج:

الجدول (6) معامل الثبات المحسوبة بطريقة التجزئة النصفية لمقياس التفكير الإيجابي

معامل الارتباط بيرسون	معامل الارتباط سبيرمان براون	عدد البنود	مقياس التفكير الإيجابي
0.973	0.984	54	

الإطار النظري:

1 - مفهوم التفكير الإيجابي: إن التفكير لازمة من لوازم الإنسان العاقل وحاجة لا يمكن الاستغناء عنها (Atia, 2015, P22)، فمن خلال التفكير يعالج عقل الإنسان ما يواجهه من معضلات حسية ومعلومات مسترجعة ليكون أفكاراً جديدة أو يصل إلى حلول لم تكن معروفة عنده، أو يصدر أحكاماً، أو يضع خطة لتحقيق هدف معين يشغل تفكيره ويسعى إلى تحقيقه. (Atia, 2015, P36-37) ويعد تعريف ديونو De bono للتفكير من أهم تعريفاته فيقول أن التفكير هو العملية التي يمارس الذكاء من خلالها نشاطه على الخبرة، أي أنه يتضمن القدرة على استخدام الذكاء الموروث، وإخراجه إلى أرض الواقع، مثلما يشير إلى اكتشاف متبصر أو متأن للخبرة من أجل الوصول إلى الهدف. (De Bono, 1989, P42)، وتتعدد أنواع التفكير واستراتيجياته وأساليبه، ومن أهم أنواعه والذي لقي اهتماماً كبيراً في العصر الحديث التفكير الإيجابي، والإيجابية في التفكير تعني المحافظة على التوازن السليم في إدراك المشكلات وحلها وهو عكس النمط السلبي في التفكير فالفرد الذي يفكر بموجب هذا النمط يركز على الجوانب الإيجابية في الموقف لا على السلبية، فالفرد ذو التفكير الإيجابي يحسن الظن بنفسه ويحسن الظن بالآخرين (Atia, 2015, P112-113). فالفرد عندما يواجه أي موقف أو شخص فإنه ينظر إليه ويتعامل معه وفق نمطين من التفكير فإما أن يتبنى نمطاً سلبياً من التفكير كالعالية العظمى من البشر خاصة هذه الفئة المهمومة النكدية من الناس، وكذلك العصائيين والمصابين بالاضطرابات العقلية والشخصية، وإما أن يتبنى الطريقة الإيجابية التي عادة ما تساهم في تطوير مشاعر وتصرفات تتسم بالطمأنينة والثقة والصحة النفسية والسعادة (Ibraheem, 2008, P9-10). **ويمن توضيح مفهوم التفكير الإيجابي بأنه كل ما يساهم في تطوير مشاعر وتصرفات الإنسان واتسامها بالطمأنينة والثقة والصحة النفسية والسعادة، والتأمل والتفاؤل في الحياة ونجاح الفرد في التغيير الإيجابي يأتي مصحوباً بوجود تغيرات في طريقة تفكيره لتنمية التفكير العقلاني الإيجابي بما في ذلك الاهتمام بتبديل الأفكار والتوقعات الخاطئة عن النفس والآخرين أو تحسينها على الأقل (Ibraheem, 2008, P6). ويعرّف أيضاً بأنه عملية إدراكية تساعد الأفراد على التعامل مع المشاكل بشكل أكثر فاعلية، وقد ثبت أنها استراتيجية قيمة للتعامل مع الصعوبات بما في ذلك الاكتئاب (Bekhet & Garneir-Vellarreal, 2017, P5-8)**

2 - أهمية التفكير الإيجابي في حياة الإنسان: إنّ قدرة الإنسان على الاستنثار والتفكير الرمزي، تمكنه من اكتشاف أسرار الأشياء في الطبيعة، وبالتالي الوصول إلى القوانين التي تمكنه من تفسير الظواهر والسيطرة عليها وتسخيرها لصالحه. فالتفكير الإيجابي مصدر للعلم، والعلم مصدر لتعديل سلوك الإنسان، فكلما ازدادت معرفة الإنسان بالأشياء تغيرت نظرته إليها، واختلفت ظروف الاستفادة منها. والفرد يسعى مهما كان عمره، والزمان والمكان الذي يعيش فيه إلى

أن تكون حياته وحياة من حوله مليئة بالسعادة، والرفاهية والنجاح المتواصل في شتى مجالات الحياة، ولذلك يحاول جاهداً أن يجلب لنفسه كما لغيره، الخير والمصالح المادية والمعنوية، وأن يدفع عن نفسه الأضرار والمفاسد. فالشخص الذي يتبنى منهجاً فكرياً سليماً عن نفسه وعن مجتمعه وعن الحياة بصفة عامة، يكون بإمكانه تدريب نفسه على التخلي عن الأفكار السلبية التي تعهد قدراته (Al-rakeb, 2008, P 62). ومن هنا تتضح أهمية التفكير الإيجابي في حياة الفرد والجماعة، فالفرد الإيجابي يفسر ما يحصل له من مواقف الفشل والعجز عن تحقيق الأهداف على أنها فرصة للتطوير، والتحسين، ويشعر بالسعادة والتفاؤل بينما يفسر الفرد السلبي مواقف النجاح وتحقيق الأهداف على أنها حقه المكتسب والذي تأخر تحقيقه بالاضطهاد، أو الظلم من القوانين والناس المحيطة به (Kazem, 2010, P 132). ومن هنا تم الاستنتاج أن الفرد الإيجابي هو ذلك الشخص القادر على تغيير الظروف الصعبة، ومواجهة التحديات واستبدالها بالطموحات والأفكار الحقة التي تبعث الفرح والسعادة، والتفاؤل في النفوس.

