

جامعة عمار ثليجي بالأغواط

كلية العلوم الإجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا



الميدان: العلوم الإنسانية والإجتماعية

شعبة العلوم الإجتماعية

الموضوع:

الأمن النفسي وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى عينة من

تلاميذ سنة الثالثة ثانوي بمدينة الأغواط

مذكرة مكمّلة لنيل شهادة الماستر أكاديمي في علوم التربية

تخصص : علم النفس التربوي

إشراف الأستاذ:

د/ ملياني عبد الكريم

إعداد الطالبتين:

-علي واعر دلال

-رنان سهيلة.

السنة الجامعية 2018/2017

شكر وعرفان

اللهم صل على سيدنا محمد عبدك ورسولك النبي الأُمي وعلى اله

وصحبه وسلم تسليما

قال تعالى " قالى ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين"

لك الحمد ربي حتى ترضى ولك الحمد إذا رضيت، ولك الحمد بعد الرضا.

لك الحمد حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه على جميع نعمتك كما ينبغي لجلال وجهك
وعظيم سلطانتك لما وفقتنا إليه.

ويسرنا أن نتقدم بالشكر وأجل العرفان إلى أستاذنا المشرف " عبد الكريم ملياني"
الذي دعمنا بنصائحه وإرشاداته وتوجيهاته القيمة.

بالإضافة إلى الأساتذة الأفاضل: عياط أمين، عمومن رمضان، دعماش خديجة.
كما نتوجه بالشكر الجزيل لكل من أساتذة قسم علم الإجتماع خاصة علم النفس
كما لا يفوتنا تقديم جزيل الشكر والإحترام

إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذه الدراسة المتواضعة وكل طلبة دفعة 2017/ 2018

إهداء

أحمد الله على عظيم نعمه و أشكره عز وجل على فضله بأن يسر لي إتمام هذه الرسالة
أهدي ثمرة جهدي و عصارة سهري وخاتمة عملي المتواضع إلى أعلى ما أملك في هذا الوجود
التي بعثت في بذكراها الأمل وتزرع في نفسي روح العمل "أمي" الغالية حفظها الله ورعاها
وإلى روح "إبي" الطاهرة الذي فارقتني بجسده ولم يفارقتني يوما بروحه أبدا.
إلى رفيق دربي الذي كان سندي وعوني في هذا المشوار زوجي ناصر بارود
وإلى قرنتا عيني: أسامة و آية حفظهما الله وإلى أهل زوجي
و بالأخص أمه التي هي بمثابة أمي الثانية
ووالده رحمه الله إلى جدتي الحبيبة الحاجة مسعودة
إلى أخي مصطفى الذي كان بمثابة الأب الثاني لنا، مهما أعبر عن عرفانه سأظل
لا محالة مقصرة أمام سخائه وإلى زوجته و أولاده.
إلى أختايا: خضرة و سعاد و أزواجهما و أولادهم.
إلى توأما روجي أختي سارة و أخي محمد وفقهما الله.
و إلى من شاركنني مشواري الدراسي و قسمت معي جهد هذا العمل سهيلة رنان
و أخص بالذكر الدكتور عبد الكريم ملياني ، إلى كل من وسعهم قلبي و لم تسعهم ورقتي.

طالبة: دلال علي واعر/ بارود

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
	الإهداء
	الشكر والعرفان
أ - ب	ملخص الدراسة
ج - د	فهرس المحتويات
هـ	فهرس الجداول
و	فهرس الأشكال
و	فهرس الملاحق
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول الإشكالية واعتباراتها	
6	1. مشكلة الدراسة.
7	2. فرضيات.
8	3. أهداف الدراسة.
8	4. أهمية الدراسة.
9	5. مفاهيم و مصطلحات الدراسة.
9	6. الدراسات السابقة .
الجانب النظري	
الفصل الثاني: الأمن النفسي.	
18	تمهيد
18	1. ماهية الأمن النفسي.
19	2. أهمية الأمن النفسي.
20	3. الأمن النفسي من منظور الإسلامي.
21	4. خصائص الأمن النفسي.
22	5. مكونات الأمن النفسي.
22	6. مؤشرات الأمن النفسي.
24	7. مهددات الأمن النفسي.
24	8. العوامل المؤثرة في الأمن النفسي.
26	9. النظريات المفسرة للأمن النفسي
30	خلاصة الفصل
الفصل الثالث التفكير الإيجابي.	

32	تمهيد
32	1. ماهية التفكير الإيجابي.
33	2. أهمية التفكير الإيجابي.
34	3. أبعاد التفكير الإيجابي.
35	4. أساليب فاعلة في تعزيز التفكير الإيجابي.
38	5. العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي.
39	6. الوصايا العشرة للتفكير الإيجابي.
39	7. وجهات النظر حول التفكير الإيجابي.
41	خلاصة الفصل
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
44	تمهيد
44	1. منهج الدراسة .
44	2. حدود الدراسة.
45	3. الدراسة الاستطلاعية.
47	4. أدوات الدراسة.
52	5. الخصائص السيكومترية.
57	6. الدراسة الأساسية.
60	7. إجراءات التطبيق.
60	8. الأساليب الاحصائية.
62	خلاصة الفصل
الفصل الخامس عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة	
65	تمهيد
65	1. عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى.
66	2. عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
68	3. عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
69	4. عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
70	5. عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة.
73	6. الإستنتاج عام.
75	توصيات و الإقتراحات
77	الخاتمة
79	قائمة المصادر والمراجع
قائمة الملاحق	

فهرسة الجداول

رقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	يوضح خصائص عينة الدراسة الإستطلاعية من حيث الجنس.	46
2	يوضح خصائص عينة الدراسة الإستطلاعية من حيث التخصص.	47
3	يوضح توزيع أرقام محاور بنود المقياس.	48
4	يوضح تحديد مستويات الأمن النفسي.	49
5	يوضح توزيع البنود على مقياس التفكير الإيجابي.	51
6	يوضح الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في مقياس الأمن النفسي.	53
7	يوضح معامل الثبات مقياس الأمن النفسي باستخدام ألفا كرونباخ.	53
8	يوضح معامل الثبات مقياس الأمن النفسي بطريقة التجزئة النصفية.	54
9	يوضح الفروق بين متوسطي العينة العليا و العينة الدنيا في مقياس التفكير الإيجابي.	55
10	يوضح معامل ثبات القياس التفكير الإيجابي باستخدام ألفا كرونباخ.	56
11	يوضح معامل ثبات مقياس التفكير الإيجابي بطريقة التجزئة النصفية.	56
12	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.	58
13	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص.	59
14	يوضح معامل الارتباط بيرسون بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي.	65
15	يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق بين الذكور و الإناث في الأمن النفسي.	67
16	يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق بين الذكور و الإناث في التفكير الإيجابي.	68
17	يوضح نتائج فرضية للفروق في الأمن النفسي تبعا للتخصص.	69
18	يوضح نتائج فرضية للفروق في التفكير الإيجابي تبعا للتخصص.	70
19	يوضح المقارنة البعدية (Isd) لمتوسطات درجات أفراد العينة.	71

فهرس الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
1	مقياس الأمن النفسي ومقياس التفكير الإيجابي.	IV-I
2	الصدق التمييزي مقياس الأمن النفسي.	VIII
3	الثبات بطريقة ألفا كرونباخ.	VIII
4	الثبات بطريقة التجزئة النصفية.	IX
5	الصدق التمييزي مقياس التفكير الإيجابي.	X
6	الثبات بطريقة ألفا كرونباخ.	X
7	الثبات بطريقة التجزئة النصفية.	XI
8	نتائج الفرضية الأولى.	XII
9	نتائج الفرضية الثانية.	XII
10	نتائج الفرضية الثالثة.	XIII
11	نتائج الفرضية الرابعة.	XIII
12	نتائج الفرضية الخامسة.	XIV

فهرس الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	يوضح التسلسل الهرمي عند "ماسلو"	28

ملخص الدراسة:

- هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لمدينة الأغواط و لتحقيق هذه الأهداف تم اختيار عينة تتكون من 100 تلميذ و تلميذة من السنة الثالثة ثانوي في التخصصات الآتية (آداب، علوم، إقتصاد) ببعض ثانويات مدينة الأغواط ويتم استخدام:
- مقياس الأمن النفسي " لزينب شقير " و مقياس التفكير الإيجابي "لإبراهيم عبد الستار"، بعد جمع الإستيبيان تم معالجة البيانات إحصائيا باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) حيث حاولت الدراسة الإجابة على الأسئلة المطروحة توصلت إلى النتائج التالية:
- 1- توجد علاقة إرتباطية بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لمدينة الأغواط.
 - 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى إلى متغير الجنس (ذكور/إناث).
 - 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث).
 - 4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب , علوم ، إقتصاد) .
 - 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيج المفتاحيبي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب,علوم ,إقتصاد).
- الكلمات المفتاحية:- الأمن النفسي
- التفكير الإيجابي

Study Summary

The study aimed to identify the relationship between psychological security and positive thinking among students of the third year secondary, in the city of Laghouat to achieve these objectives, a sample of 100 students of the third year secondary was selected in the following disciplines in (literature, sciences, and economy) in the secondary city of Laghouat it is used: "psychometric security scale" of Zainab Chocair and the measure of positive thinking of Ibrahim Abdulsattar. After collecting the questionnaire, the data were processed statistically to answer the questions raised reached the following results.

- 1) There are correlations between psychological security and positive thinking among of the third year secondary to the city of Laghouat.
- 2) There are not statistically significant differences in the psychological security variable among students of the third year secondary that lead self choice (daughters of young)
- 3) There are not statistically significant differences in positive thinking among students of the second year secondary that lead to change of specialization.
- 4) There are not statistically significant differences in psychological security among students of the third year secondary leading to the variable specialization (scientific / literature / economy)
- 5) There are not statistically significant differences in positive thinking among third-year secondary student.

Lead to specialization variable .Scientific/literature/economy.

حقائق

مقدمة:

يعتبر الأمن النفسي من الحاجات الهامة لبناء الشخصية الإنسانية حيث أن جذوره تمتد من الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة عبر المراحل العمرية المختلفة، و أمن المرء يصبح مهددا إذا تعرض إلى ضغوطات نفسية و إجتماعية لا طاقة له بها في أي مرحلة من تلك المراحل، مما يؤدي إلى الاضطرابات، لذا فالأمن النفسي يعد من الحاجات ذات المرتبة العليا للإنسان لا يتحقق إلا بعد تحقيق الحاجات الدنيا للإنسان.

وتمثل الحاجة إلى الأمن النفسي أحد المطالب الأساسية في حياة الإنسان و لحياته قال الله تعالى: "الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ". (سورة قريش آية:4)

حيث أنه لا يوجد عامل أهم من الناحية النفسية من عامل الشعور بالأمن، لأن كل عنصر من عناصر البيئة تقريبا ينطوي على شيء من حاجة الفرد إلى الأمن.

والأمن الفردي لا يمكن أن يتحقق دون الإنصهار في إطار تجمع بشري يضمن له الأمن والإستقرار، فظهرت الأسرة و الدولة إنطلاقا من حاجة الإنسان و بدافع الشعور بالطمأنينة وحماية ذاته بكل ما تعنيه كلمة الحماية والأمن من أبعادها المختلفة.

فبذلك فإن الأمن النفسي ينشأ نتيجة تفاعل الإنسان مع البيئة المحيطة به من خلال الخبرات التي يمر بها و العوامل البيئية و الاجتماعية و السياسية والاقتصادية التي تؤثر على الفرد.

أما التفكير الإيجابي هو بطبيعة الحال قديم قدم الإنسان ونبدأ بالمقولة الشهيرة التي أطلقها الفيلسوف "ديكارت": "أنا أفكر إذا أن موجود"، تعني أن التفكير واقع لا يمكن إنكار وجوده، فهو مهم مثل أهمية التنفس لكونه نشاطا طبيعيا لا غنى عنه في الحياة اليومية.

فالتفكير الإيجابي يؤثر بصورة إيجابية على تقدم التلاميذ فهو وسيلة لإكسابهم مهارات التعلم بسرعة وسهولة، و يعطي فرصة لتعلم المهارات العقلية في أي سن كان عليه التلاميذ ، كما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من الأخطار.

ولذلك فمن الواجب أن يتعلم الأطفال والشباب ويتدربوا على آلية التفكير الإيجابي ومهاراته أثناء التحاقهم بالمدارس والجامعات، حتى يتسنى لهم إتقان هذا النمط من التفكير الفعال والمنظم الذي يوصل بصاحبه إلى السعادة والحياة المنتجة ، لذا يعد التفكير عاملا من العوامل الأساسية في حياة الإنسان فهو يساعد على توجه الحياة وتقدمها.

و إستنادا على ما تقدم نجد أننا بصدد متغيرين غاية في الأهمية وهما الحاجة للأمن النفسي، وضرورة التفكير الإيجابي، وهما موضوعان نحن أحوج ما نكون إلى دراستهما و استجلاء العلاقة بينهما . وهذا ما تحاول الدراسة الحالية الكشف عنه.

فقد تناولت الدراسة الحالية جانبين هما:

الجانب النظري ويضم ثلاثة فصول :

1-فصل التعريف بمشكلة الدراسة: مشكلة الدراسة ، فرضيات الدراسة ، أهمية الدراسة، أهداف الدراسة ، مفاهيم و مصطلحات الدراسة ، الدراسات السابقة ، تعقيب على الدراسات السابقة.

2- فصل الثاني : الأمن النفسي : ويحتوي على ماهية الأمن النفسي ، أهمية الأمن النفسي ، الأمن النفسي في المنظور الإسلامي ، خصائص الأمن النفسي ، مكونات الأمن النفسي ، مؤشرات الأمن النفسي ، مهددات الأمن النفسي ، العوامل المؤثرة في الأمن النفسي، والنظريات المفسرة للأمن النفسي.

3- فصل الثالث التفكير الإيجابي: ويلم بماهية التفكير الإيجابي، أهمية التفكير الإيجابي، أبعاد التفكير الإيجابي، أساليب فاعلة في تعزيز التفكير الإيجابي، العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي، الوصايا العشرة للتفكير الأيجابي، وجهات النظر حول التفكير الإيجابي.

أما الجانب الميداني ويضم فصلين هما :

4-فصل الإجراءات المنهجية ويتمثل في : منهج الدراسة، حدود الدراسة، الدراسة الإستطلاعية، أدوات الدراسة، الخصائص السيكومترية، الدراسة الأساسية،إجراءات التطبيق، الأساليب الإحصائية المستخدمة.

5- فصل عرض والمناقشة النتائج :ويشمل عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى، عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية، عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة، عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة، عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة.

الفصل الأول: مشكلة الدراسة

تمهيد:

- 1- مشكلة الدراسة.
- 2- أهمية الدراسة.
- 3- أهداف الدراسة.
- 4- مفاهيم و مصطلحات الدراسة.
- 5- الدراسات السابقة.
- 6- التعقيب على الدراسات السابقة.

1- مشكلة الدراسة:

يعد الأمن النفسي مطلباً ضرورياً بالنسبة للفرد و المجتمع الذي يعيش فيه فلا يستطيع أي كان أن يعيش في حياة غير مستقرة تكثر فيها جميع مظاهر اضطرابات الصحة النفسية كالقلق و الخوف والاكنتاب واليأس وعدم القدرة على تحقيق الذات لذي يسعى كل واحد منا إلى تحقيق أكبر قدر ممكن من الأمن النفسي لضمان حياته و بقاءه.

و الملاحظ أن مجتمعنا تسود فيه الكثير من هذه المظاهر التي أضحت تهدد حياة العديد من الأفراد و قد بين: **الدباغ "1975"** إلى أن الكثير من مظاهر السلوك الاجتماعي كالسرقة و الجنوح يكون سببها فقدان الأمن النفسي.

و كذا الوسواس القهري لقد أصبح مشكلة تهدد حياة الناس فالكل خائف و مضطرب من الأشياء التي حوله و التي أثرت على علاقته مع الآخرين مما أضحى يهدد أمنه النفسي و أصبح يعيش في اللاتوازن.

كما أوضح **ماسلو (Maslow)** أن أنماطاً معينة من الراشدين العصبيين، و خاصة المصابين بصعاب الوسواس القهري يكونوا مدفوعين بدرجة كبيرة للبحث عن إشباع حاجاتهم إلى الأمن. فإذا كان هذا أثره مع الفرد الراشد فكيف يكون الحال مع تلميذ المرحلة الثانوية في سن حساس هو مرحلة المراهقة. و بدون شك ذلك يساهم في هذا التوتر عنده وعدم شعوره بالأمن و اللإستقرار و اللاتوازن و الوصول إلى هذه الحالة يؤثر على مساره الدراسي و يترتب على ذلك رسوبه المتكرر و بالتالي إنخفاض مستوى الطموح عنده أو إنعدامه و قد يؤدي ذلك إلى إنحرافه عن الطريق الجاد و قد يجد نفسه وسط جماعات منحرفة تقوده إلى إرتكاب الكثير من الأخطاء في حق نفسه و حق مجتمعه. كما أنه قد يصبح فرداً إتكالياً لا يعبه بشيء حوله، و هذا ما يغيب اليوم في مؤسسات التربية .

لمدى أهمية الأمن النفسي و الظروف اللازمة له فالتلاميذ أصبحوا لا يتقوا في المدارس بسبب نقص شعور بالأمن فيها من ناحية تأمين على مستقبله و المستوى الأكاديمي التي توفره و في بعض الأحيان المعاملة السيئة من طرف الأستاذ لتلميذ كل هذا أثر على معتقدات التلميذ فأصبح يفكر بسلبية و سطحية مما أثر على علاقته بالوسط المدرسي و على أمنه النفسي لذا يجب تدريب تلميذ على آليات التفكير الإيجابي و مهاراته و هذا ما لا يتوفر لدينا في مدرستنا و مجتمعنا الجزائري الذي يصل بالتلميذ إلى السعادة و الإبقاء على الخبرات السارة و هذا يحتاج إلى تدريب التلاميذ بالرفع من مستوى التفكير الإيجابي يقول **المربي سميث** "لا يعنيني حقا هو كيف أولادي و لا يعنيني ماذا يدرسون و لكن كل ما

يعنيني حقا هو كيف يفكرون إذ يجب أن يتخذوا قراراتهم بنفسهم " و هذا ما نبحت عليه في دراستنا حول واقع التفكير الإيجابي لدى التلميذ الجزائري. و معرفة كذلك ما إذا كان يحضونا بالأمن النفسي أو غير ذلك و من هنا جاءت فكرة دراسة "الأمن النفسي و علاقته بتفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي من خلال طرح التالي :

❖ هل توجد علاقة إرتباطية بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة

ثانوي؟

و الذي تفرع عنه التساؤلات الآتية:

1-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى إلى متغير الجنس (ذكر/ أنثى)؟

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث)؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب ، علوم، إقتصاد)؟

4-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب، علوم، إقتصاد)؟

2- فرضيات الدراسة:

➤ الفرضية العامة:

❖ توجد علاقة إرتباطية بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة

ثانوي.

