

## التفكير الايجابي وفاعلية الذات لدى طلبة المدارس النموذجية في محافظة اربيل

أ.م.د. ريزان علي ابراهيم

م.م اسيل اسحاق بتو

جامعة صلاح الدين

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

### ملخص البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على:

- ١- مستوى كل من التفكير الايجابي، ، الفاعلية الذاتية، لدى طلبة المدارس النموذجية.
  - ٢- دلالة الفروق في مستوى التفكير الايجابي، الفاعلية الذاتية، تبعا لمتغير الجنس(ذكور،اناث)
  - ٣- العلاقة بين التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية
- وشملت حدود البحث طلبة المدارس النموذجية الاعدادية من الذكور والاناث للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣ ، ولتحقيق اهداف البحث تم اختيار عينة عشوائية طبقية بلغت (٤٩٢) طالب وطالبة ومن الصنفين الرابع والخامس الاعدادي.
- ولغرض اعداد ادوات البحث، قامت الباحثتان ببناء مقياس التفكير الايجابي ، كما وتبنت الباحثتان مقياس سكوارزر وجيروسليم Schwarzer&Jerusalem (1995) للفاعلية الذاتية العامة والذي قامت الباحثتان بأستخراج صدق الترجمة له من اللغة الانكليزية الى اللغة العربية والبالغ (٢١) فقرة . وظهر الصدق البنائي عن استبعاد (٤) فقرات في مقياس التفكير الايجابي كما واسفر التحليل العملي لفقرات مقياس التفكير الايجابي عن وجود عامل واحد تتشعب عليه (٢٣) فقرة، وبلغ معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار وبفاصل زمني قدره اسبوعان (٠,٧٩) درجة ، كما وبلغ (٠,٧٧) درجة لمقياس التفكير الايجابي والتي ظهر انها دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠٥) بأستخدام معامل الفا كرونباخ ، وفيما يخص مقياس الفاعلية الذاتية اسفرت عملية تحليل الفقرات عن ابقاء جميع فقرات المقياس وظهر الصدق البنائي للفقرات صلاحية ابقائها، وبلغ معامل الثبات (٠,٨٠) بطريقة اعادة الاختبار، وبلغت قيمة معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معامل الفا كرونباخ. (٠,٧٦) درجة والتي ظهر انها دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠٥). ويعد التأكد من صدق وثبات المقياسين وبأستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ، تم التوصل الى النتائج الاتية:
- ١- ارتفاع مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة المدارس النموذجية، حيث كانت قيمة الوسط الحسابي (٩٠,٢٣) مرتفعة مقارنة بالوسط الفرضي البالغ (٦٩).
  - ٢- ارتفاع مستوى الفاعلية الذاتية لدى عينة البحث ان كانت قيمة الوسط الحسابي (٦٢,١٥) اعلى مقارنة بالوسط الفرضي البالغ (٥٢,٥).
  - ٣- عدم وجود فروق دالة احصائيا في التفكير الايجابي تبعا لمتغير الجنس (ذكور واناث).
  - ٤- عدم وجود فروق دالة احصائيا في الفاعلية الذاتية تبعا لمتغير الجنس (ذكور واناث).
  - ٥- وجود علاقة ايجابية دالة بين التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية.

وفي ضوء نتائج البحث ، توصلت الباحثتان الى عدد من الاستنتاجات، وقدمتا عددا من التوصيات والمقترحات لباحث لاحقة.

#### ❖ الاطار العام للبحث:

##### مشكلة البحث :

ان فكرة تأثير اسلوب التفكير على تكوين الشخصية وتقرير انفعالاتها وسلوكها قد تبلورت على نحو واضح في السنوات الاخيرة رغم امتداد جذورها الى الماضي، وعليه فان المدخل المناسب لفهم الانسان هو بالتعرف اليه من خلال فهم اساليب تفكيره والطريقة التي يبني فيها معتقداته الفكرية وكيف تؤثر هذه الاساليب في تفسير امور الحياة والتعامل معها بطريقة منطقية وكمحصلة فان الحصول على سلوك خال من الاضطراب انما يعتمد على مدى منطقية وسلامة اساليب التفكير من جهة ومدى مايمثله الصور والاحكام التي يصورها الفرد لنفسه والتي تتناسب مع ما يتمتع به بالفعل من امكانيات وقدرات من جهة اخرى. وقد احست الباحثتان بهذه المشكلة من خلال ملاحظتهما العديد من الحالات ضمن عملهما في مجال التنمية البشرية وتعزيزها، اذ لاحظت الباحثتان ان بعض افراد العينة والتي كانت الباحثتان على تماس مباشر معهم ، ضعف مستويات التفكير الايجابي عندهم، كما ولاحظت الباحثتان ان الذين يفكرون بايجابية كانت تصاميمهم للنجاح على صلة باصراراتهم ومثابرتهم وثقتهم بنفسهم وكانوا اكثر استعدادا لتقديم العون والمنفعة للآخرين من دون الحصول على مكافأة .