3 - العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي: توجد عوامل عديدة ومتنوعة تؤثر في التفكير الإيجابي، سيتم توضيحها فيما يلي: 1- التفكير الإيجابي موجود عند كل فرد، لأنه متعلم وبإمكان الفرد إذا تعلمه أن يمارسه، وهذا يرجع بالطبع إلى الثقافة المرجعية التي يعتنقها الفرد. والتربية والتنشئة الاجتماعية الخاطئتان لهما تأثير كبير في تكوين الفرد النفسي والاجتماعي وتوجيه سلوكه، فإذا قامت التربية والتنشئة على الخوف والانفعال والصراع المتكرر ستؤدي حتماً بالبرد إلى شخصية مضطربة، أما إذا قامت على الاستقلالية والانفتاح في التفكير ومواجهة التحديات المختلفة هنا يصبح بإمكان الفرد الوصول إلى الارتياح والإيجابية في التفكير (Ganem, 2005, P 101) 2- يتأثر التفكير الإيجابي بالثقافة السائدة والنظام الاجتماعي والسياسي السائدين. 3 - الوقت: لكي ينمو كل شخص نمواً صحيحاً، فإنه يحتاج إلى فترة من الزمن، وعلى الشخص الإيجابي أن يقتنع تماماً أن الأفكار الإيجابية تحتاج إلى فترة للنمو، ومن ثم يشتد ويقوى عوده، ومن بعدها يحين وقت حصاده (Mansour, 2000, p121).

4 - فوائد التفكير الإيجابي: من الفوائد التي يذكرها المؤلفون للتفكير الإيجابي ما يلي: - التفكير الإيجابي هو الباحث على اختيار الأفضل وهو سر الأداء العالي، ويعزز بيئة العمل بالانفتاح والصدق والثقة وبحفز الإبداع والابتكار (Ventrella, 2003, P47). - التغيير الإيجابي البناء الذي يجريه الفرد داخل نفسه يكون ذو أثر نافع في شخصيته، وفي نشاطاته كافة فالأفكار الإيجابية ترتبط بالمشاعر الجميلة وتحفزها (Abd Alhak, 2006, P 112). - الفرد الذي يفكر إيجابياً معتمداً على نفسه، وينظر نظرة متفائلة يستطيع أن يجذب ما حوله فعلاً، ويطلق القدرات التي تحقق الهدف (Peale, 2001, P80). فأصحاب هذا النمط من التفكير يحققون مكاسب اجتماعية إضافية. - الأفكار الإيجابية تسمح بالتعديل والتطوير، حيث إن الإنسان الإيجابي بحكم تفكيره المتميز، يضع في حسابه العوائق التي قد تصادفه وتحول دون تحقيق طموحاته، وهو بذلك يكون قادراً على وضع بدائل أخرى تمكنه من الوصول إلى أهدافه أو إلى أهداف أخرى ترضيه (Abd Alhak, 2006, P9). - يبحث التفكير الإيجابي عن القيمة والفائدة، وهو تفكير بناء توالدي، وتصدر عنه مقترحات ملموسة عملية، حيث يجعل الأشياء تعمل، وهدفه هو الفعالية والبناء (De Bono, 2001, P9). - حين يعدل الفرد أسلوب تفكيره وإدراكه فإن ذلك يصحبه تغيرات إيجابية في سلوكه، فيصبح قادراً على تعديل حياته وتوجيهها إيجابياً في المجالات الوجدانية والاجتماعية والذهنية. - إن استخدام الفرد التفكير الإيجابي يصاحبه انخفاض في معدل ضربات القلب وانخفاض في مستويات القلق والخوف من مواجهة المشكلات، مثل مواقف التناقض أو مواجهة الجمهور وغيرها من المواقف الأخرى. - التفكير الإيجابي هو الباعث على استنباط

الأفضل لدى العاملين، أي أنه سر الأداء العالي. - يعزز التفكير الإيجابي بيئة العمل بالانفتاح والصدق والثقة. - يعزز روابط العلاقات الشخصية الداخلية التي تعد الأساس في إتمام الأعمال (Bdeer, 2006, P34).

5 - صفات المفكرين الإيجابيين: بمراجعة ما نشر عن التفكير الإيجابي يمكننا ذكر عدد من صفات المفكرين الإيجابيين: - الإيجابيون يبحثون عن الفرص المناسبة للتغيير - الإيجابيون لديهم دافعية إنجاز عالية تساعدهم على تغيير وتوجيه الأهداف، وهم يركزون بعملهم ويوجهون مسؤوليتهم المحددة بطريقة فعالة. - الإيجابيون يستبقون الأحداث ويستتقونها وبذلك يتفادون المشاكل قبل وقوعها. - الإيجابيون مجدودون ومجدودون يفعلون الأشياء بطرق مختلفة وليس نسخاً للواقع، فهم يبحثون عن الطرق الجديدة لإنجاز ما هم بصدده، وهم ليسوا مقيدون بالتقاليد بقدر ما هم خالقون لها. - لدى الإيجابيون حب المخاطرة المحسوبة فهم ليسوا سلبيين لا يكتفون بالفكرة بل يقومون بتجربتها ولا يترددون بأخذ الدور القيادي. - الإيجابيون مثابرون. - الإيجابيون يحققون النتائج على المستوى الشخصي والبيئي. (Bdeer, 2006, P16) - يفضل الإيجابيون الأعمال التي تتطلب التفكير واتخاذ القرارات أكثر من الأعمال الروتينية اليومية. - يختار الإيجابيون أصدقاء ومعارفاً متنوعين في ميولهم وطرقهم في التفكير والتفاعل. - يفضل الإيجابيون النشاطات الإبداعية التي تتطلب قدرًا مرتفعًا من الأصالة والابتكار. - يطور الإيجابيون مناخًا أسريًا يسمح لمن حولهم بالنمو والتنوع وحب الاستطلاع. - يقدر الإيجابيون على اتخاذ قرارات هامة (Ibraheem, 2008, P209-210). - الإيجابيون من الناس لا يتحججون بقلّة الوقت، ولا يلقون الأعذار على غيرهم، ولديهم من الشجاعة ما يجيز لهم أن يتحملوا مسؤوليتهم بلا تردد (Ibraheem, 2008, P101) - يحاول الإيجابيون أن يروا الوجه المشرق للأشياء حتى يحصنوا أنفسهم من اليأس والإحباط (Bkar, 2012, P101).

