

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة عمار ثليجي الأغواط

ميدان العلوم الاجتماعية و الانسانية

شعبة: علوم اجتماعية

تخصص: إرشاد و توجيه



كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

والأرطوفونيا

رقم:...../2022

العنوان:

## مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية

-دراسة ميدانية بجامعة عمار ثليجي الأغواط-

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علوم التربية تخصص : ارشاد وتوجيه

اشراف الدكتور:

\*قرينات بن شهرة

إعداد الطالبتين:

\_ جعيرن جهيدة


\_ طيفيوري فريحة

### لجنة المناقشة

العضوية	الجامعة	الدرجة العلمية	الإسم و اللقب
رئيسا	جامعة عمار ثليجي الأغواط	أستاذ التعليم العالي	أ.د صخري محمد
مشرفا و مقرا	جامعة عمار ثليجي الأغواط	أستاذ محاضر أ	د. قرينات بن شهرة
مناقشا	جامعة عمار ثليجي الأغواط	أستاذ محاضر أ	د.عياط محمد لمين

السنة الجامعية : 2022/2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



# شكر وعرهان

بسم الله الرحمن الرحيم

(وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون) صدق الله العظيم

الحمد لله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه حمدا كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه

الحمد لله وحده على توفيقه لنا وأتم لنا هذا العمل في حلتته النهائية

ونقدم بجزيل الشكر والتقدير والعرهان للدكتور قرينات بن شهرة المشرف على اعداد

هذه المذكرة الذي رعى هذا البحث في جميع مراحلها وكانت لملاحظاته العلمية

وتدقيقاته وتوجيهاته السديدة الأثر البين في انجاز هذه المذكرة

واخراجها على هذه الصورة

والى جميع أساتذة علم النفس وعلوم التربية

والى كل طلبة تخصص ارشاد وتوجيه دفعة 2022/2021





## اهداء

اهي لا يطيب الليل بشكره ولا يطيب النهار بطاعتك ولا يطيب اللحظات الا بذكرك ولا  
تطيب الاخرة الا بعفوك ولا تطيب الجنة الا برؤيتك الله جل جلاله الى من بلغ الرسالة  
وأدى الامانة ونصح الأمة الى نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا محمد عليه أفضل الصلاة  
والسلام.

الى من كلله الله بالهيبه والوقار الى من علمني العطاء بدون انتظار الى من احمل اسمه بكل  
افتخار الى من أدين له حياتي سندي فقد كان له الفضل في بلوغي التعليم العالي الى أبي  
الغالي شفاه الله وأطال الله في عمره وأدامه ذخرا وفخرا لنا

الى ملاكي في الحياة الى معنى الحب والحنان والتفاني الى بسمة الحياة وسر الوجود  
الى من كان دعائها سر نجاحي الى تلك التي وهبتني كل ماتملك من أجل سعادي وقاست  
وتأملت لألمي الى أغلى الحبايب أمي حبيبي

الى الشموع المضيئة في حياتي الى من تعلمنا المحبة والوفاء أنم سندي وحزام ظهري وكياني  
وفلذات كبدي الى كل أخوتي وأخواتي: محمود، ياسمين، زهية، أيمن، نصر الدين، كوثر.  
الى روح فقيدتي אחتي وتوأمي وحبيبي التي فارقتني والتي كانت تعمل سندا لي والتي رحلت  
في منتصف هذا العمل نسيمه رحمها الله وأسكنها الفردوس الأعلى.

الى جدي (أبي الثاني) وجدتي حفظهما الله والى كل قويدري وجعيرين.

الى رفيقة دربي والتي شاركتني هذا العمل فريجة .

الى من سرنا سويا ونحن نشق الطريق معا نحو النجاح الى صديقاتي: زهرة أماني، نجاة،

حياة، ميده عبير، فضيلة عبير، نوال.

## جهيدة





## اهداء

الهي لا يطيب الليل بشكره ولا يطيب النهار بطاعتك ولا يطيب اللحظات الا بذكرك ولا  
تطيب الاخرة الا بعفوك ولا تطيب الجنة الا برويتك

الله جل جلاله الى من بلغ الرسالة وأدى الامانة ونصح الأمة الى نبي الرحمة ونور العالمين  
سيدنا محمد عليه أفضل الصلاة والسلام.

الى ملاكي في الحياة الى معنى الحب والحنان والتفاني الى بسمة الحياة وسر الوجود  
الى من كان دعائها سر نجاحي الى تلك التي وهبتني كل ماتملك من أجل سعادتي وقاست  
وتألمت لألمي الى أغلى الحبايب أُمي حبيبتي.

الى من كلله الله بالهبة والوقار الى من علمني العطاء بدون انتظار الى من احمل اسمه بكل  
افتخار الى من أدين له حياتي سندي فقد كان له الفضل في بلوغي التعليم العالي الى أبي  
الغالي أطال الله في عمره وأدامه ذخرا وفخرا لنا

الى الشموع المضيئة في حياتي الى من تعلمنا المحبة والوفاء أم سندي وحزام ظهري الى كل  
أخوتي وأخواتي: مصطفى، فاطمة، اختي خيرة وزوجها علي وبناتها: سندس، اخلاص هبة  
الرحمان، سلسيل، ضحى وأختي نورة وبن عمر

والى خالتي العزيزة خيرة وأولادها

والى روح صديقتي الفقيدة نسيمه بومدين

الى رفيقة دربي والتي شاركتني هذا العمل جهيدة والى كل من يحمل لقب طيفوري والى  
صديقاتي الى من سرنا سويا ونحن نشق الطريق معا نحو النجاح سهام بلحوت فسية بن

قيط حميدة وعبير برنو وحياة بن ميرة

هدى، شيماء، آمال، فاطمة، ملاك.

## فريحة



## ملخص الدراسة

### ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية ومعرفة دلالة الفروق بين طلبة المرحلة الجامعية في التفكير الإيجابي باختلاف الجنس والأقسام والكليات، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي والاستعانة بمقياس التفكير الإيجابي لإبراهيم عبد الستار الذي تم تطبيقه على عينة حجمها (75) طالبا وطالبة جامعيين بجامعة عمار تليجي بالأغواط وتم اختبار الفرضيات ببرنامج SPSS النسخة 19 أين توصلنا الى النتائج التالية التي اظهرت ان مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية بجامعة عمار تليجي بالأغواط مرتفع اما الفروق فقد توصلنا لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الجنس لصالح الذكور بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار تليجي بالأغواط باختلاف الكليات وكذلك توصلنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار تليجي بالأغواط باختلاف الأقسام.

### الكلمات المفتاحية:

التفكير الإيجابي، المرحلة الجامعية

### **Abstract**

The current study aimed to identify the level of positive thinking among undergraduate students and to know the significance of the differences between university students in positive thinking according to gender, department and faculties, where the descriptive approach was relied on and the use of the positive thinking scale of Ibrahim Abdel Sattar, which was applied to a sample size (75) Male and female university students at Ammar Thaleji University in Laghouat. The hypotheses were tested in SPSS version 19. We reached the following results, which showed that the level of positive thinking among undergraduate students at Ammar Teliji University in Laghouat is high. As for the differences, we found statistically significant differences in positive thinking among undergraduate students. The difference between gender in favor of males, while there are no statistically significant differences in positive thinking among students of Ammar Thilji University in Laghouat in different faculties, and we also found that there are no statistically significant differences in positive thinking among students of Ammar Thilji University in Laghouat in different departments.

### **key words:**

Positive Thinking, Undergraduate

# الفهرس

## فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ.	شكر وتقدير
ب.	اهداء
ج.	فهرس المحتويات
د.	ملخص الدراسة
هـ.	قائمة الجداول
و.	قائمة الملاحق
3-1	مقدمة
<b>الفصل الأول: إشكالية الدراسة واعتباراتها</b>	
6	1. إشكالية الدراسة
8	2. فرضيات الدراسة
8	3. أهمية الدراسة
9	4. أهداف الدراسة
9	5. التعريفات الإجرائية
9	6. الدراسات السابقة
14	7. التعقيب على الدراسات السابقة
<b>الفصل الثاني: التفكير الإيجابي و المرحلة الجامعية</b>	
17	<b>اولا : التفكير الايجابي</b>
17	1- مفهوم التفكير الايجابي
18	2- أبعاد التفكير الإيجابي
20	3- أهمية التفكير الإيجابي
21	4- انواع التفكير الايجابي
22	5- الوصايا العشر للتفكير الإيجابي
23	6- العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي
23	7- علاقة علم النفس الإيجابي بالتفكير الإيجابي

## فهرس المحتويات

26	ثانيا: المرحلة الجامعية
26	1- تعريف الجامعة
27	2- نشأة الجامعة الجزائرية
29	3- أهداف الجامعة
29	4- أنواع الجامعات
31	5- التعريف بطلبة عمار تليجي بالأغواط
32	6- مشكلات الطلبة في الجامعة
34	خلاصة الفصل
<b>الفصل الثالث الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية</b>	
37	1. منهج الدراسة
38	2. حدود الدراسة
38	3. وصف عينة الدراسة
40	4. خصائص عينة الدراسة
43	5. وصف أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية
44	6. صدق الاداة الدراسة
45	7. ثبات الأداة
46	8. الأساليب الاحصائية
<b>الفصل الرابع عرض و تحليل وتفسير نتائج الدراسة</b>	
48	1. تمهيد
48	2. عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة
48	3. عرض نتائج الفرضية الأساسية
49	4. عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى
51	5. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية
52	6. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة
55	7. خلاصة الفصل

## فهرس المحتويات

---

56	الاستنتاج العام
58	خاتمة
60	قائمة المصادر و المراجع

## فهرس الجداول

رقم	عنوان الجدول	ص
01	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس	40
02	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الأقسام	41
03	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الكليات	42
04	يوضح اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين (العليا والدنيا)	44
05	يوضح معاملات الثبات درجات مقياس التفكير الايجابي باستخدام معامل ألفا كرونباخ	46
06	يوضح المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية لدرجات أبعاد مقياس التفكير الايجابي لدى طلبة مرحلة الجامعية.	48
07	يمثل نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسط عينتين مستقلتين	50
08	يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار تحليل التباين أحادي للفروق في التفكير الايجابي تبعا لمتغير قسم الدراسة	51
09	يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونتائج اختبار تحليل التباين أحادي للفروق في التفكير الايجابي تبعا لمتغير كليات الدراسة	53

## فهرس الأشكال

---

ص	عنوان الأشكال	الرقم
40	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس	01
41	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الأقسام	02
42	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الكليات	03

مقدمة

أوصى الله تعالى الإنسان بالتفكير في آياته وخلقه لما له أهمية كبيرة في فهم الظواهر الانسانية والطبيعية في هذا الكون الذي يعيش فيه الانسان، ويعد التفكير هو الأداة التي تفصل الانسان عن الحيوان من حيث أن التفكير يتطلب وجود العقل وصحته.

فيعرف التفكير بأنه معالجة المعلومات باستحضار الخبرة والخروج بنتيجة فطريقة التفكير تختلف من شخص إلى آخر حسب استقباله للمعلومات أو حسب استقباله ما يمتلك من خبرة وحسب شخصيته ومزاجه لذا يقول بارون "أن نمط التفكير هو الطريقة التي يتعامل بها الفرد مع المعلومات من حوله فيما يحقق أهدافه وهو يتأثر بسمات الفرد".

حيث يندرج التفكير السليم والايجابي ضمن موضوعات علم النفس وبالتحديد علم النفس الايجابي الذي يركز على تنمية مهارات وقدرات الفرد كما يركز أيضا على دراسة الجوانب الايجابية من الشخصية وسمات الفرد الايجابية التي تساهم في تحسين جودة الحياة ومن ثم الشعور بالسعادة والاقبال على هذه الحياة التي يعينها الفرد وهنا بدوره يساهم بشكل كبير في تحقيق مستوى عال من التوافق النفسي الايجابي.

فيمكن تعريف التفكير الايجابي على أنه حالة مزاجية ايجابية ينقلها الفرد نفسه عن الآخرين من حوله بتصرفاته اتجاه الأشخاص والأحداث ونظرته الحسنة للأمور وتفسيرها بطريقة يغلب عليها الجانب الجيد واغفال الجانب السيء. (عبد الرحمن العزيز، 2012، ص 73)

فالتفكير الايجابي هو استخدام العقل والعمليات الذهنية في الحياة اليومية من ناحية تفسير الظواهر العلاقات والتعامل مع الغير بطريقة أصلية ايجابية وتفاؤلية. (فاطمة شيببي، 2015، ص 25)

ويذهب أغلب الباحثين إلى أن التفكير الايجابي بمثابة نقطة انطلاق أي مشروع في الحياة فهو تلك الكمية من الطاقة المعنوية التي تبعث في النفس روح العلم والعمل أما

من الناحية العملية فهو الاجتهاد في طلب الرزق في جو يسوده التفاؤل والأمل وبذلك يحقق من الإرادة والتفكير الايجابي سببا كافيا في الحصول على رزق يومه.

أما من الناحية العلمية فهو أساس أي علم من هذه العلوم كلها بدأت بالتفكير وانتهت بالتنظير ولولا التفكير لما تطورت هذه العلوم إلى ما عليه الآن، كما ذكر الله تعالى في منزل كتابه الحكيم في عدد كثير من الآيات في قوله تعالى « لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ » سورة الأعراف الآية 176. وقوله تعالى « إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ » سورة النحل: الآية 12. « لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ » سورة ابراهيم الآية 25.

حيث أشار القرآن الكريم إلى استعمال العقل والتفكير حتى الوصول إلى الحقيقة وبالتالي إلى السعادة.