➤ الفرضيات الفرعية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في متغير الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث).

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب، علوم، إقتصاد)

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب، علوم، إقتصاد).

3 - أهداف الدراسة:

- إبراز علاقة بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- الكشف عن الفروق في الأمن النفسي بين الجنسين .
- الكشف عن الفروق في التفكير الإيجابي تعزى إلى متغير الجنس .
- لكشف فروق في الأمن النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب، علوم، إقتصاد).
- لكشف الدلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تعزى لمتغير التخصص (آداب، علوم، إقتصاد).

4-أهمية الدراسة:

1-4 الأهمية من الناحية النظرية:

تعتبر هذه الدراسة بمثابة زيادة علمية من أجل التعريف بـ "الأمن النفسي و التفكير الإيجابي" و الدعوة إلى ترسيخها في المؤسسات التربوية، و يتم هذا من خلال إبراز أهميتها في تكوين شخصية الفرد.

2-4 الأهمية من ناحية التطبيقية:

و تكمن الإستفادة من هذا البحث في إثراء المكتبة التي تخدم عدة شرائح منها الباحثون و الأخصائيون النفسيين و الاجتماعيين، و كذلك توضح العلاقة بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، كما أنها تساهم هذه الدراسة في بناء برامج إرشادية تساعد للأمن النفسي في تنمية التفكير الإيجابي.

5- مفاهيم ومصطلحات الإجرائية للدراسة:

أولاً: الأمن النفسي:

- اصطلاحاً : "الحاجة إلى الأمن، حاجة سيكولوجية جوهرها السعي المستمر للمحافظة على الظروف التي تضمن إشباع الحاجات البيولوجية و السيكولوجية و الأمن الانفعالي، أهم حاجات الأمن و ينبع من شعور الفرد بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات مشبعة و متزنة مع الناس ذوي لأهمية الانفعالية في حياته". (الحنفي،1978، ص271)

- إجرائياً: هي الدرجة التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة على المقياس "زينب الشقير" للأمن النفسي والتي تتراوح من أقل درجة (0) إلى أكبر درجة (162) .

ثانياً: التفكير الإيجابي:

- اصطلاحاً: هو قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره ومعتقداته والتحكم فيها وتوجيهها توجه لتحقيق ما توقعه من النتائج الناجحة وتدعيم حل المشكلات ومن خلال تكوين أنظمة و انساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي تسعى الى الوصول لحل المشكلة . (العبيدي،2005، ص 30)

- إجرائياً: هي الدرجة التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس " إبراهيم عبد الستار" للتفكير الإيجابي والتي تتراوح من اقل درجة (0) الى أكبر درجة (40) .

6- الدراسات السابقة:

1.6 الأمن النفسي:

➤ دراسة مصطفى رمضان مظلوم (2014):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الأمن النفسي والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة، كما هدفت إلى معرفة تأثير الجنس (الذكور/ الإناث) في الأمن النفسي، وكذلك الولاء للوطن لدى هؤلاء الطلاب، وتكونت عينة الدراسة من (373) طالباً وطالبةً بالفرقة الرابعة بكليتي التربية والآداب - جامعة بنها منهم (174) طالباً، و(199) طالبةً، وتتراوح أعمارهم بين (21 - 23) عاماً، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الأمن النفسي من إعداد الباحث ومقياس الولاء للوطن من إعداد الباحث. وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقياس الأمن النفسي وأبعاده، ودرجاتهم على مقياس الولاء للوطن وأبعاده، كما كشفت النتائج عن عدم وجود

فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس الأمن النفسي وأبعاده، وكذلك على مقياس الولاء للوطن وأبعاده. (المظلوم، 2014).

➤ دراسة مباركي خديجة (2013) :

هدفت هذه الدراسة المقارنة في البحث في العلاقة بين الأمن النفسي و التحصيل الدراسي لدى عينة من التلاميذ الطور المتوسط، كما إهتمت الدراسة بقياس مستويات الأمن النفسي للتلاميذ، ولتحقيق أهداف الدراسة إستعانت الطالبة بمقياس الأمن النفسي 'الطمأنينة الانفعالية' المعد من طرف 'د-زينب الشقيير'، طبقت هذه الدراسة على عينة إجمالية مكونة من (180) تلميذ و تلميذة من السنوات الثانية والثالثة و الرابعة متوسط في مدينة الأغواط. وقسمت العينة إلى مراهقين ينتمون لأسر ثنائية الوالد وأخرى أحادية الوالد وإيجاد الفروق بينهما.

وأُسفرت النتائج عن وجود مستويات مرتفعة للأمن النفسي لدى العينتان مع وجود فرق في الدرجة لصالح تلاميذ الأسرة ثنائية الوالد . توصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي بين عيني الدراسة، و توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي .

(مباركي، 2013، ص 4).

➤ دراسة إياد أقرع (2005):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الشعور بالأمن النفسي و تأثيره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية كما هدفت إلى التحقق من دور متغيرات الدراسة، ولتحقيق هذه الأهداف تم إختيار عينة مجتمع الدراسة العشوائية قدرها (1002) طالبا من طلبة الجامعة إستخدم الباحث مقياس (ماسلو) للشعور بالأمن النفسي والتوصل إلى النتائج التالية أهمها:

- إن الشعور بالأمن النفسي حصل على تقدير منخفض حيث كانت النسبة المئوية (49.9)

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى الشعور بالأمن

النفسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، تعزى إلى متغير (الجنس، والكلية، و مكان السكن والمعدل التراكمي و المستوى التعليمي) و التفاعل بين متغير الجنس مع باقي المتغيرات.

(إياد أقرع، 2005، ص 17).

➤ دراسة البدراني (2004) :

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة وكذلك التعرف على أبعاد التوجه الزمني لديهم وأيضاً التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي والتوجه الزمني تبعاً لمتغير النوع والتخصص وقد تألفت العينة من (830) طالب وطالبة من جامعة الموصل وتحقيقاً لأهداف البحث فقد إعتد الباحث (إختبار ماسلو للشعور - عدم الشعور بالأمن النفسي ومقياس الفتلاوي للتوجه الزمني) وقد أظهرت نتائج الدراسة تمتع طلاب الجامعة بالأمن النفسي وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي تبعاً لمتغير النوع ولصالح الذكور وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير التخصص. (البدراي، 2004، ص2).

➤ دراسة العامري (1999) : أجريت الدراسة في اليمن و هدفت إلى:

قياس الشعور بالأمن النفسي و الشعور بالعوز الغذائي لدى طلبة المرحلة الثانوية و تبعاً لمتغيرات الجنس و الفرع الدراسي و المرحلة الدراسية ، و تألفت عينة الدراسة من (840) من الطلبة ذكور و إناث في مدينتي صنعاء و عدن و لقياس الشعور بالعوز الغذائي قامت الباحثة ببناء مقياس يتكون من (30) فقرة على شكل موافق لفظية كما إعتمدت على مقياس (ماسلو) المعرب في مقياس الشعور بالأمن النفسي، و لمعالجة البيانات إحصائياً وإستخدم الإختبار التائي. أظهرت الدراسة النتائج الآتية:

- إن مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى عينة البحث أقل من متوسط المقياس بدلالة معنوية (0.01)
- أي أن أفراد العينة يعانون من عدم الشعور بالأمن النفسي.
- لا فروق معنوية في الشعور بالأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس و التخصص.
- إن مستوى الشعور بالأمن النفسي يقل كلما تقدم الطلبة في المرحلة الدراسية.
- إن مستوى الشعور بالعوز الغذائي أكبر من متوسط المقياس بدلالة معنوية (0.01) ، أي إن أفراد العينة لديهم الشعور بالعوز الغذائي.
- لا فروق معنوية في مستوى الشعور بالعوز الغذائي تبعاً لمتغير الجنس و التخصص.
- إن مستوى الشعور بالعوز الغذائي يزداد كلما تقدم الطلبة في المرحلة الدراسية.
- وجود علاقة سلبية بين الشعور بالأمن النفسي و الشعور بالعوز الغذائي و في كل فئة من فئات متغيرات البحث (الجنس، المرحلة التخصص). (العامري، 1999، ص1).

➤ دراسة جبر محمد جبر (1996) :

المتغيرات الديمغرافية المرتبطة بالأمن النفسي إعتبر الباحث الطمأنينة الإنفعالية أحد مكونات الأمن النفسي و هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين المتغيرات الديمغرافية و هي (الجنس، السن، الحالة

الزواجية، المستوى التعليمي) و مستوى الامن النفسي كما يعكس الأداء على إختبار الأمان و عدم الأمان (إبراهيم ماسلو) و أعدده للعربية عبد الرحمان العيسوي و تكونت عينة الدراسة من (342) فرد تتراوح أعمارهم بين 17-39 سنة و من مستويات تعليمية و إجتماعية و إقتصادية مختلفة، و كانت الأساليب الإحصائية المستخدمة هي المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري و تحليل التباين و إتضح من الدراسة أن المتغيرات (السن، الحالة الزوجية، المستوى التعليمي) ترتبط بالأمن النفسي . (بن الصديق، 2015، ص 11).

➤ دراسة أونز : Ownes (1971) :

أجريت الدراسة في أمريكا و هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين نشاط الطلبة و كل من القيم و الأمن النفسي، و تألفت العينة من (150) من طلبة الجامعة ذكور و إناثا، استخدم (Security InsecurityInventory) و مقياس (Polyphasi Values Inventory) و في معالجة البيانات استخدم معامل الارتباط و تحليل التباين و معادلة فيشر فأظهرت النتائج ما يأتي:

-وجود فروق معنوية في القيم بين المجموعة التي تمارس الأنشطة و المجموعة التي تمارس الأنشطة و المجموعة التي لا تمارس.

-لا فروق في الشعور و عدم الشعور بالأمن النفسي بين المجموعة التي تمارس الأنشطة و المجموعة التي لا تمارسها.

-لا علاقة بين الشعور و عدم الشعور بالأمن النفسي و القيم . (عبد جبر، 2015، ص 06-12)

2.6 التفكير الإيجابي:

➤ دراسة دعماش خديجة (2013) :

التفكير الإيجابي و علاقته بالدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى طلبة سنة أولى ماستر، هدفت الدراسة للتعرف على مدى العلاقة بين المتغيرين التفكير الإيجابي و الدافعية للإنجاز . و ذلك من خلال الكشف عن الفروق في الدافعية للإنجاز بين مرتفعي و منخفضي التفكير الإيجابي في ضوء متغيرات (التخصص، السن، الجنس، و نوع النظام الدراسي) و تم التطبيق على عينة قوامها 127 طالبا و طالبة جامعيين من جامعة عمار ثلجي و إتمدت مقياس التفكير الإيجابي (لإبراهيم عبد الستار) و مقياس الدافعية للإنجاز (لمحمد بن معجب الحامد) و توصلت إلى النتائج التالية:

- وجود فروق دالة إحصائية في الدافعية للإنجاز الأكاديمي بين مرتفعي و منخفضي التفكير الإيجابي لصالح مرتفعي التفكير.
- عدم وجود تباين دال إحصائيا في الدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى مرتفعي التفكير الإيجابي إستنادا لمتغير الجنس.
- عدم وجود تباين دال إحصائيا في الدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى مرتفعي التفكير الإيجابي إستنادا لمتغير النظام الدراسي (كلاسيكي ،ل.م.د).
- عدم وجود تباين دال إحصائيا في الدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى مرتفعي التفكير الإيجابي إستنادا لمتغير السن .(دعماش،2016، ص152) .

➤ كما أجرت عوض (2009):

دراسة حول الذكاء الوجداني و علاقته بأساليب التفكير الإيجابي لدى طلاب و طالبات كلية التربية في جامعة الأزهر بغزة تكونت عينة الدراسة من (355) طالبة و طالبة منهم (174) طالبا و (181) طالبة . أشارت النتائج أيضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة لأساليب التفكير تبعا لمتغير الجنس.

➤ دراسة نصر الله (2008):

دراسة بهدف الكشف عن أساليب التفكير السائد وعلاقته ببيكولوجية التفاؤل و التشاؤم لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة جنين،وتكونت عينة الدراسة من(281) طالبا و طالبة، أشارت نتائج الدراسة إلى أن أساليب التفكير السائدة هي التركيبي و المساحي و العلمي و التحليلي و الواقعي كما أشارت النتائج أيضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير تعزى إلى الجنس . (ربيع، 2014، ص 209)

➤ دراسة غانم (2005):

أجريت الدراسة بهدف التعرف على مستوى التفكير الإيجابي و السلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض متغيرات الديمغرافية و التحصيل الدراسي، ولهذا الغرض إختار الباحث عينة من 200 طالب و طالبة ملتحقين بجامعة القدس المفتوحة، وإستخدم مقياس التفكير الإيجابي و السلبي لدى طلبة الجامعة، وقد كشفت نتائج الدراسة عن أن نسبة (45%) من أفراد الدراسة قد أظهروا نمطا من التفكير الإيجابي منهم (40) من الذكور و (59) من الإناث، مع وجود فروق دالة بين الطلاب في التفكير الإيجابي تعزى لمتغيرات مثل التحصيل الدراسي و المستوى الاقتصادي و الاجتماع . (النجار والطلاع،2015، ص217) .

➤ دراسة جودهارت (1999) :

تأثير التفكير الايجابي و السلبي في تحصيل الدراسي في مواقف معينة تم اختيار عينة مكونة من (151) طالبا و طالبة من الجامعة . و قد خرجت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية جوهريّة بين التفكير الإيجابي و القدرة على الإنجاز التحصيلي لدى الطلبة، بينما على العكس من ذلك فقد أظهرت عدم وجود إرتباط جوهري بين التفكير السلبي و قدرة الطلاب على الأداء التحصيلي . (بركات، 2006، ص 17)

• التعقيب على الدراسات السابقة:

من حيث مكان إجراء مكان الدراسة:

تختلف كل دراسة عن الأخرى من حيث زمان و مكان إجرائها فبالنسبة لمتغير الأمن النفسي أجريت في بلدان عربية مثل دراسة البدراني (2004) بجامعة الموصل ، أما دراسة العامري (1999) أجريت الدراسة في اليمن و دراسة جبر محمد جبر 1996 . و بالنسبة لدراسة الأجنبية هي دراسة أونز (1971) في أمريكا أما دراسة مباركي خديجة (2013) فكانت محلية بالأغواط و بالنسبة لمتغير التفكير الإيجابي :دراسة نصر الله (2008) وغانم (2005) فكانت بفلسطين و دراسة عوض (2009) في جامعة الأزهر، و دراسة جودهارت(1999) كانت أجنبية، و بالنسبة الدراسات التي أجريت في البيئة المحلية دراسة دعماش خديجة (2013) بجامعة الأغواط.

من حيث أدوات الدراسة:

لقد اختلفت بعض الدراسات من حيث نوع لأداة المستخدمة فقد إستخدمت بعض الدراسات حول متغير الأمن النفسي " إختبار ماسلو " كدراسة العامري (1999) و دراسة البدراني(2004) ، أما الدراسة الحالية فقد إستخدمت مقياس لأمن النفسي لـ " زينب شقير ."

و بالنسبة لمتغير التفكير الإيجابي فأغلبية الدراسة إستفادت من مقياس التفكير الإيجابي " لإبراهيم عبد الستار " مثال دراسة دعماش خديجة(2013) .

و الدراسة الحالية فقد إعتمدت على مقياس التفكير الإيجابي لإبراهيم عبد الستار.

من حيث نوع العينة:

هناك فرق واضح من حيث عدد أفراد العينة التي أجريت عليها الدراسات السابقة فقد كانت أكبر عينة في متغير الأمن النفسي هي دراسة العامري (1999) بحيث بلغت (840) طالب ثم دراسة البدراني (2004) بلغت العينة (830) ثم دراسة جبر محمد جبر (1996) إذ كان عدد أفرادها (342) ثم دراسة أونز (1971) بحيث بلغ عدد أفراد العينة إلى (150) و هي أصغر عينة في المتغير الأمن النفسي. أما بالنسبة لمتغير التفكير الإيجابي فكانت أكبر عينة هي دراسة عوض (2009) : (355) و قسمت إلى 174 طالب و 181 طالبة، ثم دراسة نصر الله (2008) بلغت (281) ثم دراسة جودهارت (1999) (151) ، و تكونت دراسة مباركي خديجة 2013 بـ 180 و بالنسبة لأصغر دراسة فكانت دراسة دعماش خديجة كان قوامها (127).

أما الدراسة الحالية فإختارت عينة الدراسة 100 تلميذ و تلميذة يدرسون في السنة الثالثة ثانوي ومن تخصصات مختلفة.

من حيث النتائج:

إختلفت نتائج الدراسة السابقة بإختلاف المتغيرات التي إرتبطت بمتغير الأمن النفسي أو المتغير التفكير الإيجابي.

ودراستنا الحالية تعتبر دراسة الأولى التي تجمع كلا من متغير الأمن النفسي و التفكير الإيجابي على حسب علم الباحثين.

الجانبة النظرية

- **ظاهرة كمية:** أي أن الأمن يوجد بمقدار و يمكن قياسه و يظهر على شكل سلوك أو طاقة و هذا ما جعل الحديث على مستويات الأمن النفسي معقولا، و هذا الفهم الكمي للأمن النفسي يوفر إمكانية التدخل العلمي على مستوى القياس الشخصي و العلاج.

- **ظاهرة إنسانية:** الأمن النفسي سمة يشترك فيها أبناء البشر مهما كانت مراحلهم العمرية أو مستوياتهم الإجتماعية الثقافية أو المعرفية بالتالي فهو سمة إنسانية .(بوضلة ، 2015 ، ص ص 18_19).

5- مكونات الامن النفسي :

ينطوي الإحساس بالأمن على مشاعر متعددة تستند إلى مدلولات متشابهة، فغياب القلق و الخوف المرضي و تبدد مظاهر التهديد و المخاطر على مكونات الشخصية من الداخل أو من الخارج، من إحساسه بالطمأنينة و الإستقرار الإنفعالي و المادي و درجات معقولة من القبول و التقبل في العلاقة مع مكونات البيئة النفسية و البشرية كلها مؤشرات تقابل وفق أدبيات علم النفس على مفهوم الأمن النفسي.(عبد المجيد، 2004، ص 247).

