

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عمار ثليجي بالاغواط

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية



الموضوع

التفكير الايجابي وعلاقته بالدافعية للإنجاز الأكاديمي
لدى عينة من تلاميذ سنة أولى ثانوي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية

تخصص إرشاد و توجيه

إشراف الدكتور :

عمومن رمضان

إعداد الطالبة :

مرفوعة الزهراء

صحراوي مريّة

السنة الجامعيّة 2017 / 2018



كلمة شكر وعرفان

في المستعمل نشكر الله العلي القدير واهب المنن ، والموفق لكل
خير ، ونحمده حمدا يوافي ويكافي فريده حمدا يليق بجلال نعمه
وعظيم سلطانه .

نزجي سحائب الشكر و الامتنان وآيات الثناء و العرفان إلى الأستاذ
الدكتور المشرف "عموم رمضان " الذي كان لي نعم المرشد و
المعين و الذي لم يخن علي بتوجيهاته الدقيقة.

و نصائحه الغالية ، وكان لوقوفه معي في كل مراحل البحث خاصة
وفي مساري العلمي عامة اثر بالغ ووقع معتبر .

والشكر إلى كل أساتذة قسم العلوم الاجتماعية ، فرع علم النفس

على التكوين

و الرعاية و التوجيه



إهداء

إلى من وفقني وسد خطاي للوصول إلى ما أنا عليه الآن .. خالقي
إلى الرجل العظيم الذي يعكس أسمى معاني الحب والتضحية قدوتي
وحفزي إلى النجاح أمي وأبي وأولادي وزوجي
إلى ملائكة في الحياة .. إلى من جعل الله الجنة تحت قدميها .. أغلى
الأحباب أمي

إلى إخوتي وأخواتي حفظهم الله
إلى من تشاركت معهم أفراحي وأحزاني صديقة دربي مريم صحراوي

مرفوعة فاطمة الزهراء

الأهداء

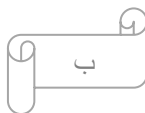
أهدي ثمرة هذا البحث الذي كان إلى رمز العطاء والحنان والدتي وإلى فلذات
أكبادي

إلى أخي عبد اللطيف إلى أختي عيشة وخالتي نريمان

وإلى جدتي عيشة وجدتي الصادق وجدتي جميلة وجدتي مختار.

وجدتي المرحوم قدور وحبيبة قلبي الزهرة، وإلى حبيبتي صبرينة

مريّة صحراوي



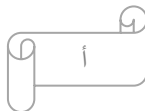
ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى كشف طبيعة العلاقة بين التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز الأكاديمي لدى أساتذة التعليم المتوسط بمدينة الأغواط ، ومعرفة مستوى كل من التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط ، ومعرفة دلالة الفروق في التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي حسب التخصص الدراسي .

حيث تم الإعتماد على المنهج الوصفي والإستعانة بمقياس التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز الذي تم توزيعهما على عينة حجمها 60 تلميذا بثانويتي الجودي بلقاسم وأول نوفمبر بمدينة الأغواط ، ثم اختبار الفرضيات ببرنامج SPSS النسخة 20 اين توصلنا إلى النتائج التالية:

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

الكلمات الدالة : التفكير الإيجابي - دافعية الإنجاز الأكاديمي



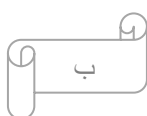
Abstract :

The objective of the present study was to uncover the nature of the relationship between positive thinking and motivation of academic achievement among the teachers of intermediate education in Laghouat city, and to know the level of positive thinking and motivation of achievement among secondary school students in Laghouat city. By specialization.

Where the reliance on the descriptive approach and the use of the measure of positive thinking and motivation of achievement, which were distributed on a sample size of 60 students in Tanwiti Jodi Belkacem and first November in Laghouat, and then test the hypotheses SPSS version 20 where we reached the following results:

- There is a relationship between the positive thinking and motivation for academic achievement of students in the first year secondary.
- The level of positive thinking and motivation for academic achievement among students of the first year secondary high.
- There are no differences in positive thinking among students of the first year secondary by specialization
- There are no differences in motivation for achievement in students of secondary first year by specialization

Keywords: Positive Thinking - Academic Achievement Drive



الصفحة	المحتوى
	الإهداء
	شكر و تقدير
أب	ملخص الدراسة
جـ د	فهرس الموضوعات
و	فهرس الجداول
ز	فهرس الملاحق
01	مقدمة
أجانب النظري	
الفصل الأول: إشكالية الدراسة واعتباراتها	
05	أولاً: إشكالية الدراسة.
06	ثانياً: فرضيات الدراسة
07	ثالثاً: أهمية الدراسة
08	رابعاً: أهداف الدراسة
08	خامساً: المفاهيم الإجرائية للدراسة
09	سادساً: الدراسات السابقة
الفصل الثاني: التفكير الايجابي	
15	تمهيد
16	أولاً: مفهوم التفكير الايجابي
18	ثانياً: أبعاد التفكير الايجابي
20	ثالثاً: الصحة والتفكير الايجابي
23	رابعاً: علم النفس الايجابي
28	خامساً: التفكير الايجابي وعلاقته بعلم النفس الايجابي

الفصل الثالث : دافعية الإنجاز	
31	تمهيد
32	أولا : تعريف الدافعية للإنجاز
34	ثانيا تعريف الإنجاز
34	ثالثا : خصائص دافعية الإنجاز
35	رابعا : أنواع دافعية الإنجاز
36	خامسا : طرق قياس دافعية الإنجاز
38	سادسا : النظريات المفسر لدافعية الإنجاز
42	خلاصة الفصل
أجانب التطبيقي	
الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية	
44	تمهيد
44	أولا: منهج الدراسة
46	ثانيا: الدراسة الاستطلاعية
46	ثالثا: أدوات الدراسة
48	رابعا: الدراسة الأساسية
51	خامسا: إجراءات التطبيق
51	سادسا: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
الفصل الخامس : عرض نتائج الدراسة ومناقشتها	
54	أولا: عرض ومناقشة النتائج
54	ثانيا: مناقشة عامة للنتائج
58	ثالثا: الاقتراحات
63	استنتاج عام

65	خاتمة
67	المراجع
I	الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين القوى الإنسانية .	26
02	يبين توزيع استبيانات الدراسة على مجتمع الدراسة.	45
03	يوضح خصائص عينة الدراسة حسب الجنس.	45
04	يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس التفكير الإيجابي	49
05	يبين نتائج ثبات مقياس التفكير الإيجابي بطريقة ألفا كرونباخ .	49
06	يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس دافعية الإنجاز	50
07	يبين نتائج مقياس دافعية الانجازات تخصص آداب بطريقة ألفا كرونباخ.	50
08	يوضح معامل الارتباط بين التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز .	54
09	يوضح نتائج الفروق بين المستويين في التفكير الإيجابي:	55
10	يوضح نتائج الفروق بين المستويين في دافعية الإنجاز .	57
11	يوضح الفروق في التفكير الإيجابي حسب التخصص الدراسي.	59
12	يوضح الفروق في دافعية الإنجاز حسب التخصص الدراسي.	60

مقدمة

خلق الله الإنسان وكرمه وفضله على كثير ممن خلق ووضع فيه قوة عجيبة يستطيع أن يعمر بها الأرض ويعيش في خير وسعادة بفضل الله ، فالقرآن يحفز و يدفع الناس لممارسة التفكير حتى يصل الى الحقيقة و بالتالي إلى السعادة.

والتفكير الإيجابي واحد من أنواع التفكير التي حث الله عليها الإنسان. فالله يحثنا و يأمرنا بكل ما هو إيجابي وبكل ما يُثري الإنسان ويجعله خير خلف في الأرض .

و التفكير الإيجابي هو استطاعة الفرد على التحكم في انفعالاته و مشاعره و هذا ما أمرنا رسول الله محمد صلى الله عليه وسلم به في أن لا نغضب، وبأن لا نستثار إلا للحق.

فالتقاول هو النظرة الايجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد باحتمال حدوث الخير.

وحتى نُقبل على الحياة كان لابد أن ننظر للمواقف و الحوادث الضاغطة من جميع جوانبها ولابد من البحث في عقولنا عن تفسيرات و تحليلات تجعلنا نتقبل الوضع ونستفيد من الموقف . ويقول الله عزّ وجلّ « وعسى أن تكرهوا شيئاً وهو خير لكم وعسى أن تحبوا شيئاً وهو شر لكم . والله يعلم وأنتم لا تعلمون.» البقرة. الآية. 216

واستناداً على ما أثبتته الدراسات في فاعلية التفكير الايجابي في تحقيق دافعية الإنجاز الدراسي ،جاءت الدراسة الحالية بهدف الوصف والاستكشاف عن طريق جمع البيانات وتحليلها للوقوف على العلاقات الارتباطية المحتملة بين التفكير الايجابي ودافعية الإنجاز لدى عينة من تلاميذ الثانوي .

وتشتمل دراستنا في مجملها على خمسة فصول تكمل بعضها البعض (ثلاثة فصول في الجانب النظري وفصلين في الجانب التطبيقي).في الفصل الأول تم عرض إشكالية البحث وفرضياته، أهداف البحث، وأهميته ، حدود البحث والتعاريف الإجرائية لمتغيرات البحث، والدراسات السابقة، أما الفصل الثاني فخصص للتفكير الايجابي وقد تم استعراض تعاريفه

وأبعاده ومدى تأثيره على الصحة النفسية والجسمية، كما تطرقنا في هذا الفصل إلى علم النفس الايجابي و تعارفه ومجالاته وعلاقته بالتفكير الايجابي.

ثم الفصل الثالث: حيث تحدثنا عن دافعية الانجاز وأنواعها وطرق قياسها وختاما النظريات المفسرة لها.

و الفصل الرابع كان خاصا بإجراءات البحث والمنهجية التي يقوم عليها، بينما خصص الفصل الخامس والأخير لعرض نتائج البحث ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة المتاحة، وختم البحث بمناقشة عامة للنتائج.

المفصل الأول

إشكالية الدراسة واعتباراتها

أولاً: إشكالية الدراسة

ثانياً: فرضيات الدراسة

ثالثاً: أهمية الدراسة

رابعاً: أهداف الدراسة

خامساً: التعريفات الإجرائية

سادساً : الدراسات السابقة

سابعاً: نتائج الدراسة

أولاً: إشكالية الدراسة :

إن تركيز الإنسان في الجانب الايجابي للضاغط وتفكيره الإيجابي هو وعي انتقائي. والوعي هو قلب التنبؤ والتحكم وقدرة الناس على أن يخططوا للمستقبل و يسمح لهم أن يخططوا لأفعالهم ويقدرُوا قدرتهم على الفعل فالناس دائماً في مواجهة تحديات جديدة يمكن حلها إذا استخدم الإنسان مهاراته كلها لحدّها الأقصى، وبتناغم شديد. الوعي والتفكير في مشكلة يمكن الناس من توقع التحديات وتعظيم ما لديهم من موارد وفرص للنجاح. (اسبنيول، ستودينجر، 2006، ص 90)

والتفكير الإيجابي مع الذات وتكرار الجمل الايجابية يؤدي إلى إحلال الشعور بالتفاؤل والكفاءة. (سيلجمان، 2009، ص 170)

والتفكير الايجابي والتفاؤل والكفاءة كلها فضائل إنسانية تدفع الإنسان إلى تحمل الضغوط وغيرها وإعطاء الإنسان قوة و طاقة للانطلاق من جديد.

فعندما ينظر الفرد إلى كوب ماء فإن الإجابة بأنه نصف ممتلئ، مقارنة بإجابته بأن الكوب نصف فارغ يصنفها النفسانيون ضمن الإجابات التي تدل على النظرة الايجابية للحياة.

وبعبارة أخرى تعتبر الإجابة مؤشرا على النظرة للأمور من جانبها المشرق، وغالبا ما يحتثنا الأصدقاء والأهل على تبني مثل هذا الاتجاه للتعامل والتغلب على مشكلات الحياة ومع أن البعض ربما لا يأخذ هذا الأمر على محمل الجد، إلا أن النفسانيين المتخصصين في البحوث الخاصة بالشخصية يضعون هذه النصيحة في توصياتهم وكوسيلة من جانب الفرد لحماية صحته البدنية والنفسية. (عسر، 2000، ص 149)

فنجاح المدرسة وبكل أطوارها يتوقف على نوعية بيئتها وقدرتها على تحفيز التلاميذ وزيادة الدافعية للدراسة بإعتبارها إحدى العوامل الأساسية في تحصيل المعرفة، حتى يعتبر الدافع

والرغبة في الدراسة ومحركا نفسيا للإنجاز الأكاديمي، لكنه ينبغي الاختلاف من فرد إلى آخر، فهناك تلميذ لديه دافعية مرتفعة وتحصيل، وتلميذ آخر يفتقد لهاته الدافعية وهذا راجع إلى المشكلات السلوكية في مرحلة المراهقة وتأثيراتها على المناخ المدرسي وعدم إتاحة الفرص للتلاميذ بالاتصال الفعال مع البيئة وانعدام وجود علاقات اجتماعية سليمة ومشبعة داخل الثانوية.

انطلاقا مما سبق ونظرا لأهمية الموضوع فكرت الباحثتان في إجراء دراسة ميدانية حول التفكير الإيجابي وعلاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمي عند فئة التلاميذ التي تكتسي أهمية بالغة وتضطلع بدور كبير، وذلك في ضوء متغيرين تعتقد الباحثتان أن لهما دورا إلى جانب التفكير الإيجابي في التأثير على عملية التعلم، وعليه فإن التساؤل العام المقترح للبحث هو كالاتي:

- ما مستوى التفكير الإيجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط ؟
- ما مستوى دافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط ؟
- هل توجد فروق في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي تعزى إلى التخصص ؟
- هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي ودافعية الأنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط ؟
- هل توجد فروق في دافعية الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي تعزى إلى التخصص ؟

ثانيا : فرضيات الدراسة

بعد اطلاع الباحثتين على الاطار النظري والدراسات السابقة تم وضع الفرضيات التالية:

- مستوى التفكير الإيجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط منخفض .

- مستوى دافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط منخفض .
- توجد علاقة بين التفكير الايجابي ودافعية الأنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط .
- توجد فروق في التفكير الايجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي تعزى إلى التخصص
- توجد فروق في دافعية الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي تعزى إلى التخصص .

ثالثا: أهمية الدراسة

لا يخفى على أحد الأهمية الكبرى التي يتمتع بها قطاع التربية والتعليم، وليس أدل على هذه الأهمية من تلك الجهود المبذولة من طرف الدول المتقدمة من خلال عقد المؤتمرات وتشجيع البحوث وتوظيف كل ما هو نافع للنهوض بهما. وكل هذه الجهود الدؤوبة في مجال التربية والتعليم يوجهها اعتقادا أساسيا مفاده أن الاستثمار فيهما سيؤدي إلى تقدم الأمة وازدهارها وامتلاكها ناصية القوة والعلم.