6 - مقارنة بين المفكر الإيجابي والمفكر السلبي: ويمكن عند مقارنة بين فردين أحدهما يفكر بالنمط الإيجابي والآخر يفكر بالنمط السلبي صياغة الفروق على النحو الآتي:

جدول (7) مقارنة بين المفكر الإيجابي والمفكر السلبي

المفكر السلبي	المفكر الإيجابي
يفكر في المشكلة لا في حلها.	يفكر في حل المشكلة
ينظر إلى الحل على أنه ممكن ولكنه صعب.	ينظر إلى الحل على أنه صعب لكن ممكن.
يتوقع المساعدة من الآخرين.	يساعد الآخرين.
يبحث عن الأعذار.	يبحث عن الأفكار.
يرى مشكلة في كل حل.	يرى حلاً في كل مشكلة.
يسعى لتبديد أوهامه.	يسعى لتحقيق أحلامه
يتألم في العمل.	يتأمل في العمل
ينظر إلى الماضي متطلعاً لما هو مستحيل.	ينظر إلى المستقبل بتطلع إلى ما هو ممكن
يتمسك بالصغائر ويتنازل عن القيم. (Atia, 2015, P112-113)	يتمسك بالقيم ويتنازل عن الصغائر. (Atia, 2015, P112-113)
يبرز السلبيات في تصرفات الآخرين، ويطمس الإيجابيات.	ينظر بشكل جدلي إلى سلبيات الآخرين وإيجابياتهم في الآن عينه
النظرة السلبية للذات والحط من إمكانياتها (Hijazi, 2012, P38-39)	ويوازن بينها، وينظر كيف يمكن الحد من سلبياتهم.
	النظرة الإيجابية للذات وإمكانياتها (Hijazi, 2012, P38-39)

7 - أبعاد التفكير الإيجابي: إنَّ للتفكير الإيجابي عدداً من الأبعاد، وقد وردت في عدد من الأبحاث كمهارات، واقتصر هذا البحث على عدد منها وهي ما وردت أيضاً في المقياس المستخدم في البحث: - التوقعات الإيجابية نحو المستقبل: أي التوقعات الإيجابية التي تعمل على تحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الفرد، فضلاً عن زيادة مستوى التفاؤل

وما يتوقعه تجاه المستقبل من نتائج إيجابية (Ibraheem, 2008, P209). والتفاؤل هو النظرة الإيجابية، والإقبال على الحياة بفرح وسعادة، بالإضافة إلى الاعتقاد بحدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلاً من حدوث الشر (Alanssare, 1998, P47). وقد نوه ديبونو أن التفاؤل إذا كان مجرد أمل، مثل انتظار حظك في المقامرة، أو انتظار معجزة، فهذا سوء اختيار للتفاؤل، ولكن إذا كانت لديك خطة، وتتابعها مهما بدت صعبة للناس، فهذا يعطيك فرصة للنجاح. (De Bono, 2011, P45-46) - المشاعر الإيجابية: من حيث تمتع الشخص بالانفعالات التي تتمحور حول التعاطف والسعادة والطمأنينة في العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الآخرين. - مفهوم الذات الإيجابي: وهي نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات وقدرات متنوعة. وتعني أيضاً تقبل غير مشروط لهذه الأفكار والمعتقدات والقوى والقدرات، وتجنب تحقير الذات أمام الآخرين (Ibraheem, 2008, P210). - الرضا عن الحياة: أي تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه والتي من خلالها يقارن الفرد ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقد. - المرونة الإيجابية: قدرة الفرد الذهنية الإيجابية على تغيير أفكاره ومعتقداته بما يناسب الموقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادر على مواجهته.

الدراسات السابقة:

1- دراسة زين الدين (Zain Al-deen) (2019) في سورية، بعنوان: التفكير الإيجابي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي العام في مدارس محافظة دمشق، هدف البحث إلى تعرف العلاقة الارتباطية بين التفكير الإيجابي والضغوط النفسية لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي العام في مدارس محافظة دمشق، ومعرفة الفروق بينهم وفقاً لمتغيري (الجنس والتخصص الدراسي)، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقامت بإعداد مقياساً للتفكير الإيجابي ومقياساً للضغوط النفسية، وقد بلغ عدد أفراد عينة البحث (282) طالباً وطالبة من طلبة الصف الثاني الثانوي العام في مدارس محافظة دمشق الرسمية، موزعين إلى (155) طالباً وطالبة من طلبة الفرع العلمي، و(127) طالباً وطالبة من طلبة الفرع الأدبي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابي والضغوط النفسية بين أفراد العينة، وإلى تفوق الطلبة الذكور في التفكير الإيجابي والضغوط النفسية، وعدم وجود فروق بين طلبة العلمي والأدبي في التفكير الإيجابي، ووجود فروق بينهم في الضغوط النفسية لصالح طلبة العلمي.

2- دراسة مجدوب وبشلاغم (Medjdoub & Bechlaghem) (2018) بعنوان نمط التفكير (الإيجابي _ السلبي) في ضوء بعض المتغيرات (دراسة ميدانية على طلبة جامعة تلمسان)، هدفت الدراسة إلى التعرف إلى طبيعة التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة جامعة تلمسان وأثر كل من متغيري الجنس (ذكر، أنثى) والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة (منخفض، مرتفع) عليه، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي وتكونت العينة من (100) طالب وطالبة من طلبة جامعة تلمسان (28 طالباً و 72 طالبة)، طبق عليها مقياس التفكير بنمطيه الإيجابي والسلبي للطلبة الجامعيين من إعداد حنان عبد العزيز (2012)، توصلت الدراسة إلى أن نمط التفكير السائد لدى أفراد العينة إيجابي، ولا توجد فروق في التفكير الإيجابي تعزى لمتغير الجنس و متغير المستوى الاجتماعي والاقتصادي لأسر الطلبة، بينما يوجد فروق في التفكير السلبي تعزى لمتغير المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة لصالح المستوى المرتفع.