و بما أن الأمن النفسي عبارة عن حالة يشعر فيها المرء بتأمين إرضاء حاجته، إلى أن يكون محبوبا في الحاجة الإنفعالية النفسية التي تلح على طلب الإرضاء أكثر من الحاجات العضوية أو غير البيولوجية، حيث قسم الأمن النفسي إلى مكونين أساسيين:

- **مكون داخلي :** تتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات بمعنى قدرة المرء على حل الصراعات التي تواجهه و تحمل الأزمات و الحرمان.

- **مكون خارجي :** تتمثل في عملية التكيف الاجتماعي بمعنى قدرة المرء على التلاؤم مع البيئة الخارجية و التوفيق بين المطالب الغريزية و متطلبات العالم الخارجي و الأنا الأعلى.(جبر، 1996، ص32).

6- مؤشرات الأمن النفسي حسب ماسلو:

- الشعور بمحبة الآخرين و قبولهم و مودتهم.

- الشعور بالعالم ووطنا و الإلتناء و المكانة بين المجموعة.

الفصل الثاني : الأمن النفسي

تمهيد.

1. ماهية الامن النفسي.
2. أهمية الامن النفسي.
3. الامن النفسي في منظور إسلامي.
4. خصائص الامن النفسي.
5. مكونات الامن النفسي.
6. مؤشرات الامن النفسي.
7. مهددات الامن النفسي.
8. العوامل المؤثرة في الامن النفسي.
9. النظريات المفسرة للأمن النفسي.

خلاصة الفصل .

تمهيد:

الأمن النفسي مرتبط ارتباطا كبيرا بالإيمان بالله، لما له من شفاء النفس من أمراضها و تحقيق الطمأنينة و الهدوء و راحة البال، و الوقاية من الشعور بالقلق و الإصابة بالأمراض النفسية، حيث أن فقدان الإيمان بالله عزّ و جل يجعل الحياة خالية من المعاني السامية، و القيم الإنسانية النبيلة، و يفقد الإنسان الشعور برسالته الكبيرة في الحياة كخليفة الله تعالى في الأرض، فتضيع منه الرؤية الواضحة للأهداف الكبرى في الحياة و هي عبادة الله عز و جل و التقرب إليه، و مجاهدة النفس في سبيل بلوغ الكمال الإنساني الذي تتحقق له به السعادة بالدنيا و الآخرة.

و يعد الأمن النفسي مطلباً رئيسياً و ضرورياً لحياة الفرد و المجتمع فهو أحد أهم مقومات الحياة فلا يستطيع الفرد منا تحمل حياة الخوف و التهديد و الفزع و القلق لذا نسعى نحن البشر إلى محاربة هذه المخاوف بكل ما لنا من طاقة لننعم بحياة أفضل يسودها الاستقرار و الهدوء و الطمأنينة و السكون.

1- ماهية الامن النفسي:

- لغة : كما نجد في المعاني الجامع أن :أَمِنَ الرَّجُلُ :إِطْمَأَنَّ و لم يخف، و أَمِنَ الْبَلَدُ :إِطْمَأَنَّ أَهْلُهُ يعيش في أَمْنٍ :في طمأنينةٍ و يُسِر، أمان، اطمئنان من بعد خوف .

(معجم المعاني الجامع www.almaany.com).

-إصطلاحاً:

تعريف حامد زهران :هو الحاجة إلى الشعور بأن البيئة الاجتماعية صديقة، و شعور الفرد بأن الآخرين يحترمونه و يقبلونه داخل الجماعة، و هي من أهم الحاجات الاساسية اللازمة للنمو النفسي السوي و التوافق النفسي و الصحة النفسية، و يؤدي إشباع حاجات الفرد إلى تحقيق الامن النفسي.

(زهران، 1989، ص33) .

-أحمد عزت يرى أن الامن هو الشعور بالطمأنينة و راحة البال في أغلب الاحوال و الشعور بالرضا و السعادة، أي استمتاع الفرد بالحياة في عائلته و أسرته و أصدقائه. (راجح، 1968، ص513)

- قد عرفه "ماسلو" الأمن النفسي بأنه شعور الفرد بأنه محبوب متقبل من الآخرين له مكانة بينهم، يدرك أن بيئته صديقة ودودة غير محبطة يشعر فيها بندرة الخطر و التهديد و القلق.

(أقرع، 2005، ص14)

يرتبط الأمن النفسي بحالة الفرد العضوية و علاقاته الإجتماعية و مدى إشباعه لدوافعه الأولية و حاجاته الثانوية، و من ثم فهو حالة من التوافق الذاتي و التكيف الإجتماعي ثابتة، نسبيا تتأثر بحالة الفرد العضوية و العوامل الإجتماعية، و الإقتصادية و الثقافية المحيطة، و أيضا التنشئة الإجتماعية و شأن الأطفال في الأسرة و الأنشطة المدرسية، و حالة الفرد الجسمية و النفسية و المهارات التي يمتلكها، و الخبرات و المواقف التي يمر بها الفرد أو يتعرض لها و الخدمات التي تقدم له . (جبر، 1996، ص 81).

• من خلال التعريفات السابقة للأمن النفسي يتبين أنها تركز على:

- أن الأمن النفسي حالة من الطمأنينة النفسية و الإنفعالية.
- أن الأمن النفسي حالة من الطمأنينة و التوافق الذاتي.
- شعور الفرد أنه محبوب و متقبل من طرف الآخرين.
- أسلوب حياة الفرد و مدى إشباع حاجاته الفسيولوجية.
- شعور الفرد بالحماية من الأخطار.
- شعور الفرد بالأمان في المجتمع.(مباركي، 2013، ص 19).

2- أهمية الأمن النفسي للإنسان:

للأمن قيمة عظيمة، تتمثل في الدفاع الذي لا يعيش الإنسان إلا في ظلاله، و هو قرين وجوده و شقيق حياته، فلا يمكن مطلقا أن تقوم حياة إنسانية و تنهض بوظيفة الخلافة في الأرض، إلا إذا إقترنت تلك الحياة بأمن و رأفة، يستطيع الإنسان الحياة في ظله و توظيف ملكاته و إطلاق قدراته، و إستخدام معطيات الحياة من حوله لعمارة الحياة، و الإحساس بالأمن يسمح للإنسان أن يؤدي وظيفة الخلافة في الأرض و يطمئنه على نفسه و معاشه و أرزاقه، و أورد " الشريف "أن أهمية الأمن النفسي للإنسان تشمل الجوانب التالية:

أ -الثبات :و يؤدي إلى إستقرار النفس، فإذا كان الفرد مشوشا مضطربا خائفا فإن الثبات بعيدة المنال منه.

ب -البعد عن اليأس و الإحباط : و كلاهما مدمران للإنسان و الأمن النفسي كفيلا بأن يبتعد بالمرء عن هذين المرضين الخطيرين.

ج -تكامل الشخصية الإسلامية: و هذا الأمر مهم يجعل الفرد مطمئن طموح، كثير التفاؤل، ويشيع الأمن و الإطمئنان حوله.

د -الثقة الكاملة بمعية الله و نصره : واتقا بأن كل شيء بيد الله لم يصبه أي مكروه إلا بإذن الله، واتقا بنصر الله .(بن الصديق ، 2015 ، ص 23)

3- الأمن النفسي من منظور إسلامي:

إرتبط مفهوم الأمن و الطمأنينة و السكينة بمفهوم الإيمان و العمل الصالح و الإبتعاد عن الظلم يقول الله تعالى " :وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُمْ مِنْ بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْنًا يَعْبُدُونَنِي لَا يُشْرِكُونَ بِي شَيْئًا وَمَنْ كَفَرَ بَعْدَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ)"(سورة النور آية:55).

هذا و تعد الحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية و من أهم دوافع السلوك طوال الحياة ، و ترتبط هذه الحاجة إرتباطا وثيقا بغريزة المحافظة على البقاء.

و قد وضع الإسلام الحاجة إلى الأمن في مرتبة متقدمة، تلي حصول الفرد على حاجاته الأساسية، و هو بذلك سبق (ماسلو) بمئات السنين، يقول الله تعالى " :الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَأَمَّنَّهُمْ مِنْ خَوْفٍ".(سورة قريش آية:4)

و قد عرّف الطهراوي (2007): الأمن النفسي من منظور إسلامي بأنه :الوضع النفسي المريح للفرد، بفضل الله تعالى، المتمسم بالطمأنينة و الرضا و التحرر من القلق و المخاوف و بالعلاقات الإجتماعية المتزنة، كما أن الإيمان بالله تعالى و إتباع منهجه الذي رسمه للإنسان في القرآن و بيّنته السنة، هو السبيل الوحيد المخلص من الهم و القلق، حيث أن الطريق إلى الله هو الطريق إلى الأمن

النفسي حيث تم الإرتكاز و التأكيد على أن الإقبال على طريق الله هو الموصل إلى السكينة و الطمأنينة و الأمن.

و يقول **عديس**: إن الإسلام هو دين المحبة و الإخاء و دين التعامل العادل و الحسن المشبع بالنقاوة و الصفاء و دين القناعة و الرضا، و دين المساواة كفيل بأن يضفي على كل من يعتنق مبادئه و يسير بموجب تعاليمه الراحة النفسية و الطمأنينة الذاتية التي هي مطلب كل فرد فينا.

و هذه الطمأنينة لا تأتي إلا بإستعانة الإنسان بالخالق، وليس بسواه فهو الذي يحيي و هو الذي يميت و هو وحده الذي يرزق و هو بيده الأمر كله.

و من خلال الآراء السابقة التي تم عرضها يتضح أنها إتفقت جميعا في جانب واحد و هو أن الطريق إلى الله و الإيمان به هو الحصن الحصين للتمتع بأمن نفسي، و أن التقيد بتعاليم الإسلام بما فيها من عدل و مساواة و قناعة و رضا تجعل المجتمع آمنا مطمئنا. (أحمد ، د ت ، ص ص 19-20).

4- خصائص الامن النفسي:

الأمن النفسي ظاهرة تكاملية نفسية معرفية فلسفية إنسانية إجتماعية و كمية.

- **ظاهرة نفسية**: أي تستند إلى قدرة من الطاقة النفسية، يعبر عنه في مستويات الكبت و التوتر و السيطرة الإرادية و اللإرادية للإنفعالات و الإندفاعات الشخصية، قابل للقياس في ضوء محك الإنجاز.

- **ظاهرة معرفية فلسفية**: أي تتحدد بقيمة الأشياء و الموضوعات المهددة للذات و معانيها المعرفية، إن إتجاهاتنا السلبية و الإيجابية للذات و معانيها المعرفية الفلسفية للأفكار، تلعب دورا فاعلا لتحديد آثارها فمشاعر القلق و الخوف و الإحساس بالرغف بالقيمة الفلسفية التي تقوم بها أسباب تلك المشاعر. هناك فرق بين شخص يقوم الحياة تقويما عاليا و يعدها جديرة بأن تعاش، و بين آخر يعدها عبئا و غير جديرة أن تعاش.

- **ظاهرة إجتماعية**: يصعب الحديث عن الأمن النفسي للشخص دون هوية إجتماعية محددة، إذا أن العلاقة مع المجتمع ليست علاقة خارجية تفرضها بعيدة عن الذات هي علاقة تنطبق وفق التنشئة الإجتماعية في وجدان الفرد و خريطته المعرفية.

- **ظاهرة كمية:** أي أن الأمن يوجد بمقدار و يمكن قياسه و يظهر على شكل سلوك أو طاقة و هذا ما جعل الحديث على مستويات الأمن النفسي معقولا، و هذا الفهم الكمي للأمن النفسي يوفر إمكانية التدخل العلمي على مستوى القياس الشخصي و العلاج.

- **ظاهرة إنسانية:** الأمن النفسي سمة يشترك فيها أبناء البشر مهما كانت مراحلهم العمرية أو مستوياتهم الإجتماعية الثقافية أو المعرفية بالتالي فهو سمة إنسانية .(بوضلة ، 2015 ، ص ص 18_19).

5- مكونات الامن النفسي :

ينطوي الإحساس بالأمن على مشاعر متعددة تستند إلى مدلولات متشابهة، فغياب القلق و الخوف المرضي و تبدد مظاهر التهديد و المخاطر على مكونات الشخصية من الداخل أو من الخارج، من إحساسه بالطمأنينة و الإستقرار الإنفعالي و المادي و درجات معقولة من القبول و التقبل في العلاقة مع مكونات البيئة النفسية و البشرية كلها مؤشرات تقابل وفق أدبيات علم النفس على مفهوم الأمن النفسي.(عبد المجيد، 2004، ص 247).

و بما أن الأمن النفسي عبارة عن حالة يشعر فيها المرء بتأمين إرضاء حاجته، إلى أن يكون محبوبا في الحاجة الإنفعالية النفسية التي تلح على طلب الإرضاء أكثر من الحاجات العضوية أو غير البيولوجية، حيث قسم الأمن النفسي إلى مكونين أساسيين:

- **مكون داخلي :** تتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات بمعنى قدرة المرء على حل الصراعات التي تواجهه و تحمل الأزمات و الحرمان.

- **مكون خارجي :** تتمثل في عملية التكيف الاجتماعي بمعنى قدرة المرء على التلاؤم مع البيئة الخارجية و التوفيق بين المطالب الغريزية و متطلبات العالم الخارجي و الأنا الأعلى.(جبر، 1996، ص 32).

6- مؤشرات الأمن النفسي حسب ماسلو:

- الشعور بمحبة الآخرين و قبولهم و مودتهم.

- الشعور بالعالم ووطنا و الإلتناء و المكانة بين المجموعة.

- مشاعر الأمان و ندرة مشاعر القلق و التهديد.
 - إدراك العالم و الحياة بدفء، حيث يستطيع الناس العيش بأخوة و سعادة.
 - إدراك البشر بصفاتهم الخيرة من حيث الجوهر، و بصفاتهم ودودين و خيرين.
 - مشاعر الصداقة و الألفة نحو الآخرين، حيث التسامح و قلة العدوانية و مشاعر المودة مع الآخرين.
 - الإتجاه نحو توقع الخير و الإحساس بالتفاؤل بشكل عام.
 - الميل إلى السعادة و القناعة.
 - مشاعر الهدوء و الراحة و الإسترخاء و إنتفاء الصراع و الإستقرار الإنفعالي.
 - الميل إلى الإنطلاق من خارج الذات، و القدرة على التفاعل مع العالم و مشكلاته بموضوعية، دون التمركز حول الذات.
 - تقبل الذات و التسامح معها و تفهم الإندفاعات الشخصية.
 - الرغبة في إمتلاك القوة و الكفاية في مواجهة المشكلات بدلا من الرغبة في السيطرة على الآخرين و الحزم و الإيجابية أساس طيب لتقدير الذات و الإحساس بالقوة.
 - الخلو النسبي من الإضطرابات العصابية و الذهانية و القدرة المنظمة في مواجهة الواقع.
 - الإهتمامات الإجتماعية و بروز التعاون و اللطف و الإهتمام بالآخرين.
 - إذ تتضح النظرة الشاملة لماسلو للحاجة للأمن، و التي تمتد لتشمل جميع مناحي حياة الفرد .
- (مباركي، 2013، ص ص 22 - 23).

7- مهددات الأمن النفسي:**1-7 الخطر أو التهديد بالخطر:**

إن الخطر أو التهديد به يثير الخوف و القلق لدى الفرد بشكل خاص و الجماعة بشكل عام، و يجعله أكثر حاجة إلى الشعور بالأمن من جانبه، و من جانب المسؤولين عن درء هذا الخطر، و كلما زاد الخطر و التهديد، كلما إستوجب زيادة تماسك الجماعة لمواجهته.

2-7 الأمراض الخطيرة:

يصاب الإنسان بالعديد من الإمراض التي يكون سببها متعلق بالوراثة أو العدوى أو بالمؤثرات البيئية المحيطة بالفرد، و منها السكري و السرطان، و أمراض القلب حيث يصاحبها في كثير من الأحيان توتر وقلق مرتفع و إكتئاب و شعور عام بعدم الامن.

3-7 الإعاقة الجسمية:

حيث نقص الأمن و العصابية تكون أوضح عند المعوقين جسما منها عند العاديين.

(اقرع، 2005، ص ص 30- 29).

8- العوامل المؤثرة في الأمن النفسي:**1-8 الوراثة مقابل البيئة:**

لقد أوضح (كاتل) أن هناك تأثيرا للوراثة على بعض السمات من خلال بعض الدراسات التي قام بإجرائها، في حين ترجع سمات أخرى لعامل البيئة أكثر من الوراثة، و أشار إلى أن عاملي الوراثة و البيئة يعملان معا على تقوية أو إضعاف بعض السمات، و في نفس الوقت قد يتعارض دور البيئة مع دور الوراثة في التأثير على بعض السمات.

و إعتبر (سعد 1998) أنه لا يمكن الحديث عن الوراثة في إطار الإضطرابات الإنفعالية دون إستخدام كلمات أو مفاهيم تشير إلى عدم توافر الثقة الكاملة في النتائج التي تم الإطلاع عليها في أدبيات الوراثة، و إكتفى بالإشارة إلى أن الوثوق في وراثة مظاهر الإنفعالية مازال في ضوء التجريب، و هذا يدل على أن تأثير البيئة في الشعور بالأمن النفسي لها الأثر الأكبر، و هناك العديد من العوامل البيئية المادية و العضوية المختلفة و التي تتمثل في بعض الظواهر الطبيعية و المناخية كالعواصف و البراكين و الأعاصير و الزلازل و غير ذلك، التي تهدد حياة الإنسان و بقاءه، و كذلك بعض عناصر البيئة الإقتصادية و السياسية تشكل أيضا مثل هذا التهديد، كما هو الحال في الحروب و عدم الإستقرار الإقتصادي و تزايد احتمالات التعرض للأخطار و الحوادث و موجات الإجرام و الفوضى و الأزمات و الإنهيار الإجتماعي التي قد تتعرض له بعض المجتمعات في بعض الظروف.

و في ضوء ما سبق يرى الباحث أن عامل البيئة و الوراثة يتداخلان معا و بالتوازي في تحقيق الأمن النفسي عند الفرد. (شحدة، 2013، ص ص 29-30).

8-2 التنشئة الإجتماعية:

أشار " حامد عبد السلام زهران " على أن مهمة توفير الأمن النفسي للفرد و الذي يعتبر من المتطلبات الأساسية للصحة النفسية و التي يحتاج إليها الفرد كي يتمتع بشخصية إيجابية متزنة منتجة تقع على عاتق الأسرة، و يؤكد على أن إدراك الطفل إتجاهات والديه نحوه يعتبر من العوامل المهمة في تكيفه و نموه و شعوره بالأمن . (زهران، 1977، ص 410).