كما تكمن أهمية هذه الدراسة في عدة اعتبارات أهمها:

- دراسة التفكير الايجابي يعيد الاعتبار لنقاط القوة والفضائل الإنسانية التي لها دور فعال في تنمية الخصال الايجابية في الإنسان، بعد ما ظل علم النفس زمنا طويلا يهتم بالنماذج السيئة من الناس والمرضى والعاجزين الذين أثروا في جودة الحياة.
- التعريف بعلم النفس الايجابي كمفهوم جديد في علم النفس ظهر في أواخر القرن العشرين فقط.
- فتح آفاق جديدة للبحث ذات رؤية متعددة الأبعاد حول مفهوم التفكير الايجابي ودافعية الإنجاز .
- لفت انتباه القارئ إلى ان اتصافه بالتفكير الايجابي عامل مهم للدافعية .

- وأخيرا تكمن أهمية هذا الموضوع في أهمية العينة وما تتعرض له عوامل مختلفة تؤثر على سلوكها التربوي وعطائها العلمي تتطلب التفكير الإيجابي .

رابعاً: أهداف الدراسة : تهدف الدراسة إلى:

- كشف طبيعة العلاقة بين التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز الأكاديمي لدى أساتذة التعليم المتوسط بمدينة الأغواط
- معرفة مستوى كل من التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة الأغواط .
- معرفة دلالة الفروق في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي حسب التخصص الدراسي .
- معرفة دلالة الفروق في دافعية الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي حسب التخصص الدراسي .

خامساً: التعريفات الإجرائية:

1-التفكير الإيجابي:

يقاس إجرائياً بالدرجات التي يتحصل عليها أفراد العينة في مقياس التفكير الإيجابي. ويتكون هذا المتغير من الأبعاد التالية: الدافعية والتفاؤل.

- الحكمة، الاتزان والمرونة.

- تقبل الذات وتطويرها.

2 - تعريف دافعية الإنجاز الدراسي : هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلاميذ

خلال إستجابتهم لمقياس دافعية الإنجاز.

سادسا : الدراسات السابقة

1-الدراسات السابقة الخاصة بمتغير التفكير الایجابي:

- دراسة علة عیشة ویزاد نعیمة (2016) هدفت الدراسة إلى البحث في التفكير الإیجابي لدى الطلبة الجامعیین بجامعة تلیجي عمار بالأغواط ومن خلال التساؤلات التالية: ماهو مستوى التفكير الإیجابي لدى الطلبة الجامعیین؟ ماهي الأبعاد الأكثر شیوعا بین الطلبة الجامعیین؟ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التفكير الإیجابي وفقا للنوع؟، وللإجابة عن هذه التساؤلات استخدمنا مقياس التفكير الإیجابي لعبد الستار(2010) على عينة من الطلبة حيث بلغ عددهم 200 طالبا حيث توصلنا مجموعة من النتائج أهمها: ارتفاع مستوى التفكير الإیجابي لدى الطلبة الجامعیین، أما الأبعاد الأكثر شیوعا فقد جاء الشعور العام بالرضا أولا، ثم التقبل الإیجابي للاختلاف، حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي، السماحة والأريحية، الضبط الانفعالي والتحكم، المجازفة الإیجابية، الذكاء الوجداني، التوقعات الإیجابية والتفاؤل وأخيرا تقبل المسؤولية الشخصية، أما الفروق فقد توصلنا لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإیجابي لصالح الإناث، وفي ضوء ما توصلنا إليه من نتائج قدمنا تفسيرات واقتراحات.

-دراسة إیمان صادق، ریا الدوري 2010:

هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء العلاقة بین التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات كلية التربية جامعة بغداد، وبلغ عدد أفراد العينة (319) طالبة منها (153) طالبة للمرحلة الأولى و(166) طالبة للمرحلة الرابعة. وقد تم تطبيق مقياس التفاؤل المبني بعد استطلاع وجه إلى عينة من الطالبات والإطلاع على مجموعة من المقاييس والدراسات التي بحثت في الموضوع كما استخدم مقياس التوجه نحو الحياة الذي أعده

"شاير كارفر" 1985 الذي ترجمه الانصاري 1998 وقد أظهرت الدراسة النتيجة التالية وجود علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة.

دراسة زياد بركات 2006:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والتربوية ولقد تمت الدراسة على عينة مكونة من (200) طالب وطالبة من جامعة طولكرم موزعين تبعاً لمتغيرات الدراسة، ولقد توصل الباحث إلى أن ما نسبته (40.5) من أفراد الدراسة قد أظهروا التفكير الايجابي كما أن الدراسة أسفرت على وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الايجابي والسلبي تعزى لمتغير الجنس وعمل الأم وذلك لصالح الإناث والطلاب أبناء الأمهات العاملات. وعدم وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على التفكير الايجابي والسلبي تعزى لمتغيرات التحصيل الأكاديمي، مكان السكن، عمل الأب، مستوى تعليم الأب والأم.

دراسة زياد بركات 1998:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي، كالجنس والعمر والحالة الاجتماعية والتخصص الدراسي ونوع العمل ومكان السكن. وقد استعمل الباحث مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم على عينة مكونة من (254) طالب ب (102) ذكر و (152) أنثى من طلبة جامعة القدس، وقد أسفرت النتائج على أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطات درجات الطلبة على المقياس بينما لا توجد فروق في متوسطات الطلبة بخصوص متغيرات الجنس والعمر والحالة الاجتماعية.

دراسة فونتين وآخرون 1993:

استهدفت الدراسة معرفة تأثير التفاوض في إدراك السيطرة على الضغوط ومواجهتها، وأجريت الدراسة على عينة من طلبة الجامعة في إنجلترا وقد طبق عليهم مقياس التفاوض-التشاؤم، ومقياس السيطرة المدركة على الضغوط وفيه يسأل الأفراد أن يقرروا إلى أي درجة يتوقعون بوجه عام أن يكونوا قادرين على التحكم في المواقف الضاغطة في الحياة، وطبقت عليهم أيضا قائمة تفضيلات المواجهة التي تقيس مختلف الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية التي يمكن أن يستخدمها الناس لمواجهة الضغوط وإدارتها. وأظهرت النتائج أن التفاوض وإدراك التحكم في الضغوط يرتبطان معا ارتباطا موجبا و أن التفاوض يرتبط ارتباطا مع أساليب المواجهة الفعالة وإعادة التفسير الإيجابي ويرتبط سلبا بالتركيز على الانفعال والتنفيس عنه. (البرزنجي، 2010، ص 63)

2- الدراسات السابقة الخاصة بمتغير دافعية الإنجاز :

دراسة جولدن (1996) بعنوان أثر تفاعل سلوك المدرس وإتجاه التلميذ نحو المدرسة على دافعية الإنجاز ومستوى الطموح لدى التلاميذ وتكونت عينة الدراسة من 200 تلميذ وتلميذة بالصف الخامس مختارين من عشر مدارس ابتدائية بنيويورك وقد إتضح عن نتائجها أنه كلما كان سلوك المدرس مركز على التلميذ والمادة الدراسية معا كلما إتجه التلميذ إيجابيا نحو المدرسة وترتفع دافعية الإنجاز كما أوضحت أن إنتاجية الفصل بمستوى الطموح لدى التلميذ عالية.

دراسة الحامد (1996) الهدف منها بناء مقياس لدافعية الإنجاز الدراسي ومعرفة مدى قدرة المقياس على التنبؤ بذوي الإنجاز الدراسي المرتفع والمنخفض وتكونت العينة من (200) طالب من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية وتم إستخدام مقياس

دافعية الإنجاز، إعداد الباحث ودلت النتائج على وجود ارتباط قوي ودال إحصائياً بين درجات دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي.

• دراسة ربيعة الرندي وآخرون: (1995) بعنوان علاقة الدافع للإنجاز للتحصيل الدراسي لدى طلبة مرحلة التعليم الثانوي لدولة الكويت.

• هدف الدراسة: تحديد درجة الدافع للإنجاز لدى الطلبة الكويتيين لمرحلة الثانوي.

الكشف عن العلاقة بين درجة الدافعية للإنجاز ودرجة التحصيل الدراسي لديهم.

عينة الدراسة : إشمملت عينة الدراسة على 502 طالب وطالبة الصف الثالث من مرحلة الثانوية بالتعليم الثانوي.

أدوات الدراسة : إختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين.

7- نتائج الدراسة :النتائج تتراوح الدافعية للإنجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية، تعليم ما بين 62 و 122 درجة من أصل 130 درجة.

معظم طلبة المرحلة الثانوية تعليم عام يتميزون بمستوى مرتفع الدافع للإنجاز.

• لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجة الدافع للإنجاز لدى الطلبة الكويتيين للمرحلة الثانوية تعليم عام ويعود هذا إلى متغير المناطق التعليمية المختلفة الجنس، المستوى التعليمي للأبوين.

• لا توجد علاقة بين درجة الدافع للإنجاز والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

دراسة محمد : (1987) دراسة لمعرفة العلاقة بين دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (120) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية بين الإمارات، وقد قسمت العينة إلى مجموعتين الأولى تحصيل مرتفع ممن حصلوا على (80%) فأكثر والثانية ذات تحصيل منخفض ممن حصلوا على (60%) فأقل، وكشفت نتائج الدراسة أن

الفروق كانت جوهرية ودالة في داعية الإنجاز بين ذوي التحصيل المرتفع والمنخفض لصالح الطلاب ذوي التحصيل المرتفع .

دراسة لوكنسن (1979) تهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في دافعية الإنجاز، تكونت العينة من (146) فردا من الطلاب والطالبات كلية الطب وإستخدام الباحث مقياس الدافعية للإنجاز وكشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا على مقياس دافعية الإنجاز بين الطلاب والطالبات لصالح الطالبات.

يستفاد من هذه الدراسات السابقة من حيث اعتمادها على المنهج الوصفي الأنسب لدراستنا ، إضافة إلى أهمية الأدوات المستخدمة ، واختيارنا للعينة المناسبة ، كما نرى أن أهداف الدراسة تصب في معرفة مستوى التفكير الإيجابي ومستوى الدافعية للإنجاز وهذا ما تسعى إليه الدراسة الحالية

الفصل الثاني

التفكير الإيجابي

- تمهيد

أولاً: مفهوم التفكير الإيجابي

ثانياً: أبعاد التفكير الإيجابي

ثالثاً: الصحة والتفكير الإيجابي

رابعاً: علم النفس الإيجابي

خامساً: التفكير الإيجابي وعلاقته بعلم النفس الإيجابي

- خلاصة الفصل

تمهيد:

التفكير الايجابي هو استطاعة الفرد وإرادته على التحكم في انفعالاته ومشاعره وإعمال عقله بطريقة منظمة ومنطقية ذات طابع تفاؤلي، لمواجهة المواقف التي قد تؤثر سلباً عليه وعلى صحته.

فبتفكيره الايجابي ويقواه وفضائله يستطيع الإنسان أن يغير واقعه ويعيش حياة سعيدة ذات معنى لنفسه ومع غيره.

إن ديننا حينما أمرنا بالتماس الأعذار لإخواننا، فانه يأمرنا بالتفكير الايجابي ووضع الاحتمالات الإيجابية التي من شأنها تحسين العلاقات الاجتماعية وترقية المجتمع بهذه الطريقة.

وحيثما أمرنا أن لا نغضب، فهو يعلم قدرة الإنسان على ضبط نفسه، والسيطرة عليها وتوجيه تفكيرنا إيجابياً بوضع الاحتمالات الإيجابية لأخينا الذي أغضبنا.

فمن هذا كله تظهر قدرة الإنسان على التحكم في أفكاره، وقيادتها نحو الإيجاب وإرجاعها إلى طريقها الصحيح الذي فطرت عليه فالإنسان خير بطبعه.

أولاً: مفهوم التفكير الايجابي

إن الإنسان إذا واجهته مشاكل بحث لها عن حلول بالتفكير في معطياتها وتحليل مفرداتها، حتى يصل إلى حل مناسب يمكنه من تجاوز المشكل واتخاذ القرار المناسب. فالتفكير أداة لحل المعضلات والتفكير كلمة مشتقة من مادة فكر (ف، ك، ر) على وزن تفعيل الذي يعني مزيداً من إعمال النظر في الشيء. (الحارثي، 2009، ص 17)

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

وفي تعريف آخر "لدي بونو" بأنه استكشاف للخبرة من أجل الوصول إلى الهدف الذي قد يكون اتخاذ قرار أو فهم مسألة أو حل مشكلة أو إصدار حكم. (الحارثي، 2009، ص 17)

فمن التعاريف السابقة التي اتفقت على أن التفكير هو معالجة المعلومات باستحضار الخبرة والخروج بنتيجة، فطريقة التفكير تختلف من شخص لآخر حسب استقباله للمعلومات أو حسب ما يمتلك من خبرة وحسب شخصيته ومزاجه لذا يقول "بارون" أن نمط التفكير هو الطريقة التي يتعامل بها الفرد مع المعلومات من حوله فيما يحقق أهدافه وهو يتأثر بسمات الفرد. (قطامي وعمور، 2005، ص 74)

فسمات الفرد وشخصيته لها دور في تحديد نمط التفكير، فالأشخاص الذين يتسمون بالتفاؤل لهم طريقتهم في التفكير ومعالجة المشاكل، فهم يقومون بإعمال النظر والتفكير في جميع جوانب المشكل، فهم لا يعتقدون أن المشكل كله سلبي وإنما يبحثون على الجانب الايجابي فيه وعن الاستفادة من الموقف.

فسمات الشخصية والمزاج لهما دور كبير في نمط التفكير، يقول "سيلجمان" أن المزاج الايجابي يوجهنا لطريقة تفكير مختلفة تماما عن تلك الخاصة بالمزاج السلبي، يقول لقد لاحظت على مدار ثلاثين عاما من اجتماعات الكلية بقسم علم النفس -والتي تعقد في حجرة رمادية كئيبة بلا نوافذ وممتلئة بنكديين غير مرنيين- إن المزاج العام يقع في الجانب البارد ويبدو أن هذا يجعلنا نقادا بدرجة عالية. فعندما نجتمع لمناقشة أي من المتقدمين الرائعين العديدين لوظيفة أستاذ، كثيرا ما كنا ننتهي إلى عدم تعيين أحد.

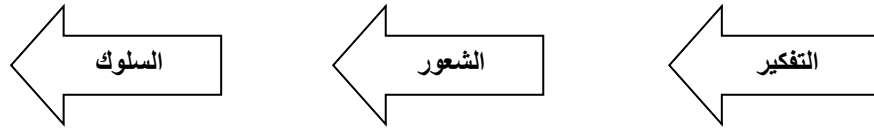
وبدلا من ذلك كنا نتصيد كل خطأ يرتكبه أي من المتقدمين، لذا فإن المزاج السلبي البارد ينشط نمط المحطات القتالية في التفكير، والمزاج الإيجابي بالمقارنة يدفع الناس إلى طريقة تفكير مبدعة، مسامحة وبناءة وكريمة وغير دفاعية هذه الطريقة في التفكير تستهدف اكتشاف ما هو صحيح وليس ما هو خطأ. (سيلجمان، 2006، ص 38).