ومن هنا يتضح لنا أن التفكير الايجابي من المواضيع التي تثير في الباحثين الاهتمام الكبير خصوصا في المرحلة الجامعية وحظي هذا الموضوع من اهتمام الباحثان وركزت دراسة في معرفة مستوى التفكير الايجابي في المرحلة الجامعية وتم اختيار طلبة جامعة الأغواط بكلياتها وتخصصاتها المتعددة كعينة لهذه الدراسة.

بحيث تم التطرق في هذه الدراسة إلى جانبين أحدهما نظري الذي يحتوي على فصلين والآخر تطبيقي الذي يحتوي على فصلين وتم العرض فيهم بالشكل التالي:

الجانب الأول الذي احتوى على فصلين نظريين فكريين فالفصل الأول تم التحديد فيه اشكالية البحث واعتباراتها التي تتمثل في الفرضيات، أهداف وأهمية الدراسة الحالية ثم حددنا مصطلحات الدراسة وتليها الدراسات السابقة والتعقيب عليها، أما الفصل الثاني فخصص للتفكير الايجابي والمرحلة الجامعية وتم العرض فيه. أولا: مفهومه وأبعاده وأنواعه والوصايا العشر للتفكير الايجابي وعلاقة التفكير الايجابي بعلم النفس الايجابي والعوامل المؤثرة في التفكير الايجابي وكذا وجهات النظر حول التفكير الايجابي، أما ثانيا: المرحلة

الجامعية مفهومها ونشأتها وكذا نشأة جامعة الأغواط وأهداف الجامعة الجزائرية وأنماط الجامعة ومشاكل التي قد واجهوها الطلبة وكذا التعريف بطلبة جامعة الأغواط.

أ. أما الجانب الثاني التطبيقي وتم العرض فيه ما يلي:

ب. الفصل الثالث فكان مخصصا للإجراءات الميدانية للدراسة وتم العرض فيه المنهج المتبع وحدود الدراسة وعينة الدراسة وأدوات جمع البيانات وأساليب الاحصائية المعتمدة لهذه الدراسة، أما الفصل الرابع والأخير فتطرقتنا فيه تحليل وتفسير ومناقشة فرضيات الدراسة والاستنتاج العام ومجموعة من الاقتراحات التي يمكن أن يستفيد منها الدراسات القادمة.

# الجانِب النظري

## الفصل الأول:

### إشكالية الدراسة واعتباراتها

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهمية الدراسة
- 4- أهداف الدراسة
- 5- التعريفات الإجرائية
- 6- الدراسات السابقة والتعقيب عليها

## 1- إشكالية الدراسة:

خلق الله عز وجل الانسان في أحسن صورة ومظهر وميزه عن سائر المخلوقات بالعقل قال الله تعالى ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ سورة التين آية 04. وقال تعالى أيضا ﴿ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَاءُ ۗ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ﴾ سورة الجمعة آية 04.

فبالعقل يستطيع الانسان التأمل والتدبر والتفكير في الكون والخلق وفي ذاته ومن حوله فهو يبحث عن ماهية هذه الأشياء عن طريق التفكير وهناك نوعان من هذا التفكير تفكير ايجابي وتفكير سلبي، أما التفكير الايجابي فهو التفكير الذي يبني بها الانسان أفكارا تحتوي كلها على التفاؤل والأمل وما أعظمها في تحقيق نتائج ممتازة في الحياة منها تحقيق السعادة والراحة والشعور بالأمن والطمأنينة التي تبث حب الحياة في الانسان وتبعث فيه أيضا حب العمل وتحقيق ذاته من خلال هذا النوع من التفكير، أما التفكير السلبي فلن يحصد منه سوى اليأس والإحباط وضيق في وجهات النظر وأحيانا حتى عدم التوفيق في الحياة.

ولعل موضوع الدراسة الحالية والتي ركزت على النوع الأول من التفكير وهو التفكير الايجابي ما أثار في الباحثان أهمية كبيرة في الحياة وخاصة عند طلبة الجامعة ويعرف التفكير الايجابي على أنه المحافظة على التوازن السليم في إدراك مختلف المشكلات فهو أسلوب متكامل في الحياة ويعني التركيز على الايجابيات في المواقف بدلا من التركيز على السلبيات أنه يعني أن تحسن بذاتك وأن تظن خيرا في الآخرين وأن تتبنى الأسلوب الأمثل في الحياة.

فالتفكير الايجابي يقوم بتحفيز الشخص على ايجاد الفرص والحلول من خلال الصعوبات والتحديات، فلا توجد نتيجة من الجلوس والنظر للأمور التي تحصل بطريقة فهو

مهم لكونه نشاطا طبيعيا لا يستغنى عنه الانسان في حياته اليومية فالتفكير مهارة وفن وهو اكتشاف خبرة من أجل الوصول إلى الهدف والوصول إلى اتخاذ القرارات وحل المشكلات.

ومما ذكر سابقا نستنتج أنه يساعد على تطوير الأفراد وبالتالي المجتمعات وتحقيق النجاحات وهذا هو الهدف ونخص بالذكر الشباب ومن اهم المؤسسات التي تطمح إلى تكوين شباب جامعيين يتصفون بالتفكير الايجابي فالمرحلة الجامعية من أهم المراحل التي قد يمر بها الشباب.

ومن خلال هذا نؤكد أن التفكير الايجابي يعكس شخصية الطالب الايجابية أي يؤثر على سلوكه في مختلف المواقف سواء التعليمية منها أو الاجتماعية وبالتالي حاضر وفعال ومستقبل مشرق.

وبالرغم من كثافة الدراسات والبحوث إلا أنه مازالت بعض التساؤلات وجاءت دراستنا حول التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية.

وعليه فإن التساؤل العام هو كالاتي:

- ما مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط؟

### 1-1-التساؤلات الفرعية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الجنس؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الكليات؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الأقسام؟

## 2-فرضيات الدراسة

بناء على تساؤلات الدراسة وأهدافها صيغت الفرضيات على الشكل التالي:

### 2-1-الفرضية الرئيسية:

مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية بجامعة عمار تليجي بالأغواط مرتفع

### 2-2-الفرضيات الفرعية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الجنس لصالح الذكور.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار تليجي بالأغواط باختلاف الكليات .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار تليجي بالأغواط باختلاف الأقسام.

### (3) - أهمية الدراسة:

يعتبر موضوع التفكير الإيجابي من أهم المواضيع التي أخذت إهتمام الباحثين وبالتالي جاءت دراستنا مدعمة وباحثة عن الجانب الإيجابي لدى الطلبة وتكمن أهمية هذه الدراسة إلى:

- ج. الوقوف على مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين.
- د. معرفة أهم الأبعاد شيوعا بينهم.
- هـ. توضيح مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية لجامعة الأغواط.
- و. اظهار أهمية التفكير الإيجابي في حياة وشخصية الطالب الجامعي.
- ز. إيجاد منهج علمي وعملي لتنمية التفكير الإيجابي لدى الفرد والمجتمع.

(4) - أهداف الدراسة: تهدف الدراسة إلى:

- معرفة مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية بجامعة الأغواط.
- معرفة دلالة الفروق في التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية حسب الجنس والأقسام الكليات.

(5) - التعريفات الإجرائية (تحديد مفاهيم الدراسة)

- التعريف الإصطلاحي للتفكير الإيجابي: هو استخدام العقل والعمليات الذهنية في الحياة اليومية من ناحية تفسير الظواهر والعلاقات والتعامل مع الغير بطريقة أصلية إيجابية وتفاعلية. (سكوت ديبلو، 2003، ص 49)

التعريفات الإجرائية للتفكير الإيجابي: يقاس إجرائيا بالدرجات التي يتحصل عليها أفراد العينة في مقياس التفكير الإيجابي من طرف طلبة جامعة عمار ثليجي بالأغواط.

التعريف الإجرائي لطلبة المرحلة الجامعية: هم طلبة جامعة عمار ثليجي بالأغواط المسجلين في السنة الجامعية 2021-2022.

(6) - الدراسات السابقة:

6-1- دراسة فاطنة فردوس شيببي (2015)

التفكير الإيجابي وعلاقته بتقدير الذات لدى سنة. أولى ماستر علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا بجامعة الأغواط استهدفت الدراسة من خلال إجراء الدراسة الميدانية إلى التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة ومعرفة الفروق بين طلبة السنة أولى ماستر في التفكير وتقدير الذات باختلاف الجنس والتخصص والنظام الدراسي، وتألقت عينة الدراسة من ثلاثون طالب وطالبة جامعية من قسم علم النفس، واستعملت

مقياسين من المفردات الإيجابية، مقياس إبراهيم عبد الستار ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث.

وقد أسفرت نتائج الدراسة:

ح. توجد علاقة دالة احصائياً بين التفكير وتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر بجامعة الأغواط.

ط. لا يوجد فروق ذات دلالة احصائياً في التفكير الإيجابي لدى طلبة السنة أولى ماستر باختلاف التخصص.

ي. لا توجد فروق ذات احصائياً في التفكير الإيجابي لدى طلبة السنة أولى ماستر باختلاف النظام الدراسي (كلاسيكي، ل م د).

#### 6-1- دراسة زياد بركات 1988:

أهدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي، كالجنس والعمر والحالة الاجتماعية والتخصص الدراسي ونوع العمل ومكان السكن وقد استعمل مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم على عينة مكونة من 254 طالبا، 102 ذكورا و 152 إناثا من طلبة جامعة القدس وقد أسفرت النتائج على أنه توجد فروق جوهرية، بين متوسطا درجات الطلبة على المقياس بينما لا توجد فروق في متوسطا والطلبة بخصوص متغيرات الجنس والعمر والحالة الاجتماعية.

#### 6-2- زياد بركات (2006)

التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والتربوية ولهذا الغرض اختار الباحث عينة مكونة من 200 طالبا وطالبة ملتحقين في جامعة القدس المفتوحة منطقة طولكرم التعليمية موزعين تبعا

لمتغيرات الدراسة موضع البحث كما استخدم مقياس التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة تم إعداده لهذا الغرض ولقد تكشف نتائج الدراسة عن أن ما نسبة (40.5) ن أفراد الدراسة قد أظهروا نمطا من التفكير الإيجابي منهم ما نسبته (40) من الذكور (16.5) من الإناث وقد أسفرت النتائج إلى:

- وجود فروق جوهرية في درجات الطلاب على اختبار التفكير الإيجابي والسلبي تعزى لمتغيرات الجنس ومل لأم. وذلك لصالح الطالبات الإناث والطلاب أبناء الأمهات غير العاملات.
- عدم وجود فروق جوهرية في درجات الطلاب على اختبار التفكير الإيجابي والسلبي لتعزى لمتغيرات التحصيل الأكاديمي ومكان السكن وعمل الأب ومستوى التعليم الأب والأم. (زياد بركات، 2006، ص 3)

### 6-3-دراسة إيمان صادق، ربا الدوري 2010

هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات كلية التربية جامعة بغداد، وبلغ عدد أفراد العينة 319 طالبة منها 153 طالبة للمرحلة الأولى و 166 طالبة للمرحلة الرابعة وقد تم تطبيق مقياس التفاؤل المبني بعد استطلاع وجه إلى عينة من الطالبات والاطلاع على مجموعة من المقاييس والدراسات التي بحثت في الموضوع كما استخدم مقياس التوجه نحو الحياة الذي أعاده "شاير كارفر" 1985 وترجمة الأنصاري 1998 وقد أظهرت الدراسة النتيجة التالية: وجود علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة.

## 6-4-دراسة حنان عبد العزيز 2012

استهدفت الدراسة إلى التعريف على العلاقة الارتباطية بين أنماط التفكير بقطبيه السلبي والايجابي وتقدير الذات في ظل المتغيرات المتمثلة في الجنسي، التخصص الدراسي، التحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة بشار وقد استعملت الباحثة مقياس التفكير الايجابي والسلبي الذي تم بناءه من طرف الباحثة، اختيار تقدير الذات لكوبر سميث على عينة مكونة من 200 طالب بجامعة بشار وقد أسفرت الدراسة على أهم النتائج التالية: أن الطلبة الذين لديهم نمط تفكير إيجابي فهم يتميزون بتقدير الذات مرتفع أما الطلبة ليس هناك فروق دالة احصائيا في نمطي التفكير الإيجابي والسلبي لدى عينة من الطلبة تعزى لمتغير الجنس والتحصيل الدراسي الأكاديمي.

## 6-5-دراسة دعماش خديجة (2013)

هدفت الدراسة إلى التعرف على التفكير الإيجابي وعلاقته بالدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى طلبة سنة أولى ماستر. وذلك من خلال الكشف عن الفروق في الدافعية للإنجاز بين مرتفعي ومنخفضي التفكير الايجابي في ضوء متغيرات التخصص والسن، الجنس ونوع النظام الدراسي اعتمدت على مقياس التفكير الايجابي لإبراهيم عبد الستار ومقياس الدافعية للإنجاز الأكاديمي لمحمد بن معجب الحامد، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية وتم التطبيق على عينة قوامها 127 طالبا وطالبة جامعيين من جامعة عمار تليجي وقد أسفرت النتائج إلى:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الدافعية للإنجاز الأكاديمية بين مرتفعي ومنخفضي التفكير الايجابي لصالح مرتفعي التفكير الايجابي.
- عدم وجود تباين دال احصائيا في الدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى مرتفعي التفكير استنادا لمتغير النظام الدراسي (كلاسيكي ل. م د).