و إن لخبرات الطفولة دورا هاما في نمو الشعور بالأمن لدى الفرد و ذلك إستنادا لما أشار إليه فريق من العلماء، و من البحوث التي أكدت أثر خبرات الطفولة على تنمية مشاعر الأمن قام به (ميوشن) و آخرون حيث إتضح أن الذين لم يحصلوا على عطف أسري كاف كانوا أقل أمنا، و أقل ثقة بالنفس، و أكثر قلقا، و أقل توافقا من أولئك الذين يحصلون على عطف أسري، كما أكد (محمود عطا حسين علي) أن أساليب التنشئة الإجتماعية، و العلاقات الأسرية القائمة على الإحترام المتبادل، و أساليب التعامل، القائمة على تفهم الطفل و تقبله و إشعاره أنه مرغوب فيه، و أساليب الرعاية المتزنة دون إهمال أو نقص تعد شروطا أساسية للطمأنينة الإنفعالية عند الاطفال.

كما أكد (عبد السلام) على أهمية دور التنشئة الإجتماعية حيث فسر حالة الأمن النفسي بأنه الإحساس بالطمأنينة الإنفعالية، و تمتع الفرد بها نتيجة لعمليات التفاعل الإجتماعي بين الفرد، والبيئة الإجتماعية التي يعيش بها. (بن الصديق، 2015، ص ص 35-36).

9- النظريات المفسرة للأمن النفسي:

يختلف مفهوم الأمن النفسي باختلاف الإتجاهات النفسية لكل نظرية من النظريات و التي سنعرضها على النحو التالي:

9-1 نظرية التحليل النفسي :

يرى (سيغموند فرويد) أن هناك بناءات للشخصية و تتمثل في :

- الشعور : و يمثل الجزء الواعي من العقل، و يشمل الجزء الأكبر من "الأنا" العمليات العقلية الواعية.
- ما قبل الشعور: و يحوي تلك الخبرات التي لا تكون في مركز الوعي إلا أنه يمكن إسترجاعها بشيء من الجهد و أيضا الخبرات في طريقها إلى الكبت.

- اللاشعور : يعد الجزء الأهم من وجهة نظر فرويد، حيث يمثل الجزء الأعمق من العقل و البعيد عن الوعي حيث تكون محتوياته لاشعورية و عادة ما ترتبط بالرغبات بالأحداث الماضية و التي ترتبط عادة بالمركبات الأدبية المرتبطة بالجن و العدوان، التي حولت عن طريق ميكانيزمات الدفاع" الكبت" من حيز الوعي إلى حيز اللاوعي أو اللاشعور، و بذلك فإن الفرد يولد مزودا بغرائز و دوافع معينة، و إن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات تعقبها إشاعات أو إحباطات و عليه فإن الفرد في صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يقبلها المجتمع من جهة و المطالب الإجتماعية من جهة أخرى، و نذكر:

• الدوافع الأولى: تمثل دوافع الحياة و البقاء و يتبلور حول الدوافع الجنسية.

• الدوافع الثانية: تمثل دوافع الموت و يتبلور حول الدوافع العدوانية.

و العلاقة بين هذه الدوافع هي علاقة صراع و ليست علاقة إنسجام، و الإنسان الذي يكون بإستطاعته أن يحب و أن يعمل، و من ذلك نرى أن محور التوافق النفسي عند أصحاب هذه النظرية

يهمل دور الفرد في الجماعة كما أنه يبعد الفرد عن إنسانيته و يجعله عبد لإشباع حاجاته، و يسلب الفرد إرادته فيجعل سلوكه مقترنا باستجابة تتعدل وفق متغيرات خارجية.

نرى في الأخير أن هذه النظرية (نظرية التحليل النفسي) أن هناك صراع غريزي بين الأنا الذي هو بمثابة المراقب و مُطالب الهو، و الأنا الاعلى و الذي يتمثل في الضمير، مما يؤدي إلى إنعدام الشعور بالأمن النفسي، حيث أنه كي يتحقق الشعور بالأمن النفسي فإنه على الأنا أن يوفق بين مطالب الهو و الأنا الأعلى، و بذلك فإن الشعور بالأمن النفسي يتحقق من خلال الإنسجام بين الهو، و الأنا و الأنا الأعلى. (كداد، 2014 ، ص ص 19-20).

9-2 نظرية التعلم الاجتماعي: (ألبرت بان دورا)

تؤكد هذه النظرية على التفاعل الحتمي المتبادل و المستمر للسلوك و المعرفة و التأثيرات البيئية، و ظهرت هذه النظرية على يد العالم "ألبرت بان دورا" الشهير في علم النفس و هو الأمريكي بجامعة ستانفورد، و يرى أن سلوك الإنسان محدداته الشخصية و البيئية تشكل نظاما متشابكا من التأثيرات المتبادلة من خلال السلوك ذو الدلالة.

و نتوصل إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي ترى مفهوم الأمن النفسي هو سلوك متعلم و ذلك بتعلم الأطفال من آبائهم فهي تتصور كل سلوك متعلم عن طريق التعلم بالملاحظة، أي بملاحظة المحيطين بهم، فإذا كانت الأسرة و الوالدين يعيشون في إستقرار و أمان فإن الأطفال يتعلمون الأمن النفسي عن طريقهم و إذا كانوا يشعرون بالتهديد و الخطر فإنهم يستعملون هذا السلوك و منه يشعرون بعدم الأمان أي أن شعور الأمن النفسي سلوك متعلم يتعلمه فرد عن أفراد آخرين . (بن ساسي، 2013 ، ص 154).

9-3 نظرية الحاجات، ماسلو: Maslow

تقوم هذه النظرية على أساس أن الإنسان لديه رغبات يسعى لإشباعها حسب التسلسل الهرمي حيث أنه رتب الحاجات وفقا للتالي: الحاجات الفسيولوجية، الحاجة إلى الأمن، الحاجة للحب و الإنتماء، الحاجة لتقدير الذات، الحاجة لتحقيق الذات.

إفترض " ماسلو " أن هذه الحاجات مرتبة ترتيبا هرميا على أساس أسبقيتها و إلحاحها أو على أساس قوتها رغم أنها كلها حاجات فطرية فإن بعضها أقوى من البعض الآخر، حيث أنه كلما إنخفضت الحاجات في التنظيم الهرمي كانت أكثر قوة و كلما إرتفعت كانت أضعف، و قد وضع " ماسلو " الحاجة إلى الأمن تلي الحاجة الفسيولوجية مباشرة نظرا لأهمية هذه الحاجة كدوافع مسيطرة، كما هو موضح في الشكل التالي:

التسلسل الهرمي عند " ماسلو "



الشكل (1) يوضح التسلسل الهرمي عند " ماسلو "

(كداد، 2014، ص ص، 21-22).

أ-المستوى الاول: الحاجات الفسيولوجية: و هي الحاجات الضرورية و التي لا يمكن للإنسان العيش بدونها و التي تعمل على الحفاظ على الفرد و من أمثلتها الحاجة إلى الطعام و الشراب و الراحة و النوم و هي أكثر الحاجات إلحاحا في الإشباع ، و إشباعها ضمان الصحة النفسية و الجسمية .

(الفرماوي، 2008، ص 12).

ب-المستوى الثاني: الحاجة للأمن: تظهر الحاجة إلى الأمن و تتضمن شعور الفرد بالطمأنينة، و الإستقرار و الحماية، و النظام و التحرر من الخوف و القلق، و الحاجة إلى الأمن هي محرك الفرد

لتحقيق أمنه، و هي ترتبط بغريزة البقاء، و تتضمن الحاجة إلى الأمن شعور الفرد بأن بيئته صديقه و مشبعة للحاجات و بأن الآخرين يحبونه و يتقبلونه داخل الجماعة .(الخالدي،2008 ، ص191).

ج-المستوى الثالث: الحاجة إلى الحب و الإنتماء :كما هو معروف أن الإنسان كائن إجتماعي، لذا فعندما يكون هناك توافر للحاجات الفسيولوجية و حاجات للأمان تبرز حاجات الإنسان إلى الإرتباط بالأصدقاء و الجماعات التي توفر له الإنتماء و الحب المتبادل.

د-المستوى الرابع: الحاجة لتقدير الذات (حاجات الإحترام و التقدير): في هذه المرحلة يسعى الفرد إلى الإعتزاز بنفسه و تكوين الثقة بنفسه و الإعتزاز بالعمل الذي يؤديه بكفاءة و إحترام الآخرين له و المكانة الإجتماعية العالية التي يمكن تحقيقها في مجال العمل من خلال الوصول إلى وظائف و مواقع مرموقة .
(بن الصديق ،2015 ، ص ص 45-46).

و-المستوى الخامس: الحاجة تحقيق الذات :في هذه المرحلة يسعى الإنسان لأن يتميز عن غيره بأعمال مجتمعه و يحاول أن يكون وضعه ذا خصوصية و تحقيق شهرة أعلى أو مستوى معيناً و ذلك من خلال إستغلال الظروف المتوفرة له و إمكانياته الذاتية، و يتصف من يسعون لتحقيق هذه الحاجة بإستعدادهم للحصول عليها مهما واجهتهم من صعاب .(كداد،2014 ، ص23).

نستخلص من النظرية الإنسانية "لما سلو" على أنها تقوم على تحقيق الفرد لذاته و ذلك من خلال إشباع رغباته حسب التسلسل الهرمي الذي يقوم على أساس إلحاحها و أسبقيتها بدءاً من الحاجات الفسيولوجية وصولاً لحاجات تحقيق الذات و الفرد الذي يشعر بالتهديد و العجز عن عدم إستطاعته إشباع حاجاته و مواجهة مشكلاته و هذا ما يؤدي إلى فقدان الأمن النفسي.

خلاصة الفصل:

نتوصل في آخر الفصل إلى أن الأمن النفسي يتحقق من خلال الشعور بالحب و التقبل والانتماء والشعور بالسلامة ودم التهديد، و يرى الباحثان أن الإسلام سبق جميع النظريات التي فسرت الأمن النفسي، ومن خلال ما تطرق إليه من آيات قرآنية و أحاديث شريفة توضح و تؤكد حقيقة هذه الأمور .

الفصل الثالث: التفكير الايجابي

تمهيد:

1. ماهية التفكير الايجابي.
2. أهمية التفكير الايجابي.
3. أبعاد التفكير الايجابي.
4. أساليب فاعلة في تعزيز التفكير الايجابي.
5. العوامل المؤثرة في التفكير الايجابي.
6. الوصايا العشرة للتفكير الايجابي.
7. وجهات النظر حول التفكير الايجابي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

إن التفكير الأداة الحقيقية التي يواجه بها الإنسان متغيرات العصر، و من خلال التفكير تتكون معتقدات الفرد و ميوله. و التفكير الإيجابي من السمات الإيجابية التي يفضل أن يتصف بها الفرد فهي تمكنه من التعامل مع المواقف الصعبة بفعالية أعلى على سعيد الحياة الشخصية و البيئة الوظيفية.

و يعتبر التفكير الإيجابي جسر العبور نحو النجاح، فعندما نتصف أفكار الفرد بالإيجابية فإن بإمكانه اكتساب مهارات جديدة لتحسين فعاليته.

و من هنا سنعرض في هذا الفصل ماهية التفكير الإيجابي و أهميته و أبعاده و بعض الأساليب الفاعلة في تعزيز التفكير الإيجابي.

1 - ماهية التفكير الإيجابي :

فكر في الأمر، يفكر، فكرا، أعمل عقله فيه و رتب بعض ما يعلم ليصل به إلى المجهول و فكر مبالغة فكر، و التفكير إعمال العقل في مشكلة للتوصل إلى حلها و هذا قصد للتفكير على نوع من أنواعه، و هو حل المشكلات. (دعماش، 2016، ص 156)

يعرفه محمد جهاد جمل (2001) :التفكير بأنه نشاط يستطيع من خلاله الفرد فهم موضوع أو موقف معين أو على الأقل فهم بعض مظاهر هذا الموقف أو ذلك الموضوع.(النجار، 2015، ص 110).

إن التفكير الإيجابي هو عبارة عن مجموعة من العمليات العقلية و النفسية و الإجتماعية التي يقوم بها الفرد من فهم و إستعاب و محاكمة و إستدلال، و تذكر و إسترجاع، و هي تدور عادة حول موضوع ما، بشكل مترابط و متناسق، و بتسلسل منطقي معقول . (العبيدي، 2013، ص 131).

تعرفه دعماش خديجة (2016) : أنه قدرة فطرية توجد بدرجات متفاوتة عند البشر، كما أنها مهارة يمكن تعلمها و إكتسابها، و هو إستخدام الجوانب الإيجابية و التحكم فيها لتحقيق الذات و بلوغ الأهداف كما أنه مجموعة من الإستراتيجيات الإيجابية في الشخصية التي من شأنها أن تقود إلى النجاح و السعادة و طيب الحياة. (دعماش، 2016، ص 157).

تعريف آخر: هو إستراتيجيات إيجابية في الشخصية، و أنه الميل و الرغبة و النزعة لممارسة سلوكيات أو تصرفات تجعل حياة الفرد ناجحة و تقوده إلى أن يكون إنسانا إيجابيا. (السر، 2014 ، ص20)

تعريف **أماني سعيدة إبراهيم (2005)** : بأنه قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره و معتقداته، و التحكم فيها، و توجيهها تجاه تحقيق ما توقعه من النتائج الناجحة، و تدعيم حل المشكلات، و من خلال تكوين أنظمة و أنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي تسعى إلى الوصول لحل المشكلة، أو أن التفكير الإيجابي يمثل الأنشطة و الأساليب التي يستخدمها الفرد لمعالجة المشكلات بإستخدام قناعات عقلية بناءة، و بإستخدام إستراتيجيات القيادة الذاتية للتفكير و لتدعيم ثقة الفرد في النجاح من خلال تكوين أنظمة و أنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي. (العززي، د.ت، ص5).

2- أهمية التفكير الإيجابي:

يسعى الإنسان مهما كان عمره، و مهما كان الزمان أو المكان الذي يعيش فيه إلى أن تكون حياته و حياة من حوله مليئة بالسعادة و الرفاهية و النجاح المتواصل في شتى مجالات الحياة، و لذلك يحاول جاهدا أن يجلب لنفسه و لغيره الخير و المصالح المادية و المعنوية و أن يدفع عن نفسه الضرر و المفسد، و إنّ مما يمكّن الإنسان من الوصول إلى مراده أن يقوم بادئ بدء بتحسين مستوياته الفكرية و ذلك بتبني منهج فكري سليم عن نفسه و عن مجتمعه و عن الحياة بصفة عامة، و أن يدرّب نفسه على التخلي عن الأفكار السلبية التي تحد من قدراته، و التي تضع جهوده في سبيل تحقيق ما يصبو إليه من أهداف في حياته.

و من هنا ندرك أهمية التفكير الايجابي فالإنسان يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره فإذا أخترت أن تفكر بإيجابية تستطيع أن تزيل الكثير من المشاعر الغير مرغوب بها و التي ربما تعيفك من تحقيق الافضل لنفسك.

و يرتبط الاتجاه العقلي الإيجابي إرتباطا وثيقا بالنجاح في كل مجال من مجالات الحياة، و إن معرفتنا لتفاعل العقل الواعي و العقل الباطن تجعل الإنسان قادرا على تحويل حياته كلها، و الطريقة التي يستخدم بها الإنسان عقله و هو الوسيلة التي يفكر بها الإنسان و يتصورها في عقله.

و صدق الله العظيم حيث يقول " إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم" .

(الرقيب، 2008، ص ص 5-6) .

3- أبعاد التفكير الإيجابي:

1-3 التوقعات الإيجابية و التفاؤل :أي التوقعات الإيجابية بتحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص فضلا عن زيادة مستوى التفاؤل و ما يتوقعه من نتائج إيجابية في حياتنا.

2-3 الضبط الإنفعالي و التحكم في العمليات العقلية العليا :مهارات الشخص في توجيه إنتباهه و ذكرياته و قدراته على التخيل في إتجاهات سليمة و مفيدة تتلاءم مع متطلبات الصحة النفسية.

3-3 حب التعلم و التفتح المعرفي الصحي :الإهتمام بالمعرفة و حب التعلم و المعرفة بما هو جديد و ملائم لتحقيق الصحة النفسية، و يهتم أصحاب هذا النمط أيضا بالنظرة الإيجابية.

4-3 الشعور العام بالرضا :الشعور العام بالرضا عن النفس و السعادة بتحقيق الأهداف العامة في الحياة بما في ذلك مستوى المعيشة و الإنجاز و التعليم.

5-3 التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين :تبني أفكار و سلوكيات إجتماعية تدل على تفهم الاختلاف بين الناس و أننا مطالبين بتشجيع الاختلاف و النظر له بمنظور إيجابي.

(شيببي، 2015، ص 26) .

6-3 السماحة والأريحية :هي كل ما نبنيه من معتقدات متسامحة عما مررنا به من خبرات ماضية أو آلام نفسية إرتبطت بأحداث ماضية.

أن نتقبل الواقع و ما فيه من تحديات دون أن تغفل عما به من أمور مستحيلة لا يمكن تغييرها.

7-3 الذكاء الوجداني :يقصد به مجموعة من الصفات الشخصية و المهارات الإجتماعية و الوجدانية التي تمكن الشخص من تفهم مشاعر و انفعالات الآخرين.

3-8 تقبل غير مشروط للذات: تقبل الذات يعني الرضا بما تملك من إمكانيات و تجنب عدم تحقير الذات أمام الآخرين بهدف الحصول على إنتباههم أو عطفهم أو مجرد لفت الأنظار، و يجب تقبل ذاتك و تعرف على قيمتها.

3-9 المجازفة الإيجابية: يتسم الإيجابيون بقدرات أعلى من حيث حب الإستطلاع و الرغبة في إكتشاف المجهول و تقبل الغموض، و لديهم القدرة على إتخاذ القرارات الإيجابية الفعالة و المجازفة المحسوبة.

3-10 تقبل المسؤولية الشخصية: الإيجابيون من الناس لا يتحججون بقلة الوقت و لا يلقون الأعذار على غيرهم و لديهم الشجاعة مالهم أن يتحملوا مسؤوليتهم بلا تردد و بالتالي فمثل هؤلاء، هم النماذج الجميلة التي تتجح و تساعد الآخرين على النجاح. (إبراهيم، 2011، ص ص396 - 400).

4 -أساليب فاعلة في تعزيز التفكير الإيجابي:

لتعزيز منهاج التفكير الإيجابي لا بد للمعلم أن يستخدم أساليب تربية فاعلة، و يمكن إجمال أبرزها كما جاء في الكتاب و السنة على النحو التالي:

4-1 الحوار الفعال:

يعد الحوار وسيلة لإثارة التفكير و إنمائه، وإتخذ القرآن و الحديث النبوي من الحوار طريقة لتعليم المسلم و توجيهه، و غرس العقائد الصحيحة.