ومن هذا المنطلق كان على هؤلاء إدراك مزاجهم السيئ، ومحاولة تعلم وتحسين مزاجهم، والنظر إلى الحياة بنظرة تفاؤلية، والابتعاد عن التفكير الآلي الذاتي أو تفكيرهم المأساوي والكارثي واكتسابهم مهارات تساعد على القضاء ودحض هذا النمط من التفكير. (أبو حلاوة، 2006، ص 5)

ولقد وجد "سون ديفيد" أن النصف الأيسر الأمامي للجهة مسؤول عن النشاط والخفة والسعادة، أما النصف الأيمن الأمامي للجهة فهو مرتبط بالاكئاب والاشمئزاز والمزاج السيئ وترى نظرية "سون ديفيد" أن منع التفكير والسلوك السلبي سيزيدان آليا التفكير والسلوك الايجابي، إن العواطف الايجابية تساعد الفرد في تحدي الأوقات الصعبة، وعليك أن تتعلم أن تركز على الحلول وليس على المشاكل، إن أحد أهم العوامل في القيادة الناجحة أن يتعلم الناس كيف يقدمون الحلول وليس تقديم المشاكل، إن أصحاب التفكير السلبي هم الذين يضعون المشاكل، أما أصحاب التفكير الايجابي فإنهم يقدمون حلول للمشاكل. (عثمان، 2001، ص 230)

وهذا ما تؤكد مسلمة "كلي" التي تنص (على أن العمليات التي يقوم بها الشخص توجه نفسيا بالطرق التي يتوقع فيها الأحداث) يمكن أن تكون كلمة يتوقع أو يخمن هي أهم كلمة في هذه المسلمة حيث يرى "كلي" أن الطريقة التي بواسطتها يتنبأ الفرد بالأحداث المستقبلية مهمة و حاسمة لتحديد سلوكه. (انجلز، 1991، ص ص 03-04)

كما أن "وليام جمس" قال إننا نفكر، ثم و كنتيجة حتمية لهذا التفكير يأتي الشعور ثم التصرف المدفوع بذلك الشعور. كما أوضح "امرسون" (أن التفكير هو سلف التصرف) و حينما تفهم هذا المعنى من التفكير و الشعور و التصرف، فإنك تكون قد بدأت السيطرة على مشاعرك السلبية (العواطف)، و على تصرفاتك (السلوك) و ذلك عبر تغيير الأفكار السلبية المسؤولة عن المشاعر السلبية و عن التصرفات إلى أفكار ايجابية.



(فنتريلا، 2003، ص 54)

شكل رقم (01) يوضح فكرة "وليام جيمس" لعلاقة التفكير بالشعور و السلوك

ثانيا: أبعاد التفكير الايجابي

2-1- الحكمة والاتزان والمرونة

2-1-أ- الحكمة

فهي نظام معرفي يتضمن الخبرة على أساس التعامل البرجماتي و العملي، و يتضمن ذلك المعرفة والتقييم للسلوك والهدف ومعنى الحياة... و الحكمة هي تحقيق التكامل بين الذكاء والعاطفة والدافعية من أجل تعظيم الصالح الشخصي و الصالح العام.

(اسبنيول، ستودينجر، 2006، ص 41).

2-1-ب- الاتزان والمرونة : و هي تعني القدرة على الانفتاح و الاتساع في مواجهة الأزمات...، إن المرونة الوجدانية تعمق التوازن بين الفهم و الوجدان، و كذلك تساعد على

حفظ القدرة الإبداعية والقدرة على حل المشكلات في المواقف الأكثر صعوبة. (عثمان، 2001، ص 209).

2-2- الدافعية والتفاؤل

2-2- أ- الدافعية

مفهوم افتراضي كامن لدى الشخص، يمثل دافعا أو استعدادا لدى الفرد، للبحث عن النجاح في المواقف ذات الطابع الانجازي، أو التي تتضمن انجازا أو تنافسا لأداء مهمة ما، وفقا لمحك معين من الجودة أو الامتياز، و الدافع في حالة الانجاز يشير إلى الرغبة في الإحساس بالفخر عند إتمام عمل ما، و عندما تدخل هذه الرغبة حيز التحقيق الفعلي فإنه يسمى دافعية. باعتباره عملية نشيطة لبذل الجهد. (حسين، 1998، ص، 58).

2-2- ب- التفاؤل:

ينظر الباحثون إلى فعالية التفاؤل الذي يمكن تصنيفه ضمن النظريات الخاصة بالتوقعات من زاوية تأثير الاعتقاد الشخصي على السلوك. (عسكر، 2000، ص 149).
و قد عرف "شاير كارفر" (1985) التفاؤل على أنه النظرة الايجابية و الإقبال على الحياة، و الاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، فضلا على الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيئ و عكسه التشاؤم. (البرزنجي، 2010، ص 27).

2-3- تقبل الذات وتطويرها

هو ملمح مفتاحي للشعور بالوجود الأفضل، وهو أن يكون عند الفرد اعتبارا ايجابيا بذاته، قائم على وعي الفرد بصفاته الايجابية و بصفاته السلبية و يتقبلها. لأن تقبل الفرد لجوانب فشله ملمح رئيسي في أن يكون متفردا على نحو كامل، و يشير اريك اريكسون 1959 E. Erickson إلى تكامل الأنا Ego-Intégration وهو أن يتجه الفرد إلى السلام و التقبل مع الانتصارات و خيبات الأمل معا في حياة الفرد الماضية. وهذا التقبل القوي للذات يعين

على تقييم الذات و الوعي بأوجه الفشل الشخصية، وجوانب النصر و الحب و الحنان و تقبل عيوب الذات .(معمرية، 2010، ص60).

ثالثا: الصحة والتفكير الايجابي

3-1- الصحة النفسية والتفكير الايجابي

إن الصحة النفسية هي الراحة و السعادة و الامن. و كي يشعر الإنسان بالأمن النفسي والراحة والطمأنينة لابد أن يكون متحررا من مشاعر الخوف والهلع والفرع والرغبة وتوقع الخطر والأذى، وأن يكون مطمئنا على نفسه في حاضره وغده، وأن يكون على علاقة وئام وانسجام مع نفسه والمجتمع.(العيسوي، 1999، ص 224).

أما صاحب الأمراض النفسية فهو يعاني من انعدام القدرة على التكيف وإيجاد حلول للمشاكل التي تواجهه.

ومن هذا المنطلق يرى "بيك" و"البرت إليس" في المرض النفسي سيطرة ردود الفعل الانفعالية السلبية على الشخص وسلوكه، ويرى العلاج العقلاني أن ردود الفعل هذه تعود إلى نظام من الافتراضات المعرفية الخاطئة. تبعا "لإليس" .

والى نظام الأفكار الآلية المرتكزة على نواة من نظام المعتقدات العميقة حول الذات والعالم. تبعا "لبيك" .

وهكذا يقع الإنسان صريع المعاناة والاضطراب، أما الشخص المعافى فهو ذاك الذي يتمتع بنظام معتقدات واقعي في النظرة إلى الذات والآخرين والدنيا وينتج عن هكذا نظام واقعي عقلاني سيادة التفكير الايجابي في المواقف الحياتية ويشكل الوصول إلى التفكير الايجابي من خلال دحض نظام المعتقدات الخاطئة والسيطرة عليها.

(حجازي، 2004، ص 43)

أما عبد السلام عبد الغفار يرى أن قدرة الإنسان في إنشاء مسافة سيكولوجية بينه وبين نفسه، من الآثار التي ترتبت على ذلك التكوين العقلي الذي زود به، وقد تتضح مظاهر هذه المسافة في قدرة الإنسان على مراجعته نفسه أو محاسبته إياها ومدى تقبله

لنفسه أو رفضه لها... ثم تلك القدرة الفريدة التي يتميز بها الإنسان عن غيره من المخلوقات وهي قدرته على السمو والالتزام... ويصبح لما يلتزم قوة تدفعه وتوجهه للنشاط. (عبد السلام، 2007، ص 162).

ويرى عبد السلام كذلك أن الصحة النفسية السليمة هي حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة مما يؤدي إلى حسن استثماره لها ومما يؤدي إلى تحقيق وجوده وتحقيق إنسانيته. (نفس المرجع، ص 183)

كما يرى أحمد عبد الخالق الصحة النفسية بأنها حالة عقلية انفعالية، مركبة، دائمة نسبيًا من الشعور بأن كل شيء على ما يرام، والشعور بالسعادة مع الذات والآخرين، والشعور بالرضا والطمأنينة والأمن وسلامة العقل والإقبال على الحياة، مع الشعور بالنشاط والقوة والعافية. (الخالدي، 2009، ص 34)

من هذين التعريفين نجد أن الصحة النفسية أو الإنسان الذي يريد البلوغ لصحة نفسية سليمة عليه أن يعمل العقل ويسيطر على انفعالاته وأن يستثمر طاقاته العقلية والانفعالية من أجل حياة أفضل، كما أن الأفكار التي يلتزم بها والتي تجعله يسمو هي أفكار ايجابية تدفعه للنشاط والحياة الأفضل.

كما أن الأفكار والأحداث السلبية التي يعتقد صاحبها أنها تستمر أو تعود مرة أخرى يقول عنها "ابرامسون" أن هذين النوعين من التوقعات والاعتقادات تشعر صاحبها باليأس ويصبح اليأس هو السبب المباشر للاكتئاب.

كما يرى هؤلاء (ابرامسون وزملاءه) أن هذه التوقعات السلبية تتبثق من انساق العزو والاستنتاجات عندما يتعامل الناس مع أحداث الحياة الضاغطة.

(جمعة، 2001، ص 107).

ومن أمثلة الأفكار التي تأزم الحالة النفسية لأي شخص، وتمرضه ردة فعله حين ما يصاب بأي أذى، ويسوقه الانفعال إلى إشغال إرادته تحت وطأة الانفعال، فتزداد آلامه ويرتد

ما يعانيه من اضطراب إلى عاصفة عمياء تطفئ كل ما في عقله من نور وما في ذهنه من صفاء. ولذا كان من الحكمة التعقل والتريث والتفكير.

يقول عبد الكريم بكار أن أصحاب النفوس الكبيرة يملكون قدرا من عظمة العقل واستقامة الفكر، كما أنه يؤمل من أصحاب النضج العقلي أن يهتدوا إلى المواقف الشعورية والاستنتاجات السلوكية الراشدة والصحيحة. (بكار، 2003، ص 161)

ولقد أثبتت الدراسات العلمية الكثيرة أن النصف الأيمن للمخ له دور في الهيمنة و السيطرة على النواحي الانفعالية. بينما النصف الأيسر للمخ ومن خلال هيمنته على الوظائف المعرفية له دور غير انفعالي تماما، لكنه يمارس نوعا من الضغط على النواحي الانفعالية والتحكم فيها. (معمرية، 2009، ص 265)

إن مثل هذه الدراسات وغيرها تثبت أن التفكير إذا كان ايجابيا فهو يتحكم ويسيطر على الانفعالات وهذا ما يتفق مع ما جاء به "ولبي" بأنه إيقاف التفكير الذي يثير الخوف مثلا. أو تغير ما يفكر فيه الإنسان بشيء آخر، أو الإسترخاء ، أو التأمل يجعل الإنسان في حالة راحة وطمأنينة.

3-2- الصحة الجسمية والتفكير الايجابي

يقول الدكتور انجل اسكديرو : "لقد توصلت إلى التأكيد بان أسباب المرض بالنسبة لكافة أنواع العدوى والأمراض الخطيرة بما فيها السرطان، تتبع من قضايا إنسانية لم يتم حلها أو قبولها (صراع داخلي) وهو ما يؤدي إلى وضع من يعاني منها في موضع الاستجابة البيولوجية السلبية Negative Biological Reponses (NBR) وإلى خفض قدراتهم الداخلية على التحكم.

وأثبت أيضا أنه من أجل استعادة وظائف التحكم الداخلي هناك دواء واحد فقط وهو استعادة الإثارة والرغبة في الحياة والاستمتاع بها.

كما أنه يقول أن هذه القدرة الداخلية على التحكم تكمن في الروح الإنسانية، وهي همسة من الخالق.

إذا كان كل ما سبق انفصال الروح عن الجسد هو جثة. فمن الواضح أن الطاقة الحيوية تقع داخل الروح ويمكننا استخدامها سواء للأفضل (ايجابيا) أو للأسوأ (سلبيا) أثناء حياتنا ومن خلال أفكارنا.

إن التفكير هو الأداة التي منحها لنا الخالق لجذب الخير أو الشر إلى حياتنا باستخدام الطاقة الروحية والتي تتبع منها القوة الخلاقة للتفكير. (اسكديرو، ب ت، ص 13)

يقول الطبيب أن العلاج بالتفكير Nosi Therapy أو Healing by Thinking هو المهم في عملية العلاج إننا نعلم مرضانا الكيفية التي يؤدي بها الدماغ وظائفه وأثر التفكير في حياة البشر.

إن النقطة التي وصلت إليها اليوم تجاري الخاصة أصبحت واضحة شفافة، فقد أصبحت الأشياء ذات بساطة أكثر فأكثر، وتزداد سعادة مرضاي لأنهم يتعلمون كيفية استخدام طاقاتهم الروحية العظيمة من خلال تفكيرهم. (نفس المرجع، ص 56)

كما أكدت دراسات كثيرة على علاقة الصحة بالتفكير السلبي و التشاؤم و الغضب وتأثيراتهم على الجسم بأمراض خطيرة وأكدوا أن تصريف الغضب والانفعال السلبي و التفاؤل يزيد من تحسين الصحة. ومن هذه الدراسات دراسة "جيلتاي GILTAY أن الناس الأقل تفاؤلا عرضة للوفاة بسبب النوبات القلبية، فهم غير مسيطرين على عوامل الخطر. (WWW:POSITIVE PSYCHOLOGY:ORG:NZ)

رابعا: علم النفس الايجابي

4-1-لمحة تاريخية

يمثل علم النفس الايجابي Positive Psychology و سيكولوجية القوى الإنسانية Psychology of human sting this إتحادا جديدا من كلمات ومفاهيم مفتاحية Key words ظهر أنها ترتبط بمجال جديد، بزغ حديثا في علم النفس العام بصفة خاصة وفي العلوم الاجتماعية بصفة عامة، وعلى مدى العقد الماضي (1993-2003) حيث طالب عدد من علماء النفس المميزين ذوي النفوذ بتحسين صورة علم النفس حيث أن هذا

العلم يكرس معظم جهوده لدراسة الجوانب المرضية واللاسوية وحتى كاد يقتصر على دراستها وكان مطلبهم تحديد مجال جديد للبحث والاستقصاء يركز على القضايا والخصائص النفسية الايجابية على عدة مستويات. (اسبنيول، ستودينجر، 2006، ص 181)

وإذا كان سيؤرخ لظهور علم النفس الايجابي سنة 1998 فان الإشارات قديمة فقد تم طرح العديد من الأسئلة من قبل الأديان والفلسفات وعلم النفس. (معمرية، 2010، ص 57)

حيث تكلم هؤلاء عن السعادة وعن كيفية تطوير الخصال الايجابية وعن الحياة الكريمة الطيبة، كما يعتبر "كارل روجرز" و "أبراهام ماسلو" 1960 Carl Rogers et Abraham Maslou من المؤسسين الأوائل حيث كان لهم تصور عن تحسين أداء الفرد من خلال معتقد أن الأفراد لديهم القوة للانطلاق من الناحية الايجابية.