3- دراسة شلال (Shalal) (2019) في العراق بعنوان التفكير الإيجابي عند طلبة المرحلة الإعدادية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وطبقت مقياساً للتفكير الإيجابي على عينة من (150) طالباً وطالبة من مدارس محافظة بغداد

وتألفت العينة من (75) من الذكور و(75) من الإناث توزعوا على المدارس كالتالي : 78 طالباً وطالبة من مدارس المتميزين و(72) طالباً وطالبة من المدارس العادية، وتوصلت الدراسة إلى أن طلبة المرحلة الإعدادية لديهم تفكير إيجابي، وعدم وجود فروق بين عينة الذكور والإناث أو عينة المدارس العادية ومدارس المتميزين في التفكير الإيجابي.

4- دراسة المعاينة (Al-Mayttah) (2019) في العراق بعنوان : مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب الصف الأول الثانوي العلمي في مديرية التربية والتعليم لمنطقة الكرك، استخدم الباحث المنهج الوصفي، واستخدم مقياس الطراونة (2018) للتفكير الإيجابي، وتألفت عينة البحث من (195) طالبا وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوي العلمي في منطقة الكرك، وأظهرت نتائج البحث أن مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الصف الأول الثانوي مرتفع، وأنه لا يوجد فروق في مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.

5- دراسة جعفر (Jaafar) (2022) في العراق بعنوان: تطور التفكير الإيجابي عند الأطفال، هدف البحث إلى تعرف التفكير الإيجابي ومهاراته (حديث الذات، والتخيل، والتوقع الإيجابي) عند الأطفال تبعاً لمتغيري العمر (8 و 9 و 10 و 11) سنة، والجنس، واتبعت الباحثة المنهج الوصفي، وتبنت اختبار دانيل (2018) لمهارات التفكير الإيجابي، وطبقت الاختبار على عينة بلغت (200) طفلاً وطفلةً، بواقع (50) طفلاً في كل مرحلة عمرية مناصفة بين الذكور والإناث. وقد أظهرت نتائج البحث أن التفكير الإيجابي ومهاراته لدى الأطفال في عمر (8) سنوات كان ضعيفاً، وفي عمر (9) سنوات كان متوسطاً، وفي عمر (10 و 11) سنة كان عالٍ. كما أظهرت النتائج أن التفكير الإيجابي ومهاراته يتطور مع التقدم بالعمر، ويتخذ مساراً مستمراً، ولم يظهر لمتغير الجنس أثراً في هذا التفكير.

التعليق على الدراسات السابقة وموقع البحث الحالي منها:

استخدمت الدراسات السابقة التي تناولت التفكير الإيجابي المنهج الوصفي، وتتنوع العينات من (طلاب الصف الأول الثانوي، وطلاب المرحلة الإعدادية المتميزين والغير متميزين، وطلاب الصف الثاني الثانوي)، والأطفال من عمر (10) سنوات لعمر (11) سنة، واستخدم الباحثون في ثلاث من الدراسات مقاييساً للتفكير الإيجابي جاهزة، وأعد باحثان منهم اختباراً للتفكير الإيجابي، وتتنوع نتائج الدراسات من المستوى المرتفع للتفكير الإيجابي لدى طلاب الصف الأول الثانوي، وعدم وجود فروق في التفكير الإيجابي بين طلاب المرحلة الإعدادية المتميزين والعاديين، والمستوى المرتفع للتفكير الإيجابي لدى طلاب الثاني الثانوي، وتطور التفكير الإيجابي لدى الأطفال مع التقدم بالعمر، إن البحث الحالي يتفق مع الدراسات السابقة بأنه يستخدم المنهج الوصفي، وبإعداد مقياس للتفكير الإيجابي، ويختلف بالعينة فعينة الدراسة هم متعلمو الصف السادس الأساسي، وقد لاحظت الباحثة قلة الدراسات التي تناولت متعلمي الصف السادس الأساسي، ويختلف أيضاً بالمتغيرات التي اعتمدها الباحثة.

النتائج والمناقشة:

أولاً - عرض نتائج أسئلة البحث:

السؤال الرئيس: ما مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة؟
للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والأهمية النسبية على مقياس ما مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة، وعند كل بعد من أبعاده، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول (8).

الجدول (8) مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة

الرقم	أبعاد المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	الترتيب	المستوى
1.	التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	4.17	0.29	%83.3	1	مرتفع
2.	المشاعر الإيجابية	3.37	0.64	%67.4	3	متوسط
3.	مفهوم الذات الإيجابية	3.63	0.79	%72.6	2	متوسط
4.	الرضا عن الحياة	3.18	1.25	%63.6	5	متوسط
5.	المرونة الإيجابية	3.35	1.06	%67	4	متوسط
	الدرجة الكلية للمقياس	3.57	0.68	%71.4		متوسط

يلاحظ من الجدول (8) أنّ مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة جاء متوسطاً، إذ بلغت قيمة المتوسط الحسابي (3.57)، وأهمية نسبية بلغت (71.4%)، وأتى بعد التوقعات الإيجابية نحو المستقبل في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (4.17)، وأهمية نسبية بلغت (83.3%)، وبدرجة مرتفعة، ثم بعد مفهوم الذات الإيجابية في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (3.63)، وأهمية نسبية بلغت (72.6%)، وتقايرت درجة المتوسط الحسابي للبعدين الثاني والرابع (المشاعر الإيجابية، والمرونة الإيجابية)، بمتوسط حسابي بلغ (3.37)، و(3.35)، وأهمية نسبية بلغت (67.4%)، و(67%) للبعدين على التوالي، ثم جاء في المرتبة الخامسة والأخيرة، بعد الرضا عن الحياة بمتوسط حسابي بلغ (3.18)، وأهمية نسبية بلغت (63.6%)، وبدرجة متوسطة للأبعاد الأربعة.