و في كثير من المواقف كان " الرسول صلى الله عليه وسلم" يستخدم هذا الأسلوب و هدفه من ذلك تربية النفوس على الحق و على الأخلاق الفاضلة، و من ذلك " عن أبي هريرة: أن رجلا أتى النبي صلى الله عليه وسلم، فقال: يا رسول الله، ولد لي غلام أسود، فقال: "هل لك من إبل؟" قال: نعم، قال: ما ألوانها" قال: حُمْر، قال: "هل فيها من أوزق؟" قال: نعم" فأنى ذلك؟" قال لعلّه نَزَعُهُ عِرْقٌ" قال: ففعلّ إبنك هذا نزعهُ"، البخاري.

4-2 ضرب الأمثال:

وقد أراد الله من ضرب الأمثال إفادة العقل ليصل إلى الغاية العظمى قال عز وجل: "أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ (24) تُؤْتِي أُكْلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ) إبراهيم: (الآية: 24-25) (

لم تقتصر الامثال القرآنية على إرواء الحاجة الانسانية الملحة إلى البرهان و الجدل، بل عملت على توجيه هذه الحاجة و تربية الانسان على أن يجادل في سبيل الوصول إلى الحق.

(السر، 2014، ص ص 39-42).

4-3 أسلوب التعلم بالاستكشاف:

إن أسلوب التعلم و الاستكشاف من الاساليب التي تعامل بها القرآن مع العقل المتسائل، فلم تكن هناك إجابة مباشرة للسؤال الذي يمكن لصاحبه الاجابة عليه من خلال أعمال عقله فيما تنقله حواسه، حيث إن هذا الاسلوب يسهم في تنمية مهارات التفكير العلمي لدى الطلاب إذ يستند هذا الاسلوب على إعطاء الطالب دورا نشطا في عملية التعليم من أجل اكتشاف المعلومة و ذلك عن طريق إثارة تفكيره، و تفاعله معها بدلا من تلقينه إياها.

4-4 التساؤل :

التساؤل من مميزات أسلوب القرآن و من الشواهد على ذلك السؤال الموجه من قبل الناس الى الرسول: يقول تعالى: "يَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ قُلْ مَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ خَيْرٍ فَلِلْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِينَ وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَأَبْنِ السَّبِيلِ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ" (البقرة: الآية 215)

و المعنى يسألونك أي شيء ينفقون و فيها سأل الصحابة الرسول حتى يعلموا، فالسؤال طريق العلم.

4-5 أسلوب التعلم التعاوني:

و لقد حث عزّ وجل على هذا النمط من التعلم التعاوني و من ذلك قوله تعالى: "وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى" (المائدة: الآية 2).

و معنى الآية :أي ليعن بعضكم بعضا، و تحاثوا على أمر الله تعالى، و إعملوا به، و إنتهوا عما نهى الله عنه، و امتنعوا عنه.

و قد كشفت الدراسات عن فوائد التعلم التعاوني، و التي منها تطوير مستويات التفكير العليا و تنمية مهاراته.(السر،2014، ص ص43-45).

4-6 أسلوب التشجيع و التحفيز:

إن التحفيز و التشجيع هو منهج رباني ورد ذكره في العديد من آيات القرآن الكريم و هو من أصول التربية قديما و حديثا و هو سر التميز و الإرتقاء.

لقد حث عليه ديننا الحنيف لما له من تناغم مع طبيعة النفس البشرية التي ترنو إلى حب التشجيع وتتأثر بالترغيب و الترهيب و المكافأة و الجزاء، و من فضائل ديننا الحنيف أنه يربط ذلك بدفع الناس إلى الخير و إجادة أي عمل يقومون به و تحذيرهم من الكسل و الفشل يقول الله تعالى في كتابه الكريم : "وَأَمَّا مَنْ أَمَّنْ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُ جَزَاءٌ الْحُسْنَىٰ وَسَنَقُولُ لَهُ مِنْ أَمْرِنَا يُسْرًا . " (الكهف :الآية 88).

4-7 أسلوب الموعظة و الارشاد:

الموعظة في المفهوم التربوي هي النصيحة بعمل الخير، و اجتناب الشر بأسلوب يرق القلب، و يلهب العاطفة، و يبعث على الاحسان في القول و العمل فانه سبحانه و تعالى يحث نبيه الكريم، على التوكل على الله، و الاكتفاء به حسيبا" فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ " (التوبة :الآية 129).

و يتبين أن التفكير الإيجابي هو عبارة عن منظومة تتكون من عدة عناصر و المقومات" مهارات و إتجاهات" ذات العلاقة التكاملية الثانوية، لتعزيز مناهج التفكير الإيجابي، ثم إستخدام أساليب تربوية فاعلة يفترض أن يلم بها، المعلم و يتقن استخدامها مع طلبته، كما جاء في الآيات الكريمة و الأحاديث النبوية الشريفة . (السر،2014، ص ص45-47).

5-العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي:

هناك عدة عوامل تؤثر في التفكير بشكل عام، و عملية التفكير الايجابي بشكل خاص، لأنّ جميع المشاعر و المعتقدات و المعارف تبنى أساسا على الأفكار الموجودة في داخل العقل سواء ما كان منها في الشعور أو اللاشعور الكامن داخليا، و أهم هذه العوامل ما يلي:

- النظرة الشاملة و التحرك بالمحيط الشامل.
 - الضبط بشكل عام و الالتزام بالمشاركة في العمل، و الضبط الداخلي بالخصوص عند المرء.
 - البنية الدماغية و طبيعة الجينات الوراثية في هذه البنى العقلية.
 - الإنتباه و الممارسة الواعية و تشجيع الاكتشاف.
 - التنشئة الاجتماعية و الاسرية و مستوى البيئة الثقافة في محيط الفرد.
 - إستخدام المهارة الذاتية في إعادة التنظيم الإستراتيجي للتفكير.
 - إمتلاك الفرد لمفهوم ذاتي إيجابي يجعله أكثر ميلا للارتباط بالأفكار المتنوعة و المخالفة لوجهات نظر الآخرين، أما الذي يتبنى مفهوما ذاتيا سلبيا فهو غير آمن، و غير مطمئن و أقل ميلا لتحدي الافكار.
 - قدرة الفرد على الاستيعاب اللفظي و تنظيم الافكار و التنظيم الادراكي.
 - تطوير مهارات ثانوية لمهارة التفكير الايجابي و استغلال الجهد المبذول في عملية التفكير الايجابي .
- (علة، 2016 ، ص132).

6- الوصايا العشرة للتفكير الإيجابي:

تتمثل هذه الوصايا حسب الفقي في:

- 1- الرغبة المشعلة.
- 2- القرار القاطع.
- 3- الإهتمامات الشخصية و النشاطات اليومية.
- 4- السكون و التأمل اليومي.
- 5- التنمية الذاتية.
- 6- التأكيدات المتضامنة.
- 7- الوقت الإيجابي.
- 8- تحديد الأهداف.
- 9- الإدراك الواعي.
- 10- تحمل المسؤولية كاملة . (الفقي، 2007، ص 22).

7 - وجهات النظر حول التفكير الايجابي:

7-1 نظرية فرويد :حيث يرى أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة و أن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، و العقدة النفسية ارتباط وجداني سلبي شديد التعقد و التماسك حيال موضوع ما من الموضوعات الخارجية أو الداخلية، فالفرد متفائل إذا لم تقع في حياته حوادث تجعل نشوء العقدة النفسية لديه أمرا ممكنا أي الذي يشبع بشكل مفرط في طفولته سيكون عرضة للتفاؤل المفرط و الاعتماد على الآخرين أما إذا أحبطت اللذة فإن الشخصية ستتم بالسلوك الذي يميل إلى إثارة الجدل و التناقض الوجداني.(.الشيبى، 2015، ص87).

7-2 المنظور المعرفي: و تقوم المدرسة المعرفية على فكرة القائلة بأن ما يفكر فيه الناس و ما يقولونه عن أنفسهم و كذلك اتجاهاتهم و آرائهم و مثلهم، إنما هي أمور مهمة و ذات صلة وثيقة بسلوكهم الصحيح و المريض و من بين النماذج ما يلي:

-ألبرت أليس: حيث يرى أن التفكير و الانفعال الانسانيين ليسا بعلميتين متباينتين و إنما يتداخلان بصورة ذات دلالة، و أن المعرفة و العاطفة يرتبطان على نحو وثيق جدا و أن السيطرة على أفكار الفرد هو توفير السيطرة على عواطفه.

-نموذج كير كجارد (2005) حيث قسم التفكير الايجابي إلى ثلاث مجموعات متشابكة هي:

أ -المعرفة الداخلية: و ذلك أن ما يقود عملية الفكر الداخلية إلى فعل خارجي، هو امتلاك الفرد غرض ما يحكمه و يقود عملية صفيحة فكره اليومية، و أن معرفته الداخلية تبقى مركزا على الهدف، و مع الهدف يجئ الغرض.

ب -الايمان: و يعرف بأنه امتلاك ثقة و اعتقاد في ظاهرة بدون دليل تجريبي فالمفكر الايجابي عنده ثقة في الطبيعة و العالم و الإلهي، و الروحانية هي تجربة الشخصية لشيء مقدس و يشق الناس في أغلب الاحيان الاحساس بالغرض و المعنى من إيمانهم.

ج -العلاقات الشخصية المؤثرة: بحيث التفكير الايجابي مدعوم عبر علاقة الفرد بنفسه و بالله و بالمقربين سواء كانوا أقرباء أو أصدقاء .

- سيلجمان مارتن : حيث افترض أنه إذا كنت تفكر أفكارا إيجابية، فإن حياتك ستصبح إيجابية آليا و إذا كنت تريد الفوز فإنه يجب عليك أن تتصرف كالفائز، و لهذا يمكن القول أن النظرية تقوم على الايحاء الذاتي، إذ أنك إذا أردت شيئا فإنك يجب أن تعتقد داخليا بأنه يمكنك أن تحصل عليه.

7-3 المنظور الانساني: من منظري التيار الانساني " ماسلو و روجرز "يؤكدان على الطبيعة الانسانية طبيعة إيجابية خلاقة تسعى للنمو، فالإنسان يولد مزود بالحب و الارتقاء، و لديه قوة لتوجيه حياته و تحقيق الامل و السعادة . (علة، 2016 ، ص134).

خلاصة الفصل:

يتضح من خلال عرض هذا الفصل أن التفكير الايجابي رافد مهم من روافد تطوير شخصية الفرد السليم، كما يزود الفرد بمجموعة من الخطط المدروسة التي تجعل احتمالات الوقوع في الخطأ قليلة.

فإذا كان التفكير إيجابيا أدى إلى حل فاعل و ناجح لأي موقف أو مشكلة، و إذا كان التفكير سلبيا يؤدي إلى التعامل مع هذه المشكلات بأساليب سطحية و خاطئة.

و بالتالي فإن التفكير الايجابي هو قدرة فطرية للوصول إلى نتائج أفضل .

الجانحة التطبيقية

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية

تمهيد:

1. منهج الدراسة.
2. حدود الدراسة.
3. الدراسة الإستطلاعية.
4. أدوات الدراسة.
5. الخصائص السيكومترية.
6. الدراسة الأساسية.
7. الأساليب الإحصائية.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

يعتبر فصل الإجراءات المنهجية في كل مذكرة، حلقة وصل بين الجانب النظري و الجانب التطبيقي، حيث يوضح فيه الباحث المنهج المتبع و الدراسة الإستطلاعية إضافة إلى تحديد ميدان الدراسة و العينة المستهدفة فيها، و كذلك الأدوات المستخدمة في الدراسة، و خصائصها السيكمترية، ثم يستعرض الباحث مختلف الأساليب الإحصائية التي تتناسب و طبيعة الموضوع محل الدراسة، ثم يوضح إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية.

1- منهج الدراسة:

إعتمدنا في دراستنا هذه، على المنهج الوصفي باعتباره الأكثر استخداما في العلوم النفسية والاجتماعية والتربوية، ولكونه الأنسب لهذه الدراسة؛ حيث يسمح بوصف الأمن النفسي وكذا التفكير الإيجابي وصفا دقيقا، ويعبر عن هذه المتغيرات كما وكيفا، ومن ثم يتم بواسطته إستخلاص النتائج وتقييمها وإختبار فرضيات الدراسة . فهو " أسلوب من أساليب البحث الذي يدرس ظاهرة الدراسة و كيفية توضيح خصائصها، ودراسة كمية توضح حجمها، ومتغيراتها ودرجات إرتباطها مع الظواهر الأخرى . (جودت،2000، ص 173) .

2- حدود الدراسة:

أ-حدود المكانية: قمنا بإجراء الدراسة الأساسية ببعض ثانويات مدينة الأغواط (ثانوية ابو بكر الحاج عيسى وثانوية المقاومة الشعبية).

ب-حدود الزمانية: تم إجراء الدراسة الميدانية ببعض ثانويات مدينة الأغواط (ثانوية أبو بكر الحاج عيسى و المقاومة الشعبية) في الفترة الممتدة من 20 فيفري إلى غاية 13 مارس من السنة الدراسية (2017-2018) .

ج-حدود البشرية: ضمت هذه الدراسة عينة متكونة من مجموعة من التلاميذ وتحتوي على 100 تلميذ لديهم مستوى واحد وهو ثلاثة ثانوي حيث يختلفوا في الجنس و التخصص (آداب،علوم،إقتصاد).

3- الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية خطوة هامة في البحوث العلمية وهي أول خطوة يلجأ إليها الباحث للتعرف على ميدان دراسته ,ولجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع البحث إلى جانب التحقق من وجود العينة بجميع الخصائص المراد البحث فيها , والتحقق من سلامة وصلاحية أدوات جمع البيانات.

وقد عرفها مصطفى عشوي على أنها:" دراسة استكشافية, وهي مرحلة هامة في البحث العلمي نظرا لارتباطها المباشر بالميدان, مما يضيفي صفة الموضوعية على البحث, كما تسمح بالتعرف على الظروف والإمكانات المتوفرة في الميدان , ومدى صلاحية أدوات المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات البحث. (عشوي، 1994، ص133)

3-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تكمّن أهداف دراستنا الاستطلاعية فيما يلي:

- معرفة حجم المجتمع الأصلي التي تستهدفه الدراسة (التلاميذ السنة الثالثة في بعض ثانويات الأغواط).
- معرفة الظروف التي سيتم فيها إجراءات البحث.
- التعرف على بعض الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث في البحث.
- التحقق من وضوح تعليمات المقياسين، بالإضافة إلى وضوح العبارات و عدم وجود غموض فيها.
- التحقق من صدق و ثبات المقياسين على العينة الاستطلاعية، و ذلك قبل استخدامها و تطبيقها على عينة الدراسة الاساسية.
- التأكد من ملائمة أدوات الدراسة التي تم اختيارها و المتمثلة في مقياسين :الأمّن النفسي والتفكير الإيجابي.

3-2 عينة الدراسة الاستطلاعية:

لقد تم اختيار عينة البحث في ثانوية (أبو بكر الحاج عيسى الأغواط) و قد شملت 30 تلميذا و تلميذة .و قد اعتمدنا في اختيار عينة بحثنا هذا على العينة العشوائية البسيطة على اساس أنها تحقق لنا أغراض الدراسة التي نقوم بها.

3-3 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية:

تتمثل خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية فيما يلي:

أ- من حيث الجنس:

جدول رقم(01) : خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس.

النسبة المئوية%	التكرار	الجنس
33.33%	10	ذكور
66.66%	20	إناث
100 %	30	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن نسبة الإناث (66.66%) أكبر من نسبة الذكور.(33.33%)

ب- من حيث التخصص:

جدول رقم: (02) خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث التخصص.

التخصص	التكرار	النسبة المئوية%
علمي	10	33.33%
أدبي	15	50.01%
إقتصاد	05	16.66%
المجموع	30	100 %

نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) أن نسبة العلميين (33.33%) أقل من نسبة الأدبيين (50.01%) وكلا النسبتين أكبر من تخصص الاقتصاد و التي تصل نسبته إلى (16.66%)

3-4 كيفية إجراء الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بتوزيع المقياسين على فئة من التلاميذ بطريقة غرضية، ثم استرجعناها بعد أن قام التلاميذ بالإجابة على فقرات المقياسين.

4- أدوات الدراسة:

من أجل جمع البيانات من الميدان، يتوجب توفر و استخدام ادوات بحث معينة، و تتمثل أدوات دراستنا في مقياسين: مقياس الأمن النفسي و مقياس التفكير الإيجابي.

4-1 مقياس الأمن النفسي "الطمأنينة الانفعالية":

أ- وصف المقياس :

المقياس من اعداد "د. زينب شقير" سنة 2005 وهو مجموعة من العبارات التي تدل على مقدار الأمن النفسي، ويتكون المقياس من (54) عبارة " موزعة على (4) محاور هي:

- الامن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل (14 بندا) .

_ الامن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد (18 بندا).

_ الامن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد (10 بنود).

_ الامن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد (12 بندا).

والجدول رقم (03) يوضح توزيع أرقام محاور بنود المقياس.

المحاور	العبارات
تكوين الفرد و رؤيته للمستقبل	1-2-3-4-5-20-21-22-23-24-25-26-27-28.
الحياة العامة والعملية للفرد	6-7-8-9-10-11-12-13-14-29-30-31-32-33-34-35-36-37.
الحالة المزاجية للفرد	38-39-40-41-42-43-44-45-46-47.
العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي.	15-16-17-18-19-48-49-50-51-52-53-54.

ب- تنقيط المقياس:

يطلب من المفحوص القيام بالاجابة على عبارات المقياس بإعطاء تقدير دقيق وصریح وبدون مجاملة في وصف مشاعره، وذلك على مقياس يتدرج من موافق بشدة (كثيرا جدا)، وموافق (كثيرا)، وغير موافق (احيانا)، غير موافق بشدة (لا) ، أما التقديرات فهي أربعة درجات 0.1.2.3: على الترتيب، وذلك عندما يكون إتجاه العبارات نحو الأمن النفسي إيجابيا، بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي : 3.2.1.0 عندما يكون اتجاه التقديرات نحو الأمن النفسي سلبيا.

ج- تصحيح المقياس:

يشمل المقياس في مجمله على (54) بندا تقدر الأمن النفسي لدى الفرد، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0-162) درجة ويتم تحديد مستويات الأمن النفسي.