(Lios et autres, 2011. p 251)

وفي سنة 1998 "مارتن" (E.P) سيلجمان، كان رئيسا للجمعية النفسية الأمريكية أصر على النفسانيين لتذكر المهمة المنسية لعلم النفس، والتي هي بناء قوة الإنسان والعناية بالعبقرية ولكي يعوض هذا النقص في مهمة علم النفس قرر "سيلجمان" أن يسلك اتجاهها جديدا لعلم النفس. وسميت هذه الوجهة الجديدة "علم النفس الايجابي" كما أن كثيرا من علماء النفس رأوا أنها فرصة لتكثيف البحث والدراسات على الإنسان ونقاط قوته وجعله نفسيا على أحسن حال. (Compton , 2009 , p3)

4-2- تعاريف علم النفس الايجابي

علم النفس الإيجابي هو الدراسة العلمية لسير الإنسان الأمثل، ويهدف الى اكتشاف وتعزيز العوامل التي تسمح للأفراد والمجتمعات أن تزدهر أكثر. وهو إلتزام جديد من جانب علماء النفس في البحوث للتركيز والاهتمام بمصادر الصحة النفسية، و بالتالي تتجاوز التركيز على المرض و الإضطراب.

(<http://www.cgu.edu/positivepsych>)

كما عرف بعض العلماء بأنه علم لدراسة السعادة الإنسانية. (أبو حلاوة، ب.ت، ص 02). وعرفه بشير معمري في كتابه علم النفس الايجابي بأنه الدراسة الموضوعية للخصال الايجابية في الإنسان والمؤسسات النفسية والاجتماعية التي تعمل على ترقية هذه الخصال وتتميتها لاعداد شخصيات ايجابية. (معمري، 2010، ص 16)

كما أنه عرف على أنه الدراسة العلمية لنقاط القوة والفضيلة للإنسان العادي وأنه يعيد النظر في الإنسان المعتدل بعين الاعتبار لاكتشاف ما هو سوي، وما الذي يتماشى معه وما الذي يجعله يتطور ويتحسن. (Compton , 2009 , p3)

أما ليوس فيعرفه على أنه دراسة الشروط والسياق التي تؤدي وتساعد على التفتح وهو الدراسة التي تساعد على توظيف أفضل للأفراد والجماعات والمؤسسات.

(Lios et autres, 2011. p 24)

وعلم النفس الايجابي يركز على ما هو ايجابي فعلم النفس الايجابي يمثل واحدا من أفضل السبل لمساعدة الأفراد في أوقات الشدة، إن أهم ما يحتاج إليه الأفراد الذين يعانون من المجاعة والاكتئاب أو النوبات الانتحارية، هو التخفيف من معاناتهم فهم في أمس الحاجة إلى القوة والفضيلة والأصالة والهدف والتكامل. (اسبنيول، ستودنجر، 2006، ص 420) وهذه النقاط التي يحتاجها الفرد في أزماته هي القوى والفضائل الإنسانية التي يدرسها علم النفس الايجابي فهي موضوعه.

وتعرف هذه القوى الإنسانية على أنها ترتبط بخصائص الشخصية، ولذا تركز الاهتمام على سمات الشخصية التي ترتبط بطيب الحياة كالذكاء والتفاؤل والسعادة.

(معمري، 2010، ص 57)

وفيما يلي جدول يبين القائمة الأولية للقوى الإنسانية.

الجدول (01) يبين القوى الإنسانية

الحكمة والمعرفة	حب الاستطلاع، الاهتمام، حب التعلم، الحكم، التفكير، الناقد، إنفتاح العقول، الذكاء العلمي، الإبداع، الأصالة، البراعة، القدرة على رؤية الأشياء وفقا لعلاقتها الصحيحة.
الشجاعة	البسالة، بذل الجهد، المثابرة، التكامل، الأمانة، الأصالة، الحماس، الحيوية.
الحب	الانتماء، الاتصال المتبادل، الرحمة، الكرم، الرعاية، الذكاء الاجتماعي، الذكاء الشخصي، الذكاء الوجداني.
العدالة	المواطنة، الواجب، الولاء، العمل في فريق، المساواة، البعد عن التحيز القيادية.
الاعتدال	التسامح، الرحمة، التواضع، ضبط الذات، تنظيم الذات، البساطة، الحذر.
السمو والتفوق	تقدير الجمال والتميز، خشية الله، الدهشة، الاعتراف بالفضل، الأمل، التفاؤل، التفكير المستقبلي، القدرة على المزاح والروحانية، الشعور بالهدف، الإخلاص، حسن الدعاية، النزعة الدينية

(اسبنيول، ستودنجر، 2006، ص 426)

4-3-مجالات علم النفس الايجابي

كل هذه التعريفات والابعاد تعطي المعنى العام لعلم النفس الايجابي وتحدد له مجالاته.

*حسب "Lios" هناك ثلاث مجالات:

- على المستوى الفردي.
- على المستوى الجماعي.
- على المستوى المؤسساتي.

كلها مجالات يعمل علم النفس الايجابي إلى تطويرها والعمل على الرقي بها بطريقة

علمية. (Lios et autres, 2011. p : 251)

*حسب (Compton):

1. على المستوى الذاتي: علم النفس الايجابي يتطلع للمشاعر الايجابية مثل السعادة، الاستمتاع، الاكتفاء في الحياة، التفكير البناء حول الذات والمستقبل مثل التفاؤل والأمل وكذا قد تتضمن مشاعر الطاقة الحيوية والثقة وأثار المشاعر الايجابية كالضحك.
2. على المستوى الفردي: يركز على دراسة الصفات الشخصية الايجابية كالشرف، الحكمة، الشجاعة التي عرفت عبر التاريخ بـ"سمات القوة أو الفضائل" وتشمل أيضا القدرة على تطوير الإحساس بالجمال والتذوق.
3. على المستوى الجماعي: يركز علم النفس الايجابي على التطور والإبداع والحفاظ على المعالم الايجابية. ويتناول مواضيع تطور القيم المدنية خلق أسر وقبائل سوية دراسة محيط عمل جيد. (Compton , 2009 , p :3)

أما حسب بشير معمريّة:

- 1-دراسة الخبرة الايجابية الذاتية أو المشاعر الايجابية وفيه تتم دراسة موضوعات نفسية قوية في ماضي وحاضر الفرد كالحب والمودة والرحمة وعلاقته بدور الانفعال الايجابي.
 - 2-دراسة السمات الايجابية للفرد: وتتم فيها دراسة القوى والفضائل والقدرات والأنشطة أي الذوبان في حياة نشطة ايجابية دؤوبة ذات معنى وذات هدف واقعي.
 - 3-دراسة الحياة ذات المعنى: وهي دراسة الأدوار الايجابية وتربية الأخلاق والفضائل التي تحققها مؤسسات التنشئة الاجتماعية المتمثلة في الأسرة والجيران والأقارب والمدرسة والجماعة والمسجد والأقران والزملاء.
- (معمريّة، 2010، ص57)

خامسا: التفكير الايجابي وعلاقته بعلم النفس الايجابي

بعد أن تعرفنا على علم النفس الايجابي وعلى موضوعه ومجالاته، توضح أنه علم يهتم ويركز على كل ما هو ايجابي في الذات الإنسانية، فهو يمثل أفضل الطرق لمساعدة الأفراد على استثارة مشاعرهم الايجابية وقواهم وفضائلهم، وتثمينها لتوجيه أفكارهم ايجابيا.

والمفتاح الأساسي لتوجيه الأفراد وترقية الخصال الايجابية لديهم، هو تعليمهم التفكير بطريقة إيجابية، وتعويدهم على ذلك لتكوين معتقدات ايجابية، صلبة وراسخة تنعكس في تعاملاتهم وسلوكهم. وفي هذا الإطار تشير أمانى سعيدة سيد:

إلى أن التفكير الايجابي هو قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره ومعتقداته والتحكم فيها وتوجيهها إلى الجانب الايجابي من خلال تكوين أنظمة وانساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي تسعى إلى الوصول إلى حل المشكلات وتخطي العقبات.

وبهذه التفسيرات التفاؤلية والأفكار الايجابية يحقق الفرد الرضا والقناعة وتقبل الذات وتطويرها وبالتالي يحقق السعادة. التي هي موضوع علم النفس الايجابي وهدفه.

ولقد أكد هذا "وليام جيمس" حيث يقول (نعتقد أن الأفراد الأصحاء في التفكير والذين يبعدون التفكير في الشر، هم الذين يعرفون الطريق إلى الحياة السعيدة وذات مغزى، لأنه يكمن في التقليل من وعيهم بالشر وتجاهله، وإعادة تفسير تجاربهم بتحويل الشر إلى الخير.) وهنا "وليام جيمس" يتناول مسألة توليد القدرة لكيفية رفع مستويات الطاقة العقلية و الاخلاقية لدينا. ومن هذا وغيره اعتبر "وليام جيمس" من مؤسسي علم النفس الايجابي.

(<http://www.cgu.edu/positivepsych>)

خلاصة الفصل

تم تقديم هذا الفصل في خمسة محاور للإلمام بماهية التفكير الايجابي ومعرفة مفهومه .
ففي المحور الأول تطرقنا إلى معرفة معنى التفكير لغة واصطلاحا وحاولنا توضيح العلاقة بين التفكير وبعض سمات الشخصية كالتفاؤل وتقبل الذات والرضا من خلال بعض تعريفات العلماء لنمط التفكير، كتعريف "بارون" الذي أكد فيه عن سمات الفرد التي تؤثر في نمط التفكير.

أما في المحور الثاني فتطرقنا إلى أبعاد التفكير والتي تمثلت في الحكمة والالتزان والمرونة وكذلك بعد الدافعية والتفاؤل وأخيرا بعد تقبل الذات وتطويرها.

وفي المحور الثالث أشرنا إلى الصحة النفسية وعلاقتها بالتفكير الايجابي والسلبي نحو الأحداث الضاغطة وأثر كل منهما في الصحة النفسية، وكذلك الصحة الجسمية التي أثبتت الدراسات مدى فعالية التفكير الايجابي في حماية الجسم من الأمراض، وأن الأقل تفاؤلا عرضة للنوبات القلبية .

أما في المحور الرابع فقد تم تناول علم النفس الايجابي الذي يدرس السعادة الإنسانية ويهدف إلى اكتشاف وتعزيز العوامل التي تسمح للأفراد و المجتمعات أن تزدهر أكثر ، كما أنه التزام جديد من جانب علماء النفس للتركيز و الاهتمام بمصادر الصحة النفسية .

وفي المحور الاخير فقد تطرقنا إلى العلاقة بين التفكير الايجابي و علم النفس الإيجابي والتي أظهرها "وليام جيمس" أحد مؤسسي علم النفس الايجابي في قوله « أن الأفراد الأصحاء في التفكير والذين يبعدون التفكير في الشر، هم الذين يعرفون الطريق إلى الحياة السعيدة. »

الفصل الثالث

دافعية الإنجاز

- تمهيد
- مفهوم الدافعية
- تعريف الدافعية للإنجاز
- تعريف الإنجاز
- خصائص دافعية الإنجاز
- أنواع دافعية الإنجاز
- طرق قياس دافعية الإنجاز
- النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز
- خلاصة

تمهيد:

يسعى كل فرد لتحقيق إنجاز ما يحقق من خلاله ذاته، وقد يستطيع الوصول إلى هدفه، وقد لا يتمكن من ذلك ويرجع نجاحه أو فشله لمستوى أو درجة دافعيته للإنجاز، وتمثل الدافعية للإنجاز أحد الجوانب المهمة في منظومة الدوافع الإنسانية، والتي اهتم بدراستها الباحثون في شتى المجالات التربوية... إلخ، وهي تعد مكون جوهريا في سعي الفرد إتجاه تحقيق ذاته، حيث يشعر الإنسان بتحقيق ذاته من خلال ما ينجزه وفيما يحققه من أهداف، وفيما يسعى إليه من أسلوب حياة أفضل، ومستويات أعظم لوجوده الإنساني الواعي.

وخلال هذا الفصل سنتطرق إلى تعريف الدافع والدافعية وبعض المصطلحات المرتبطة بها، إضافة إلى أنواع الدافعية، ثم نتناول دافعية الإنجاز من حيث التعريف وخصائص ذوي دافعية الإنجاز وطرق قياسها والنظريات المفسرة لها، وختمنا الفصل بخلاصة.

مفهوم الدافعية:

• تعريف الدافعية:

قد توالى جهود كثيرة من العلماء في البحث عن موضوع الدافعية، وأثمر ذلك عن العديد من التعريفات والمفاهيم المتعلقة بها والتي نذكر منها:

عرف **آن لندي (Lindsley)** الدافعية بأنها مجموعة القوى التي تحرك السلوك وتنظيم وتعزيز السلوك. (منصور طلعت وآخرون، 1984:109)

وعرفه **موريه (Murray)** الدافعية بأنها عامل داخلي يستثير سلوك الإنسان ويوجهه لتحقيق التكامل مع أن هذا العامل لا يلاحظ مباشرة وإنما نستنتجه من السلوك أو نفترض وجوده لتفسير ذلك السلوك. (صالح حسن الداهري، 1999:95)

وأضاف **موراي** أيضا بأن الدافعية للإنجاز هي الحاجة إلى الغلبة والسيطرة وتحقيق الأعمال الصعبة، وتتوافر هذه الدوافع بدرجة مرتفعة لدى من يكافحون ليكونوا في المقدمة، ومن يحققون المستحيل، ومن يلتزمون معيارا مرتفعا جدا لأدائهم، أولئك الذين يضعون الإنجاز هدفا شخصيا لهم، وينشأ دافع الإنجاز لديهم عن حاجات مثل: السعي وراء التفوق، تحقيق الأهداف السامية، النجاح في المهام الجسام، وهذا الدافع ليس ضروريا بدرجة واضحة للإستمرار في الحياة، وليس له أصول فيزيولوجية واضحة لدى الإنسان. (أحمد محمد عبد الخالق، 2000، ص 393)

وأكد **هب 1949 Hepp** أنفس التعريف السابق مشيرا إلى أن الدافعية عملية يتم بمقتضاها إثارة نشاط الكائن الحي، وتنظيمه وتوجيهه إلى هدف محدد ويرى **دريفر 1971 Drever** أن الدافع عبارة عن عامل دافعي إنفعالي يعمل على توجيه سلوك الكائن الحي إلى تحقيق هدف معين.