إن النتيجة تعني أن المتعلمين لديهم تفكير إيجابي ولكن المستوى متوسط، ولا تتفق هذه النتيجة مع دراسة جعفر Jaafar (2022) فقد كان مستوى التفكير الإيجابي لدى الأطفال في عمر (10 و 11) سنة عالٍ. وتعرّو الباحثة هذه النتيجة إلى كون المتعلمين في مرحلة الطفولة المتأخرة، ولزالوا في مرحلة نمو، وهذا قد يعني أن تفكيرهم الإيجابي لم يكتمل بعد، وقد يكون السبب أيضاً عدم الاهتمام بتنمية هذا النوع من التفكير لديهم من قبل أهلهم ومعلميهم، لعدم معرفتهم وإدراكهم لأهميته، وهذا الجيل بأمس الحاجة إلى من يزرع به الأمل، ويساعده على رؤية الطرق المفتوحة والفرص السانحة، وبناء التفكير الإيجابي هو أفضل ما يساعده في هذا الشأن (Bakar, 2012, P100-101).

التحقق من صحة الفرضيات:

الفرضية الأولى: لا يوجد فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير دخول الروضة. للتحقق من صحة الفرضية، استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، والنتائج مبينة في الجدول (9).

الجدول (9): نتائج اختبار (t) للفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير دخول الروضة

أبعاد المقياس	دخول الروضة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t) المحسوبة	قيمة الاحتمال (p)	القرار
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	لم يدخل الروضة	158	45.20	3.08	-3.883	0.000	دالّ
	دخل الروضة	111	46.71	3.26			
المشاعر الإيجابية	لم يدخل الروضة	158	25.85	5.38	-4.405	0.000	دالّ
	دخل الروضة	111	28.56	4.32			
مفهوم الذات الإيجابية	لم يدخل الروضة	158	48.58	10.92	-11.912	0.000	دالّ
	دخل الروضة	111	62.77	7.36			

دال	0.000	-13.96	9.46	22.49	158	لم يدخل الروضة	الرضا عن الحياة
			7.13	37.32	111	دخل الروضة	
دال	0.000	-13.911	10.66	30.51	158	لم يدخل الروضة	المرونة الإيجابية
			5.41	45.81	111	دخل الروضة	
دال	0.000	-14.102	30.56	172.62	158	لم يدخل الروضة	الدرجة الكلية للمقياس
			23.28	221.16	111	دخل الروضة	

يلاحظ من الجدول (9) أن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي ككل، وعند كل بعد من أبعاده، دال إحصائياً، إذ بلغت قيمة الاحتمال (0.000)، وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة (0.05). بالتالي تقبل الفرضية البديلة القائلة بأن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير دخول الروضة دال إحصائياً، لصالح المتعلمين الذين دخلوا الروضة. وتعزو الباحثة هذه النتيجة لأهمية مرحلة الطفولة المبكرة في تنمية الطفل وقدراته العقلية ودور رياض الأطفال المهم في تأسيس عقلية الطفل وتطور تفكيره (Rashed, 2010, P11-12)، فالطفل في رياض الأطفال يمر بعدد كبير من الخبرات العلمية والحسية والمعرفية، والتي بدورها قد تعزز نموه الجسدي والنفسي والفكري.

الفرضية الثانية: لا يوجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الجنس. للتحقق من صحة الفرضية، استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، والنتائج مبينة في الجدول (10).

الجدول (10): نتائج اختبار (t) للفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الجنس

أبعاد المقياس	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t) المحسوبة	قيمة الاحتمال (p)	القرار
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	ذكور	126	45.87	3.25	0.207	0.836	غير دال
	إناث	143	45.78	3.23			
المشاعر الإيجابية	ذكور	126	27.58	4.90	1.845	0.066	غير دال
	إناث	143	26.43	5.29			
مفهوم الذات الإيجابية	ذكور	126	54.33	11.81	-0.127	0.899	غير دال
	إناث	143	54.52	11.98			
الرضا عن الحياة	ذكور	126	28.91	11.78	0.419	0.676	غير دال
	إناث	143	28.34	10.82			
المرونة الإيجابية	ذكور	126	35.42	11.77	-1.866	0.063	غير دال
	إناث	143	38.06	11.43			
الدرجة الكلية للمقياس	ذكور	126	192.11	37.46	-0.226	0.821	غير دال
	إناث	143	193.13	36.04			

يلاحظ من الجدول (10) أن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي ككل، وعند كل بعد من أبعاده غير دال إحصائياً، إذ جاءت قيمة الاحتمال أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05). بالتالي تقبل الفرضية الصفرية القائلة بأن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الجنس غير دال إحصائياً. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج أبحاث عدة في هذا المجال كدراسة شلال (Shalal, 2019)، ودراسة جعفر (Jaafar, 2022)، وتعزو الباحثة هذه النتيجة لكون الذكور والإناث في مجتمعنا

يتلقون التربية والتعليم ذاتهما في المدارس ورياض الأطفال دون التمييز بينهما من قبل الأهل والمعلمين، فقد طبقت الدراسة في مدارس مختلطة.

الفرضية الثالثة: لا يوجد فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير مكان السكن.

للتحقق من صحة الفرضية، استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، والنتائج مبينة في الجدول (11).

الجدول (11): نتائج اختبار (t) للفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير مكان السكن

أبعاد المقياس	مكان السكن	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t) المحسوبة	قيمة الاحتمال (p)	القرار
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	ريف	132	46.82	3.11	-3.298	0.000	دال
	مدينة	137	44.86	3.07			
المشاعر الإيجابية	ريف	132	27.58	5.15	1.943	0.053	غير دال
	مدينة	137	26.37	5.07			
مفهوم الذات الإيجابية	ريف	132	53.59	13.13	-1.139	0.256	غير دال
	مدينة	137	55.24	10.52			
الرضا عن الحياة	ريف	132	28.53	12.37	-0.108	0.914	غير دال
	مدينة	137	28.68	10.12			
المرونة الإيجابية	ريف	132	36.16	12.40	-0.921	0.358	غير دال
	مدينة	137	37.47	10.87			
الدرجة الكلية للمقياس	ريف	132	192.68	40.47	0.014	0.989	غير دال
	مدينة	137	192.62	32.69			