- عدم وجود تباين دال احصائيا في الدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى مرتفعي التفكير الايجابي استنادا لمتغير السن. (دعماش خديجة، 2013، ص أ)

#### 6-6- دراسة علة عيشة وبوزاد نعيمة (2016):

هدفت الدراسة إلى البحث في التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين لجامعة تليجي عمار بالأغواط ومن خلال التساؤلات التالية: ما هو مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين؟ ما هي الأبعاد الأكثر شيوعا بين الطلبة الجامعيين؟ هل توجد فرق ذات دلالة احصائية في أبعاد التفكير الإيجابي وفقا للنوع؟ ولإجابة عن هذه التساؤلات استخدمت الباحثتان مقياس التفكير الإيجابي لعبد الستار (2010) على عينة من الطلبة حيث بلغ عددهم 200 طالبا حيث توصلوا إلى مجموعة من النتائج أهمها: ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين، أما الأبعاد الأكثر شيوعا فقد جاء الشعور العام بالرضا أولا، ثم التقبل الإيجابي لاختلاف حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي، السماحة والأريحية، الضبط الانفعالي والتحكم، المجازفة، الإيجابية، الذكاء الوجداني، التوقعات الإيجابية والتفائل وأخيرا تقبل المسؤولية الشخصية.

أما الفروق فقد توصلوا لوجود فروق ذات دلالة احصائية في التفكير الإيجابي لصالح الإناث.

#### 6-7- دراسة مرفوعة الزهراء وصحراوي مرية (2018)

هدفت الدراسة إلى الكشف طبيعة العلاقة بين التفكير الإيجابي ودافعية الانجاز الأكاديمي لدى أساتذة التعليم المتوسط بمعينة ومعرفة مستوى كل من التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط، ومعرفة دلالة الفروق في التفكير الإيجابي ودافعية الانجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط، ومعرفة دلالة الفروق في التفكير الإيجابي ودافعية الانجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي

حسب التخصص الدراسي حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي والاستعانة بمقياس التفكير الإيجابي ودافعية الانجاز وطبقنا على عينة حجمها 60 تلميذا ثانويتي الجودي بالقاسم وأول نوفمبر بمدينة الأغواط وقد توصلوا إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة بين التفكير الإيجابي والدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي.
- مستوى التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي مرتفع
- لا توجد فروق في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي حسب التخصص
- لا توجد فروق في الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي حسب التخصص.

#### 7-التعقيب على الدراسات السابقة:

ك. من خلال العرض السابق للدراسات والبحوث السابقة والتي اقتصرنا على الدراسات المتعلقة بموضوع الدراسة الحالية وهي تلك الدراسات التي تناولت التفكير الإيجابي ويمكن عرض الملاحظات الآتية على تلك الدراسات على النحو التالي:

#### أ. من حيث مكان إجراء الدراسة:

تختلف كل دراسة عن الأخرى من حيث الزمان والمكان اجراءها فمنها في السنة المحلية فكانت دراسة فاطمة فردوس شيببي سنة 2015 بجامعة الأغواط ودراسة مرفوعة الزهراء سنة 2018 بجامعة الأغواط وكذلك دراسة علة عيشة 2016 بجامعة الأغواط ودراسة حنان عبد العزيز سنة 2012 بجامعة بشار أما الدراسات العربية فكانت دراسة ايمان صادق سنة 2010 بجامعة بغداد وزياد بركات سنة 1998 بجامعة القدس وكذلك دراسته الثانية في سنة 2006 في جامعة القدس.

## ب. من حيث نوع العينة:

هناك تباين في عدد أفراد العينة التي أجريت عليها الدراسة السابقة فقد كانت أصغر أصغر عينة في التفكير الايجابي هي دراسة مرفوعة الزهراء بلغت (60) ثم دراسة فاطنة فردوس الشيبلي بلغت (82) ودراسة دعماش خديجة (127) ثم دراسة علة عيشة (200) ودراسة حنان عبد العزيز (200) ثم دراسة زياد بركات (200) ودراسة زياد بركات الثانية بلغت (254) وأخيرا دراسة إيمان صادق بلغت 319.

## ج. من حيث أدوات الدراسة:

اختلفت بعض الدراسات من حيث الأداة المستخدمة مثل بركات زياد الذي استخدم مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم أما باقي الدراسات فقد اتفقت على استخدام مقياس التفكير الايجابي لإبراهيم عبد الستار.

## د. من حيث النتائج:

اتفقت كل الدراسات المحلية والعربية القديمة منها والحديثة التي تناولت التفكير الايجابي على وجود علاقة موحية بين التفكير الايجابي ومجموعة من المتغيرات كذلك اتفقت كل الدراسات كدراسة التفكير الايجابي في ضوء المتغيرات الديمغرافية والأكاديمية (التخصص، الجنس) على عدم وجود تأثير للمتغيرات على التفكير الايجابي وأسفرت كل الدراسات أنه يوجد تفكير ايجابي ومستوى مرتفع في هذا المتغير (التفكير الايجابي).

وعليه تمت الاستفادة من الدراسات السابقة المحلية منها والعربية في الإطار النظري والتطبيقي كما ساعدت الدراسات والأبحاث في تحديد أدوات الدراسة الحالية وكيفية المعالجة الإحصائية وطريقة تحليل المعطيات مما زاد اهتمامنا بموضوع دراستنا الحالية وخاصة موضوع التفكير الايجابي.

## الفصل الثاني :

### التفكير الإيجابي و المرحلة الجامعية

#### أولاً : التفكير الإيجابي

##### تمهيد

- 1- مفهوم التفكير الإيجابي
- 2- أبعاد التفكير الإيجابي
- 3- أهمية التفكير الإيجابي
- 4- أنواع التفكير الإيجابي
- 5- الوصايا العشر للتفكير الإيجابي
- 6- العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي
- 7- علاقة علم النفس الإيجابي بالتفكير الإيجابي

#### ثانياً: المرحلة الجامعية

##### تمهيد

- 1- تعريف الجامعة
- 2- نشأة الجامعة الجزائرية
- 3- أهداف الجامعة
- 4- أنواع الجامعات
- 5- التعريف بطلبة عمار تليجي بالأغواط

##### خلاصة الفصل

اولا : التفكير الايجابي :

تمهيد :

يعتبر التفكير الايجابي بصفة عامة اداة لرؤية الجانب الايجابي من الاشياء بدلا من الجانب السلبي ، وهو الميل الذي يجعل العقل يتقبل الافكار والصور والكلمات التي تبسط كل ما هو معقد بحيث يتوقع الفرد نتائج ايجابية تؤدي الى النجاح بما يريده وهذا ما سنخوض فيه في هذا الفصل من تعريفه وابعاده والعوامل المؤثرة فيه .

1- مفهوم التفكير الايجابي :

1-1 التفكير الايجابي لغة :

(فكر) الفكر والفكر اعمال خاطر في الشيء قال سيبيويه ولا يجمع الفكر ولا العلم ولا النظر قال وقد حكى ابن دريد في جمعه أفكار والفكرة كالفكر ، وقد فكر في الشيء لقوله "وقد ذكر في الشيء الخ" فإنه ضرب في المصباح وأفكر فيه ونفكر بمعنى ورجل فكير مثال فسق وفيكو كثيرا لفكر الأخيرة عن كراع اللبث التفكير اسم التفكير . (ابن المنظور 1300 ، ص 5)

التفكير الإيجابي اصطلاحا :

فقد اجتهد العلماء لإيجاد التعريف الكامل والشامل ، ومع ذلك لم يعط للتفكير حقه ومن بين التعريفات التي وصفت لنا التفكير على أنه نشاط معرفي بمعنى أنه يحدث داخل العقل البشري ، ومع ذلك يتم استنتاجه من السلوك وهو عملية تقوم بمعالجة أنواع من المعلومات داخل نسق معرفي ، فتحدد الخبرات السابقة الحالية وينشأ عن هذه العملية تغيرا في المعلومات والمعرفة بالموقف الراهن . (معربية : 2009 ، ص 136)

- ويعرفه " لدي يونو " بأنه استكشاف للحيرة من أجل الوصول إلى الهدف الذي قد يكون إتخاذ قرار أو فهم مسألة أو حل مشكلة أو اصدار حكم . (الحارثي ، 2009 ، ص 17 )  
كما يرى سون ديفيد أن النصف الأيسر الأمامي للجبهة مسؤول عن النشاط والخفة والسعادة ، أما النصف الأيمن الأمامي للجبهة فهو مرتبط بالإكتئاب والإشمئزاز والمزاج السيء وترى نظرية " سون ديفيد" أن منع التفكير والسلوك السلبي سيزيدان آليا التفكير والسلوك الإيجابي

، إن العواطف الإيجابية تساعد الفرد في تحدي الأوقات الصعبة ، وعليك أن تتعلم أن تركز على الحلول وليس على المشاكل ، إن أحد أهم العوامل في القيادة الناجحة أن يتعلم الناس كيف يقدمون الحلول وليس تقديم المشاكل إن أصحاب التفكير السلبي هم الذين يضعون المشاكل ، أما أصحاب التفكير الإيجابي فإنهم يقدمون حلول للمشاكل . (عثمان 2001 ، ص 230 )

- كما قال وليام جيمس : أننا ن فكر ثم كنتيجة حتمية لهذا التفكير يأتي الشعور ثم التصرف المدفوع بذلك الشعور . (فتريلا 2003 . ص 54 )

- وتعرفه دعماش أنه القدرة نظرية توجد بدرجات متفاوتة عند البشر أنها مهارة يمكن تعلمها واكتسابها وهو استخدام الجوانب الإيجابية والتحكم فيها لتحقيق الذات وبلوغ الأهداف كما أنه مجموعة من الإستراتيجيات الإيجابية في الشخصية التي من شأنها أن تقود إلى النجاح والسعادة وطيب الحياة . (دعماش ، 2013 ، ص 157 )

فالتفكير الإيجابي هو حالة مزاجية ينقلها الفرد عن نفسه للآخرين من حوله بتصرفاته اتجاه الأشخاص والأحداث ونظرته الحسنة للأمور وتفسيرها بطريقة يغلب عليها الجانب الجيد وانفال الجانب السيء . (عبد الرحمان الفريد ، 2012، ص 73 )

## 2-أبعاد التفكير الإيجابي :

للتفكير الإيجابي أبعاد كثيرة نذكر منها .

### 1-2 التوقعات الإيجابية والتفاؤل:

أي التوقعات الإيجابية بتحقيق مكاسب في مختلف جوانب الحياة الشخص فضلا عن زيادة مستوى التفاؤل وما يتوقعه من النتائج الإيجابية في حياتنا الصحية الشخصية والاجتماعية والمهنية .

## 2-2 الضبط الإنفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا :

مهارات الشخص في توجيه انتباهه وذكرياته وقدراته على التخيل في اتجاهات سليمة ومفيدة تتلاءم مع متطلبات الصحة النفسية وتنمية رصيده المعرفي الملائم لعمليات التوافق النفسي الاجتماعي .

## 2-3 حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي :

أي ما نملك من رصيد معرفي ومعلومات عن الصحة والسعادة وكيف نتعامل مع مواقف الخوف والقلق والإكتئاب و الاضطراب النفسي . (غبراهيم عبد الستار ، 2008 ، 104 - 106)

## 2-4 الحكمة والإتزان والمرونة :

2-4 - أ الحكمة : فهي نظام معرفي يتضمن الخبرة على اساس التعامل البرجماتي والعملية ويتضمن ذلك المعرفة والتقييم للسلوك والهدف ومعنى الحياة . (اسنسول ستودينجر، 2006 ، ص 41)

## 2-4 - ب : الإتزان والمرونة :

وهي تعني القدرة على الإنفتاح والإتساع في مواجهة الأزمات ، إن المرونة والوجدانية تعمق التوازن في الفهم والوجدان ، وكذلك تساعد على حفظ القدرة الإبداعية على حل المشكلات فب المواقف الأكثر . (عثمان 2001 ، ص 209)

## 2-5 - الدافعية والتفاؤل :

2-5 - أ - الدافعية : مفهوم افتراضي كامن لدى الشخص يمثل دافعا او استعداد لدى الفرد للبحث عند النجاح في المواقف ذات الانجازي او التي تتضمن انجازا او تنافسا لأداء مهمة ما ، وفقا لمحكك معين من الجودة أو الإمتياز والدافع في حالة الإنجاز يشير إلى الرغبة جزء التحقيق الفعلي ظن فإنه يسمى دافعية اعتباره عملية نشيطة لبذل الجهد . (حسين ، 1998 ، ص 58)

2-5 - ب : التفاؤل :

ينظر الباحثون إلى فاعلية التفاؤل الذي يمكن تصنيفه ضمن النظريات الخاصة بالتوقعات في زاوية تأثير الإعتقاد الشخصي على السلوك . (عسكر ، 2000 ، ص 149 )

2-6 - **تقبل الذات وتطويرها** : هو ملمح مفتاحي للشعور بالوجود الأفضل ، وهو أن يكون عند الفرد اعتبارا إيجابيا بذاته قائم على وعي الفرد بصفاته الإيجابية وبصفاته السلبية ويتقبلها ، لأن تقبيل الفرد لجوانب فشله ملمح رئيسي في ان يكون منفردا على نحو كامل ويشير إيريك اريكسون 1959 إلى التكامل الأنا وهو أن يتجه الفرد الى السلام والتقبل مع الإنتصارات وخيبات الأمل معا في حياة الفرد الماضية وهذا التقبيل القوي للذات يعين على تقييم الذات والوعي بأوجه الفشل الشخصية وجوانب النصر والحب والحنان تقبل عيوب الذات . (معزية ، 2010 ، ص 60 )

3- **أهمية التفكير الإيجابي** :

يحث التفكير الإيجابي عن القيمة والفائدة ، وهو تفكير بناء توالي منه المقترحات الملموسة والعملية حيث يجعل الأشياء تعمل وهدفه هو الفعالية والبناء ، حيث أن العقل يمتلك فكرة واحدة في أي وقت ، فإذا أدخلنا في عقولنا فكرة إيجابية أخرجت الفكرة السلبية التي تقابلها لأن العقل لا يقبل الفراغ فإذا لم نملأه بالأفكار الإيجابية فسوف نملأه بالأفكار السلبية ، وان الشخص الذي يفكر ايجابيا ويعتمد على نفسه وبنظرة متفائلة يستطيع أن يستهوي ما حوله فعلا ويطلق القدرات التي تحقق الهدف. ( عشية علة ، 2016 ، ص 36 )

وتبرز أهمية التفكير الإيجابي كذلك من خلا أن الإنسان يستطيع أن يقرر بطريقة تفكيره فإذا اخترت ان تفكر بإيجابية تستطيع ان تزيل الكثير من المسائل الغير مرغوب بها والتي ربما تعفيك من تحقيق الأفضل لنفسك . (الرقيب ، 2008 ، ص 05 )

#### 4-انواع التفكير الايجابي :

التفكير الايجابي هو مصدر قوة وأيضا مصدر حرية لأنه يساعدك على التفكير بالحل حتى تجده وبذلك تزداد مهارة و ثقة وقوة ومصدر حرية لأنك ستحرر من معاناة الأمر سجن التفكير السلبي واثارة الجسيمة .