(أطفال الخليج ذوي الإحتياجات الخاصة، www.gulfids.com: ص 61)

وحاول **أتكنسون** التمييز بين مفهوم الدافع ومفهوم الدافعية على أساس أن الدافع هو عبارة عن إستعداد الفرد لبذل الجهود أو السعي في سبيل تحقيق أو إشباع هدف معين، أما في

حالة دخول هذا الإستعداد حيز التحقيق الفعلي أو الصريح فإن ذلك يعني الدافعية بإعتبارها عملية نشطة. (خليفة، 2000 ، ص 68)

وأتفق ماسلو Maslow معيونغ في أن الدافعية قوة تحرك وتشتتير سلوك الكائن الحي، ولكن يضيف على أنها خاصية ثابتة، مستمرة، متغيرة، مركبة وعامة تمارس تأثيرا في كل أحوال الكائن الحي. (خليفة، 2000 ، ص 69)

أما ماكلياند McClelland فيرى أن السلوك الإنساني مدفوع وذلك من أجل تحقيق الإعتبار للذات حيث يعرف الدافعية بأنها إعادة التكامل وتحديد النشاط الناتج عن التغير في الموقف الوجداني (عبد اللطيف محمد خليفة، 2000 ص 88)

وأعتبر سهير كامل بأن الدافعية حالة داخلية أو ظروف خارجية نستتير سلوك الفرد وتعمل على إستمراريته وتوجيهه . (سهير كامل أحمد، 2003 ، ص 143)

وأتفق أحمد عبد العزيز مع سهير كامل بأن الدافعية هي الحالة الداخلية والظروف الخارجية التي تستتير سلوك الفرد وتوجيهه، ولكن يضيف على أنها لا تستتير سلوك الفرد وحسب بل كذلك توجهه نحو تحقيق أهدافه حيث يعرف الدافعية بأنها رغبة شعورية في شيء من الأشياء، وهذا ما يسمى أحيانا مطلقا. (أحمد عبد العزيز سلامة، 1988 ، ص 28)

من خلال هذه التعاريف يمكن تعريف الدافعية على أنها مجموعة القوى الداخلية التي تستتير سلوك الفرد، وتدفعه نحو تحقيق هدف معين يشعر بالحاجة إليه وبأهميته المادية أو المعنوية، وتستتار هذه القوة المحركة بعوامل تتبع من الفرد ذاته أو من البيئة المادية أو النفسية المحيطة به.

تعريف الدافعية للإنجاز:

يعتبر دافع الإنجاز من أهم الدوافع الخاصة بالإنسان والذي يسعى من خلاله إلى تحقيق التميز والتفوق ويمكن تعريفه كما يلي:

- يعرفه موراى على أنه تهيؤ ثابت نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرته في سبيل تحقيق أو بلوغ نجاح يترتب عليه نوع معين من الإشباع، وذلك في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى محدد من الإمتياز (الخالدي، 2003: 216).
- ويعرفه فيرونون بأنه السلوك الذي يتجه مباشرة نحو الإحتفاظ بمستويات معينة من الإمتياز والتوفيق.

- ويعرف أيضا على أنه دافع مركب يوجه سلوك الفرد كي يكون ناجحا في الأنشطة التي تعتبر معيارا للإمتياز والتي تكون معايير النجاح والفشل فيها واضحة ومحددة.

(الزيات، 2004 : 455)

- ويعرف كذلك على أنه الحافز للسعي إلى النجاح وتحقيق نهاية مرغوبة، أو الدافع للتغلب على العواقب أو الإنتهاء من أداء الأعمال على خير وجه.

(ربيع، 2007 : 83)

- يمثل هذا الدافع الرغبة في إحراز النجاح والتفوق وتجنب الفشل في مختلف المهام التي تحتاج إليه تقييم لتحقيق الذات.

تعريف الإنجاز:

- يعني ما يحققه الفرد من نجاح وتقدم وذلك بالإعتماد على قدراته ومواهبه الشخصية والذي يكون له أكبر أثر في تحديد مستقبله وإتجاهاته الحياتية. (أبو شقة، 2007 : 9)

خصائص دافعية الإنجاز:

- تتميز دافعية الإنجاز بعدة خصائص من بينها:
- يفضلون العمل على مهام تتحدى قدراتهم بحيث تكون هذه المهام واعدة بالنجاح، ولا يقبلون بمهام يكون النجاح فيها مؤكدا أو مستحيلا.
- يفضلون المهام التي يقارن أدائهم بأداء غيرهم، كما يختارون مهام وأعمال أو مهن أكثر واقعية، ولديهم قدرة أكبر على إحداث تزاوج جيد بين قدراتهم والمهام التي يختارونها.

- يفضلون إختيار مهام يكون لديهم قدر من الإستبصار بالنتائج المتوقعة من العمل عليها وكم الوقت والجهد المطلوب لها . (الزيات، 2004 : 455-456)
- يكونون أكثر إهتماما باستكشاف البيئة المحيطة بهم فهم أكثر إهتماما بالسفر وأكثر إهتماما بتجربة أشياء جديدة، حيث أنهم يبحثون عن فرص جديدة للإستفادة منها وتجربة مهاراتهم وتحقيق أهدافهم في الإتقان والتحيز .
- يصفون بأنهم مستقلون ولهم قيم نابعة من داخلهم ويميلون لأن ينجزوا أعمالهم جيدا رغبة في الإنجاز لذاته وليس لمجرد إرضاء الناس، وعليه فهم يتميزون بإستقلال الشخصية وتفردهم عن غيرهم. (علوطي سهيلة، 2008 : 121-122)

أنواع دافعية الإنجاز:

ميز فيروف بين نوعين من دوافع الإنجاز هما :الدافع الذاتي والدافع الإجتماعي.

• الدافع الذاتي:

ذكر أن محرك لهذا الدافع ينبع من داخل الفرد ويخضع لمقاييس شخصية يحددها الفرد لنفسه، معتمدا على خبرته في سن مبكرة حيث يجد لذة في الإنجاز والوصول إلى الهدف فيرسم لنفسه أهدافا يحاول تجاوزها.

• الدافع الإجتماعي:

يخضع لمعايير يرسمها الآخرون ويقاس في ضوء هذه المعايير أي أنه يخضع لمقاييس المجتمع، ويبدأ هذا النوع من دافع الإنجاز بالتكوين في سن المدرسة الابتدائية.

(جاسم، 2004 : 331)

وبتقدم السن يندمج النوعان الذاتي والإجتماعي في دافع إنجاز واحد، وهنا تبرز حاجة الفرد لتكوين هذا الدافع لكي يشعر بالثقة في سن مبكرة بالإضافة إلى حاجته لكسب خبرات ناجحة ليقارن بها بغيره من أقرانه.

طرق قياس دافعية الإنجاز:

تبين المقاييس التي إستخدمت في قياس الدافعية للإنجاز تنقسم إلى فئتين وهما:

• الفئة الأولى: المقاييس الإسقاطية:

يقوم هذه المقياس على فكرة بسيطة مؤديها إن الأشكال والمواقف الفارغة تدفع الشخصية إلى تكميلها أو توضيحها فإذا كان من صعب إستكمالها من خلال العناصر التي تحتوي عليها، فإن العوامل اللاشعورية تنشط لإستكمالها، وبذلك يتضح لنا الجانب اللاشعوري في الشخص، ولكلمة الإسقاط تعني في التحليل النفسي ميل الفرد إلى نسبة عيوبه وأخطائه ورغباته المكبوتة إلى غيره من الناس والأشياء إلى أن علماء النفس وضعوا لها مفاهيم أخرى منها تأويل سلوك الغير على أساس خبراتنا الشخصية الشعورية وتأويل ما ندركه من مدركات عارضة على أساس الحالة النفسية الشعورية واللاشعورية.

(مقدم، 2003: 231)

ومن بين الإختبارات الإسقاطية التي وضعها الباحثون لقياس ماوضع لقياسه نجد إختبار تفهم الموضوع (T, A, T) الذي أعده موري عام 1938 ، أما البعض الآخر فقام ماكلياند بتصميمه لقياس الدافع للإنجاز.

وفي هذا الإختبار يتم عرض كل صورة من الصور على شاشة عشرين ثانية أم المبحوث، ثم يطلب البحث من المبحوث بعد العرض كتابة قصة تغطي أربعة أسئلة بالنسبة لكل صورة والأسئلة هي:

- ماذا يحدث؟ من هم الأشخاص؟
- ما الذي أدى إلى هذا الموقف؟
- ما محور التفكير؟ وما المطلوب عمله؟ ومن الذي يقوم بهذا العمل؟
- ماذا يحدث؟ والذي يجب عمله؟

ثم يقوم المبحوث بالإجابة على هذه الأسئلة الأربعة بالنسبة لكل صورة، ويستكمل عناصر القصة الواحدة في مدة لا تزيد عن أربع دقائق، ويستغرق إجراء الاختبار كله في حالة استخدام الصور الأربع حوالي عشرين دقيقة.

ويرتبط هذا الاختبار أساساً بالتخيل الإبداعي ويتم تحليل القصص أو نواتج الخيال لنوع معين من المحتوى في ضوء ما يمكن أن يشير إلى الدافع للإنجاز.

(خليفة، 2000 : 97)

وبالرغم من هذا فإن عدة باحثين انتقدوا هذه الأساليب الإسقاطية من إعتبار بأنها لا تقيس دافع الإنجاز بل تصف إنفعالات المبحوث، بالإضافة إلى أنها تتسم بالذاتية وتستغرق وقت طويل في عملية التصحيح ونتيجة لهذا فكر الباحثون في طرق أخرى تقيس دافع الإنجاز.

• الفئة الثانية: المقاييس الموضوعية

قام الباحثون بإعداد المقاييس الموضوعية لقياس الدافع للإنجاز مثل مقياس تقدير الذاتي في تصميم الأدوات التي وضعوها لقياسه، فقام كل من وينر وككولا (Weiner & Kuklal) (1970) بإعداد مقياس لقياس الدافع للإنجاز لدى الأطفال، كما قام كوستلر (1967) بوضع مقياس الدافع للإنجاز لدى الطلاب الأمريكيين.

بينما قام كل من ميريبي (Mirabai, 1968) ، ولن (Lynn, 1969) ، ومقياس هرمانز (Hermans, 1970)، بوضع مقياس عن الدافع للإنجاز للكبار.

(قشوقش وطلعت، 1979:94)

النظريات المفسر لدافعية الإنجاز:

ظهرت نظريات كان لها الفضل في شرح وتفسير الدافعية للإنجاز من مناحي عدة تمثلت فيما يلي:

• نظرية التوقع القيمة:

تمكن أتكسون وفيرث من صياغة نظرية التوقع القيمة في الإنجاز على أساس أن النجاح يتبعه الشعور بالفخر والزهو والفشل يتبعه الشعور بالخجل والخزي، ويتركز أتكسون في

نظريته على نمط الدافعية المستثارة لدى الفرد وأن ما يتصف به الموقف من خصائص معينة إنما يستثير دوافع مختلفة، وإذا تغيرت طبيعة المواقف أو المثيرات فإن دوافع مختلفة تستثار أو تتحقق وينتج عنها تنشيط نماذج محددة ومختلفة من السلوك، وإفترض أتكسون أن الميل للنجاح هو ميل دافعي متعلم وقوة هذا الميل ترتبط بإهتمام الفرد بالأعمال الأكثر دقة وبمستوى أدائه في هذه الأعمال. (الزيات، 2004: 473)

نلاحظ من هذه النظرية أن أتكسون يرى أن الدافع للإنجاز إستعداد ثابت نسبيا مع عدم إنكاره دور البواعث الخارجية هي البيئة التي يعيش فيها الفرد، وأن الميل لتحقيق النجاح دافع متعلم كما يضع فيه الفرد إعتبارا للمجتمع على عكس الفرد الذي لديه دافع إنجاز منخفض فإنه يرجع فشله للمجتمع، ونلاحظ أيضا تحديده لدافعية الإنجاز بمعادلة رياضية أي أننا نستطيع قياس دافعية الإنجاز للفرد سواء كان دافعه مرتفعا أو منخفضا.

• نظرية التقرير الذاتي:

تؤكد هذه النظرية للدافعية الداخلية على الإستقلال الذاتي وإفترض علماء هذه النظرية أمثال دوشارم، ديسي، رايان، وايت، أن الأفراد يميلون بصورة فطرية للرغبة في الإعتقاد بأنهم يشتركون في الأنشطة بناء على إرادتهم الخاصة أي بناء على أنهم يريدون الإشتراك بالفعل وليس عن طريق فرض الإشتراك في الأنشطة عليهم.

(علوطي، 2008: 118)

ويفرق علماء هذه النظرية بين المواقف التي بها الأفراد أنفسهم على أنهم السبب في سلوكيات والتي يشيرون إليها بمصدر الضبط الداخلي، وبين المواقف التي يعتقد الأفراد أنهم يشتركون في سلوكياتهم من أجل الحصول على المكافآت أو إسعاد شخص آخر أو نتيجة إرغام خارجي والتي يشيرون لها بمصدر الضبط الخارجي.

أي أن الأفراد يميلون للقيام بسلوكيات التي مصدرها داخلي لا السلوكيات التي تكون نتيجة لمصدر خارجي. (علوطي، 2008: 118)

توضح نظرية التنافر المعرفي ضرورة تقرير الفرد لسلوكه بنفسه وعدم إجباره على القيام بنشاط لا يرغب فيه حتى يحقق الإستقلال الذاتي والذي يعد من أهم عوامل دافعية الإنجاز المرتفعة.

• نظرية التنافر المعرفي:

صاحب هذه النظرية هو هولليون فستنجر وهي إمتداد لنظرية) التوقع - القيمة (وتشير هذه النظرية إلى أن كل شخص لديه عناصر معرفية تتضمن معرفة بذاته ومعرفة ما يحدث في العالم، فإذا تنافر عنصر من هذه العناصر مع عنصر آخر فإن أحدهما يزول مما يحدث توتر للفرد يجعله يسعى للتخلص منه.

وتفترض هذه النظرية أن هناك ضغوطا على الفرد لتحقيق الإتساق بين معارفه أو نسق معتقداته، بين أنساق معتقداته وسلوكه وأشار فستنجر إلى أن هناك مصدرين أساسيين لعدم الإتساق بين المعتقدات والسلوك هما:

• آثار ما بعد إتخاذ القرار.

• آثار السلوك المضاد للمعتقدات والإتجاهات.(علوطي، 2008: 114)

أي أن عدم الإتساق يحدث نتيجة لأن الفرد إتخذ قرارا متسرعا أة عدم معرفته بالنتائج اللاحقة على إتجاهاته وقينة، وبالنسبة لآثار السلوك المضاد للإتجاه فإن الشخص يعطي تقديرا كبيرا لعمل ما بالرغم من أنه يتعارض مع معارفه وينجزه فقط لتحقيق شيء ما قد يكون مثلا كسبا ماديا وهذا ما يحدث عدم التناسق بين القيم والسلوك، وتوصف أشكال عدم الإتساق هذه بأنها حالات من التنافر المعرفي وتنشأ هذه الحالات عندما يمتد عدم الإتساق إلى أشياء مهمة بالنسبة للأفراد، وعندما يشعر الفرد بهذه الحالة تدفعه إلى أن يخفض درجة التنافر أو يستبعده بغية تحقيق الإتساق ومن يمثل التنافر المعرفي مصدرا للتوتر يؤثر في سلوك الأفراد، وبالتالي فهو يساعدنا على التنبؤ بالظروف التي تحول دون ذلك حيث يعد الإتساق أحد المؤثرات الدافعية المهمة في سلوك الإنجاز.

كما تساعد هذه النظرية على تفسير ما نلاحظ من مظاهر التراخي وعدم الجدية بين بعض مستشاري التوجيه وإنخفاض مستوى دافعتهم للإطلاع والإنجاز، حيث يشعر هؤلاء مستشاري التوجيه بحالة شبيهة بالتناثر المعرفي فهم قد يعطون قيمة وأهمية كبيرة للإرشاد والنجاح ومع ذلك يشعرون بضعف العائد من وراء هذا النجاح في المستقبل.
(علوطي، 2008: 114)

ومن خلال هذه النظرية يتضح أن التناثر بين المعارف يولد تناثر الفرد مما يدفعه إلى إزالة التوتر بالتخلص منه، أو تجنب مثل هذه المواقف في المستقبل.