يلاحظ من الجدول (11) أن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي ككل، وعند كل بعد من أبعاده غير دال إحصائياً، إذ جاءت قيمة الاحتمال أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05)، باستثناء الفرق عند بعد (التوقعات الإيجابية نحو المستقبل)، إذ جاء الفرق دالاً وجوهرياً لصالح متعلمي الصف السادس من سكان الريف. بالتالي تقبل الفرضية الصفرية القائلة بأن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير السكن (الريف والمدينة) غير دال إحصائياً، باستثناء الفرق عند بعد (التوقعات الإيجابية نحو المستقبل)، فقد كان دالاً إحصائياً. وعلى الرغم من تأثير التفكير الإيجابي بالبيئة والنظام الاجتماعي السائد فإن الباحثة تعزو هذه النتيجة لكون المتعلمين في الريف والمدينة يتلقون التعليم والتربية ذاتهما في المدرسة، وكذلك التربية المنزلية تقاربت لكون العديد من القرى تطورت وصارت تشبه المدن، والقرى التي أجري فيها البحث تعد من هذه القرى المشابهة للمدن، وهذا التشابه بين الريف والمدينة قد يكون السبب في كون التفكير الإيجابي نفسه عند المتعلمين في الريف والمتعلمين في المدينة، إلا في بعد التوقعات الإيجابية نحو المستقبل والتي كانت أعلى لدى المتعلمين في الريف، وقد يعود السبب لكون المتعلمين في المدينة تأثروا بشكل أكبر من سكان الريف بالزلازل المدمر الذي حدث في السادس من شباط، وذلك لكون الدمار كان أشد وأبر في المدينة.

الفرضية الرابعة: لا يوجد فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط.

للتحقق من صحة الفرضية، استخدم اختبار (t) للعينات المستقلة، والنتائج مبينة في الجدول (12).

الجدول (12): نتائج اختبار (t) للفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط

أبعاد المقياس	الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(t) المحسوبة	قيمة الاحتمال (p)	القرار
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	انتقل من المنزل بعد الزلزال	163	45.31	3.13	-3.298	0.001	دالّ
	لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال	106	46.61	3.25			
المشاعر الإيجابية	انتقل من المنزل بعد الزلزال	163	26.40	4.87	-2.265	0.024	دالّ
	لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال	106	27.84	5.43			
مفهوم الذات الإيجابية	انتقل من المنزل بعد الزلزال	163	55.08	10.75	1.111	0.268	غير دالّ
	لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال	106	53.43	13.43			
الرضا عن الحياة	انتقل من المنزل بعد الزلزال	163	28.63	10.17	0.047	0.963	غير دالّ
	لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال	106	28.57	12.81			
المرونة الإيجابية	انتقل من المنزل بعد الزلزال	163	37.91	10.92	1.901	0.058	غير دالّ
	لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال	106	35.16	12.54			
الدرجة الكلية للمقياس	انتقل من المنزل بعد الزلزال	163	193.33	32.82	0.374	0.709	غير دالّ
	لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال	106	191.61	41.99			

يلاحظ من الجدول (12) أن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي ككل، وعند كل بعد من أبعاده غير دال إحصائياً، إذ جاءت قيمة الاحتمال أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05)، باستثناء الفرق عند بعدي (التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، والمشاعر الإيجابية)، إذ جاء الفرق دالاً وجوهرياً لصالح متعلمي الصف السادس الذين لم ينتقل من المنزل بعد الزلزال. بالتالي تقبل الفرضية الصفرية القائلة بأن الفرق بين متوسطي درجات متعلمي الصف السادس على مقياس التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير الانتقال من المنزل بعد زلزال السادس من شباط غير دال إحصائياً، باستثناء الفرق عند بعدي (التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، والمشاعر الإيجابية)، فقد كان دالاً إحصائياً. وتعزو الباحثة هذه النتيجة لتأثر المتعلمين بانتقالهم من منازلهم بعد الزلزال المدمر وشعورهم بالخطر وعدم الأمان، وهذا ما أثر على تفكيرهم الإيجابي وخاصة في بعدي التوقعات الإيجابية نحو المستقبل والمشاعر الإيجابية، وقد ذكر بيان صحفي لليونيسيف بعد زلزال السادس من شباط أن الأطفال في سورية عانوا رعباً وحسرة لا توصف وأن هذا الزلزال لم يدمر منازلهم فحسب، بل دمر أيضاً شعورهم بالأمان. (www.unicef.org)

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات:

توصلت الدراسة للنتائج الآتية: - إن مستوى التفكير الإيجابي لدى متعلمي الصف السادس الأساسي في مدارس مدينة جبلة جاء متوسطاً، وتقاربت الأبعاد بالمستوى باستثناء بعد التوقعات الإيجابية نحو المستقبل فقد كان مرتفعاً. - لا يوجد فروق بين الذكور والإناث في عينة البحث في التفكير الإيجابي، وهذه النتيجة تتفق مع نتائج الدراسات السابقة التي تناولت التفكير الإيجابي. - وجود فروق بين المتعلمين الذين دخلوا الروضة والمتعلمين الذين لم يدخلوا الروضة لصالح المتعلمين الذين دخلوا الروضة. - وعدم وجود فروق بين المتعلمين الذين انتقلوا من منزلهم بعد زلزال السادس

من شباط والمتعلمين الذين لم ينتقلوا في التفكير الإيجابي ككل ووجود فروق في بعدي التوقعات الإيجابية نحو المستقبل والمشاعر الإيجابية لصالح المتعلمين الذين لم ينتقلوا من منازلهم. - عدم وجود فروق بين المتعلمين في الريف والمتعلمين في المدينة في التفكير الإيجابي ككل، ووجود فروق في بعد التوقعات الإيجابية نحو المستقبل لصالح المتعلمين في الريف.

التوصيات:

اعتماداً على نتائج الدراسة ونظراً لأهمية التفكير الإيجابي تقترح الباحثة:

1. إجراء أبحاث عن التفكير الإيجابي لدى المتعلمين في مراحل التعليم كلها.
2. إعداد برامج تدريبية وتعليمية لتنمية التفكير الإيجابي لدى المتعلمين.
3. إجراء أبحاث عن علاقة التفكير الإيجابي بمتغيرات مهمة كالتحصيل الدراسي ومواجهة الضغوط.
4. عقد ندوات وورشات تدريبية للتعريف بالتفكير الإيجابي وأبعاده وأهمية كل منها لكل من المتعلمين والمعلمين والأهل.