#### 4-1 - التفكير الإيجابي لتدعيم وجهات النظر :

هذا النوع من التفكير يستخدمه بعض الناس لكي يدعم وجهة نظر الشخصية في شيء معين .

#### 4-2 - التفكير الايجابي سبب التأثر بالآخرين :

هذا النوع من التفكير يكون الشخص ايجابيا لأنه تأثر من شخص آخر سواء كان ذلك من أقارب أو الأصدقاء أو حتى سبب برنامج في التلفاز ، فهذا النوع من التفكير الإيجابي قد يكون تأثيره سلبيا على بعض الناس الذين يتأثرون بالآخرين ولكن يفقدون الحماس بعد فترة بسيطة ويشعرون بالإحباط ، ومن الممكن أن يكون تأثيره إيجابيا ويدفع الشخص أن يبدأ هو أيضا ولا يضيع وقته في السلبيات و الشكوى بل في الفعل والتقييم والتعديل حتى يصل إلى أهدافه .

#### 4-3 التفكير الايجابي سبب التوقيت :

هذا النوع من التفكير المرتبط بزمن فمثلا تكون سلوكيات الناس في شهر رمضان وفي الأشهر الروحانية أفضل من الأشهر الأخرى لأن هذا التوقيت له رابط روحاني عن الناس فلا يريد الشخص أن يغضب الله سبحانه وتعالى ، وأيضا يريد أن يكسب عدد ممكن من الحسنات فيكون الإنسان واعيا ومدركا لتصرفاته ومن الممكن إستغلال هذا النوع من التفكير الإيجابي المرتبط بتوقيت لتحسين سلوكياتنا وأيضا لبناء عادات ايجابية جديدة .

**4-4 التفكير الإيجابي في المعاناة :**

عندما يصاب الإنسان بمرض خطير أو يفقد أحد اعضاءه أو يفقد عزيز عليه فإنه يمر بعده ما حل نفسية قد تستمر مع الشخص لفترات طويلة أو تنتهي بالتقبل والتحول والتفكير الإيجابي والتركيز على الحل .

وهناك شخص واجهته صعوبات في حياته تجعله سلبيا فتجد تفكيره سلبيا وتركيزه يكون على أسوأ الاحتمالات مما يآثر على سلوكاته وعلاقاته .

وهناك نوع آخر من الناس عندما يواجه صعوبات فهو يقترب أكثر من الله سبحانه وتعالى ثم يفكر كيفية .

التعامل مع التحدي والاستفادة منه وتحويله إلى خيرة ومهارة .

**4-5 التفكير الإيجابي المستمر في الزمن :**

هذا النوع من التفكير الإيجابي هو أفضل وأقوى أنواع التفكير لأنه لا يتأثر بالمكان والزمان أو المؤثرات بل هو عادة عند الشخص مستمرة في الزمن فسواء واجه الشخص تحديا أم لا فهو دائما بشكر الله سبحانه وتعالى ثم يفكر في الحل والبدائل والاحتمالات حتى أصبحت عادة يعيش بها في حياته . (موقع الكتروني [www. Puissance- pensee- -blogspot.com](http://www.Puissance-pensee.blogspot.com))

الخميس 04 أوت 2022 س 5.48 م

**(5) الوصايا العشر للتفكير الإيجابي :**

وتتمثل هذه الوصايا حسب الفقي إلى :

1- الرغبة المشتعلة

2- القرار القاطع

3- الاهتمامات الشخصية والنشاطات اليومية

4- السكون والتأمل اليومي

5- التنمية الذاتية

6- التأكيدات المتضامنة

7- الوقت الإيجابي

8- تحديد الأهداف

9- الإدراك الواعي

10- تحمل المسؤولية (الفي ، 2007 ، ص 22 )

### 6-العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي :

هناك عدة عوامل مؤثرة في التفكير الإيجابي منها ما هو شعوري ومنها ما هو اللاشعوري ، من بين أهم هذه العوامل هي :

- \* الضبط بشكل عام والإلتزام بالمشاركة في العمل وال ضبط الداخلي بالخصوص عند المرء.
- \* البنية الدماغية وطبيعة الجينات الوراثية في هذه البنى العقلية .
- \* الإنتباه والممارسة الواعية وتشجيع الإكتشاف .
- \* التنشئة الإجتماعية والأسرية ومستوى الثقافة في محيط الفرد .
- \* استخدام المهارة الذاتية في إعادة تنظيم الإستراتيجي للتفكير .
- \* امتلاك الفرد لمفهوم ذاتي ايجابي ويجعله أكثر ميلا للإرتباط بالأفكار المتنوعة والمخالفة لوجهات نظر الآخرين ، أما الذي يتبنى مفهوما ذاتيا سلبيا فهو غير آمن وغير مطمئن وأقل ميلا لتحدي الأفكار.

\* قدرة الفرد على الإستيعاب اللفظي وتنظيم الأفكار والتنظيم الإدراكي .

\* تطوير مهارات ثانوية لمهارة التفكير الإيجابي واستغلال الجهد المبذول في عملية التفكير

الإيجابي . (علة 2016 ، 132 )

### 08) علاقة علم النفس الإيجابي بالتفكير الإيجابي :

يعرف علم النفس الإيجابي على أنه الدراسة الموضوعية للخصال الإيجابية في الإنسان والمؤسسات النفسية والإجتماعية التي تعمل على ترقية هذه الخصال وتميئتها لإعداد شخصيات إيجابية. (بشير ومعمرية ، 2010 ، ص 102 )

- كما أنه يركز على الدراسة الجوانب الإيجابية من الشخصية وسمات الفرد الإيجابية التي تساهم في تحسين جودة الحياة ومن ثم الشعور بالسعادة والإقبال على هذه الحياة التي يعيشها الفرد وهنا بدوره يساهم بشكل كبير في تحقيق مستوى عال من التوافق النفسي .  
ومن ثم فإن علم النفس الإيجابي يعمل على اكتشاف المبادئ والنواحي الإيجابية والقدرات والسمات والمهارات الإيجابية في شخصية الفرد بمعنى مناطق القوة والتميز في شخصية الفرد وتميئتها والتأكيد عليها والتمكين والتمهيد لنموها ورعايتها حتى تصبح بمثابة التحصين ضد ما قد يتعرض له الفرد من تهديدات ومشكلات واحباطات في سياق حياته اليومية .  
(مصطفى خليل ، 2013 ، ص 07 )

بعدما تعرفنا على مفهوم علم النفس الإيجابي توضح أنه علم يهتم ويركز على كل ما هو ايجابي في الذات الإنسانية فهو يمثل أفضل الطرق لمساعدة الأفراد على استشارة مشاعرهم الإيجابية وقواهم وفضائلهم ، وتهيئتها لتوجيه أفكارهم إيجابيا والمفتاح الأساسي لتوجيه الأفراد وترقية الخصال الإيجابية لديهم ، هو تعليمهم التفكير بطريقة إيجابية وتعويدهم على ذلك لتكوين معتقدات إيجابية ، صلبة وراسخة تنعكس في تعاملاتهم وسلوكهم وبهذه التفسيرات التفاضلية والأفكار الإيجابية يحقق الفرد الرضا والقناعة وتقبل الذات وتطويرها وبالتالي يحقق السعادة التي هي موضوع علم النفس الإيجابي وهدفه. (زهراء ومريّة ، 2018 ، ص 28 )  
وتكوينه وطريقة عمله فعلى قدر ما تحدث عملاً حديثاً ايجابياً على قدر ما ينشط ويعاد تشكيله ليعطيك أفكار ايجابية ونشاطاً وطاقة والعكس صحيح.(rote education, 2018, p103)

### 8-3- المنظور الانساني:

من منظور التيار الانسان "ماسلو وروجيوز" يؤكدان على الطبيعة الانسانية طبيعة ايجابية خلافه تسعى للنمو فالإنسان يولد مزود بالحب والارتقاء ولديه قوة لتوحيد حياته وتحقيق الأمل والسعادة.(علة، 2016، ص 134)

8-4- المنظور المعرفي:

وتقوم المدرسة المعرفية على الفكرة القائلة بأن ما يفكر فيه الناس وما يقولونه عن أنفسهم وكذلك اتجاهاتهم وآرائهم ومثلهم إنما هي أمور مهمة وذات صلة وثيقة بسلوكهم الصحيح والمريض ومن بين النماذج مايلي:

- البرت اليس: حيث أن التفكير والانفعال الانساني ليسا بعمليتين متباينتين وإنما يتداخلان بصورة ذات دلالة وأن المعرفة والعاطفة يرتبطان على نحو وثيق جدا وأن السيطرة على أفكار الفرد هو توفير السيطرة على عواطفه.
- نموذج كيرك كجارد 2005: حيث قسم التفكير الايجابي إلى ثلاث مجموعات متشابهة وهي:

- المعرفة الداخلية: ذلك أن ما يقود عملية الفكر الداخلية إلى فعل خارجي، هو امتلاك الفرد غرض ما يحكمه ويقود عملية صحيفة فكرة اليومية، وإن معرفته الداخلية تبقى مركزا على الهدف، ومع الهدف يجيء الغرض.
- الايمان: ويعرف بأنه امتلاك ثقة واعتقاد في ظاهرة بدون دليل تجريبي فالمفكر الايجابي عنده ثقة في الطبيعة والعالم والإله والروحانية هي تجربة الشخصية لشيء مقدس ويشفق الناس في أغلب الأحيان والإحساس بالغرض والمعنى من ايمانهم.
- العلاقات الشخصية المؤثرة: بحيث التفكير الايجابي مدعوم عبر علاقة الفرد بنفسه وبالله وبالمقربين سواء كانوا أقرباء أو أصدقاء. (علي واعر، 2018، ص 40)
- سيليمان مارتين: حيث افترض أنه إذا كانت تنكر أنكارا ايجابية فإن حياتك ستصبح ايجابية آليا وإذا كنت تريد الفوز فإنه يجب عليك أن تتصرف كالفائز، ولهذا يمكن القول أن النظرية تقوم على الإيحاء الذاتي، إذ أنك إذ أردت شيئا فإنك يجب أن تعتقد داخليا بأنه يمكنك أن تحصل عليه.(الموسوي، 2016، ص 60)

ثانيا: المرحلة الجامعية :

تمهيد :

تعد الجامعة أعلى هرم للتعليم في أي دولة من دول العالم ، ويتم التعليم في مؤسسات التعليم الجامعي وفي معاهد ومدارس متخصصة ، ويلتحق بالتعليم العالي كل من يحصل على شهادة البكالوريا بعد اجتياز امتحان نهاية المرحلة الثانوية أو التعليم العام ، وتتم الدراسة في التعليم العالي على مستويين مستوى التدرج ومدته ما بين (3-7 سنوات ) ، ومستوى ما بعد التدرج ( دراسات الماجستير والماستر ومدتها سنتين ) ، وتحضير شهادة الدكتوراه ومدتها الدنيا ثلاث سنوات (03) .

وهي المرحلة التي يكون فيها الباحث مستعدا للخروج إلى سوق العمل . بحيث يستفيد من خبرته الجامعية في حين تبقى البحوث العلمية تسير في اتجاه التطور والتقدم وفق معايير وشروط محددة .

### 1- تعريف الجامعة:

**لغويا :** مشتقة من الفعل جمع وتدل على الحدث وهو الجمع ، وفاعله من فعل الحدث وساهم في تحقيقه ، والجمع تأليف مفترق وعلى ذلك تشير إلى كلمة الجامعة : universite مأخوذة من كلمة universtas وتعني الإتحاد الذي يضم ويجمع القوى ذات النفوذ في مجال السياسة من أجل ممارسة السلطة وتستخدم هذه الكلمة للدلالة على التجمع العلمي لكل من الأستاذ والطالب .

\* أما على المستوى التربوي الإصطلاحي يقصد بالجامعة المؤسسة التعليمية العالية تسمح للكبار الراغبين الباحثين عن المعرفة سواء بحق ذلك عن طريق الحلقات التي يلتقي فيها الأستاذ مع طلابه محاورا أو مناقشا أو موضحا أو عن طريق الكليات أو المدارس .

فالتعليم العالي هو آخر مرحلة من مراحل التعليم النظامي والذي يهدف لإكتساب الفرد معارف ومهارات وقدرات تخدمه وتخدم المجتمع ككل .