• نظرية الهدف:

تأتي النظرية المكملة لدافعية الأفراد وسلوكهم من الإطار النظري لأهداف الإنجاز حيث تحتوي الدافعية للإنجاز على مجموعة خاصة من الأهداف) تتضمن الكافة (تتمايز إلى فئتين:

- أهداف الإتقان: التي ينشد فيها الأفراد زيادة كفايتهم لفهم، أو تمكنهم من أي شيء جديد.
- أهداف الأداء: التي ينشد فيها الأفراد إكتساب الأحكام المفضلة لكفايتهم، أو تجنب الأحكام السلبية لكفايتهم.(علوطي، 2008: 119)

تشير هذه النظرية إلى أن الفرد يميل للقيام بأداء يوازي ما لديه من مهارة ومعرفة قصد تحقيق النجاح والسعادة مما يزيد في دافعية إنجازه وتضعف دافعية الإنجاز عندما لا يحقق النجاح.

• نظرية العزو أو التفسير السببي للنجاح أو الفشل وينر و هايدر:

كان هايدر (Heider) أول عالم إليه هذه النظرية من خلال ما أسماه علم النفس الساذج مقترحاً أنه من الناحية المنطقية، فإن الإنسان ينسب سلوكه إما إلى عوامل ذاتية موجودة فيه وإلى عوامل خارجية تقع خارجه، وتتضمن العوامل الداخلية حاجات الإنسان ورغباته وإنفعالاته وقدراته ونواياه وإستعداده للعمل، أما العوامل الموقفية الخارجية فتشمل صعوبة المهمة والحظ. (الريماوي، 2008 : 225)

أما واينر فتقوم نظريته على أساس كيفية تفسير الأفراد لأسباب نجاحهم وفشلهم وكيف تؤثر هذه التفسيرات على السلوك الإنجازي اللاحق.

ويفترض أن تباين إدراك الأفراد يعززون نجاحهم وفشلهم إلى الجهد والقدرة وإما إلى الآخرين وإما إلى الحظ والصدفة ولخصها واينر في ثلاثة أبعاد هي:

- الثبات مقابل عدم الثبات.
 - الداخلي مقابل الخارجي.
 - قابل للضبط أو التحكم مقابل غير قابل للضبط أو التحكم.(الزيات، 2004: 478)
- يتضح من هذه النظرية أن الفرد الذي لديه دافع إنجاز مرتفع يرجع سلوكه إلى عوامل ذاتية أو داخلية، والفرد الذي لديه دافع إنجاز مرتفع يرجع سلوكه إلى عوامل ذاتية أو داخلية، والفرد الذي لديه دافع للإنجاز منخفض يرجع سلوكه إلى عوامل خارجية، وتحدد هذه العوامل سلوك الفرد فيما بعد.

خلاصة الفصل:

نستخلص من خلال العرض النظري أن الدافعية هي المحرك والمنشط والموجه للسلوك من أجل تحقيق هدف ما، كما يعتبر الدافعية للإنجاز مكوناً أساسياً في أي نشاط يقوم به الفرد، ويرتبط ذلك بالفاعلية والآثار الناجمة عنه من خلال تطوير أسباب نموه بشكل يؤدي إلى المثابرة الدائمة والإبداع، وإن دراسة الدافعية للإنجاز لدى مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني أمر هام ذلك أن طبيعة عمله تتطلب قدرات ومهارات عالية، وكذا دافعية قوية من أجل إنجاز المهام على أحسن ما يرام.

الفصل الرابع

الإجراءات الميدانية للدراسة

-تمهيد

-منهج الدراسة

-حدود الدراسة

-مجتمع وعينة الدراسة

-الدراسة الاستطلاعية

-عينة الدراسة الاستطلاعية

-أدوات جمع البيانات

- الخصائص السيكمترية لأدوات المقياس

-الأساليب الاحصائية

-خلاصة الفصل

تمهيد:

يتناول هذا الفصل وصفا تفصيليا الإجراءات التي إتبعها الباحثين في تنفيذ الدراسة ومنها تعريف منهج الدراسة ووصف مجتمع الدراسة، وتحديد عينة الدراسة وأدوات الدراسة المستخدمة لجمع البيانات والتأكد من صدقها وثباتها وبيان إجراءات الدراسة والأساليب الإحصائية التي إستخدمت في معالجة النتائج وفي ما يلي وصف لهذه الإجراءات.

منهج الدراسة:

لا تخلو أي دراسة علمية من الإعتماد على منهج من أجل القيام بدراسة وفق قواعد وأسس علمية.

وموضوع دراستنا متمثل في التفكير الإيجابي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ السنة اولى ثانوي ، وهذا ما يتحقق بالمنهج الوصفي والذي يعرف بأنه وصف دقيق وتفصيلي أو هو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية رقمية، كما أنه عبارة عن طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة . (محمد عبيدات، 1999 ، ص 46)

حدود الدراسة:

الحدود المكانية: أجريت الدراسة الميدانية بثنائيتي جودي بلقاسم وأول نوفمبر بالأغواط

الحدود الزمنية: تم إجراء الدراسة الميدانية في الموسم الجامعي 2018/2017 في الفترة الممتدة بين 15أفريل 2018 إلى غاية 15 ماي 2018 .

الحدود البشرية: بلغ حجم عينة الدراسة 60 تلميذ وتلميذة قسم الأدب والعلوم وتم إختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة.

مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من تلاميذ قسم سنة أولى ثانوي أدب وعلوم بثانويتي جودي بلقاسم وأول نوفمبر بالأغواط للعام الدراسي 2017-2018 .

والجدول التالي يوضح مجتمع الدراسة حسب التخصص:

جدول رقم (02) يبين توزيع استبيانات الدراسة على مجتمع الدراسة.

التخصص	الإستبيانات الموزعة	الإستبيانات المسترجعة	الإستبيانات القابلة للدراسة
السنة أولى ثانوي	60	60	60

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (60) تلميذ وتلميذة قسم سنة أولى ثانوي وتم إختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة.

جدول رقم (03) يوضح خصائص عينة الدراسة حسب الجنس.

الجنس	العدد	النسبة
ذكر	29	48
أنثى	31	52
المجموع	60	% 100

من خلال الجدول أعلاه نجد أن عدد عينة الدراسة ذكور بلغ 29 تلميذ بنسبة 48 بالمائة ، أما عدد الإناث بلغ 31 تلميذة بنسبة 52 بالمائة .

التخصص	العدد	النسبة
أداب	28	46
علوم	32	54
المجموع	60	% 100

من خلال الجدول أعلاه نجد أن عدد عينة الدراسة تخصص آداب بلغ 28 تلميذ بنسبة 46 بالمائة ، أما عدد الإناث بلغ 32 تلميذة بنسبة 54 بالمائة .

الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الإستطلاعية ذات أهمية بالغة بحيث تهدف إلى التعرف على عينة الدراسة الأساسية وتمكن الباحثين من حساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث، ومن خلالها تتحاشى الباحثين الصعوبات التي قد تتعرض لها خلال البحث.

الهدف من الدراسة الاستطلاعية : تتضح أهداف الدراسة الإستطلاعية للبحث الحالي

في ما يلي:

• التعرف على الصعوبات التي تعيق الدراسة الأساسية، وبالتالي إيجاد الحلول اللازمة لها.

• تمكن من التدريب الأولي على الدراسة الميدانية.

• حساب الخصائص السيكومترية للأداة والتحقق من مدى صلاحيتها للإستعمال

ومدى ملائمة الأداة لمستوى أفراد عينة البحث وفهمهم لفقراتها.

• إكتشاف بعض جوانب النقص في إجراءات التطبيق.

عينة الدراسة الاستطلاعية : قد إشتملت عينة الدراسة الإستطلاعية 20 تلميذ في

الدراسة الحالية موزعين كالتالي 10 تلاميذ قسم أدب ، وقسم علوم على 10 تلاميذ من

ثانوية جودي بلقاسم (حيث كان إختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة.

أدوات جمع البيانات:

• وصف الأدوات :إستعملت الباحثين عدة أدوات وهي على الترتيب:

مقياس التفكير الإيجابي

يتكون هذا المقياس في صيغته النهائية من (26) فقرة كلها ايجابية باستثناء فقرتين

سالبتين و المقياس يحتوي على مجموعة من الأبعاد موزعة كالآتي:

الرقم	الأبعاد	رقم البنود	عدد البنود
01	الحكمة والاعتزان، والمرونة	02-03-10-11-12-13-	06
02	الدافعية والتفاؤل	04-05-06-08-14-24-25-26-20-21	10
03	تقبل الذات وتطويرها	01-07-09-15-16-17-18-19-22-23	10

نلاحظ من خلال الجدول أن المقياس يتكون من الأبعاد التالية :

1-بعد الحكمة والاعتزان والمرونة ويتضمن 06 بنود.

2-بعد الدافعية والتفاؤل: ويتضمن 10 بنود.

3-بعد تقبل الذات وتطويرها: ويتضمن 10 بنود.

والجدول الآتي يوضح توزيع البنود على الأبعاد لمقياس التفكير الإيجابي

جدول (03) يوضح توزيع البنود على أبعاد المقياس

مقياس دافعية الإنجاز : إستخدمت الباحثتان مقياس الدكتور فاروق عبد الفتاح موسى سنة 1987 والذي يتكون من 35 بند موزعة على بعدين وهما: مرتفعي التحصيل منخفضي التحصيل.

طريقة الإجابة: تتم الإجابة على الإستمارة بوضع العلامة (x) في الخانة التي تعبر عن إجابة التلميذ حسب البدائل المقدمة، وقد تم وضع أربع بدائل: دائما، غالبا، أحيانا، أبدا، بالنسبة لمقياس التفكير الإيجابي .

أما بالنسبة لدافعية الإنجاز وضعنا بعدين مرتفعي التحصيل بوضع علامة x امام الحروف التالية أ، ب، ج، د، هـ، ايجابي، أما منخفضي التحصيل بوضع علامة امام x الحروف التالية أ، ب، ج، د، هـ، سلبي.

تفسير الدرجات : إستخدمت الباحثتين في مقياس التفكير الإيجابي أربع بدائل :دائما، عاليا، أحيانا، أبدا، وأعطت الدرجات لكل بديل من البدائل الأربعة على النحو التالي:

في حالة الفقرات الإيجابية:

- (04) درجات علامة للإجابة ب :تتطبق دائما.
- (03) درجات علامة للإجابة ب :تتطبق غالبا.
- (02) درجات علامة للإجابة ب :تتطبق أحيانا.
- (01) درجات علامة للإجابة ب :تتطبق أبدا.

تعكس هذه الأوزان في حالة الفقرات السلبية:

بحيث عدد الفقرات الإيجابية 38 فقرة، أما الفقرات السلبية 15 فقرة حيث تحصل مقياس التفكير الايجابي .تقدر درجاته بالشكل التالي :

3درجات علامة للإجابة ب:دائما

2درجات علامة للإجابة ب:أحيانا

1درجات علامة للإجابة ب:دائما

حيث تحصل مقياس دافعية الانجاز على اعلى درجة 114 وأدنى درجة 38 .

الخصائص السيكمترية لأدوات المقياس:

أولا : التفكير الإيجابي : تم حساب الصدق بطريقة المقارنة الطرفية وذلك بأخذ درجات المفحوصين على أداة التفكير الإيجابي وترتيب الدرجات تنازليا وأخذ نسبة 27% من حدود الطرفين الدرجات العليا والدنيا وحساب متوسطاتها وقيمة انحرافهما المعياري ومعرفة الفروق من خلال اختبارات "ت"

جدول رقم (04) يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس التفكير الإيجابي

المؤشرات الاحصائية المتغير	عدد الأفراد N	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	قيمة ت 11,9	درجة الحرية Df	دلالة احصائية 0,000	مستوى الدلالة عند 0.01
القيم العليا 27%	5	29,40	4,72	11,9	8	0,000	عند 0.01
القيم الدنيا 27%	5	77,00	7,51				

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نجد أن المتوسط الحسابي لدرجات الفئة العليا بلغ 29,40 وتتحرف عند قيمة بدرجة 4,72 في حين أن المتوسط الحسابي لدرجات الفئة الدنيا بلغ 77,00 وتتحرف عند قيمة بدرجة 7,51 وفي حين بلغت ت "المحسوبة 11.9 لدلالة الفروق بين المجموعتين نجد أنها دالة احصائية عند درجة الحرية 8 عند الدالة إحصائية 0.000 أقل من مستوى الدالة (0.01) وهذا يدل على أن لأداة القدرة التمييزية بين الأفراد الذين لديهم درجات عالية ودرجات منخفضة على المقياس.

ب الثبات: اعتمدنا في تقدير الثبات لمقياس التفكير الإيجابي تخصص آداب على طريقة ألفا كرونباخ ، حيث قمنا بتقسيم فقرات إلى نصفين الفقرات الفردية والزوجية والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (05) يبين نتائج ثبات مقياس التفكير الإيجابي بطريقة ألفا كرونباخ .

المقياس	العينة	عدد البنود	قيمة ألفا كرونباخ
التفكير الإيجابي	20	26	0,943

قمنا بقياس الاتساق الداخلي بين الفقرات ، وتبين نتائج الثبات أن القيمة 0,943 هي قيمة ذات شدة عالية ومقبولة ، وبالتالي فهو ثابت .

ثانيا: دافعية الانجاز:

• صدق المقياس : تم حساب بطريقة المقارنة الطرفية وذلك بأخذ درجات المفحوصين على أداة دافعية الانجاز وترتيب الدرجات تنازليا وأخذ نسبة 27% من حدود الطرفين

الدرجات العليا والدنيا وحساب متوسطاتها وقيمة انحرافهما المعياري ومعرفة الفروق من خلال اختبارات " ت "

جدول (06) يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس دافعية الإنجاز

المؤشرات الاحصائية المتغير	عدد الأفراد N	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	قيمة "ت" Df	درجة الحرية Df	دلالة احصائية	مستوى الدلالة
القيم العليا 27%	5	67,60	9,58	4,85	8	0,001	دالة عند 0.01
القيم الدنيا 27%	5	89,80	3,56				

من خلال النتائج الموضحة في الجدول نجد أن المتوسط الحسابي لدرجات الفئة العليا بلغ 67,60 وتتحرف عن القيمة بدرجة 9,58 في حين أن المتوسط الحسابي لدرجات الفئة الدنيا بلغ 89,80 وتتحرف عن القيمة بدرجة 3,56 حيث بلغ " ت " المحسوبة 4,85 لدلالة الفروق بين المجموعتين نجد أنها دالة احصائية عند درجة الحرية حيث دلالة احصائية (0.000) أقل مستوى الدلالة (0.01) وهذا يدل على أن للأداة القدرة التمييزية بين الأفراد الذين لديهم درجات عالية ودرجات منخفضة على المقياس .