References:

- ABD ALHAK, AHMAD SAMEER. Positive thinking is the way to success and renaissance. Dar Al Baraah. Aliskandareah. 2006. p:233. (in Arabic)
- ALANSSARE, BADGER: Optimism and Pessimism: Concept, Measurement, and Relationship. Kuwait University. Kuwait.1998. p:255. (in Arabic)
- ALATOUM, ADNAN YOUSEF. Cognitive Psychology: Theory and Application. Improved corrected copy. Dar Almassira. Amman. 2012. p:352 (in Arabic)
- Al-MAYTTAH, MUTASIM ABD AL-RAHMAN. The Level of Positive Thinking among the First Secondary Graders / Science Branch. Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series Vol. (41) No. (5).2019. PP:171-188. (in Arabic)
- AL-RAKEB, SAAED BN SALAH. The Foundations of Positive Thinking and its Applications Towards Self and Society in the Light of the Sunnah. 2008. p:285. (in Arabic)
- ATIA, MOHSEN ALI. Thinking: its Types, Skills, and Strategies of Teaching it. Dar Safaa. Amman. 2015. p: 512(in Arabic)
- BAKAR, ABD AL-KAREEM. Establishing Child's Mind. Dar WojooH. Saudi Arabia. 2012. p:168. (In Arabic)
- BDEER, KAREMAN. Positive Learning and Difficulties of Learning. Alam Al-kotoub. Cairo. 2006. P:256. (in Arabic)
- BDEER, KAREMAN. Psychological Principles for Child Development. Dar Al-massira. 2010. P:376. (in Arabic)
- BEKHET, ABIR K. & GARNIER-VILLARREAL, MAURICIO. The Positive Thinking Skills Scale: A Screening Measure for Early Identification of Depressive Thoughts. Nursing Faculty Research and Publications, College of Nursing.vol. 38. 2017. p: 5-8.
- BEKHET, ABIR K. & MATEL-ANDERSON, DENISE M. Psychometric Properties of the Positive Thinking Skills Scale among College Students. *Archives of Psychiatric Nursing*. 33. 2019. P:65-69.

- BEKHET, ABIR K. ZAUSZNIIEWSKI, JACLENE A. Measuring Use of Positive Thinking Skills: Psychometric Testing of a New Scale. *Western Journal of Nursing Research*, 35(8). 2013. p:1074-1093.
- DE BONO, EDWARD. Improving the Thinking using the Six Hats Method. Translated by Abd Allateef Al-Hayat. Dar Alialam. Jordan. 2011. P70 (in Arabic)
- DE BONO, EDWARD. Six Thinking Hats. Translated by Khalil Al-Jayousi. cultural Foundation. Abu Dhabi. 2001. p:301. (in Arabic)
- DE BONO, EDWARD. Teaching Thinking. Translated by Adel abd al-kareem yaseen , iyad ahmad melhem ,and tawfeeq ahmad al-omari. Translated books series. Kuwait.1989. P293. (In Arabic)
- GANEM, ZEAD BARAKAT. Positive and negative thinking among University Students, a comparative Study in the light of some demographic and educational variables. An Arab study in Psychology. Vol.(3). No.(4). 2005. p.p 85-138. (in Arabic)
- HIJAZI, MOSTAFA. Releasing life's Energies: Readings in positive psychology. Altanweer. 2012. p:38-39. (in Arabic)
- IBRAHEEM, ABD ALSATAR. Mind's Eye a Cognitive Therapists Guide to Develop Positive Rational Thinking. Dar Al-kateb. 2008. p:236. (in Arabic)
- JAAFAR, GHADA ALI HADI. The Development of Positive Thinking in Children. Al-ostaz Magazine for Social and humanities sciences. Vol. (61). No. (2).2022. p:28. (in Arabic)
- KAZEM, ALI MEHDE. The implications of Sound, Stability, and criteria for the Arab measurement of positive thinking in a secular environment. International Journal of Educational Research. College of Education United Arab Emirates University. Vol. (28). 2010. p. p77 -120. (in Arabic)
- MAJDALAWEH, SANAA& ALSEYOF, AHMAD& ABOHELO, SAHAR. Strategies of positive thinking among students of the diploma of the faculty of educational sciences at the university of Jorden from view point of them. Islamic university magazine for psychological and educational studies. Vol. 28. No.3. 2019. PP:472-496. (in Arabic)
- MANSOUR, RECHDE FAM. Therapeutic and Preventive, Nectar of the Years, Anglo-egyptian library Cairo. 2000. p:199. (in Arabic)
- MEDJDOUB, KEIRA & BECHLAGHEM, YAHYA. Pattern of thinking (positive-negative) in the light of some variables. University of Tlemcen Algeria, Psychological & Educational Studies. Vol.14.NO1.2018. PP:14-27. (in Arabic)
- MINISTRY OF EDUCATION IN SYRIAN ARAB REPUBLIC. *System Internal for Basic Education Stage*, Number Law, Damascus, (32), 2015, 4P. (in Arabic)
- NASEEM, ZARGHUNA & KHALID, RUHI. Positive Thinking in Coping with Stress and Health outcomes: Literature Review. Journal of Research and Reflections in Education June 2010. Vol.4. No.1. p: 42 -61.
- PEALE, NORMAN VINCENT. The Power of Positive Thinking. Translated by Youssef Iskandar.7th Edition. Dar Al-thakafah. Cairo.2001. p:754. (in Arabic)
- RASHED, ALI. Developing Creativity and Science Fiction am. 1stedition. Debono. Amman. 2010. P: 119. (in Arabic)

- SHALAL, SAMAH. Positive Thinking among Elementary Students. The First international scientific Conference for Humanities studies: Intelligence and Mental Abilities. Baghdad University, Education Faculty for Girls, psychological Educational Science Department.2019. PP: 229-254. (in Arabic)
- SULAIMAN, ABD AL-RAHMAN SYID. Research Approaches. Alam AL-kotoub. Cairo. 2014. P359. (in Arabic)
- VENTRELLA, SCOTT W. The Power of Positive Thinking in Business. Translated by Naoroz Assad. Saudi Arabia. 2003. p:312. (in Arabic)
- WONG, SHYH SHIN. Negative Thinking versus Positive Thinking in a Singaporean Student Sample: Relationships with Psychological Well-being and Psychological Maladjustment. Learning and Individual Differences. 22. 2012 PP:76–82.
- www.unicef.org (date of visit 12\9\2023).
- ZAIN AL-DEEN, MELANA. Positive Thinking and its Relationship with the Psychological Stress among a sample of Second Grade Students of secondary schools in Damascus province. Al-baath University Magazine. Vol 41. No 71.2019. p: 11-52. (in Arabic).