التعليم العالي حسب الموسوعة العربية العالمية فهو التعليم الذي يتم داخل كليات أو معاهد جامعية بعد الحصول على الشهادة الثانوية وتختلف مدة الدراسة في هذه المؤسسات وهو آخر مرحلة من المراحل التعليم النظامي. (الموسوعة العربية العالمية ، 1999 ، جزء 7 ، ص 25)

وتختلف تسميات هذه المؤسسات التعليمية فهناك الجامعة الكلية ، الأكاديمية فالجامعة أعلى مؤسسة معروفة في التعليم العالي وتطلق أسماء وأخرى على الجامعة وكذا المؤسسات التابعة لها مثل الكلية ، المعهد الأكاديمية ، المدرسة العليا... إلخ وهذه الأسماء تسبب اختلاطا في الفهم لأنها تحمل معاني مختلفة من بلد إلى آخر . (مرجع سابق ، جزء 08 ، ص 196 )

## 2- نشأة الجامعة الجزائرية :

تميز المشروع الجزائري الجامعة المؤسسة العمومية ذات طابع اداري هم في نشر المعارف واعدادهم وتطويرها وتكوين الإطارات اللازمة لتنمية البلاد لذا فقد وضعية تحت وصاية الدولة في خدمة الأهداف الأساسية الإقتصادية والثقافية المحددة من طرفها هي تابعة لوزارة مختصة وتسمى وزارة التعليم العالي والبحث العلمي :

يعود تأسيس الجامعة الجزائرية إلى سنة 1909 أما بذورها الأولى فترجع إلى 1877 وتخرج منها أول طالب سنة 1920 من معهد الحقوق كمحامي وكانت تهدف إلى تعليم وتوظيف أبناء الفرنسيين المتواجدين في الجزائر وكذا تكون لجنة مزيفة من المثقفين الجزائريين .

مقطوعة الصلة على بقية الشعب من أجل استغلال هذه اللجنة في تنفيذ سياستها الاستعمارية والاستغلال وحدة الجامعة الجزائرية أما هياكل تتميز في الجزائر العاصمة للعلاقة بها بالتقليد الوطنية في مجال التعليم العالي فأغلب الأجهزة الجامعية موروثه وفق تصل صممه الإدارة الفرنسية خدمة مستوطنة حيث أن الجامعة الجزائرية لم تجد قاعدة متينة : للإنتلاق ليس من ناحية المعنية للتدريس فحسب بل على المستوى الإداريين والمختصين في التسيير الجامعي فكان الحل الإضطراري هو الإستعانة بمدرسة من البلدان العربية

الصديقة ولقد سجل قطاع التعليم العالي أثناء الإستقلال تدريجيا تحسنا في المشروع الإجتماعي الوطني حيث كان الهدف الأول للجامعة هو مساهمة في تكوين الإطارات الأزمة ومباشرة عملية التنمية غير أن تكثيف النشاط الإقتصادي والإجتماعي بالتظافر مع المتطلبات أسلوب إعادة الإنتاج الموسع فرصة تتوع ملامح التكون قصد تلبية حاجات كل القطاعات . (فضيل دليو ، ص 74 ، 75 )

أما عن جامعة الأغواط فقد أنشأت لأول مرة كمدرسة عليا للأساتذة التعليم التقني سنة 1986 بموجب المرسوم التنفيذي رقم 86- 165 المؤرخ في 05- 08- 1986 لتضمن تكوين أساتذة التعليم التقني في التخصصات التالية : هندسة ميكانيكية ، مدنية ، كهربائية وفي سنة 1997 تمر تحويل المدرسة العليا مركز جامعي بموجب المرسوم التنفيذي رقم 97 - 157 المؤرخ في 10- 05- 1997 ليضمن تكوين في مهندس الدولة ليسانس الدراسات الجامعية التطبيقية في التخصصات التالية : العلوم الدقيقة ، الاعلام الآلي ، هندسة ميكانيكية ، كهربائية ، مدنية وكيمياء صناعية وبيولوجيا ، علوم اقتصادية وعلوم التسيير ، لغة وأدب عربي وعلم النفس والأرطفونيا والحقوق وفي سنة 2001 تمت اعادة هيكلة : المركز الجامعي ليصبح جامعة بموجب المرسوم التنفيذي رقم 01- 270 المؤرخ في 25- 08- 2010 لتضم ثلاث كليات : كلية العلوم و التكنولوجيا ، كلية العلوم الإقتصادية وعلم التسيير وكلية الحقوق والعلوم الاجتماعية وبالموازاة مع اعادة الهيكلة التي عرفتھا الجامعة خلال هذه السنة تم فتح تخصصات جديدة ومع تحول الذي عرفه النظام التكوين بقطاع التعليم العالي بالجزائر تم اعتماد النظام الجديد وفتح تخصصات جديدة في مرحلة ليسانس ل . م . د مع انطلاقة الموسم الجامعي 2006 - 2007 ومع تعميم تطبيق السياسة الرامية إلى تعميم نظام ل . م . د فقد تم فتح تخصصات مكملة في مرحلة الماستر مع بداية الموسم الجامعي 2009- 2010 ومن ثم إلى الموسم الجامعي 2021 / 2022 الذي بلغ عدد الطلبة إلى 28312 طالب و 1036 استاذ و 171 تخصصا . (موقع جامعة عمار ثليجي - الأغواط

### 3- أهداف الجامعة :

\*لقد لخص عبد السلام عبد الغفار ما قاله المتخصصون عن أهداف التعليم الجامعي في ثلاث مجموعات :

3-1- أهداف معرفية : وهي ترتبط بالمعرفة تطورا وتطويرا وانتشارا

3-2- أهداف إجتماعية : تعمل على استقرار المجتمع وتماسكه وتمده بما يواجه مشكلاته

3-3- أهداف اقتصادية : التي تعمل على تطوير اقتصاد المجتمع والعمل على تزويده بما يحتاج إليه من خدمة بشرية وما يحتاج إليه من خبرات ومهارات . (فاروق عبده ، 1997 ، ص 54)

ويرى لوفن 1992 أن التعليم الجامعي يسعى إلى تحقيق عدة أهداف يحددها في أربعة أهداف هي :

\* تنمية قدرات الطلاب المعرفية والإجتماعية وصقلها وإثرائها .

\* مساعدة الطلاب على اكتساب المعارف والمهارات المفيدة في حياتهم المهنية والعلمية .

\* نشر المعرفة العلمية والعمل على تقدمها والمحافظة على التراث الثقافي للمجتمع

ويشير الكيلاني وعدس 1984 أن هناك أهداف تسعى الجامعات لتحقيقها منها :

\* إتاحة الفرصة للأفراد لمتابعة التعليم العالي والتخصص والتزود بقدر من الثقافة لتعيينهم

في مواجهة مطالب مجتمعهم والتكيف معها بأكبر قدر من الكفاية .

\* اعداد الطاقات البشرية المدربة وتدريبها جيدا لتلبية حاجات المجتمع بتوفير فرص التدريس

المهني والتقني وتزويد بالخبرات التخصصية .

\* متابعة المعرفة والبحث فيها والسعي إلى إشاعتها ونشرها . (فاروق عبده ، 1997 ، ص 54)

### 4-أنواع الجامعات :

يوجد عدة أنواع من الجامعات وهذا راجع لإختلاف طرق التعليم المتبعة نذكر منها :

4-1 - الجامعة المفتوحة : استخدام مصطلح الجامعة المفتوحة في الو . م . أ بمعنى

التعليم غير التقليدي وفي بريطانيا وألمانيا استعمل هذا المصطلح كبديل للثقافة الحرة

ويتيح التعليم في الجامعة المفتوحة فرص إكمال الدراسة لمن لم تتيح له فرص التعليم كالنجاح في شهادة البكالوريا ويكون التعليم الحرة في إتخاذ القرارات التربوية المغلقة بالتخصص وطريقة التدريس ، والجدول الدراسي .

#### 4-2 -الجامعة الافتراضية : يرتبط مفهومها نشأة وتطورا بظهور الكمبيوتر وشبكة

الإنترنت ، ويمكن لنظر إليها كجامعة بعدية أو جامعة الما وراء Métavnaversity وتمثل البنية الأساسية للتعلم عن بعد وتجعله في امكان كل فرد مستخدمة فرقا تتكون من متخصصين في المادة الدراسية ، ومصممين طرق التدريس ومبرمجين وقتين لجرافيك وتحتاج هذه الطرق إلى التدريس مستمر على برامج التعليم عن بعد تلبي احتياجات جديدة ومعاصرة.

4-3 - الجامعة الهواء : كثيرا منا لا يسمع عن هذا النوع من الجامعات إلا أنها موجودة في الواقع وهي شائعة على وجه الخصوص في اليابان ، وتعتمد على التعليم بالمراسلة وتتميز بكون لها نظام للبحث الإذاعي و التلفزيوني الخاص بها وتتيح فرص التعليم الجامعي العاملة وريبات البيوت . ( صبحي ، 2003 ، ص 256 )

ومع تزايد عدد طالبي التعليم العالي والملحقتين به يحتم التوسع في المنشآت وتوفير مقاعد بيداغوجية هذا ما شكل عبئا على الحكومات من ناحية توفير البنى التحتية والفضاءات البيداغوجية وكحل لهذه المشكلة ظهرت أنواع التي ذكرناها سابقا مثل الجامعات المفتوحة والافتراضية وغيرها التي تركز على :

أ - التعليم عن بعد : ان توفير فرص تعليمية إضافية دون الحاجة إلى زيادة ضخمة في الميزانيات ، وهو ما دفع بالمؤسسات التعليمية إلى تطوير برامج التعليم عن بعد والذي يوفر أيضا فرص تعليم أكثر للأفراد الذين لا يستطيعون التفرغ للتعليم الحضوري (نتيجة للالتزامات شخصية ظروف معيشة ، العزلة الجغرافية ) .

وهو نظام تعليمي يتمركز حول المتعلم ويقوم على إحتياجاته ولا يشترط المواجهة بين المعلم والمتعلم ، ويكون دور المؤسسة التعليمية في هذا النظام قويا في تخطيط و توصيل الخدمة التعليمية إلى المتعلمين بإستخدام وسائل النقل التكنولوجية المناسبة .  
( الحفاوي ، 2006 ، ص 98 )

ويقوم هذا النمط على أسلوب من أساليب التعلم الذاتي (التي أدت إلى تعزيز نظام التعليم المفتوح والتعليم المستمر ) (الحفاوي ، 2006 ، ص 100 )

**ب- التعليم الإلكتروني :** وهو ذلك النوع من التعليم الذي يعتمد على استخدام الوسائط الإلكترونية في تحقيق الأهداف التعليمية وتوصيل المحتوى التعليمي إلى المتعلمين دون اعتبار للحوجز الزمانية والمكانية وقد تتمثل تلك الوسائط الإلكترونية في : الأجهزة الإلكترونية الحديثة مثل الكمبيوتر وأجهزة الإستقبال من الأقمار الصناعية أو من خلال شبكات الحاسوب المتمثلة في الإنترنت وما أفرزته من وسائط أخرى المواقع التعليمية والمكتبات الإلكترونية. (الحفاوي، 2006 ، ص 60)

#### 5-التعريف بطلبة عمار ثليجي بالأغواط :

هم الطلبة المسجلون في السنة الجامعية 2021 - 2022 الذين ينتمون إلى مؤسسة تعليمية وهي الجامعة لهم ثقافة معينة مميزة عن باقي الفئات المماثلة لهم نظرا لما يشكلونه من الطاقات فكرية وقدرات علمية عملية موهبة التي يكسبونها من ثقافة المجتمع السائدة وكذا الوسط الجامعي الذين يعيشون فيه وبذلك يكون .

شخصيتهم التي تبرز في الإتجاهات نحو مختلف المواضيع وعددهم حسب إحصائيات موقع جامعة عمار ثليجي هو 28.312 طالبة وطالب مسجلين في هذه السنة موزعون على تخصصات بالغة عددها 171 تخصص .(موقع جامعة الأغواط lagh.univ.dz 16/08/2022

(10 :48 pm

## 6-مشكلات الطلبة في الجامعة :

يعتبر الطلبة الجامعيين العناصر الحيوية وجدت وسخرت لهم ومن أجلهم الجامعة للنهوض بهم وتكوينهم ومساعدتهم على النجاح والتقدم ومن هذه المشكلات هي :

### 1- مشكلات شخصية : وتدخل ضمن الإطار المشاكل النفسية والإجتماعية وتتحصر

في :

- الإحساس بالفراغ نتيجة عدم إحالة الطالب على المكتبات أو هذا يعزي للتركيز على المحاضرات

- عدم الإيمان بالرسالة التي يعد من أجلها ، والنظر إلى الكلية على أنها مصنع الشهادات للحصول على الوظيفة .

- الإحساس أحيانا باللامبالاة وعدم الإنتماء والرغبة في إنجاز الحد الأدنى من التكاليف ودون وجود دافع للإنجاز .

- مشكلة الخوف التي يعاني منها الكثير من الشباب في الأجواء لغير المستقرة ، وضعف الثقة في النفس .

- عدم قبول الطالب للحياة الإجتماعية بما فيها من بناء صداقات إجتماعية وعدم تقبل النظام القيمي الموجود في المجتمع الجامعي ، مما يؤدي إلى شعوره بالوحدة والعزلة .

### 2- المشكلات الدراسية :

- قبول الطالب في قسم غير راغب فيه لا زال في الجامعات العربية قائما على المعدلات النهائية .

- الضعف في اللغة الإنجليزية ، فالطالب لا يستطيع مدخرات اللغة الحية في فهم كتاب جامعي ومكتوب باللغة الإنجليزية .

- عدم كفاءة الإدارة في المستوى المطلوب مما يعيق مسار وسير العملية التعليم الجامعي .

- الضعف في اللغة العربية فالطالب الجامعي يجيب على أسئلة الإمتحان إجابة تعج بالأخطاء النحوية والإملائية وبأسلوب ركيك .

- عدم إحسان الطالب أحيانا بجدوى دراسة مادة معينة أو بما سوف يدرسه من محتوى .
- 3- مشكلات إقتصادية : أهمها :**
- إرتفاع أثمان الكتب الدراسية
- مشكلة المواصلات والإسكان والتي نجعل الطالب دائما التفكير ، وعاجز عن التفكير في الدراسة . (رشدي طعيمة ، 2004 ، ص 123 ، ص 124 )

### خلاصة الفصل :

إن التفكير الإيجابي عامل أساسي لعبور جسر النجاح من خلال وضع احتمالات إيجابية لإكتساب مهارات تنسيقية بسهولة ، والتفكير الإيجابي في الوقت الحاضر يعد حاجة ضرورية التي تساعد الفرد على تخطي صعوبات حياته والإستمرار بخطى ثابتة والتعامل مع المواقف الصعبة بفعالية ومهارات جديدة لتحسين أداء التفكير الإيجابي .