الجدول رقم(04) : مفتاح مقياس الأمن النفسي

ارقام البنود	اتجاه التصحيح	مستويات الامن النفسي
من 1_ 19	0-1-2-3	أمن نفسي مرتفع جدا من 131- 162
		أمن نفسي مرتفع من 97-131
من 20- 54	3-2-1-0	أمن نفسي معتدل (متوسط) من 63- 96
		أمن نفسي بسيط (دون الوسط) من 31-62
		أمن نفسي منخفض من 0- 30
		الدرجة الكلية للأمن النفسي من 0- 162

د- الخصائص السيكومترية للمقياس الاصلي:

1- صدق مقياس الامن النفسي:

إستعانت معدة المقياس بعدة أنواع من الصدق: الصدق ظاهري، صدق المحك، الصدق التمييزي، واتضح من خلال النتائج أن مقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

2- ثبات المقياس الامن النفسي:

قامت الباحثة زينب شقير بحساب الثبات بطريقة تطبيق وإعادة التطبيق والتي أشارت نتائجه إلى إستقرار المقياس، حيث بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين 0.78، 0.71، 0.75 لكل من عينة الذكور وعينة الاناث والعينة الكلية.

وقد تم حساب ثبات الاتساق الداخلي بين درجات المحاور الأربعة للمقياس وكذلك بين كل محور والدرجة الكلية ووجد ان جميع معاملات الارتباط دالة وموجبة.

كذلك تم حسابه بطريقة ألفا كرونباخ على عينة قدرت ب (200) طالب كانت النتيجة 0.91 .

4-2 مقياس التفكير الايجابي:

أ- وصف المقياس:

تم الإعتماد على مقياس التفكير الإيجابي طبقاً لفرضيات البحث وذلك للإستفادة من مفردات إيجابية و أبعاد مقياس التفكير الإيجابي لإبراهيم عبد الستار والذي يهدف الى التعرف على مستوى التفكير الايجابي. و إحتوى المقياس على (40) بندا وامام كل عبارة بديلين تنطبق (1) لا تنطبق (0)

الجدول رقم (05) يبين توزيع البنود على مقياس التفكير الإيجابي:

الرقم	الابعاد	رقم البنود	مجموع الفقرات
1	التوقعات الإيجابية والتفاؤل.	31-21-11-1	4
2	الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا.	32-22-12-2	4
3	الشعور العام بالرضى.	33-23-13-3	4
4	التقبل الايجابي للاختلاف عن الاخرين	34-24-14-4	4
5	التقبل الغير مشروط لذات	35-25-15-5	4
6	المجازفة الإيجابية	36-26-16-6	4
7	حب التعلم والإنتفاع المعرفي والصحي	37-27-17-7	4
8	السماحة و الأريحة	38-28-18-8	4
9	الذكاء الوجداني	39-29-19-9	4
10	تقبل المسؤولية الشخصية	40-30-20-10	4

ب-طريقة الاجابة:

صيغة عبارات المقياس او بنوده بصورة موجبة على المبحوث حيث يضع علامة (x) امام العبارة في العمود المناسب.

ج-تقدير الدرجات:

تمنح العلامة (1) اذا كانت الاجابة ب(نعم) وتمنح (0) اذا كانت الإجابة ب (لا)

أما بالنسبة لصدق وثبات المقياس فقد قام صاحب المقياس بحساب صدق المقياس بعدة طرق وكانت كلها تدل على تمتع المقياس بصدق عال ، نفس الشيء بالنسبة للثبات فقد بينت نتائجه على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

5- الخصائص السيكومترية:

1-5 الأمن النفسي:

أ-الصدق :

تم التحقق من صدق المقياس بإستخدام الصدق التمييزي، بأسلوب المقارنة الطرفية، وتقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها. (معمرية، 2007 ، ص 158).

حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة على المقياس في توزيع تنازلي ثم تم سحب 27% من طرفي التوزيع، لتتصل على (8) أفراد من طرفي التوزيع، بمعنى صارت لدينا عينتان متطرفتان متساويتان، عدد أفراد كل مجموعة يساوي (8) افراد. تسمى إحداهما العينة العليا و الأخرى العينة الدنيا، بعدها تم إستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل عينة، ثم حساب قيمة" ت" للدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (06) :دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا و العينة الدنيا في مقياس الأمن النفسي.

الدلالة	قيمة "ت"	العينة الدنيا ن=8		العينة العليا ن=8		العينة المتغير
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)	7.52	1.25	55.40	4.34	113.20	الأمن النفسي

يتبين من الجدول رقم (06) أنّ قيمة" ت "لدلالة الفروق بين المتوسطين دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.05$) لدلالة الطرفين، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، مما يدل على صدق المقياس .

ب-الثبات:

تم حساب الثبات على عينة تجريبية مكونة من (30) فردا بطريقتين هما:

- معامل ألفا كرونباخ:(Alpha Cronback)

جدول رقم (07): يبين معامل ثبات مقياس الامن النفسي باستخدام ألفا كرونباخ.

عدد البنود	54
معامل الفاكرونباخ	0.79

يتضح من خلال الجدول رقم (07) أنّ معامل الثبات باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) تساوي (0.79) وهي قيمة مقبولة جدا، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

- طريقة التجزئة النصفية: في هذه الطريقة يتم تقسيم المقياس إلى قسمين متساويين، ليحصل كل فرد من أفراد العينة على درجتين إحداهما في النصف الأول وثانيهما على النصف الأخير، ثم يحسب معامل الارتباط لبرسون بين النصفين. (معمرية، 2007، ص 176)

فبعد حساب معامل ارتباط برسون، تم تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون للتصحيح (Coefficient Spearman Brown) والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (08) معامل ثبات مقياس الأمن النفسي بطريقة التجزئة النصفية.

الاستبيان	عدد البنود	معامل برسون (قبل التصحيح)	معامل سبيرمان براون	معامل جوثمان
الأمن النفسي	54	0.67	0.80	0.69

يتضح من خلال الجدول رقم (08) أن معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية للمقياس قد بلغ (0.67) وبعد إجراء تعديل الطول باستخدام معادلة (سبيرمان براون) تم الحصول على قيمة (0.80) وهي قيمة مقبولة جدا وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

2-5 مقياس التفكير الإيجابي:

أ-الصدق:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التمييزي، بأسلوب المقارنة الطرفية، وتقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها. (معمرية، 2007، ص 158).

حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة على المقياس في توزيع تنازلي ثم تم سحب 27% من طرفي التوزيع، لنتحصل على (8) أفراد من طرفي التوزيع، بمعنى صارت لدينا عينتان متطرفتان متساويتان، عدد أفراد كل مجموعة يساوي (8) افراد. تسمى إحداهما العينة العليا، والأخرى العينة الدنيا . بعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل عينة، ثم حساب قيمة "ت" للدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (09):دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في مقياس التفكير الإيجابي.

العينة	العينة العليا ن=8		العينة الدنيا ن=8		قيمة "ت"	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
التفكير الإيجابي	32.40	3.213	8.80	1.112	10.81	دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)

يتبين من الجدول رقم (09) أنّ قيمة "ت" للدلالة الفروق بين المتوسطين دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.05$) لدلالة الطرفين، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، مما يدل على صدق المقياس.

ب-الثبات:

تم حساب الثبات على عينة تجريبية مكونة من (30) فردا بطريقتين هما:

-معامل ألفا كرونباخ: (Alpha Cronback)

جدول رقم (10) يبين معامل ثبات مقياس التفكير الإيجابي باستخدام ألفا كرونباخ.

عدد البنود	40
معامل الفاكرومباخ	0.87

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن معامل الثبات باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) تساوي (0.87) وهي قيمة مقبولة جدا، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

- طريقة التجزئة النصفية: في هذه الطريقة، يتم تقسيم المقياس إلى قسمين متساويين، ليحصل كل فرد من أفراد العينة على درجتين إحداهما في النصف الأول وثانيهما على النصف الأخير، ثم يحسب معامل الارتباط لبرسون بين النصفين. (معمرية، 2007، 176)

بعد حساب معامل ارتباط برسون، تم تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون للتصحيح (Coefficient Spearman Brown) والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (11) معامل ثبات مقياس التفكير الإيجابي بطريقة التجزئة النصفية.

الاستبيان	عدد البنود	معامل برسون	معامل سبيرمان براون
التفكير الإيجابي	40	0.69	0.82

يتضح من خلال الجدول رقم (11) أن معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية للمقياس قد بلغ (0.69) وبعد إجراء تعديل الطول باستخدام معادلة (سبيرمان براون) تم الحصول على قيمة (0.82) وهي قيمة مقبولة جدا وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

كيفية تطبيق المقياس:

ويطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية، حيث يُطلب من المفحوص وضع علامة (X) تحت واحد من الاختيارات السابقة وذلك حسب انطباق مضمون العبارة عليه.

6- الدراسة الأساسية:

أ- عينة الدراسة:

و تعني مجموع الأفراد الذين يجري عليهم البحث، و قد قمنا باختيار عينة دراستنا من المجتمع الأصلي لكي تكون ممثلة له، حيث ذكر " موريس (Maurice) " أن عينة البحث يتم اختيارها حسب البحث العلمي في العلوم الإنسانية، حيث إذا لم نستطيع دراسة المجتمع الكلي للأفراد نقوم باختيار جزء منه فقط مع التأكد بأن الجزء المختار يمثل حقيقة المجموعة، هذا الجزء من الأفراد هو عينة البحث .

ب- حجم العينة :

هو عدد العناصر المنتقاة لتكوين العينة، ومن المتعارف عليه أنه كلما كان حجم العينة الدراسة كبيراً، كلما كانت النتائج المتحصل عليها أكثر دقة و تمثيلاً، لكن هناك بعض العوامل التي تمنع الباحث من تبني عينة كبيرة لدراسته، كعامل الوقت و المال، و قد أكدت الدراسات المنهجية الحديثة، أنه كلما كان المجتمع الأصلي كبيراً، كلما كانت للباحث حرية اختيار عينة. (Maurice, 1997, pp228-229)

ج- طريقة اختيار العينة :

هناك طرق عديدة لاختيار عينة الدراسة، و ذلك حسب المعطيات المتوفرة و حسب الأهداف التي يسعى الباحث لتحقيقها، و قد اعتمدنا في دراستنا هذه على عينة العشوائية البسيطة.

حيث اقتصرنا عينة بحثنا على 100 تلميذ وتلميذة من السنة الثالثة ثانوي الأدبيين والعلميين وتلاميذ التسيير والاقتصاد والذين يتمدرسون بالثانوية: أبو بكر الحاج عيسى، والمقاومة الشعبية .بالأغواط.

د-خصائص العينة:

تتمثل خصائص عينة الدراسة الأساسية في ما يلي:

الجنس :

جدول رقم: (12) توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس:

النسبة المئوية%	التكرار	الجنس
24%	24	ذكور
76%	76	إناث
100 %	100	المجموع

يلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن عدد أفراد العينة من الذكور (24) و المقدر بـ (24%) أقل من عدد الإناث (76) و المقدر بـ (76%)

التخصص:

جدول رقم: (13) توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب التخصص:

التخصص	التكرار	النسبة المئوية%
علوم طبيعة والحياة	42	42%
أدب وفلسفة	33	33%
اقتصاد	25	25%
المجموع	100	100%

يلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن عدد أفراد العينة من تخصص علوم طبيعة 42 والمقدرة ب (42%) وعدد الأفراد من تخصص الآداب 33 والمقدر ب (33%) و أفراد تخصص اقتصاد عددهم (25)والمقدر ب.(25%)

كيفية تطبيق المقياس :

يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية، حيث يطلب من المفحوص أن يحدد كل بند مع ما يقوم به أو يشعر به في الواقع، و ذلك بوضع علامة (x) أمام الاختيار الذي يتوافق مع حاله، مع العلم أنه لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة .

- كيفية تفسير نتائج المقياس :

يستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس، و تشير الدرجة المرتفعة إلى أن الفرد لديه مستوى مرتفع من الأمن النفسي، و العكس الصحيح.

7- كيفية إجراء الدراسة الأساسية:

بعد التأكد من سلامة و صلاحية أدوات الدراسة و تحديد عينة الدراسة الأساسية و طريقة اختيارها بشكل نهائي، توجهنا إلى ميدان الدراسة الأساسية أين التقينا بأفراد العينة بثانوية ابو بكر الحاج عيسى، والمقاومة الشعبية الأغواط، قد أبدى الطلبة استعدادهم للمساعدة، حيث وزعنا عليهم المقياسين بعد السؤال عن تخصصهم و ذلك مراعاة لخصائص عينتنا و كذا العدد المطلوب و شرحنا لهم موضوع الدراسة و الغرض منها و كذا طريقة الإجابة على المقياسين، و بالرغم من استغراقنا لبعض الوقت في إجراء الدراسة الأساسية، إلا أننا لم نجد أي صعوبة في تطبيق المقياسين على أفراد العينة، نظرا لتعاونهم وفضولهم لمعرفة مستويات الأمن النفسي لديهم و كذا درجاتهم على مقياس التفكير الإيجابي.

8- الأساليب الإحصائية :

تعتبر الأساليب الإحصائية ذات أهمية بالغة، إذ لا يمكن لأي باحث إتمام بحثه بدون الإستعانة بها، لأنه بفضل هذه الأساليب يمكن معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين متغيرات الموضوع أو عدم وجودها .

أ-معامل الارتباط بيرسون (Person)

يعتبر معامل الارتباط بيرسون من أهم اختبارات الدلالة الإحصائية و أكثرها استعمالا لسهولة إجرائه، فهو يفيد في تقدير مدى الترابط بين المتغيرات (س و ص)، بحيث كلما اقترب معامل الارتباط بيرسون من (+ 1) يقال بأن هناك ارتباطات طرديا موجب و بالعكس إذا اقتربت القيمة من (- 1) فيقال بأن هناك ارتباطات عكسيا سالبا، أما إذا اقتربت من القيمة (0) فيقال أن الارتباط ضعيف .

(مقدم، 2000، ص 78)

و قد استعمل معامل الارتباط في بحثنا لحساب العلاقة الارتباطية بين درجات الأمن النفسي و درجات التفكير الايجابي.

ت- اختبار «T» للفروق :

يستخدم غالبا عندما يتعلق الأمر باختيار فرضية بديلة حول الفروق المشاهدة بين عينتين أو أكثر، و يستخدم من أجل معرفة احتمال حدوث مثل تلك الفروق في المجتمع الإحصائي.

(البلداوي، 2007، ص 209).

و قد تم استخدام هذا الاختبار في دراستنا للاختبار الفروق بين الجنسين وكذا التخصص في كل من الأمن النفسي والتفكير الايجابي.

ج- المتوسط الحسابي :

المتوسط الحسابي لقيم متغير ما، هو مجموع قيم ذلك المتغير، مقسوما على عدد هذه القيم، فهو معلومة رقمية تتجمع حولها سلسلة من القيم، يمكن من خلالها الحكم على بقية المجموعة .

(بوعلاق، 2009، ص 40).

و قد مكنا استخدام المتوسط الحسابي في الدراسة الحالية، من معرفة مستويات الامن النفسي و التفكير الايجابي لدى تلاميذ أفراد عينة الدراسة.

د- الانحراف المعياري :

هو الجذر التربيعي للتباين، و التباين يقاس بالوحدات المربعة و الانحراف المعياري يقاس بنفس وحدات المتغير محل ظاهرة الدراسة، و يرمز له S للعينة أو 6 للمجتمع، و هو من مقاييس التشتت، و استخدمناه للتعرف على مدى تشتت الدرجات و ابتعادها عن المتوسط الحسابي .

و- التكرارات :

التكرارات هو عدد المرات التي تتكرر فيها الظاهرة أو مشاهدة معينة، فمثلا إذا كان المتغير يتعلق بالجنس (ذكر أو أنثى)، فالتكرار في هذه الحالة يعني عدد الذكور و عدد الإناث الخاص بمجتمع الدراسة أو العينة المختارة.(عبيدات و آخرون، 1999، ص 117).

و قد استخدمنا التكرارات في الإحصاء الوصفي.

هـ- النسب المئوية :

تستخدم النسب المئوية في العادة مع التكرار، حيث تبين نسبة كل فئة من المجموع الكلي.

(عبيدات و أخرون، 1999، ص 117).

تمت الاستعانة بالنسب المئوية في الدراسة الحالية لتوضيح توزيع أفراد العينة حسب مختلف المتغيرات .
(الجنس، التخصص) .

خلاصة الفصل:

خلال هذا الفصل تم إجراء الدراسة الميدانية والتي تتمثل في تعديل الدراسة الاستطلاعية وحجمها ونتائجها، ثم المنهج المتبع، ثم وصف عينة الدراسة و طرق اختيارها، و بعدها تم التطرق لأدوات الدراسة و حساب خصائص السيكمترية من صدق و ثبات و منه إلى التقنيات الإحصائية المتبعة في الدراسة، وبعد تطبيقنا للأداتين على أفراد العينة الاساسية حصلنا على مجموعة من البيانات التي سوف نتطرق إلى نتائجها و تحليلها و تفسيرها في الفصل الموالي.

الفصل الخامس : عرض ومناقشة وتفسير النتائج

تمهيد

1. عرض ومناقشة و تفسير نتائج الفرضية الأولى.
2. عرض ومناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثانية.
3. عرض ومناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثالثة.
4. عرض ومناقشة و تفسير نتائج الفرضية الرابعة.
5. عرض ومناقشة و تفسير نتائج الفرضية الخامسة.

الاستنتاج عام

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة، بالإضافة إلى تفسير و مناقشة ما تم التوصل إليه من نتائج من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة، و التحقق من فروضها، ومن ثم تقديم بعض التوصيات و المقترحات، وقد سعت الدراسة إلى التعرف على مدى علاقة الأمن النفسي بالتفكير الإيجابي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي، وذلك تبعاً لمتغيرات الدراسة الآتية: الجنس، التخصص، وقد تم إجراء المعالجات الإحصائية للبيانات المتجمعة من أداة الدراسة و ذلك بالاستعانة ببرنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss).

1. عرض و مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

و تنص هذه الفرضية على أنه: توجد علاقة إرتباط بين الأمن النفسي والتفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي لمدينة الأغواط لتأكد من صحة الفرضية نقوم بحساب معامل الإرتباط بيرسون (R) والجدول الآتي يبين نتائج ذلك .

جدول رقم (14) قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الأمن النفسي والتفكير الإيجابي لدى أفراد عينة الدراسة.

البيانات الإحصائية المتغيرات	العينة	قيمة "ر"	(قيمة الدلالة المحسوبة) مستوى المعنوية (sig)	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الأمن النفسي التفكير الإيجابي	100	0.385	0.000	0.05	دالة

يُلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أنّ قيمة معامل الارتباط بيرسون ($r = 0.38$) وهي دالة إحصائياً؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (0.000) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha = 0.05$) وهذا يعني أنّه توجد علاقة ارتباط بين الأمن النفسي والتفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

ويتبين من خلال نتائج الفرضية الأولى، أنه توجد علاقة إرتباط بين الأمن النفسي و التفكير الإيجابي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية الحاج عيسى و المقاومة الشعبية (الأغواط) ؛ لأنّ قيمة معامل الارتباط بيرسون دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) ، و بهذا يمكن القول أن الأمن النفسي

يعتبر جزء لا يتجزأ من التركيب النفسي السليم للفرد و هو من الخصائص النفسية المهمة لديه فالأمن النفسي حاجة مهمة للإنسان و إن تحقيق هذه الحاجة يوفر للفرد الطمأنينة و الإستقرار في المواقف التي يتفاعل مع نفسه و أسرته ومجتمعه.