النتائج: اعتمدنا في تقدير الثبات لمقياس دافعية على طريقة الإتساق الداخلي الفا كرونباخ ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (07) يبين نتائج مقياس دافعية الانجازات تخصص آداب بطريقة الفا

كرونباخ.

المقياس	العينة	عدد البنود	قيمة ألفا كرونباخ
التفكير الإيجابي	20	35	0,623

نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أن قيمة الإتساق الداخلي 0.62 قيمة عالية ومنه يتمتع المقياس بثبات عالي

مما سبق نستنتج أن الأدوات تتمتاز بدرجة عالية من الصدق والثبات وبالتالي يمكن اعتماد عليهما كوسيلة لجمع البيانات لدراستنا الحالية

إجراءات التطبيق: بعد التأكد من صدق وثبات المقياسين وصلاحيتهما قامت الباحثين بالإجراءات التالية:

- لقاء الضوء على بعض الأطر النظرية والدراسات السابقة لمتغيرات الدراسة
- توزيع الاستبيانين على الدراسة المكونة من 60 تلميذ وتلميذة كما تم توزيع البيانات ومعالجتها بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإنسانية SPSS
- تصحيح المقياسين المجدولة للبيانات واستخلاص النتائج ومناقشتها
- صياغة التوصيات والمقترحات في ضوء النتائج الدراسة.
- الأساليب الإحصائية :** لا يمكن لأي باحث الاستغناء عن الأساليب والتقنيات الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها ولهذا استخدمت الباحثين في هذه الدراسة مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وذلك باستخدام برنامج (spss)
- النسخة 20 وهي كالتالي:

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار t test
- معامل الارتباط سبيرمان
- معامل التصحيح غوتمان

خلاصة الفصل:

تم التطرق في هذا الفصل غالبا للإجراءات الميدانية للدراسة المتمثلة في اختبار المنهج المناسب لدراسة موضوع التفكير الإيجابي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى عينة من تلاميذ سنة أولى ثانوي وكما تعرضنا إلى اختبار العينة وتطبيق المقاييس على أفراد العينة ومن ثم اختبار إجراءات الدراسة وأهم الأساليب الإحصائية وسيتم عرض النتائج في الفصل الثاني.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة

عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة

عرض وتحليل النتائج :

عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

نص الفرضية : توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي .

الجدول رقم (08) يوضح معامل الارتباط بين التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز .

الارتباط المتغيرات	العينة	معامل الارتباط "R"	درجة الحرية "DF"	قيمة "p"	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	60	0,61	58	0.000	0,01 دالة
دافعية الإنجاز					

من خلال نتائج الجدول اعلاه يتضح ان قيمة (ر) 0.61 دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.01) بدرجة حرية (58) لان مستوى المعنوية $p = 0.000$ لمعامل الارتباط (ر) أصغر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.01) بمعنى توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابي ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي ، وبناء على هذه النتائج نقبل الفرضية لتحقيقها.

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى :

يسعى الإنسان مهما كان عمره ، ومهما كان الزمان أو المكان الذي يعيش فيه إلى أن تكون حياته وحياة من حوله مليئة بالسعادة ، والرفاهية ، والنجاح المتواصل في شتى مجالات الحياة ، ولذلك يحاول جاهداً أن يجلب لنفسه ولغيره الخير والمصالح المادية والمعنوية ، وأن يدفع عن نفسه الضرر والمفاسد ، وإن مما يمكن الإنسان من الوصول إلى مراده أن يقوم بادیء ذي بدء بتحسين مستوياته الفكرية وذلك بتبني منهج فكري سليم عن نفسه وعن مجتمعه وعن الحياة بصفة عامة ، وأن يدرب نفسه

على التخلي عن الأفكار السلبية التي تحد من قدراته ، والتي تضيق جهوده في سبيل تحقيق ما يصبو إليه من أهداف في حياته.

تتفق نتائج دراستنا مع دراسة جولدن (1996) بعنوان أثر تفاعل سلوك المدرس وإتجاه التلميذ نحو المدرسة على دافعية الإنجاز ومستوى الطموح لدى التلاميذ وتكونت عينة الدراسة من 200 تلميذ وتلميذة بالصف الخامس من نتائجها أنه كلما كان سلوك المدرس مركز على التلميذ والمادة الدراسية معا كلما إتجه التلميذ إيجابيا نحو المدرسة وترتفع دافعية الإنجاز كما أوضحت أن إنتاجية الفصل بمستوى الطموح لدى التلميذ عالية .

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

نص الفرضية : يوجد مستوى منخفض من التفكير الإيجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي.

لحساب هذه الفرضية تم مقارنة بين المتوسط الفرضي للمقياس والمتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة في التفكير الإيجابي ، ولتأكيد الفروق تم حساب "ت" لعينة واحدة ، فجاءت النتائج على النحو الآتي :

جدول رقم (09) يوضح نتائج الفروق بين المستويين في التفكير

الإيجابي:

عدد الأفراد	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية df	الدالة الإحصائية "P"	مستوى الدالة الإحصائية
60	52	56,50	14.40	2,482	59	,016	0,05 دالة

يتبين من الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة البالغ عددهم (60) بلغ (56.50) ، وانحراف معياري قدره (14.40) ووسط فرضي بلغ (52) ، وعند مقارنة الوسط الفرضي للمقياس مع المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة من التفكير الإيجابي ظهر المتوسط الحسابي أعلى من الوسط الفرضي ؛ وعند اختبار دلالة الفروق وجد بأنه دال إحصائياً عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (59) إذ كانت قيمة "ت" (2.48) ، وهذا يعني أن الفرق بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي ذو دلالة إحصائية ، ومن هذه النتائج يتضح لنا أن فرضية البحث لم تتحقق لأن تلاميذ سنة أولى ثانوي يتمتعون بمستوى مرتفع من التفكير الإيجابي .

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية :

تعد تنمية أساليب التفكير عامة ومهاراته خاصة من أهم أهداف التدريس في مختلف مراحل التعليم لأن القدرة على التجديد والابتكار أصبحت من متطلبات هذا العصر. ، كما أن تنمية التفكير بصفة عامة و التفكير الإيجابي بصفة خاصة من مهمة معلمي المواد بصورة عامة والعلوم بصفة خاصة ، كما يجب عليهم تزويد عقول التلاميذ بصفة مستمرة بأسس التفكير والقدرة على حل المشكلات .

تتفق نتائج الدراسة مع دراسة علة عيشة وبوزاد نعيمة (2016) هدفت الدراسة الحالية البحث في التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين بجامعة تليجي عمار بالأغواط ومن خلال التساؤلات التالية: ماهو مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين؟ ماهي الأبعاد الأكثر شيوعاً بين الطلبة الجامعيين؟ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التفكير الإيجابي وفقاً للنوع؟، وللإجابة عن هذه التساؤلات استخدمنا مقياس التفكير الإيجابي لعبد الستار (2010) على عينة من الطلبة حيث بلغ عددهم 200 طالبا حيث توصلنا مجموعة من النتائج أهمها: ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين، أما الأبعاد الأكثر شيوعاً فقد جاء الشعور العام بالرضا أولاً، ثم التقبل

الإيجابي للاختلاف، حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي، السماحة والأريحية، الضبط الانفعالي والتحكم، المجازفة الإيجابية، الذكاء الوجداني، التوقعات الإيجابية والتفاؤل وأخيرا تقبل المسؤولية الشخصية، أما الفروق فقد توصلنا لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لصالح الإناث، وفي ضوء ما توصلنا إليه من نتائج قدمنا تفسيرات واقتراحات.

تختلف نتائج الدراسة مع دراسة زياد بركات 2006: التي هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والتربوية ولقد توصل الباحث إلى أن ما نسبته (40.5) من أفراد الدراسة قد أظهروا التفكير الإيجابي .

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

نص الفرضية : يوجد مستوى منخفض لدافعية الإنجاز لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي .
لحساب هذه الفرضية تم مقارنة بين المتوسط الفرضي للمقياس والمتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة في دافعية الإنجاز ، ولتأكيد الفروق تم حساب "ت" لعينة واحدة فجاءت النتائج على النحو الآتي :

جدول رقم (10) يوضح نتائج الفروق بين المستويين في دافعية الإنجاز .

عدد الأفراد	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية df	الدالة الإحصائية "P"	مستوى الدالة الإحصائية
60	70	78,4500	9,29	7,039	59	,000	0.05 دالة

يتبين من الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة البالغ عددهم (70) بلغ (78.45) ، وانحراف معياري قدره (9,29) ووسط فرضي بلغ (70) ، وعند مقارنة

الوسط الفرضي للمقياس مع المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة من دافعية الإنجاز ظهر المتوسط الحسابي أكبر من الوسط الفرضي ؛ وعند اختبار دلالة الفروق وجد بأنه دال إحصائياً عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (79) إذ كانت قيمة "ت" (7.03) ، وهذا يعني أن الفرق بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي دال إحصائياً ، ومن هذه النتائج يتضح لنا أن فرضية البحث لم تتحقق لأن تلاميذ سنة أولى ثانوي يتمتعن بمستوى مرتفع من دافعية الإنجاز .

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية :

وترجع الباحثتين السبب الذي جعل دافعية الانجاز لدى التلاميذ مرتفعة الى الحوافز البيئية والشخصية التي تساعد المتعلمين و دور مستشار التوجيه في اداء مهامه والبرامج الارشادية في المدارس التي توفر الطالب إلى الفاعلية والمثابرة في سبيل العلم وبالإضافة الى ذلك التناسق بين القيم والسلوك كل هذا يؤدي الى ارتفاع دافعية الانجاز لديهم .

كما أن البحث عن القوى الدافعة التي تظهر سلوك المتعلم وتوجيه أمر بالغ الأهمية بالنسبة لعملية التعلم والتعليم، فالدافعية شرط أساسي يتوقف عليه تحقيق الأهداف التعليمية في مجالات التعلم المتعدد، سواء في تحصيل المعلومات والمعارف أو جانب تكوين الاتجاهات والقيم وجانب تكوين المهارات المختلفة التي تخضع لعوامل التدريب والممارسة.

تتفق نتائج الدراسة مع دراسة ربيعة الرندي وآخرون : (1995) حيث هدفت الدراسة إلى تحديد درجة الدافع للإنجاز لدى الطلبة الكويتيين لمرحلة الثانوي ، وتوصلت الدراسة إلى أن معظم طلبة المرحلة الثانوية تعليم عام يتميزون بمستوى مرتفع الدافع للإنجاز .

عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة :

نص الفرضية : توجد فروق في التفكير الإيجابي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي تعزى لمتغير التخصص الدراسي .

الجدول رقم (11) يوضح الفروق في التفكير الإيجابي حسب التخصص الدراسي

المؤشرات المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي $\bar{X}$	الانحراف المعياري S	قيمة ت	درجة الحرية DF	قيمة p	مستوى الدالة
أداب وفلسفة	28	56,28	12,195	0,110	58	0,91	0,05 غير دالة
علوم تجريبية	32	56,68	15,677				

يتبين من الجدول اعلاه ان قيمة الدلالة $p=0.9$ لاختبار قيمة ت (0.11) عند درجة الحرية (58) اكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05) فهي غير دالة احصائيا وعليه لا توجد فروق في التفكير الإيجابي تعزى لمتغير التخصص الدراسي ومنه نرفض الفرضية لعدم تحققها.

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة :

ترى الباحثان أن تنمية التفكير في الميدان التربوي والتعليمي أمر ضروري جداً في هذا العصر الذي يحتاج بشكل أساسي للتفكير المنتج الذي يقود الفرد والمجتمع والأمة إلى مستقبل يستطيع فيه أن تقوم بما أوجبه الله تعالى عليها من نشر الدين والاستخلاف في الأرض بما يرضي الله سبحانه وتعالى .

كما تختلف نتائج الدراسة مع نتائج دراسة زياد بركات 1998: هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي ،

كالجنس والعمر والحالة الاجتماعية والتخصص الدراسي ، وقد أسفرت النتائج على أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطات درجات الطلبة على المقياس حسب التخصص

عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة :

نص الفرضية : توجد فروق في دافعية الإنجاز تعزى لمتغير التخصص الدراسي

الجدول رقم (12) يوضح الفروق في دافعية الإنجاز حسب التخصص الدراسي.

المؤشرات المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي $\bar{X}$	الانحراف المعياري S	قيمة ت "	درجة الحرية DF	قيمة p "	مستوى الدالة
أداب وفلسفة	28	78,92	9,664	,37	58	0.71	0,05 غير دالة
علوم تجريبية	32	78,03	9,099				

يتبين من الجدول اعلاه ان قيمة الدلالة $p=0.108$ لاختبارقيمة ت" (0,37) عند درجة الحرية (58) اكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05) فهي غير دالة احصائيا وعليه لا توجد فروق في دافعية الإنجاز تعزى لمتغير التخصص الدراسي ومنه نرفض الفرضية لعدم تحققها.

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة :

ترى الباحثان أن الدافع للإنجاز وثيق الصلة بالتحصيل الدراسي ، فالإنسان المنجز هو المؤهل للنجاح بحكم تمتعه بإدارة القوة و الدافعية وممارستها . وقدرته على قهر الصعاب وكفاحه الدؤوب لتحقيق النجاح وبلوغ معايير الامتياز مهما كان تخصصه الدراسي .

فالأفراد ذوي الدافعية العالية للإنجاز بقدرتهم على وضع تصورات مستقبلية معقولة ومنطقية في تصوراتهم للمشكلات التي يواجهونها والتي تمتاز بأنها متوسطة الصعوبة ويمكن تحقيقها (بوحمامه والشحومي 2006، ص135)

اتفقت مع دراسة لوكسن 1979 حيث توصلت عن وجود فروق دالة احصائيا على مقياس دافعية الانجاز بين الطلاب والطالبات لصالح الطالبات واتفقت مع دراسة جولدن 1996 كشفت انه كلما كان سلوك المدرس مركز على التلميذ والمادة الدراسية معا كلما اتجه التلميذ ايجابيا نحو المدرسة وترتفع دافعية الانجاز لدى التلميذ .

استنتاج العام

من خلال هذه الدراسة والتي حاولنا فيها إلقاء الضوء على موضوع علاقة التفكير الإيجابي بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي فلقد أدركنا أن هذا الموضوع بالغ الأهمية لأن التفكير الإيجابي المناسب له دور كبير وبارز في تنمية مستوى الدافعية للإنجاز الأكاديمي.

وبعد تقديم حوصلة حول موضوعنا: التفكير الإيجابي وعلاقته بالدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي وتطرقنا إلى جانب النظري لكل المتغيرات من جميع النواحي ثم الولوج إلى الجانب الميداني المكمل للجانب النظري وذلك وفق المشكلة المطروحة والإقتراحات المؤقتة، وهذه الدراسة ما هي إلا منطلق لبحوث ودراسات أخرى لهذه الظاهرة.