# الجانب التطبيقي

# الفصل الثالث

## الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

1. منهج الدراسة

2. حدود الدراسة

3. وصف عينة الدراسة

4. خصائص عينة الدراسة

5. الوسائل الإحصائية

## تمهيد

إن الوقوف على النتائج النهائية للدراسة يتطلب معرفة الإجراءات المنهجية المستخدمة في الوصول إليها، فصحة نتائج أي دراسة أو خطأها يرجع في الأساس إلى الخطوات المنهجية المتبعة في ذلك، فوضوح المنهج ، وتجانس العينة ، وسلامة طرق تحديدها وحصريتها، واختيار أدوات القياس المناسبة و مالها من صدق وثبات ، واستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لذلك كلها إجراءات تساعد على الوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية، وهذا ما حاولت مراعاته وإتباعه في هذه الدراسة والتي سوف نعرضها في هذا الفصل.

### 1-منهج الدراسة

تعد هذه الدراسة من الدراسات الوصفية الاستكشافية لذلك تم استخدام المنهج الوصفي الذي يقوم بجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بالدراسة.

**المنهج الوصفي:** هو أكثر المناهج شيوعاً وانتشاراً واستخداماً في الدراسات التربوية والنفسية بصفة عامة ويركز على ما هو كائن في وصفه وتفسيره للظاهرة موضوع البحث. (داودي، بوفاتح، 2007 ص 81)

وتتطلب هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي من خلاله نصل إلى الكشف عن مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية جامعة عمار تليجي بالأغواط ، كما يحدد لنا الفروق بين عينة الدراسة في الجنس والاقسام والكليات معتمدين في ذلك على وصف الظاهرة ، وتفسيرها بواسطة استخدام الأساليب الإحصائية بأشكالها المختلفة والمناسبة لطبيعة البحث.

## 2- حدود الدراسة

### أ- الحدود البشرية:

تحدد هذه الدراسة بالعينة والتي يبلغ عددها 75 طالبا ( 38 ) ذكرا ، و ( 37 ) إناثا من طلبة جامعة عمار تليجي ،وتحدد الدراسة بالمتغيرات المدروسة و المقاسة بالمقاييس النفسية المستخدمة في هذه الدراسة.

### ب- الحدود المكانية:

تحدد الدراسة بالمنطقة المقامة فيها وهي الأغواط، حيث تتواجد عينة الدراسة بجامعة عمار تليجي بالأغواط خلال السنة الجامعية بداية من شهر مارس 2021/2022

### ج- الحدود الزمانية:

شرع في هذه البحث ابتداء من شهر مارس 2022 وانتهى في شهر أبريل 2022 وعليه تتحدد هذا البحث ونتائجه بالفترة الزمانية التي أجري فيها.

## 3- وصف عينة الدراسة:

بما اننا نعمل على إيجاد مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية تطرقنا الى استعمال هذا المقياس:

### مقياس التفكير الإيجابي

حيث قمنا بتوزيع ادوات الدراسة على 85 فرد من طلبة و طالبات جامعة عمار تليجي وبعد عملية التوزيع تقلص العقد بسبب عدم ارجاع البعض للمقياس ، وكذا عدم استوفاء البعض الاخر لكل الشروط المطلوبة لملء تلك المقاييس ، ولكي تكون عينة البحث لها نفس

الخصائص والمميزات الشخصية والدراسية لتكون عينة الدراسة متجانسة كي لا تتأثر نتائج الدراسة بالعوامل الدخيلة .

وبالتالي استوفت العينة على 75 طالبا و طالبة.

### وصف المقياس

وتم الاعتماد على استبيان التفكير الإيجابي طبقا لفرضيات البحث وذلك لاستفادة من ايجابية وأبعاد مقياس التفكير الايجابي لإبراهيم عبد الستار

واحتوى استبيان على 40 بند وأمام كل عبارة البدائل الخمس: أبدا، نادرا، أحيانا، غالبا، دائما.

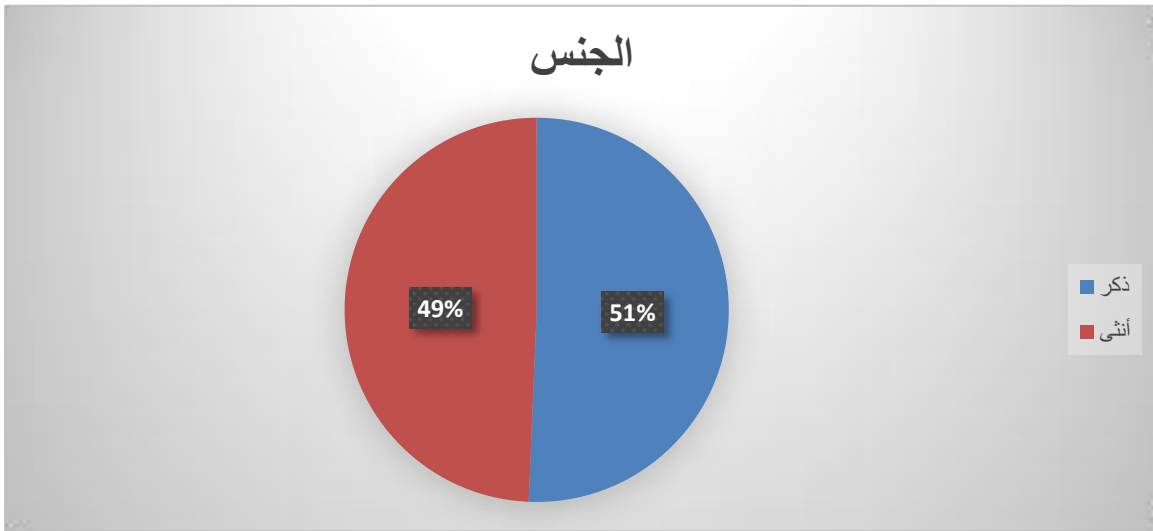
**طريقة الإجابة:** صيغت عبارات المقياس أو بنوده بصورة موجبة وعلى المبحوث أن يضع العلامة (X) أمام العبارة في العمود المناسب.

4- خصائص عينة الدراسة :

الجدول رقم (1) توزيع أفراد العينة حسب الجنس

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
50.7	38	ذكر
49.3	37	أنثى
%100.0	75	المجموع

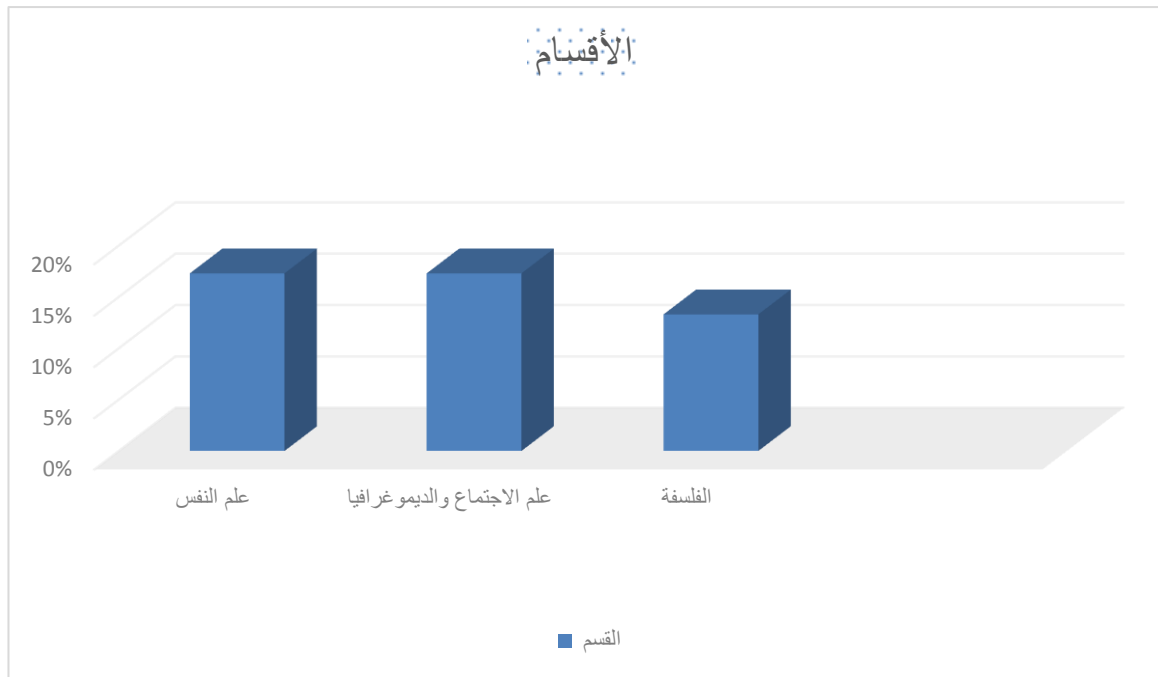
الشكل رقم 1 توزيع أفراد العينة حسب الجنس



الجدول رقم (2) توزيع أفراد العينة حسب الأقسام

النسبة المئوية	التكرار	القسم
17.3	13	علم النفس
17.3	13	علم الاجتماع والديموغرافيا
13.3	10	الفلسفة
%47.9	36	المجموع

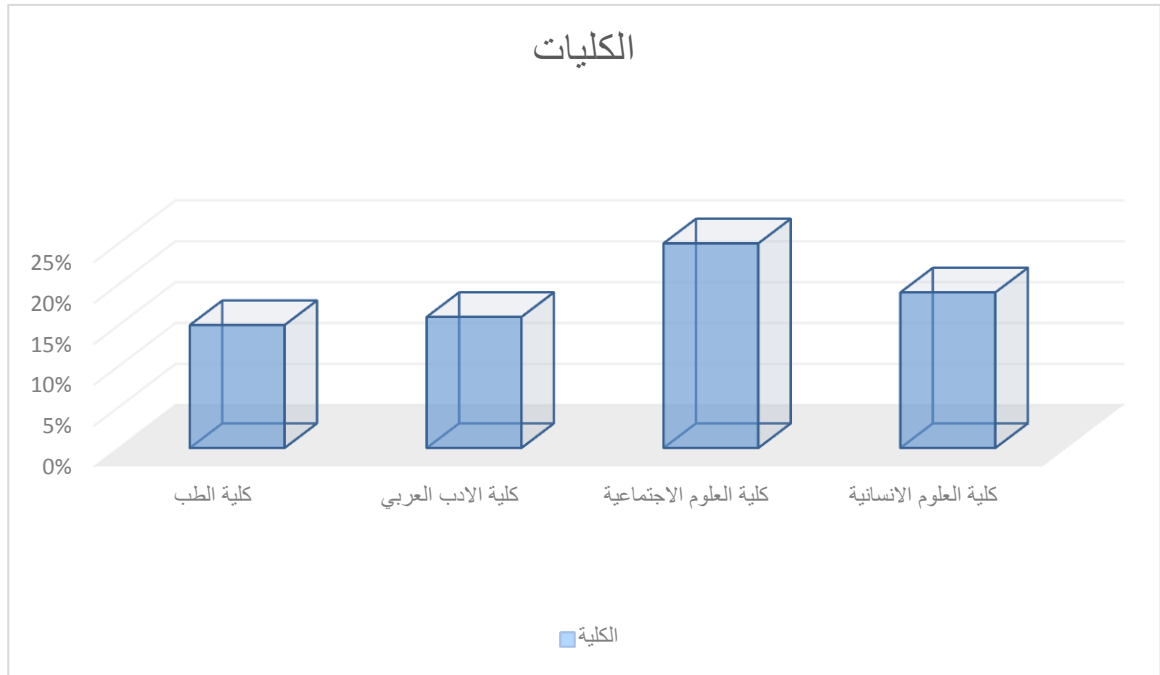
الشكل رقم (02) توزيع أفراد العينة حسب الأقسام



الجدول رقم (03) توزيع أفراد العينة حسب الكليات

النسبة المئوية	التكرار	الكلية
21.1	15	كلية الطب
22.5	16	كلية الادب العربي
35.2	25	كلية العلوم الاجتماعية
21.1	19	كلية العلوم الانسانية
%100	75	المجموع

الشكل رقم (03) توزيع أفراد العينة حسب الكليات



5- وصف أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية:

يتكون مقياس التفكير الإيجابي من 40 فقرة موزعة على خمسة أبعاد، وهي:

- بعد التفاؤل و التوقع الإيجابي: و هو مكون من 4 فقرات.

- بعد تقبل الاختلاف مع الآخرين: و هو مكون من 4 فقرات.

- بعد الرضا الشخصي: و هو مكون من 4 فقرات.

- بعد حب التعلم و التفتح المعرفي: و هو مكون من 4 فقرات.

- بعد تحمل المسؤولية الشخصية: و هو مكون من 4 فقرات.

وبذلك يكون إجمالي عدد الفقرات 40 فقرة، تم صياغتها علي شكل أنماط سلوكية تعكس قدرة الفرد على التفكير الإيجابي والسلبى.

وقد وزعت درجات فقرات المقياس على النحو التالي:

أبدا	قليلا جدا	إلى حد كبير	كثيرا	كثيرا جدا
1	2	3	4	5

و بجمع درجات جميع الفقرات يصبح لكل فرد درجة كلية على مقياس التفكير الإيجابي تتراوح بين 40 و 200 درجة و تعد أقل درجة يمكن أن يتحصل عليها الفرد تمثل السلبية في التفكير و يجب أن تبلغ 80 فأقل في حين أن الإيجابية في التفكير على المقياس يجب أن تصل إلى 120 فأكثر

5-1- الخصائص السيكمترية :

فالخصائص السيكمترية حسب ما عرفها فرج صفوت بأنها "تحديد وتقدير معامل ثبات وصدق المقياس" (صفوت، 1989: ص 91).