و يعد إشباع هذه الحاجة أساس حصول الفرد على التكيف والتوافق مع بيئته، لان ذلك يؤدي إلى الاتزان الشخصي والتمتع بالصحة النفسية والشخصية السوية في المجتمع.

كل ما سبق يؤدي بالفرد إلى ما يسمى التفكير الإيجابي فالتفكير عملية ذهنية يتطور فيها المتعلم من خلال عمليات التفاعل الذهني بين الفرد وما يكتسبه من خبرات بهدف تطوير الأبنية المعرفية، والوصول إلى افتراضات وتوقعات جديدة . (قطامي ، 2001 ، ص123) .

فالفرد يستطيع أن يعدل أو يغيّر أساليبه في التفكير إذا كانت لا تخدم مصالحه ، ويعدلها حسب الحاجة بما يتناسب والمواقف المختلفة ، فالتفكير الايجابي يعتبر من المتغيرات التي تعكس سعي الفرد نحو فهم الأمور والتفاؤل بها ومنه تحقيق النجاح و الميل للتغلب على العقبات و الإجتهد لأداء المهام الصعبة بشكل جيد، فالأمن النفسي والتفكير الإيجابي من المتغيرات الإيجابية المهمة التي تعتبر مؤشرا على التوازن النفسي للفرد ، وعليه يمكننا القول أن الفرضية الأولى قد تحققت.

2- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

و تنص هذه الفرضية على ما يلي : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في متغير الأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة، ولتأكد من صحة الفرضية نقوم بحساب قيمة " ت " (t.) .test

جدول رقم (15) نتائج اختبار " ت " للفروق بين الذكور والإناث في الأمن النفسي.

البيانات الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
الامن النفسي	ذكور	104.54	25.99	0.878	0.382	0.05	غيردالة
	إناث	99.98	20.82				

يتضح من خلال الجدول رقم (15) أن قيمة ت = 0.878 وهي غير دالة إحصائياً ؛ لأن قيمة الدلالة المحسوبة (0.382) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha=0.05$) وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في الأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.

وبيّنت نتائج الفرضية الثانية أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الأمن النفسي لدى افراد عينة الدراسة ، وعليه يمكننا أن نقول أن الفرضية الثانية لم تتحقق ومنه لا نستطيع قبول فرضية بحثنا ونقر ونقبل الفرضية الصفرية، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما جاءت به دراسة **مصطفى علي رمضان مظلوم** تحت عنوان: العلاقة بين الأمن النفسي والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة، حيث بينت النتائج عدم وجود فروق جوهرية في متغير الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس ذكور إناث.

كما يمكن أن يعود ذلك إلى أن الأمن النفسي حاجة نفسية طبيعية ملازمة لدى كافة الأفراد ذكوراً وإناً في جميع مراحل حياتهم، وهي حاجة ضرورية للنمو السوي تعتمد في إشباعها على التنشئة الاجتماعية ، ويتأثر الأفراد بالوسط الثقافي الذي ينشئون فيه حيث يحدد الأوضاع النفسية للجنسين ويرسم أنماط السلوك لكل منهما، حيث توافق دراسة مصطفى رمضان.

ويوضح **ماكوبي (1991) Maccoby** أن الأمن النفسي حاجة ملحة لكل من الجنسين باعتبار أن الطفل يستمد الشعور بالأمن النفسي والثقة في مواجهة المواقف المختلفة من وجود أحد الوالدين أو كليهما بجانبه، وإعطاء الأبناء دون تفريق الشعور بالقيمة والحب والتقدير والاستقلال والاهتمام بمشاعرهم

وإعطائهم الفرصة لاتخاذ قراراتهم وتحمل الاحباطات ومواجهة المشكلات، ومساندتهم النفسية لهم سواء كانوا ذكورا أو إناثاً. (محمود و عبد الغني ، 2006 ، ص104).

3- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى افراد عينة الدراسة تعزي لمتغير الجنس(ذكر/أنثى).

جدول رقم (16) نتائج اختبار " ت " للفروق بين الذكور والإناث في التفكير الإيجابي.

البيانات الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
التفكير الإيجابي	ذكور	30.37	6.25	0.881	0.380	0.05	غير دالة
	اناث	29.26	5.09				

يتضح من خلال الجدول رقم (16) أنّ قيمة (ت = 0.881) وهي غير دالة إحصائياً؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة (0.380) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha=0.05$) وهذا يعني أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفكير الإيجابي لدى افراد عينة الدراسة .

بيّنت نتائج الفرضية الثانية أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفكير الإيجابي لدى افراد عينة الدراسة .وعليه، يمكننا أن نقول ان الفرضية الثالثة لم تتحقق ومنه لا نستطيع قبول فرضية بحثنا ونقر ونقبل الفرضية الصفرية، وتتفق نتائج دراستنا مع دراستي نصر الله (2008) ، و عوض (2009) التي أشارتا إلى عدم وجود فروق في أساليب التفكير تعزى إلى الجنس، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن الإناث يبدو أنهن في مرحلة متقدمة من إثبات الذات في المجتمع الذي كان يتميز بالذكورية، وينظر دائماً إلى المرأة نظرة سلبية، ويحاول دائماً أن يحط من قدرتها على التفكير وتحمل المسؤولية، وبالتالي فهن في حالة لإثبات الذات، وللبهنة للجميع وخاصة الذكور أنهن لسن أقل شأنًا منهم، وأنهن قادرات على تحمل المسؤولية بدليل التساوي في مستوى التفكير الإيجابي، كما يمكن

تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشار إليه نوفل وأبو عواد في أن الطالبات يفضلن العمل باستقلالية بدافع التنافس والرغبة بالتفوق وإنجاز أعمالهن بمستوى مناسب من الأداء، وهذا ما يبرر وصولهن الى هذا المستوى من التفكير.

4- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة :

و تنص هذه الفرضية على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص (أدبي/علمي/اقتصاد).

جدول رقم (17): نتائج اختبار " ت للفروق في الأمن النفسي تبعا للتخصص.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	937.967	2	468.983	1.154	0.320
داخل المجموعات	39428.993	97	406.484		
المجموع	40366.960	99			

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أن قيمة (ف=1.15) وهي غير دالة إحصائياً؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة (0.32) وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha=0.05$) وهذا يشير إلى عدم وجود فروق جوهرية بين درجات أفراد العينة في مستوى الأمن النفسي تبعا للتخصص الدراسي (أدبي، علمي ، اقتصاد) . ومنه لا نستطيع قبول فرضية بحثنا ونقر ونقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الامن النفسي تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة البدراني : (2004) وقد أظهرت نتائج الدراسة تمتع طلاب الجامعة بالأمن النفسي وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي تبعا لمتغير النوع ولصالح الذكور وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير التخصص .

كما تتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة العامري (1999) هدفت الدراسة إلى قياس الشعور بالأمن النفسي والشعور بالعوز الغذائي عند طلبة المرحلة الثانوية وتبعاً للمتغيرات النوع ، والفرع الدراسي والمرحلة الدراسية . معرفة العلاقة بين الشعور بالأمن النفسي والشعور بالعوز الغذائي لدى طلبة المرحلة الثانوية وتبعاً لمتغيرات النوع ، والفرع الدراسي ، والمرحلة الدراسية . حيث أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين الشعور بالأمن والعوز الغذائي ووجود فروق دالة بين الطلبة في الأمن النفسي تبعاً لمتغيرات المرحلة الدراسية والصالح المرحلة الإعدادية عدم وجود فروق بينهم في ضوء النوع والفرع الدراسي .

5- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي: توجد فروق ذات دالة احصائية في التفكير الايجابي لدى افراد عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص (ادبي/علمي/اقتصاد).

جدول رقم (18) نتائج اختبار " ت للفروق في التفكير الايجابي تبعاً للتخصص.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	186.027	2	93.014	3.810	0.026
داخل المجموعات	2367.973	97	24.412		
المجموع	2554.00	99			

تشير النتائج الموضحة في الجدول السابق الى وجود فروق جوهرية بين درجات التلاميذ في متغير التفكير الايجابي تعزى الى متغير التخصص الدراسي ، ولمعرفة اتجاه هذه الفروق تم استعمال اختبار (LSD) للمقارنة البعدية والمبينة نتائجها في الجدول التالي:

جدول رقم (19) يوضح نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية لمتوسطات درجات افراد العينة في التفكير الايجابي تبعا للتخصص الدراسي (أدبي، علمي ، اقتصاد) .

اقتصاد	علمي	أدبي	التفكير الايجابي
متوسط(30.30)=	متوسط(33.35)=	متوسط(31.16)=	
0.515	0.081	/	ادبي:33 ن
0.009*	/	/	علمي: 42 ن
/	/	/	اقتصاد: 25 ن

عند مستوى الدلالة(0.05)*

يتضح من خلال نتائج الجدول السابق ما يلي:

- عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات افراد العينة في التفكير الايجابي وذلك بين التلاميذ الأدبيين و العلميين.

- وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات افراد العينة في التفكير الايجابي وذلك بين التلاميذ العلميين وتلاميذ تخصص اقتصاد والفروق لصالح العلميين لأن متوسطهم الحسابي يساوي (33.35) وهو أكبر من متوسط تلاميذ الاقتصاد الذي بلغ متوسطهم (30.30) . و من المحتمل ان سبب هذه الفروق يعود إلى انّ للعلميين حظ أوفر في إختيار ما يرغبون به من تخصصات على عكس تلاميذ الاقتصاد الذين لديهم تخصصات محدودة يتوجهون لها.

- عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات افراد العينة في التفكير الايجابي وذلك بين الادبيين و تخصص الاقتصاد.

بينت نتائج الفرضية السابقة انه توجد فروق جوهرية بين متوسطات تلاميذ التخصص العلمي وتلاميذ الاقتصاد والفروق لصالح العلميين في التفكير الايجابي بينما لا يوجد فروق بين الادبيين والعلميين وكذا الأدبيين وتخصص الاقتصاد ، ويمكن أن يعود ذلك الى كون تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

باختلاف تخصصهم أصبحوا ينظرون إلى أنفسهم ، على أنهم غير مختلفين عن بعضهم البعض ، خاصة بعد بروز الدور الكبير الذي يقوم به مستشار التوجيه و الارشاد من حيث تسهيل الامور لاختيار تخصصاتهم حسب ميولهم و رغبتهم و ارادتهم ، ومنه اصبحت عليهم مسؤولية ، وعليهم أن يكونوا على قدر هذه المسؤولية ، وينهضوا بأعبائها ، وينجحوا في مهامهم ؛ لأن هذه المرحلة من حياتهم ، تعد مرحلة حاسمة وتعتبر تقرير مصير اقتصادي واجتماعي لمستقبلهم . كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشارت إليه عوض (2009) في أنه في ظل التغيرات التي تحدث في المجتمع أصبح أساليب الطلبة في التفكير متقاربة، بل تكاد تكون واحدة في معظم المواقف.

الاستنتاج العام:

نستنتج من خلال هذه الدراسة أنّ الامن النفسي متغير مهم جدا في حياة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، من حيث التكيف مع الذات ومع الغير .إلى جانب أهمية متغير التفكير الايجابي، حيث يؤثر على حياتهم في شتى المجالات.

وقد توصلنا من خلال النتائج إلى ما يلي:

- تحقق الفرضية العامة؛ توجد علاقة ارتباط بين الامن النفسي والتفكير الايجابي لدى افراد عينة الدراسة .
- عدم تحقق الفرضية الثانية، والتي مفادها: توجد فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في الامن النفسي.
- عدم تحقق الفرضية الثالثة والتي مفادها، توجد فروق دالة احصائيا في التفكير الايجابي بين افراد عينة الدراسة تعزى لنوع الجنس (ذكور -إناث).
- عدم تحقق الفرضية الرابعة والتي مفادها، توجد فروق دالة احصائيا في الامن النفسي بين افراد عينة الدراسة تعزى للتخصص (ادبي -علمي -اقتصاد).
- تحقق الفرضية الخامسة والتي مفادها، توجد فروق دالة احصائيا في التفكير الايجابي بين افراد عينة الدراسة تعزى للتخصص (ادبي -علمي -اقتصاد)، والفروق لصالح العلميين.

وما يمكن أن نستخلصه من هذه الدراسة، أنّ متغيري الامن النفسي والتفكير الايجابي، متغيران مهمان جدا، يتأثران بعوامل عديدة ومتشعبة، لذا يجب إجراء دراسات حول هذا الموضوع لكشف أهم المتغيرات والعوامل التي تؤثر في هذين المتغيرين وطرق تطويرهما وتنميتها لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي خاصة والتلاميذ بصفة عامة .

خاتمة

خاتمة

يعدّ موضوع الامن النفسي والتفكير الايجابي من مواضيع السّاعة، وذلك للأهمية البالغة التي تحظى بها في الوقت الرّاهن؛ حيث تزايد اهتمام الباحثين بدراسة الحياة الانفعالية للإنسان من ناحيتها الايجابية. وهذا ما يتجلّى في مختلف الأبحاث والدراسات التي يسعى العلماء والباحثون من خلالها إلى فهم الإنسان ونفسيته واساليب تفكيره، إلى جانب معرفة خصائصه وسماته الانفعالية، وكذا طرق تنمية المهارات والسمات الايجابية لديه من اجل تحقيق التوافق والرضا والالتزان.

التوصيات

والاقتراحات

• التوصيات :

- التأكيد على أهمية الأمن النفسي وأثره في سلوك التلاميذ الثالثة ثانوي وإقامة الندوات والحلقات الدراسية في ثانوي في هذا الموضوع ,والقيام بالدراسات التي تتعلق بالتفكير الإيجابي .
- تدعيم عمل أقسام الإرشاد التربوي والصحة النفسية في الثانوي ,وبما يؤهلها لتقديم المساعدة لمن يحتاجها من التلاميذ .
- توظيف طرائق التدريس في كافة المراحل الدراسية لتنمية التفكير الإيجابي .
- توظيف الإرشاد التربوي لتنمية التفكير الإيجابي خاصة في المراحل النهائية.

• المقترحات :

- إجراء دراسة مشابهة للبحث الحالي على شرائح أخرى غير التلاميذ وهذا من أجل تعزيز نتائج البحث ومن ثم تعميمها .
- محاولة إجراء دراسات ميدانية تبحث في متغير التفكير الإيجابي وهذا بغرض التقليل من مشكلة نقص الدراسات السابقة .
- التأكيد والإستمرار على إستعمال طرق الحديثة في إلقاء المحاضرات والحوارات مع التلاميذ لتنمية أمنهم النفسي و بالتالي يتولد لديهم تفكير إيجابي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1. ابراهيم، عبد الستار. (2011). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث أساليب وميادين تطبيقاته ، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
2. أحمد، علي عبد الرحمن. (د.ت). التنبؤ بالأمن النفسي من المناخ الأسري لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، ماجستير توجيه و إرشاد. جدة : جامعة الملك عبد العزيز.
3. أقرع، إياد محمد نادي. (2005). الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، رسالة ماجستير. الدراسات العليا، فلسطين: جامعة النجاح الوطنية.
4. البدراني ، جلال عزيز حميد. (2004). الأمن النفسي وعلاقته بالتوجه الزمني لدى طلبة جامعة الموصل (رسالة ماجستير) ،كلية التربية ،جامعة الموصل .
5. بركات، زياد .(2006). التفكير الايجابي و السلبي لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات، دكتورا علم النفس تربوي. فلسطين: جامعة القدس المفتوحة.
- البلداوي، عبد الحميد. (2007). أساليب البحث العلمي والتحليل الإحصائي، طبعة الأولى. الأردن: دار الشروق للنشر.
6. بن الصديق، مداني و سعيدان، جلول. (2015). الأمن النفسي لدى أساتذة التعليم المتوسط بمدينة الأغواط، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر ،تخصص علم النفس العيادي،الجزائر: جامعة عمار تليجي بالأغواط.
7. بن ساسي، عقيل.(2013). الأمن النفسي و علاقته بالأنشطة الإبداعية لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي. مجلة العلوم الإنسانية و الإجتماعية، الجزائر، العدد13.
8. بوضلة، عائشة و يعقوبي، خديجة. (2009). دراسة مقارنة لمستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين من الأسر مطلقة وأسر غير مطلقة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي علم النفس،الجزائر: جامعة عمار تليجي بالأغواط .
9. بوغلاق، محمد (2009): الموجه في الإحصاء الوصفي والاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والإجتماعية. طبعة الأولى. الجزائر: دار الأمل للنشر.

10. جبر، محمد.(1996). بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالأمن النفسي. مجلة علم النفس السنة العاشرة،الهيئة المصرية العامة للكتاب، مصر، العدد 39.
- الحفني، عبد المنعم. (1994). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، طبعة الرابعة. القاهرة: مكتبة مدبولي.
11. الخالدي، عطاءالله فؤاد. (2008). قضايا إرشادية معاصرة، الأردن: دار اليازوري للنشر و التوزيع.
12. دماش، خديجة وحמידات، ميلود.(2016). التفكير الإيجابي وعلاقة بإستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة ، مجلة دولة محكمة ، جامعة عمار تليجي بالأغواط ،الجزائر،العدد (43) . ص ص (135_ 167). ديوان المطبوعات الجامعية.
13. راجح، أحمد عزة . (1968). أصول علم النفس، طبعة السابعة. القاهرة: دار الكتاب العربي للطباعة والنشر.
14. ربيع، فيصل و آخرون .(2014). التسويق الأكاديمي وعلاقته بأساليب التفكير لدى الطلبة الجامعيين في الأردن، المنارة، المجلد20، العدد 1.
15. الرقيب، سعيد بن صالح. أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية ، ماليزيا: الجامعة الاسلامية.
16. زهران، حامد عبد السلام. (1977). علم النفس النمو الطفل و المراهق، القاهرة: عالم الكتاب و التوزيع.
17. زهران، حامد عبد السلام.(1989). الصحة النفسية و العلاج النفسي، طبعة الثالثة. القاهرة: عالم الكتاب للنشر والتوزيع.
18. السر، حنان عمر أحمد. (2014). دور معلمي المرحلة الثانوية في تنمية منهاج التفكير الإيجابي لدى طلبتهم في ضوء الكتاب والسنة وسبل تفعيله، رسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في أصول التربية. فلسطين :الجامعة الاسلامية .