وعلى أثر هذه الدراسة نقول أنه :

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

وفي الأخير نأمل أننا قد وفقنا في أداء هذا البحث وإنجازه ونتمنى أن تكون هناك دراسات مكتملة لهذه الدراسة من خلال ربط الدافعية للإنجاز الأكاديمي بعدد من المتغيرات الأخرى

خاتمة

استنادا إلى النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية يمكن تقديم بعض التوصيات و المقترحات الآتية :

- *- ان توفر الجامعات مراكز للإشراف التربوي و النفسي لمساعدة الطلبة على التخلص من مشكلاتهم النفسية التي تؤدي إلى التفكير السلبي المشحون بالإحباط والكآبة.
- *- أن تبرمج الجامعة مقاييس خاصة بتنمية التفكير الإيجابي ، و كذا أنواع التفكير الأخرى ،من تفكير ناقد و تفكير إبداعي من خلال الأعمال الموجهة .
- *- إتاحة الفرصة أمام الطالب الجامعي للشعور بمتعة الإنجاز و تقديم التعزيز المعنوي الداعم.
- *- القيام بدراسات ميدانية تبحث في متغير التفكير الإيجابي و علاقته بمتغيرات أخرى مثل الرضا و التفاؤل لان من شأن هذين المتغيرين أن يجعللا الفرد يقبل على الحياة .
- *- بناء برامج إرشادية متخصصة للرفع من مستوى التفكير الإيجابي ، من خلال خطوات علمية مدروسة خاصة للطلاب المختصين في علم النفس ، لأنهم النموذج الصحي للطلاب الجامعيين الآخرين .

قائمة المصادر والمراجع

- ابن منظور. (ب.ت). لسان العرب. القاهرة: دار المعارف.
- أبو شقة، سعدة (2007): دافعية الإنجاز، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.
- ابوحلاوة، محمد السعيد. (ب . ت). علم النفس الايجابي تعريفه و مجالاته
www.musandah.com/images/tg_adEl_mr.pdf
- أحمد عبد العزيز سلامة (1988): الدافعية والإنفعال، ط1، مكتب أصول علم النفس الحديث، القاهرة.
- أحمد محمد عبد الخالق (2000): أسس علم النفس، ط3، دار المعرفة الجامعية، الأزريطة.
- اسبنيول، ليز . ج و ستودينجر، اورسولا. م . (2006). سيكولوجية القوى الانسانية: تساؤلات اساسية و توجهات مستقبلية لعلم النفس الايجابي . ترجمة صفاء يوسف الاعسر و اخرون. ط1.
- انجل، اسكديرو. (ب ، ت). العلاج بالتفكير. ترجمة حمود العبري
www.dmalalbi.com
- انجلز، باربارا. (1991). مدخل الى نظريات الشخصية . ترجمة فهد بن عبد الله بن ديلم . الطائف: دار الحارثي للطباعة و النشر.
- البرزنجي، ذكريات عبد الواحد محمد. (2010). التفاؤل/التشاؤم و علاقته بمفهوم الذات و موقع الضبط. ط1. عمان: دار صفاء للنشر.
- جمعة، سيد يوسف . (2001). النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية . القاهرة: دار غريب للطباعة و النشر.
- - مارتن، سيلجمان. (2006). علم النفس الايجابي: الوقاية الايجابية و العلاج النفس الايجابي. ترجمه محمد السعيد عبد الجواد ابو حلاوة.
www.gulfkids.com/pdf/elemnafs.pdf

- - مخيم ، عماد، محمد. (1997). الصلابة النفسية و المساندة الإجتماعية كمثيرات وسيطية في العلاقة بين ضغوط الحياة و أعراض الإكتئاب لدى الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد 17 ص ص 103- 138
- بركات محمد خليفة (2000): الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع والإشهار، القاهرة.
- بكار، عبد الكريم. (2003). جدد عقلك: خمسة وعشرون مفهوم لتحديث الذهنية . ط1. الاردن . عمان: دار الاعلام.
- بوحمامة، جيلا لي وعبد الرحيم، أنور رياض والشحومي، عبدا لله(2006)علم النفس التعلم والتعليم، الاهلية للنشر والتوزيع، الكويت .
- جاسم محمد (2004): علم النفس التربوي وتطبيقاته، مكتبة دار الثقافة، الأردن.
- جمعة، سيد يوسف. (2007) . ادارة الضغوط . القاهرة : مركز تطوير الدراسات العليا و البحوث كلية الهندسة.
- الحارثي، ابراهيم بن احمد. (2009). انواع التفكير . ط2. القاهرة. مصر: الروابط العلمية للنشر و التوزيع.
- حجازي، مصطفى. (2004). الصحة النفسية منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت و المدرسة. ط2 . المغرب . الدار البيضاء : المركز الثقافي.
- حسين، علي حسين. (1998). الدين و دافعية الانجاز. المجلة الاجتماعية. العدد 52، الكويت ص ص 55- 63 .
- الخالدي، اديب محمد. (2009). المرجع في الصحة النفسية: نظرية جديدة. ط3. الاردن . عمان: دار وائل.
- دواوي، محمد. بوفاتح، محمد. (2007). منهجية كتابة البحوث العلمية و الرسائل الجامعية . ط1. الجزائر الجلفة: دار الاوراسية.

- ربيع، هادي مشعان إسماعيل (2007): المرشد التربوي دوره الفاعل في حل مشكلات الطلبة، دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن.
- الريماوي، محمد عودة (2008): علم النفس العام، ط3، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.
- الزيات فتحي (2004): سيكولوجية التعلم بين المنظور الإرتباطي والمنظور المعرفي، ط2، دار النشر للجامعات، القاهرة.
- سهير كامل أحمد، (2003): أساليب تربية الطفل بين النظرية والتطبيق، مركز الإسكندرية للكتاب، القاهرة.
- الشربيني، لطفي.(ب.ت). معجم مصطلحات الطب النفسي سلسلة المعاجم المتخصصة الكويت: مؤسسة التقدم العلمي المجالات العلمية.
- عبد السلام، عبد الغفار. (2007). مقدمة في الصحة النفسية. ط1. الاردن، عمان: دار الفكر.
- عبد اللطيف محمد خليفة (2000): الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- عبد اللطيف محمد خليفة (2000): دافعية الإنجاز، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- عثمان، فاروق السيد. (2001). القلق و ادارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عسكر، علي. (2000). ضغوط الحياة و اساليب مواجهتها. ط2 . الكويت: دار الكتاب الحديث.
- عشوي، مصطفى. (1992). اسس علم النفس الصناعي التنظيمي . الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.

- عكاشة، محمود فتحي.(1999). علم النفس الصناعي . الاسكندرية: مطبعة الجمهورية.
- علوطي سهيلة (2008): العلاقة بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى الطالب الجامعي، دراسة ميدانية على طلبة الثانية جامعة، جيجل، رسالة ماجستير ، جامعة جيجل ، الجزائر.
- العيسوي، عبد الرحمن. (1999). فن الارشاد و العلاج النفسي. بيروت، لبنان: درا الراتب
- فنتريلا، سكوت دبليو. (2003). قوة التفكير الايجابي في الاعمال. ترجمة ناوروز أسعد. ط1. السعودية، الرياض: مكتبة العبيكان .
- قاموس اكسفورد للمتعلمين المتقدمين ط5, (1999), دار النشر , Oxford univercity pross
- قشقوش إبراهيم وطلعت منصور (1979): الدافعية للإنجاز وقياسها، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- قطامي، يوسف و عمور، اميمة محمد. (2005). عادات العقل والتفكير: النظرية و التطبيق. ط1. عمان، الأردن: دار الفكر للنشر و التوزيع.
- www.almctom.com/index.php الكويت :يوسف محيلان سلطان العنزي: 42.
- مارتن، اي بي سيلجمان. (2006). السعادة الحقيقية: استخدم علم النفس الايجابي الحديث لتحقيق اقصى ما يمكنك من الاشباع الدائم . ط1. الرياض: مكتبة جرير.
- مارتن، سيلجمان. (2008). تفاؤل الأطفال: هل أصبح ضرورة في عالم يشع في الإكتئاب و العجز و التشائم. ترجمة الفرحاتي السيد محمد. ط1 . مصر . المنصورة: المكتبة العصرية للنشر و التوزيع

- المشعان ، عويدة سلطان . (1994) . علم النفس الصناعي. بيروت : مكتبة الفلاح.
- معمريه ، بشير .(2009). علاقة المخ بالتحكم في السلوك الانساني. ط1. القاهرة، مصر: المكتبة المصرية.
- معمريه، بشير. (2010). علم النفس الايجابي : اتجاه جديد لدراسة القوى و الفاضل الانسانية . الجزائر ، باتنة: دار قانة للنشر و التوزيع.
- المنسي، عبد الحليم و صالح، احمد. (2003). علم النفس التربوي و الفروق الفردية للأطفال .ط1. مصر: مركز الاسكندرية للكتاب.
- ياسين، حمدي ، واحزون.(1999). علم النفس الصناعي و التنظيمي بين النظرية و التطبيق. ط1 الكويت: دار الكتاب الحديث.
- Compton, William. (2006). Introduction to positive psychology. Thomson. Library of congress control.
- Lios, kotsou et autres. (2011). Psychologie positive : le bonheur dans tous le etats . editions jouvence . www.editionjouvence.com

الملاحق

- تعلیمة :

الجنس : ذكر () انثى (x) التخصص : ادبي (x) علمي ()

اخي التلميذ , اختي التلميذة

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته وبعد :

نضع بين ايديكم هذه الاستمارة التي تحتوي على عدد من العبارات والتي تصنف طرقا مختلفة في التفكير او الشعور او السلوك , والمطلوب قراءة كل عبارة ثم التأشير عليها بوضع العلامة التي تناسبك .

- الرجاء الاجابة على كل عبارة .

- ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة .

- تأكد ان اجابتك لن يطلع عليها احد سوى الباحثين حيث تستخدم لغرض علمي .

وتكون الاجابة بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة .

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي الى حد ما	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي ابدا
1	بإمكاني التحكم في غضبي بسهولة					
2	مزاجي طيب بغض النظر عن الظروف الخارجية					
3	إذا فشلت مرة فسانجح في المرة القادمة					
4	أقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد الآخرين					
5	أنا أفكر أنني سأكون أفضل حالا في المستقبل					
6	أعتقد أن حياتي تسير على مايرام					
7	أستطيع أن أنجح بما فشلت به سابقا					
8	أسعى أعلى جعل حياتي مشوقة					
9	الماضي لا أشعر أنه يقيدني					
10	توجد لدي أكثر من طريقة لإنجاز الأمور					
11	أعمل والامل يملؤني فيما خفي عني من الأمور					

					ليس من عادتي ان انفعل حتى وان اراد احد اذيتي	12
					اعتقد اني قادر على تحقيق طموحاتي	13
					انا متسامح مع نفسي ولا الومها كثيرا	14
					بيدي ان اجعل حياتي مشوقة ومبهجة	15
					ابحث عن البدائل الجديدة لحل مشكلاتي	16
					استمتع باداء عملي لانه يستناسب مع طموحاتي	17
					بمقدوري التعرف على نقاط ضعفي وتغيرها الى نقاط قوة	18
					اتصرف بمشاعر المودة مع زملائي	19
					من الافضل الثاني في مواجهة المشكلات من اجل حلها	20
					اشعر بالرضا لان الامور تسير في صالحي	21

					يجب على الإنسان ان يستوعب مصاعبه كي يتمكن من مواجهتها	22
					لا اسمح للخوف ان يضيع اهدافي	23
					من السهل علي ان اتفهم المشكلات بين الأشخاص وحل الخلافات بينهم	24
					لا اسمح لأخطائي ان تثبط عزيمتي	25
					اعتقد اني موفق في حياتي اليومية	26

- تعليمية :

الجنس : ذكر () انثى (X) التخصص : ادبي (X) علمي ()

اخي التلميذ , اختي التلميذة

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته وبعد :

نضع بين ايديكم هذه الاستمارة التي تحتوي على عدد من العبارات والتي تصنف طرقا مختلفة في التفكير او الشعور او السلوك , والمطلوب قراءة كل عبارة ثم التأشير عليها بوضع العلامة التي تناسبك .

- الرجاء الاجابة على كل عبارة .

- ليس هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة .

- تأكد ان اجابتك لن يطلع عليها احد سوى الباحثين حيث تستخدم لغرض علمي .

وتكون الاجابة بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة .

الرقم	العبارة	تنطبق تماما	تنطبق كثيرا	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق قليلا	نادر ما تنطبق
1	اتفاخر بأعمالي في الثانوية					
2	الشهرة هدفي الاساسي من اي عمل					
3	استمتعت بمحاولة حل المشاكل التي يعتبرها البعض مستحيلة					
4	انا على استعداد للتطوع فيما يراه الاخرون عملا صعبا					
5	افضل الامور التي تتضمن شيئا من المغامرة والمخاطرة على الامور العادية					
6	المشكلات الصعبة تستهويني اكثر من المشكلات المتوسطة الصعوبة					
7	عدد الأعمال التي انجح فيها اضعاف ما افشل فيه					
8	لا يهدا لي بال حتى اتم ما بين يدي من واجبات					
9	احرص على استغلال الوقت					
10	يهمني جدا ان اتم اي عمل شيء بداته					
11	استمر في عمل الشيء ولو استغرق اتمامه وقتا طويلا					
12	اكره ان اتخلى عن اي عمل اقوم به قبل ان اتمه					
13	اشترك بشكل فعال في انشطة الثانوية					

					افضل ان يكون زملاء عملي من الخبراء لا من الاصدقاء	14
					افضل قراءة كتاب جيد على مشاهدة التلفاز	15
					اميل لان افعل ما يفعله اغلب التلاميذ	16
					عندما اوجه اعمال او مهام جديدة تتضخم لدي احتمالات الفشل فأضاعف مجهودي	17
					استمتع مع افراد يتساون معي في قدراتهم	18
					ابدل جهودا اكثر مما ينبغي في اي عمل اقوم به خوفا من الفشل	19
					احرص على ان اكون دقيقا في مواعيدي	20
					افضل عدم القيام بالمشروعات والمهام الصعبة الا اذا كان معي اخرون	21
					افضل ان اغير رأيي اذا اختلف مع رأي الاغلبية	22
					اقضي وقتا طويلا في التفكير والتنظيم قبل ان ابدأ مشروع ما	23
					لا احب ان استسلم ابدا مهما بدا العمل صعبا	24
					اثق بنفسني واشعر ان بإمكانني ان اعمل اشياء ناجحة	25
					اشعر اشعر انه بإمكانني ان انجح في اي شيء اذا ما حاولت ذلك	26

					يزداد حماسي ونشأطي عندما اشعر انني اواجه التحديات	27
					عندما اواجه مواقف تتطلب مهارة اجدني مدفوعا نحو بذل قصارى جهدي	28
					احب ان انافس زملائي واصدقائي وان اؤدي الاشياء افضل منهم	29
					استمتع بان اكون ميدعا للأشياء الجديدة	30
					تتجه نشاطاتي عامة نحو اهداف اود ان تحقق في المستقبل	31
					كثيرا ما اجد نفسي مهتم بالمستقبل دون الاستمتاع بالحاضر	32
					سأعمل فترات اطول في الاعمال والامور التي اعتقد انه بإمكانني تحقيقها	33
					اتحمل مسؤولية اعمالي عادة وبشجاعة	34
					اطلب مساعدة الاخرين عندما اعمل على حل مشكلة ما	35