هو البحث عن مدى صلاحية مقياس التفكير الإيجابي من خلال إيجاد الصدق والثبات.

6- صدق الاداة الدراسة

الصدق من العوامل الاساسية التي على واضع الاختبار او مستخدمه التأكد منه وصدق المقياس هو قدرته على قياس ماوضع من اجل قياسه ( داود والعبيدي: 1990 ، ص118) ويعرف صدق الاختبار بأنه الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع هذا الاختبار من اجله (الظاهر واخرون ،2002،ص133) .

يقوم حساب معامل الصدق التمييزي للأداة على حساب الفروق بين متوسطي درجات التثالث الأعلى والمحدد في الدراسة بنسبة (27%) ودرجات التثالث الأدنى والمحدد كذلك بنسبة (27%)، و بتطبيق اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط المجموعتين (العليا والدنيا) بالنسبة لكل فقرة من الفقرات المكونة للمقياس .

مقياس التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين

الجدول رقم (04) اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط المجموعتين (العليا والدنيا)

العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
19	69,60	1,350	6,711	38	0,000**
19	44,10	11,939			
المجموعة العليا					
المجموعة الدنيا					

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا قد بلغ 69,60 بينما بلغ الإنحراف المعياري 1,350 أما بالنسبة للمجموعة الدنيا فقد بلغ المتوسط الحسابي

44,10 بينما بلغ الإنحراف المعياري 11,939 كما يتبين لنا أن قيمة (ت) 6,711 بدرجة حرية 74 عند مستوى دلالة أقل من 0.05 مما يجعل المقياس يتمتع بصدق تمييزي عالي و منه يمكن الاعتماد عليه في دراستنا

#### 7-ثبات الأداة:

#### ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha :

تم استخراج الثبات بطريقة الفا كرونباخ وتقوم هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين الدرجات لمجموعة الثبات على جميع الفقرات الداخلة في الاختبار ، كأننا قسمنا على عدد من الاجزاء يساوي عدد الفقرات وليس على قسمين كما في طريقة التجزئة النصفية ، أي ان كل فقرة تشكل إختبارا فرعيا ، ويعد هذا النوع من الثبات من الاجراءات الشائعة التي تعتمد خاصة في الحالات التي تكون فيها الاستجابة على الفقرات متعددة الاختيار (عبد الرحمن، 1997، ص211).

وبحساب الثبات بهذه الطريقة لمقياس التفكير الايجابي تراوحت قيمة ثبات(0.86) و هذا ما يشير الى ان الاختبار يتمتع بدرجة ثبات جيدة .

قامت الباحثة بحساب ثبات درجات المقياس عن طريق مُعامل ألفا كرونباخ ، ويوضح جدول (06) مُعامل ألفا كرونباخ للمقياس الدراسة الحالية .

جدول (05) معاملات ثبات درجات مقياس التفكير الإيجابي باستخدام مُعامل ألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	المقياس
0.86 **	مقياس التفكير الإيجابي

يتضح من جدول ( 7 ) أن : قيم مُعامل ارتباط ألفا كرونباخ تُعد قيم ثبات مُرتفعة مما يُطمئن الباحثة إلى استخدام هذا المقياس في الدراسة الحالية

8- الأساليب الاحصائية :

تم إستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) النسخة 19 لاستخراج المؤشرات الاحصائية وتحليل البيانات للمقاييس اللذي إستخدم في البحث الحالي والنتائج التي تمخضت عنه والوسائل الاحصائية المستخدمة هي:

- الاختبار التائي T-test لعينتين مستقلتين للمقارنه في التفكير الإيجابي على وفق متغير الجنس.
- معادلة الفاكرونباخ : لاستخراج الثبات لمقياس التفكير الإيجابي
- معامل ألفا-كرونباخ لحساب الثبات.
- تحليل التباين الأحادي ONE WAY ANOVA للتحقق من وجود فروق في متغيرات الدراسة تعزى لمتغير الكليات و الأقسام.

# الفصل الرابع

## عرض و تحليل و تفسير نتائج الدراسة

1. تمهيد

2. عرض و تحليل و تفسير نتائج الدراسة

3. عرض نتائج الفرضية الأساسية

4. عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى

5. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية

6. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة

7. خلاصة الفصل

تمهيد :

في هذا الفصل يتم عرض نتائج الدراسة، وتحليل البيانات الإحصائية الواردة من خلال الاستجابات التي أدلى بها المبحوثين (الطلبة) على بنود مقياس التفكير الإيجابي من خلال أبعاده ، ثم تفسير تلك النتائج على ضوء فرضيات البحث اعتمادا على مجموعة من الأساليب الإحصائية، وصولا إلى مجموعة من النتائج التي يمكن الوثوق بها مع جملة من الاقتراحات.

عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة:

عرض نتائج الفرضية الأساسية :

تنص الفرضية الأولى على ما يلي: " مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار ثليجي".

للتعرف على درجة التفكير الإيجابي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على عبارات التفكير الإيجابي، وجاءت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (06) يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أبعاد مقياس

التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار ثليجي

البعد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التفكير الإيجابي
بعد التفاؤل والتوقع الإيجابي	0.91	0.25	مرتفعة
بعد تقبل الاختلاف مع الآخرين	0.74	0.23	مرتفعة
بعد الرضا الشخصي	0.85	0.37	مرتفعة
بعد حب التعلم والتفتح المعرفي	0.55	0.19	متوسطة
بعد تحمل المسؤولية الشخصية	0.88	0.17	مرتفعة
الدرجة الكلية للمحور	0.786	0.24	مرتفعة

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن الوسط الحسابي للدرجة الكلية لإجابات أفراد العينة مرتفع إضافة إلى أن الوسط الحسابي لجميع أبعاد المقياس قد جاءت مرتفعة ما عدا بعد حب التعلم والتفتح المعرفي و منه نستنتج تحقق الفرضية الرئيسية أي أن مستوى التفكير الإيجابي مرتفع لدى طلبة جامعة عمار ثليجي.

ويمكن تفسير ذلك لكون أن الطلبة الجامعيين يمتلكون مهارات وقدرات تمكنهم من حل المشكلات، التي تواجههم وبالعودة إلى مفهوم التفكير الإيجابي، وكون الطالب لديه بعض الاستراتيجيات وبعض الخطط التدريجية لتغيير الطريقة التي يفكر بها، فهو كما ذكره "حجازي" نقلا عن (القريشي، 2012) عبارة عن نواة الاقتدار المعرفي وفاعلية التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها، والتغلب على محنها وشدائدها، أيضا راجع إلى دور التفكير الإيجابي في زيادة ثقة الطلبة بأنفسهم وقدرتهم على إيجاد الحلول المهارية الكفيلة لمواجهة المواقف والمشاكل، كون الطالب رهين طريقة تفكيره فان اختار أن يفكر بإيجابية، يستطيع أن يتجنب الكثير من المشاعر غير المرغوبة، وهذا التفسير يرتبط مع المنظور المعرفي.

#### عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى :

تنص الفرضية الأولى على ما يلي: " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار ثليجي بالأغواط تعزى لمتغير الجنس "

وللتحقق من ذلك تم استخدام اختبار T Test للفروق بين متوسط عينتين مستقلتين والنتائج مبينة في جدول التالي :

جدول رقم (07) يمثل نتائج اختبار t للفروق بين متوسط عينتين مستقلتين

مستوى الدلالة	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الجنس	
0,041	1,948*	3,85364	69,5357	38	ذكر	التفكير الإيجابي
		4,01445	59,3000	37	انثى	

نلاحظ ان المتوسط الحسابي الخاص بالذكور بلغ (69.53) في حين بلغ المتوسط الحسابي الخاص بالإناث (59.30) و قد جاءت قيمة t المحسوبة (1.94) و مستوى الدلالة (0.041) و هي قيمة اكبر من قيمة الدلالة الاحصائية (0.05) و هي دالة احصائيا مما يعني انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في متغير الجنس.

يتضح لنا من خلال الجدول السابق أن قيمة t دالة إحصائيا بالنسبة لأساليب التفكير الإيجابي أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يخص أساليب التفكير الإيجابي لصالح الذكور و بالتالي نستنتج أن الذكور يتمتعون بتفكير إيجابي أكثر من الإناث.

و يمكن تفسير ذلك لقدرة الذكور على التفكير الإيجابي و تجنبهم العديد من المشكلات و الكماليات مما يجعل تفكيرهم منصب على الإيجابية عكس الإناث خاصة مع التغيرات الفيزيولوجية التي تمس عنصر الإناث كما ان هذه النتائج تتوافق مع العديد من الدراسات السابقة

و هو ما أكده (فتحي جروان، 5119) بأن حل المشكلات عملية تفكيرية يستخدم الطالب فيها ما لديه من معارف مكتسبة و خبرات سابقة و مهارات ، من أجل الإستجابة لمتطلبات

موقف مألوف حيث يتدرب الطالب على التفكير بإيجابية واكتشاف الحل بطريقة ذاتية ، من خلال إعطائه الفرصة لمعرفة خطئه مما يؤدي إلى ترسيخ و كذا توضيح الفكرة و هذا ما يوضح الفروق بين الذكور و الإناث.

### عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على ما يلي: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار ثلجي بالأغواط باختلاف الأقسام "

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب اختبار تحليل التباين الأحادي والنتائج موضحة في الجدول التالي:

**جدول رقم (08)** يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، و نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في التفكير الإيجابي تبعا لمتغير: قسم الدراسة.

التفكير الإيجابي	قسم الدراسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	علم النفس	22	2.91	0.443	بين المجموعات	0.813	2	0.07	2.642	0.079
	علم الاجتماع والديموغرافيا	23	3.14	0.299						
	الرياضة	30	3.07	-	داخل المجموعات	9.696	73	0.154		
	الفلسفة	75	3.01	0.402						
	المجموع									
						74	10.509			

نلاحظ من خلال الجدول (10) أن المتوسط الحسابي لقسم علم النفس بلغ (2.91) في حين بلغ المتوسط الحسابي لقسم علم الاجتماع و الديمغرافيا (3.14) و بلغ المتوسط الحسابي لقسم الفلسفة (3.07)، وجاءت قيمة ف محسوبة (2.64) و مستوى الدلالة (0.079) و هي قيمة اكبر من قيمة مستوى الدلالة الاحصائية ( $\alpha \leq 0.05$ ) و هي قيمة غير دالة احصائياً وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي بالنسبة لمتغير اقسام الدراسة ، حيث كانت مستوى الدلالة الإحصائية  $< 0.05$  وهي غير دالة إحصائياً.

و منه نستنتج عدم تحقق الفرضية الثانية.

و يمكن تفسير ذلك على أن التفكير الإيجابي للطبة ونظرتهم للحياة نابعة من رؤيتهم للواقع بغض النظر عن مكان دراستهم أي ان النظرة الإيجابية ليست لهي أي علاقة بمكان الدراسة مثل القسم و منه يمكن أن يكون هنالك إختلاف في مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة نفس القسم أو مختلف الأقسام بدون أن تكون هنالك تأثير لعامل قسم الدراسة كما أن طلبة مختلف الأقسام يواجهون نفس الروتين و نفس العقبات أثناء مشوارهم الدراسي مما يجعل متغير قسم الدراسة بدون تأثير على المستوى التفكير الإيجابي.

### عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على ما يلي:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار تليجي بالأغواط باختلاف الكليات"

جدول (09):المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ونتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في تأثير التفكير الإيجابي على تبعا لمتغير: الكلية.

الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
كلية الطب	9	2.77	0.206	بين المجموعات	0.754	5	0.151	0.928	0.470
	15	3.11	0.344		داخل المجموعات	9.755	60		
	6	2.98	0.360						
	6	3.07	0.491						
	المجموع	66	3.01	0.402	10.50	65			

نلاحظ من خلال الجدول (09) أن المتوسط الحسابي لكلية الطب بلغ (2.77) و بلغ المتوسط الحسابي لكلية الادب العربي (3.11)، في حين بلغ المتوسط الحسابي لكلية العلوم الاجتماعية (2.98) و بلغ المتوسط الحسابي للمدرسة العليا (3.07) وجاءت قيمة ف محسوبة (0.928) و مستوى الدلالة (0.47) و هي قيمة اكبر من قيمة مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha \leq 0.05$ ) و هي غير دالة إحصائياً وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي بالنسبة لمتغير كليات الدراسة ، حيث كانت مستوى الدلالة الإحصائية  $0.05 <$  وهي غير دالة إحصائياً.

و منه نستنتج عدم تحقق الفرضية الثالثة .

و يمكن تفسير ذلك على أن التفكير الإيجابي للطبة ونظرتهم للحياة نابغة من رؤيتهم للواقع بغض النظر عن كلية دراستهم حيث أن الطلبة ينتمون إلى نفس المجتمع الذي يتمتع بنفس العقليات و يواجهون مختلف التحديات و العواقب و التحفيزات مما يجعل متغير الكلية منفصل تماما عن متغير الدراسة و لا يلعب أي دور سواء في تحفيزهم او في عدمه.

## خلاصة الفصل:

في هذا الجزء الأخير من الجانب الميداني وانطلاقاً من نتائج الدراسة وفي ضوء ما تم عرضه من خلفية نظرية وكل ما يتعلق التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار تليجي بالأغواط ، واعتماداً على البيانات الإحصائية المتحصل عليها بعد تطبيق مقياس التفكير الإيجابي، على أفراد العينة توصلنا إلى الإجابة على تساؤلات الدراسة حيث تم تفسيرها على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة.