ملحق 1 (اختبار التفكير الإيجابي)

عزيزي التلميذ/ عزيزتي التلميذة.....

هذا الاختبار مؤلف من مجموعة من العبارات يرجى منك قراءتها بهدوء وتمعن واختيار ما ينطبق عليك بوضع إشارة (×) أو (√) في مكانها المناسب، علماً أن هذه المعلومات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط لذلك لا داع لكتابة اسمك، ولكي تقوم بالإجابة عليك اتباع الآتي:

- أجب عن الأسئلة قبل الإجابة عن العبارات.
- اقرأ العبارات قراءة متأنية.
- لا تترك عبارات من دون إجابة.
- لا تضع إشارتين عند نفس العبارة.
- لا تنتظر إلى اختبار صديقك بجانبك، فليس من المفترض أن تكون الإجابات متشابهة فهو ليس امتحان ولا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.

أين تعيش:	الريف	المدينة
هل انتقلت من منزلك بعد الزلزال:	نعم	لا
هل أنت ذكر أم أنثى:	ذكر	أنثى
هل ذهبت إلى الروضة:	نعم.....	لا.....

العبرة					الإجابة				
					دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
البعد الأول التوقعات الإيجابية نحو المستقبل									
1. أتوقع أن تكون حياتي ممتعة.									
2. أعتقد أن الغد سيكون أفضل من اليوم.									
3. أتق أن المستقبل سيحمل خيراً.									
4. أعتقد أنني إذا أخفقت مرة فسأنجح في المرة القادمة.									
5. أتوقع أن أحقق أحلامي في المستقبل.									
6. أتوقع أفضل العلامات حتى لو كان الامتحان صعباً.									
7. أعتقد أن الأمور السيئة لا تدوم طويلاً.									
8. أعتقد أنني سأكون الأفضل في السنة القادمة.									
9. أتوقع أنني سأكون ذا شأن مستقبلاً.									
10. أعتبر اختبارات التي لم أحصل بها على علامة كاملة فرصة للتعليم.									
11. أشعر بالحماسة والأمل تجاه الأشياء الجديدة.									
البعد الثاني: المشاعر الإيجابية									
12. أحترم زملائي وأصدقائي.									

					13. أتحمكُ بغضبي.
					14. أغضب بسرعة لأبسط الأسباب.
					15. أشعر بالسعادة والمتعة في حياتي.
					16. أسامح الآخرين.
					17. أشعر بالخوف من الامتحانات والاختبارات وهذا يؤثر سلباً في نتائج وامتحاناتي.
					18. أتعاون مع زملائي في أداء المشاريع.
					19. أشعر بالراحة عندما يعاملني أحدهم بحب.
البعد الثالث: مفهوم الذات الإيجابية					
					20. أعتقدُ أنّ بعض زملائي أفضلُ مني.
					21. أهتمُ بنفسي جيداً.
					22. أستحقُّ الأفضل في الحياة.
					23. ألتزمُ بأداء واجباتي المدرسية
					24. أصبرُ حين تواجهني مشكلةٌ صعبة الحل.
					25. أحبُّ ذاتي كما هي.
					26. أثقُ بنفسي حتى لو انتقدي الآخرين.
					27. أنا متسامحٌ مع نفسي.
					28. أنا محظوظ.
					29. أعتقدُ أنني موفقٌ بما أقومُ به من عملٍ.
					30. أعتقدُ أنني محبوبٌ من الآخرين.
					31. أعتد على قدراتي الخاصة في حل مشكلاتي الشخصية
					32. أتعامل مع الآخرين بمودة واحترام.
					33. أعتبرُ وجود بعض الأخطاء في واجباتي أمرٌ عاديّ.
					34. أضع خطة لتحقيق أهدافي.
البعد الرابع: الرضا عن الحياة					
					35. أحبُّ ما لدي من قصص وألعاب.
					36. أشعرُ بأن ما أتعلمه في المدرسة مفيد في الحياة.
					37. أستمتعُ بأداء واجباتي.
					38. واجباتي تناسبُ قدراتي.
					39. لدي العديد من الإمكانيات الجيدة.
					40. أعتقدُ أنّ حياتي تسيرُ على ما يرام.
					41. أشعرُ بالطمأنينة .
					42. أعيشُ حياةً أفضلَ من غيري.
					43. أشعرُ بالمتعة أثناء تعلّمي في المدرسة.
البعد الخامس: المرونة الإيجابية					
					44. أغيرُ أفكارِي بحسبِ متطلباتِ الموقفِ الذي أمرُّ به.
					45. أفكرُ بحلول عدة لأية مشكلة.
					46. أعتقدُ أنّ الإخفاق أمرٌ عاديّ.
					47. أعتقدُ أنّ للإخفاق إيجابيات.

					48.أبحثُ عن الحلول الجديدة لحلّ المشكلات.
					49.أستطيعُ أن أنجح بأي مهمة لم أنجح بها سابقاً.
					50.أستطيع تغيير نقاط ضعفي إلى نقاط قوة.
					51.أستطيع تعرف نقاط ضعفي.
					52.أتفهم الخلافات بين زملائي وأساعدهم في حلّها.
					53.أنجز واجباتي بأكثر من طريقة.
					54.أتشاور مع زملائي لحل المشكلات.