19. شحدة، رمزي و السويركي، سعيد. (2013). الأمن النفسي وعلاقته بالإستقلال (الإعتمادية وجود الحياة لدى المعاقين بصريا بمحافظة غزة، رسالة إستكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس، فلسطين: جامعة الإسلامية غزة.
20. شيببي، فاطنة و فردوس، ايمان تاج. (2015). التفكير الايجابي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة أولى ماستر علم النفس علوم التربية والارطفونيا ، مذكرة لنيل شهادة الماستر الاكاديمي في علوم التربية ، كلية العلوك الانسانية والاجتماعية .الجزائر جامعة عمار تليجي بالأغواط .
21. العامري، فريدة محي الدين. (1999). الأمن النفسي وعلاقته بالشعور بالعوز الغذائي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة صنعاء وعدن ، رسالة ماجستير، كلية التربية ابن رشد . العراق: جامعة بغداد.
22. عبد الغني، أحلام محمود أشرف. (2006). الأمن النفسي أبعاده ومحدداته من الطفولة إلى الرشد (دراسة ارتقائية)، مجلة التربية المعاصرة، العدد 73، 77-178.
23. عبد المجيد، السيد محمد. (2004). إساءة المعاملة و الأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدرسة الإبتدائية، دراسات نفسية، مجلة 14. العدد 3.
24. عبد جبر، حسين .(2015). الأمن النفسي و علاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية الفنون الجميلة، مجلة جامعة بابل. العلوم الإنسانية، المجلد 23 ، العدد 3 .
25. عبيدات، محمد وآخرون. (1999). منهجية البحث العلمي. طبعة 2، الأردن : دار وائل للنشر.
26. العبيدي، عفراء ابراهيم خليل. (2013). التفكير الإيجابي السلبي وعلاقة بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد، المجلة العربية لتطوير التفوق ، المجلد 4. العدد 7.
27. عشوي، مصطفى. (1994). مدخل إلى علم النفس المعاصر، الطبعة الأولى. الجزائر:
28. عطوي، جودت. (2000). أساليب البحث العلمي، الطبعة الثانية،الأردن: دار الثقافة للنشر.
29. علة، عيشة .(2016). التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بالأغواط . مجلة العلوم النفسية والتربية،الجزائر، العدد 3.

30. العنزي، يوسف محيلان سلطان .(دت). أثر التدريب على التفكير الايجابي واستراتيجيات التعليم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، جامعة الكويت: الكويت .
31. الفرماوي، حمدي علي. (2008). الحاجات النفسية (قراءة جديدة في هرم ماسلو)، الطبعة الأولى. القاهرة: دار الفكر العربي.
32. الفقي، ابراهيم .(2007). قوة التفكير ، سوريا: دار التوفيق.
33. قطامي، نايفة . (2001). تعليم التفكير للمرحلة الاساسية، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
34. كداد، لويزة و مخلوفي، سارة .(2014). الأمن النفسي لدى التلاميذ العنيفين في المرحلة المتوسطة دراسة ميدانية ببعض متوسطات ولاية ورقلة. مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس العيادي، جامعة قاصدي مرباح: ورقلة.
35. مبارك، خديجة. (2013). الأمن النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور المتوسط بمدينة الأغواط، دراسة مقارنة بين تلاميذ من أسر أحادية الوالد وتلاميذ من أسر ثنائية الوالد. مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر، تخصص إرشاد و توجيه. الجزائر: جامعة عمار ثلجي بالأغواط.
36. مظلوم، مصطفى على رمضان.(2014). العلاقة بين الأمن النفسي والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة، كلية التربية. جامعة بنها.
37. معمري، بشير. (2007). بحوث ودراسات متخصصة في علم النفس، الجزء الثالث. الجزائر: منشورات الحبر.
38. مقدم، عبد الحفيظ. (2011). الاحصاء والقياس النفسي والتربوي، طبعة الثالثة. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
39. المنجد في اللغة و الإعلام. (1986). الطبعة 29، لبنان: دار المشرق .
40. النجار، يحي و الطلاع، عبد الرؤوف . (2015) . التفكير الإيجابي وعلاقة بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الاهلية بمحافظات غزة ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث فلسطين، مجلة 29، العدد 2.

مواقع الأنترنت:

.41 معجم المعاني الجامع (www.almaany.com)

المراجع الأجنبية:

.42 **Initiation pratique a la . Maurice, A(1997)**
méthodologies des science humaines, Alger. éd, Casbah.

الملاحق

الملحق رقم (1): مقياس الأمن النفسي و التفكير الإيجابي.

جامعة عمار التلجيبيا لأغواط

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا



مقياس

عزيزي التلميذ/ عزيزتي التلميذة

في إطار إعداد مذكرة تخرج شهادة الماستر تحت عنوان "الأمن النفسي وعلاقته بالتفكير الإيجابي" لذا نرجو مساعدتكم لنا في الإجابة على جميع العبارات الواردة وتكون اجابتكم عليها بوضع علامة (x) في الخانة التي تتاسبك بصدق ولكم منا جزيل الشكر.

ملاحظة:

نرجو منكم الإجابة بغاية الصراحة والدقة وملء البيانات الشخصية والإجابة على المقياسين الواردين "" الأمن النفسي والتفكير الإيجابي""، ونأكد أنّ معلومات الإستبانة معدة لغرض علمي فقط لذلك فمعلوماتك سرية تماما.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر () أنثى ()

التخصص: آداب وفلسفة () علوم تجريبية () تسيير وإقتصاد ()

مقياس الامن النفسي				
غير موافق بشدة لا	غير موافق "أحيانا"	موافق "كثير"	موافق بشدة "كثير جدا"	العبرة
				1- لدي الشعور بالأمن لقدرتي على مواجهة مشكلاتي ومحاولة حلها
				2- أنا محبوب من الناس ويحترموني
				3- تقديري واحترامي لنفسي يشعر بالأمن
				4- لدي قدرتي على مواجهة الواقع حتى لو كان مرا
				5- أشعر أن لي قيمة وفائدة كبيرة في الحياة
				6- التمسك بالقيم الدينية وممارسة العبادات الدينية يشعر الفرد بالأمن والاطمئنان
				7- أتوقع الخير من الناس من حولي لأن الدنيا بخير
				8- أتق في قدرتي على حماية نفسي
				9- النجاح في العمل يؤدي إلى الاستقرار والأمن
				10- من مسؤولية الوطن والناس أن يحققوا الحماية والطمأنينة للفرد
				11- اشعر بالأمن والاستقرار في حياتي الاجتماعية
				12- التمسك بالأخلاق والعادات والتقاليد بالمجتمع تجعل الفرد يعيش في أمن وسلام

				13- احتاج لحماية الأهل والأقارب لأعيش بأمان
				14- الوحدة الوطنية والحب المتبادل يجعل الفرد آمناً ومطمئناً
				15- أحب أن أعيش بين الناس وأتعامل معهم بمحبة ومودة
				16- احرص على تبادل الزيارات مع زملائي وأصدقائي
				17- استطيع أن أعيش وأعمل بإنسجام مع الآخرين (أحب العمل الاجتماعي)
				18- أميل إلى الانتماء والاجتماع والتودد مع الإنسان
				19- أتكيف بسهولة أكون سعيداً في أي موقف اجتماعي
				20- تنقضي مشاعر العاطفة والدفء النفسي
				21- ثقتي بنفسي ليست على ما يرام
				22- احتقر نفسي وألومها من حين لآخر
				23- لدي نقص في بعض الحاجات
				24- ينقصني الشعور بالصحة والقوة مما يهدد حياتي بالخطر
				25- أنا شخص كثير التشكك وهذا ينقصني
				26- ضعف شخصيتي يهددني بنقص قيمتي في هذه الحياة
				27- شعور الأمن في الحياة والتعايش معها أمر صعباً في هذه الأيام
				28- الحياة عبء ثقيل تحتاج لكفاح وقوة مما يهدد حياة الفرد
				29- أرى أن الحياة تسير من سيء لآخر
				30- القلق على مستقبل بسبب (المرض أو البطالة) يهدد حياة الفرد ويمنعه من الاستقرار والأمن
				31- أفقد الشعور بالأمن والسلام من حولي لنقص الحماية من الآخرين حتى أقرب الناس

				32- كثرة الحروب يهدد الأمن والسلام
				33- أشعر أن حياتي مهددة بالخطر
				34- مشاعر التشاؤم واليأس تهدد بعدم الاستقرار والأمن في الحياة
				35- الفقر أو المرض أو البطالة يهدد حياة الفرد بالخطر ويشعرهم بعدم الأمن
				36- ابتعاد الناس عن الفرد وقت الشدة يشعره بعدم
				37- استياء الناس من الحياة يشعرهم بعدم الاستقرار فيها
				38- أشعر بالتعاسة وعدم الرضى في الحياة كثيرا
				39- أنا شخص متوتر وعصبي المزاج ويسهل استثارتي
				40- أشعر بالخوف (أو القلق) من وقت لآخر
				41- ارتبك وأجمل عندما أتحدث مع الآخرين
				42- تنقضي مشاعر السعادة والفرح فأنا حزين (وقد أبكي) معظم الوقت
				43- أنا شخص حزين معظم الوقت (وأبكي)
				44- الغضب والعنف السبب في معظم مشاكلي وشعوري بنقص الأمان
				45- أشعر بعدم الارتياح وعدم الهدوء النفسي معظم الوقت
				46- أعاني من الأرق كثيرا مما يقلل شعوري بالراحة والهدوء
				47- أحيانا يزيد غضبي عن الحد لدرجة تفقدني السيطرة على أفعالي على الرغم من بساطة الأمور
				48- أفقد اهتمام الناس بي وقد يعاملوني ببرود وجفاء
				49- أشعر كثيرا إنني وحيد في هذه الدنيا

				50- أرى أن الاحتكاك بالناس بسبب المشاكل
				51- اشعر بالراحة النفسية عندما أبتعد عن الناس (أو عندما أجلس بمفردي)
				52- التعامل بإخلاص ومحبة بين الناس أصبح عملية نادرة
				53- أصدقائي قليلون بسبب ظروفى الخاصة
				54- أكره الاشتراك فى الرحلات أو الحفلات الجماعية

مقياس التفكير الايجابي

لا تنطبق	تنطبق	العبارات
		1- اعتقد أن الغد أفضل من اليوم
		2- استطيع بسهولة أن أغير في أفكار الآخرين نحوي
		3- إميل للمرح والبهجة دوما
		4- اعرف كيف أتعامل مع الناس بغض النظر عما أحمل لهم في قرارة نفسي من نفور
		5- لا أجد حرجا في ممارسة هواياتي حتى ولو استنكرها الآخرون
		6- اعتقد أنه يجب المخاطرة في الحياة والتجاه نحو الأفضل
		7- أحاول أن أتعرف على نقاط ضعفي لتجنبها
		8- لا أفكر كثيرا في الأشياء التي حدثت سابقا
		9- من السهل علي أن أتفهم شعور الآخرين وأحل الخلافات بينهم ببسر
		10- اعتقد أنني واع تماما لحقوقي وواجباتي
		11- اعتقد أنني شخص محظوظ
		12- استطيع أن أتحكم في مشاعري نحو الأشياء حتى وإن كانت مؤلمة
		13- أتقبل شكلي كما هو
		14- أشعر براحة الاختلاط بالناس المختلفين عني
		15- حياتي جيدة حتى ولو لم أحقق كل مل كنت أطمح إليه
		16- أشد الناس جاذبية لي المبدعون والمختلفون في آرائهم وأفكارهم
		17- إذا فشلت مرة فسأنجح في المرة القادمة
		18- اعتقد أن ما مر بي من تجارب مؤلمة علمني الصبر والحكمة
		19- من السهل علي أن أطلب العون من الآخرين عندما أحتاج ذلك
		20- أوفق القول السائد " أننا جميعا مسؤولون لإنجاز العمل وإكماله
		21- أشعر بالطمأنينة عندما أتصور ما ستكون عليه حياتي بعد 10 أعوام
		22- بإمكان الإنسان أن يوقف نفسه عن الاستمرار في الغضب
		23- أشعر أن الحياة مليئة بالفرص وإمكانيات التطور والرقى
		24- أحب السفر والتعرف على المجتمعات الأجنبية

		25- لا يزعجني أن أتعرض للفشل في بعض الأمور
		26- أفضل أن يكون أصدقائي متنوعون في السن والمهنة والعقيدة
		27- حب الناس مكسب ولكنني أستطيع أن أعيش دون حب البعض
		28- لا تعيقني المادة وقلة الثروة عن الاستمتاع بحياتي
		29- لم أفقد ثقتي بالناس بالرغم مما عانيت من بعضهم
		30- يصفني قاربي وأصدقائي بأنني شخص مسؤول ويعتمد عليه
		31- أعتقد أن أمور حياتي تسير دائما إلى الأحسن
		32- أسامح بسرعة حتى مع من يخطئون في حقى
		33- أشعر بالرضا لأن الأمور تسير دائما في صالحى
		34- أجد راحة فى التعامل مع الجنس الآخر
		35- من حقى أن أهتم أفكر فى مصلحتى الخاصة
		36- أعتقد أنني نجحت لأننى إنسان محب للمجازفة و مندفع إلى حد ما
		37- فى الدنيا متسع لتقدمى ولتقديم الآخرين من حولى
		38- مزاجى طيب بغض النظر عن أى ظروف خارجية
		39- تصرفاتى مع الناس تتسم بالحكمة والتفهم
		40- عادة كما يطلب منى أداء الأعمال القيادية التى تتطلب الشرح والتوجيه

الملحق رقم 2: الصدق التمييزي مقياس الأمن النفسي:

Group Statistics

العينة: العليا، العينة: الدنيا	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
الاعلى الامن النفسي	8	113,20	4,324	1,547
الدنيا	8	55,40	1,254	1,125

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference	Lower	Upper
الامن النفسي	Equal variances assumed	,262	,623	7,524	8	,000	16,800	1,897	47,425	139,175
	Equal variances not assumed			7,524	7,549	,000	16,800	1,897	47,379	139,221

رقم 3 : الثبات بطريقة الفا كرونباخ:

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,792	54

رقم 4: الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,345
		N of Items	27 ^a
	Part 2	Value	,663
		N of Items	27 ^b
		Total N of Items	54
		Correlation Between Forms	,670
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length	,803	
	Unequal Length	,803	
	Guttman Split-Half Coefficient	,696	

a. The items are: VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00019, VAR00020, VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027.

b. The items are: VAR00028, VAR00029, VAR00030, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040, VAR00041, VAR00042, VAR00043, VAR00044, VAR00045, VAR00046, VAR00047, VAR00048, VAR00049, VAR00050, VAR00051, VAR00052, VAR00053, VAR00054.

رقم 5: الصدق التمييزي مقياس التفكير الإيجابي:

Group Statistics

العينة: العليا، العينة: الدنيا	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
العليا الدافعية للإنجاز	8	32,40	3,213	1,127
الدنيا	8	8,80	1,112	1,025

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference	Lower	Upper
الدافعية للإنجاز	Equal variances assumed	,214	,421	10,814	8	,000	12,800	1,288	12,235	148,124
	Equal variances not assumed			10,814	7,549	,000	12,800	1,288	12,235	148,124

رقم 6: الثبات بطريقة الفا كرونباخ:

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,875	40

رقم 7: الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,334
		N of Items	20 ^a
	Part 2	Value	,674
		N of Items	20 ^b
Total N of Items		40	
		Correlation Between Forms	,690
Spearman-Brown Coefficient		Equal Length	,824
		Unequal Length	,824
		Guttman Split-Half Coefficient	,721

رقم 8: نتائج الفرضية الاولى: العلاقة بين الامن النفسي والتفكير الايجابي.

Correlations			
		الامن النفسي	التفكير الايجابي
الامن النفسي	Pearson Correlation	1	,385**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	100	100
التفكير الايجابي	Pearson Correlation	,385**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

رقم 9: نتائج الفرضية الثانية: الفروق في الامن النفسي تبعا لمتغير الجنس.

Group Statistics					
	ذكور، اناث	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
الامن النفسي	ذكور	24	104,5417	25,99662	5,30654
	اناث	76	99,9868	20,82146	2,38839

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference	Lower	Upper
الامن النفسي	Equal variances assumed	,713	,401	,878	98	,382	4,55482	5,18515	-5,73494	14,84459
	Equal variances not assumed			,783	32,849	,439	4,55482	5,81925	-7,28661	16,39626

رقم 10: نتائج الفرضية الثالثة: الفروق في التفكير الايجابي تبعا لمتغير الجنس.

Group Statistics

ذكور، اناث	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
التفكير الايجابي ذكور	24	30,3750	6,25413	1,27662
اناث	76	29,2632	5,09213	,58411

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
								95% Confidence Interval of the Difference		
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference	Lower	Upper	
التفكير الاجابي	Equal variances assumed	3,837	,053	,881	98	,380	1,11184	1,26144	-1,39145	3,61513
	Equal variances not assumed			,792	33,192	,434	1,11184	1,40390	-1,74379	3,96747

رقم 11: نتائج الفرضية الرابعة: الفروق في الامن النفسي تبعا لمتغير التخصص.

ANOVA

الامن النفسي

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	937,967	2	468,983	1,154	,320
Within Groups	39428,993	97	406,484		
Total	40366,960	99			

رقم 12: نتائج الفرضية الخامسة: الفروق في التفكير الايجابي تبعا لمتغير التخصص.

Descriptives

التفكير الايجابي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					LowerBound	UpperBound		
ادبي	25	31,1600	6,08057	1,21611	28,6501	33,6699	19,00	39,00
علمي	42	33,3571	3,72743	,57515	32,1956	34,5187	24,00	39,00
اقتصاد	33	30,3030	5,33552	,92880	28,4111	32,1949	21,00	39,00
Total	100	31,8000	5,07917	,50792	30,7922	32,8078	19,00	39,00

ANOVA

التفكير الايجابي

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	186,027	2	93,014	3,810	,026
Within Groups	2367,973	97	24,412		
Total	2554,000	99			

Multiple Comparisons

التفكير الايجابي

LSD

	MeanDifference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
				LowerBound	UpperBound
ادبي، علمي، (I) اقتصاد	-2,19714	1,24809	,081	-4,6743	,2800
ادبي، اقتصاد (J)	,85697	1,31005	,515	-1,7431	3,4571
علمي، ادبي	2,19714	1,24809	,081	-,2800	4,6743
علمي، اقتصاد	3,05411*	1,14935	,009	,7730	5,3352
اقتصاد، ادبي	-,85697	1,31005	,515	-3,4571	1,7431
اقتصاد، علمي	-3,05411*	1,14935	,009	-5,3352	-,7730