### الاستنتاج العام:

ان التفكير الايجابي بداية طريق النجاح فعندما يفكر الطالب الجامعي بإيجابية فإنه يبرمج عقله ليفكر ايجابيا و بالتالي القيام بالأعمال الايجابية و التعامل مع تحديات الحياة فالتفكير لا يعني تجنباً او تجاهل الاشياء التي تروق للشخص او تلك التي تعكر صفوه، فتحقيق النجاح يتطلب ان يكون الانسان متفائلاً، ومن خلال دراستنا التي حاولنا فيها لقاء الضوء على موضوع مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية وبعد تقديم حوصلة حول موضوعنا و بعد تطرقنا الى الجانب النظري من جميع النواحي، ثم الولوج الى الجانب التطبيقي المكمل للجانب النظري وفق الاشكالية المطروحة التي تنص على ان مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية مرتفع، وعلى أثر هذه الدراسة اسفرت النتائج ما يلي:

✚ مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية مرتفع.

✚ توجد فروق ذات دلالة احصائية لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الجنس لصالح الذكور.

✚ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الأقسام.

✚ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لدى طلبة المرحلة الجامعية باختلاف الكليات.

و من هنا توصلنا الى ان التفكير الايجابي له قوة فاعلة في تغيير الافراد نحو الافضل و في الاخير نأمل اننا قد وفقنا في أداء هذه الدراسة و انجازها و نتمنى ان تكون هناك دراسات مكملة لهذه الدراسة و ربطها ببعض المتغيرات.

خاتمة

## خاتمة

وفي ختام هذا البحث نقول أن هذا العمل هو مساهمة بسيطة في تسليط الضوء على موضوع التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة عمار ثلجي بالأغواط ويبقى هذا الموضوع مفتوحا للدراسات والأبحاث التي ينبغي أن تثري الموضوع و تحيط به من شتى الجوانب وتتعمق في دراسته ، سواء بتطبيق مختلف أدوات الفحص المناسبة و برفع عدد الحالات وحجم العينات المدروسة و دراسة مختلف المتغيرات المرتبطة به اقترحنا جملة من التوصيات والاقتراحات. أهمها

### توصيات و اقتراحات البحث:

- 1- بناء برامج ارشادية متخصصة للرفع من مستوى التفكير الايجابي، من خلال خطوات علمية مدروسة خاصة للطلاب المتخصصين في علم النفس وعلوم التربية لأنهم النموذج الصحي للطلاب الجامعيين الآخرين.
- 2- أن توفر الجامعات مراكز للإشراف التربوي والنفسي لمساعدة الطلبة على التخلص من مشكلاتهم النفسية التي تؤدي إلى التفكير السلبي المشحون بالإحباط والكآبة.
- 3- أن تبرمج الجامعة مقاييس خاصة بتنمية التفكير الايجابي وكذا أنواع التفكير الأخرى كالتفكير الناقد والتفكير الإبداعي من خلال الأعمال الموجهة.
- 4- ضرورة الاهتمام بإعداد الطلبة إعدادا مناسباً لكونهم العنصر الأساسي في بناء المستقبل وذلك بتطبيق مبادئ الصحة النفسية والتعرف على مشاكلهم ومحاولة حلها.
- 6- القيام بدراسات ميدانية تبعث في المتغير التفكير الايجابي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى.
- 7- إجراء العديد من الدراسات حول متغير التفكير الايجابي.
- 8- ضرورة الاهتمام بالجوانب الايجابية في الشخصية الانسانية مثل الامل والتفاؤل و التفكير الايجابي.
- 9- التفكير في برامج تدريبية لتنمية التفكير الايجابي لدى الطالب الجامعي.

# قائمة المصادر و المراجع

## قائمة المصادر و المراجع

### قائمة المراجع:

- 1) ابن المنظور، 1300 لسان العرب، المجلد الثاني، دار الكتب، بيروت.
- 2) معمريه بشير، 2009، علاقة المخ بالتحكم في السلوك الانساني، ط1، القاهرة، مصر، المكتبة المصرية.
- 3) الحارثي ابراهيم بن أحمد، 2009، ط2، أنواع التفكير القاهرة، مصر، الروابط العلمية للنشر والتوزيع.
- 4) عثمان فاروق السيد، 2001، ب ط، القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة، دار الفكر العربي.
- 5) فنزيلا سكوت دليو، 2003، ط1، قوة التفكير الايجابي في الإهمال، ترجمة تاووز أسعد، السعودية، الرياض، مكتبة العيكان.
- 6) ابراهيم عبد الستار، 2008، ط1، عين العقل دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني والايجابي، القاهرة، دار الكتاب.
- 7) بشير معمريه، 2010، ب ط، علم النفس الايجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الانسانية، دار قانة للنشر والتوزيع، باتنة، الجزائر.
- 8) أحمد اسماعيل صبحي، 2003، التعليم الجامعي المفتوح عن بعد، عالم الكتب، القاهرة.
- 9) طعيمة رشدي، 2004، ب ط، التعليم الجامعي بين رصد الواقع ورؤى التطوير، القاهرة، دار الفكر العربي.
- 10) عبده فاروق، 1997، ب ط، استاذ الجامعة، الدور والممارسة بين الواقع والمأمول.
- 11) الموسوعة العربية العالمية، 1999، الأجزاء 6 و 7 و 8، مؤسسة أعمال الموسوعة للنشر والتوزيع، الرياض، المملكة العربية السعودية.

## قائمة المصادر و المراجع

- (12) مصطفى خليل وآخرون، 2013، البحث المقبول للنشر من طرف مجلة البحث والتربية، علم النفس، كلية التربية، جامعة المينا.
- (13) وليد سالم محمد الحفاوي، 2003، ط1، مستحدثات تكنولوجيا التعليم في عصر المعلوماتية، دار الفكر، الأردن.
- (14) محمد داودي، محمد بوفاتح، 2007، ط1، منهجية كتابة البحوث العلمية والرسائل الجامعية، دار المكتبة الأوراسية، الجلفة، الجزائر.
- (15) فصيل دليو، 2004، اشكالية المشاركة الديمقراطية، الجامعة الجزائرية، منشورات جامعة منتوري، قسنطينة.
- (16) عبد العزيز الموسوي، 2016، التدفق النفسي وفق التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية (18).
- (17) عابديه اسماعيل خياط، 1983، دور التعليم العالي في التنمية الاقتصادية والاجتماعية في المملكة العربية، دار البيان العربي، جده.
- (18) عبد الله بشير فضل، 1986، نظم التعليم العالي والجامعي، دار الجماهير، ليبيا.
- (19) نوال نمور، 2012، كفاءة أعضاء هيئة التدريس وأثرها على جودة التعليم العالي، دراسة حالية بكلية العلوم الاقتصادية وعلوم التسيير، جامعة قسنطينة.
- (20) استنبول ليجز وستودينجز وروسلام، 2006، ط1، سيكولوجية القوى الانسانية تساؤلات أساسية وتوجهات مستقبلية لعلم النفس الايجابي ، ترجمة صفاء يوسف الأسعر وآخرون.
- (21) حسين علي حسين، 1998، الدين والدافعية للإنجاز، المجلة الاجتماعية، العدد 52، الكويت.
- (22) مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، 2012، العدد السابع.

## قائمة المصادر و المراجع

- (23) مرفوعة زهراء وصحراوي مريّة، 2018، التفكير الايجابي وعلاقته بالدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى عينة من تلاميذ سنة أولى ثانوي، مذكرة لنيل شهادة الماستر، في علوم التربية، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة عمار ثليجي بالأغواط.
- (24) علي واعر دلال، رنان سهيلة، 2018، الأس النفسي وعلاقته بالتفكير الايجابي لدى عينة من تلاميذ سنة ثالثة ثانوي، مذكرة لنيل شهادة ماستر الأكاديمي في علوم التربية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الأغواط.
- (25) الفقي ابراهيم، 2007، قوة التفكير، سوريا، دار التوفيق.
- (26) دعماش خديجة، 2013، التفكير الايجابي وعلاقته بالدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى طلبة سنة أولى ماستر تخصص علم النفس، مذكرة لنيل شهادة ماستر في علوم التربية، جامعة الأغواط.
- (27) عيشة علة ونعيمة بوزداد، 2016، التفكير الايجابي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بالأغواط، مجلة العلوم النفسية والتربوية، مجلد 2، العدد 3.
- (28) فاطمة بن معمر ونفيسة شيماء العقون، 2020، التفكير الايجابي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة السنة أولى ماستر قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، مذكرة لنيل شهادة الماستر أكاديمي في علوم التربية، جامعة الأغواط.
- (29) شيببي فاطنة فردوس ايمان التاج، 2015، التفكير الايجابي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة السنة أولى ماستر علم النفس، علوم التربية والأرطفونيا، مذكرة لنيل شهادة الماستر الأكاديمي في علوم التربية كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الأغواط.
- 30) Rote education and Social science journal-30 , 2018, Valion 5-7.
- (31) موقع الكتروني Lagh.Univ.dz تاريخ الإطلاع 20 أوت 2022 19 :27 pm
- (32) موقع الكتروني [www.Puissance.Penseeblogspt.com](http://www.Puissance.Penseeblogspt.com) تاريخ الاطلاع 04 أوت 17 :48 pm 2022

## قائمة المصادر و المراجع

---

(33) صالح بن الرقيب، 2008، أسس التفكير الايجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية بحث محكم منشور في إحدى المجالات العملية كورقة عمل في المؤتمر الدولي في تنمية المجتمع تحديات وآفاق في جامعة الاسلامية بماليزيا.

الملاحق

## الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمار ثليجي بالأغواط

كلية العلوم الإجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا

السلام عليكم

عزيزي الطالب ، عزيزتي الطالبة يسعدني من الاستمارة التالية لمساعدة الباحثين في انجاز مذكرة تخرج ماستر بعنوان مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة المرحلة الجامعية بجامعة الأغواط .

نرجو منكم الإجابة على أسئلة هذه الاستبانة بوضع علامة (X) في الخانة التي تنطبق عليك، لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وتأكد أن هذه الاستبانة معدة لغرض علمي فقط، لذلك فمعلوماتك سرية تماما البيانات الشخصية .

### 1- الجنس

ذكر  انثى

### 2- الأقسام

قسم علم النفس  قسم علم الاجتماع و الديمغرافيا  قسم الفلسفة

### 3- الكليات

كلية الطب  كلية الأدب العربي  كلية العلوم الاجتماعية

المدرسة العليا

شكرا على تعاونكم

2022/2021

## الملاحق

الرقم	غالبا	دائما	أحيانا	نادرا	ابدا
01					
					أعتقد أن الغد افضل من اليوم.
02					
					استطيع بسهولة ان اغير في أفكار الآخرين نحو.
03					
					اميل للمرح والبهجة دوما .
04					
					اعرف كيف اتعامل مع الناس بغض النظر عما أحمل لهم في قرارة نفسي من نفور .
05					
					لا أجد حرج في ممارسة هواياتي حتى ولو استنكرها الآخرون.
06					
					اعتقد أنه يجب المخاطر في الحياة واتجاه نحو الأفضل .
07					
					أحاول أن أتعرف على نقاط ضعفي لتجنبها .
08					
					لا افكر كثيرا في الأشياء التي حدثت سابقا .
10					
					من السهل علي ان اتقهم شعور الآخرين واحل الخلافات بينهم ببسر .
11					
					أعتقد أنني واع تماما لحقوقي وواجباتي.
12					
					اعتقد اني شخص محظوظ .
13					
					أستطيع أن أتحكم في مشاعري نحو الأشياء حتى وان كانت مؤلمة .
14					
					اتقبل شكلي كما هو .
15					
					أشعر براحة الاختلاط بالناس المختلفين عني.
16					
					حياتي جيدة حتى ولو لم احقق كل ماكنت اطمح اليه .
17					
					أشد الناس جاذبية لي المبدعون والمختلفون في آرائهم وافكارهم.
18					
					إذا فشلت مرة فسأنجح في المرة القادمة .
19					
					أعتقد أن ما مر بي من تجارب مؤلمة علمني الصبر والحكمة.
20					
					من السهل علي ان اطلب العون من الآخرين عندما احتاج ذلك.

2022/2021

## الملاحق

					أشعر بالطمأنينة عندما أتصور ما ستكون عليه حياتي بعد 10 أعوام.	21
					بإمكان الانسان ان يوقف نفسه عن الاستمرار في الغضب.	22
					أشعر أن الحياة مليئة بالفرص وامكانيات التطور والرقى .	23
					أحب السفر والتعرف على المجتمعات الأجنبية.	24
					لا يزعجني أن اتعرض للفشل في بعض الأمور.	25
					أفضل أن يكون أصدقائي متنوعون في السن والمهنة و العقيدة .	26
					حب الناس مكسب ولكنني أن أعيش دون حب البعض.	27
					لا تعيقني المادة وقلة الثروة عن الاستمتاع بحياتي	28
					لم افقد ثقتي في الناس بالرغم مما عانيت من بعضهم.	29
					يصفني اقاربي وأصدقائي بأنني شخص مسؤول ويعتمد عليه.	30
					اعتقد أن أمور حياتي تصير دائما الى الاحسن.	31
					اسامح بسرعة حتى مع من يخطئون في حقى.	32
					اشعر بالرضا لأن الأمور تسير دائما في صالحى.	33
					أجد راحة في التعامل مع الجنس الآخر.	34
					من شقى أن اهتم افكر في مصلحتى الخاصة .	35
					اعتقد اننى نجحت لأنتى انسان محب للمجازفة و مندفع إلى حد ما.	36
					فى الدنيا متسع لتقدمى وتقدم الآخرين من حولى.	37
					مزاجى طيب بغض النظر عن أى ظروف خارجية وفى تصرفاتى مع الناس تتسم بالحكمة والتفهم	38
					عادة ما يطلب منى أداء الأعمال القيادية التى تطلب الشرح والتوجيه .	39
					أشعر بالطمأنينة عندما أتصور ما ستكون عليه حياتي بعد 10 أعوام.	40

2022/2021