وانطلاقا من ملاحظات الباحثتان الاولى تريان ان الواقع الذي يعيشه الطلبة اليوم يؤثر بشكل مباشر او غير مباشر على طريقة التفكير ونمط التفكير، بحيث يتوقع ان يكون لنمط تفكير الطلبة تاثيرا ينعكس على فاعليتهم الذاتية. وهذا ماكدته دراسة لايتسي وبويراز Lightsey and Boyraz (2011) التي اشارت إلى وجود علاقة بين التفكير الايجابي وبين فاعلية الذات وان فاعلية الذات تعد أحد أهم محددات نمط تفكير الفرد، فالأفراد ذوي الدرجات المرتفعة من فاعلية الذات يميلون إلى التفكير بصورته الإيجابية من خلال بذل مزيدٍ من الجهد، والإصرار على إخراج الطاقات الإيجابية الكامنة لديهم. (Lightsey and Boyraz, 2011)

وان ما تتميز به هذه الشريحة من خصائص عقلية ومعرفية بمستويات عالية من جهة اخرى اثار جملة من التساؤلات لدى الباحثتان والتي كانت بدورها الدافع نحو القيام بهذه الدراسة وهذه التساؤلات ذات ابعاد تطويرية دارت حول معرفة (ماهو نمط التفكير السائد بين افراد هذه الشريحة ؟ وهل لهذان النمطان علاقة بالصورة التي يرون فيها الطلبة النموذجيون انفسهم وبالاحكام التي يطلقونها على قدراتهم ؟ الاجابة على هذه الاسئلة تتطلب الفهم الدقيق لخصائص ومتطلبات هذه الشريحة وذلك من خلال البحوث والدراسات في هذا المجال والتي لاتزال قليلة ومحدودة في مجتمعنا على حد علم الباحثتان. وبذلك شعرت الباحثتان بمشكلة تتطلب دراسة وبحث وذلك مادفعهما للقيام بهذه الدراسة العلمية والتي سعت الباحثتان من خلالها الى معرفة مستويات كل متغير من متغيرات البحث ، ومدى العلاقة التي تربط كل متغير مع المتغير الاخر في هذه الدراسة.

## اهمية البحث :

يعد التفكير من أكثر الموضوعات التي تختلف الرؤى وتعدد أبعادها وتشابكها والتي تعكس تعقد العقل البشري وتعقد عملياته ، ويتطور التفكير عند الأفراد بتأثير عوامل البيئة والوراثة ، وقد استخدم الباحثون أوصافا عديدة للتمييز بين نوع وآخر من أنواع التفكير وربما كان تعدد أوصاف التفكير وتسمياته احد الشواهد على مدى اهتمام الباحثين بدراسة التفكير وفك رموزه منذ بدأت المحاولات الجادة لقياس الذكاء بعد منتصف القرن التاسع عشر. (داود وانور، ١٩٩٠، ص٢٥)

وتأتي أهمية الدراسة الحالية في انها تتصدى لدراسة مرحلة دراسية وعمرية مهمة وهي مرحلة التعليم الثانوي والتي تعد من اهم واخطر مراحل التعليم، اذ يتميز التلاميذ بخصوبة التفكير ، وإذا كانت مرحلة الطفولة هي المرحلة التي ترسى فيها دعائم الشخصية ، فمما لاشك فيه أن مرحلة المراهقة هي المرحلة التي تتبلور الشخصية خلالها وتأخذ ملامحها الثابتة وهي مرحلة تعليمية تتميز بالنضج العقلي وتبلور القيم ،ولذلك فان الرعاية النفسية والتربوية للطلبة المتفوقين يجب ان تبني على اساس نظرة متكاملة وشاملة لجميع المتغيرات والمحددات العقلية والمعرفية والدافعية والبيئية المتعلقة بالتفوق العقلي.

وتشير هولنجورث Hollingorth (1942) الى ان المتفوقين عقليا يتميزون عن غيرهم من العاديين بالنضج المبكر في جميع جوانب الشخصية ، وهم على مستوى فائق من حيث النضج المعرفي والانفعالي الاجتماعي ، غير ان استمرار هذا النضج يتوقف الى حد كبير على معاملة الكبار لهم ، وتذكر هولنجورث حالات ممن قامت بدراستها وقد ساء تكييفها مع الاخرين ولاقت صعوبات في تعاملها مع الغير بسبب التعامل السلبي للكبار معهم .

(عبدالغفار، ١٩٧٧، ص١١٣-١١٤)

ويعد التفكير الإيجابي والشعور بالسعادة أحد الموضوعات الأساسية التي يركز عليها علم النفس الإيجابي، وفي ذات الوقت فإنه لا يهمل التفكير السلبي أو التشاؤمي، بل يسعى علماء علم النفس الإيجابي إلى التعرف على أهم مسببات السلبية في التفكير في محاولة لتعظيم الجوانب الإيجابية لدى الفرد والتي تدفع به إلى التخلص من التفكير بشكل سلبي (الوقاد، ٢٠١٢، ص٢)

ويضيف أورليك Orlick (1992) بأن التعليم الإيجابي للتفكير والتعلم هو تعليم لكيفية التركيز على المجالات البناءة والذي يكون له أثر إيجابي على التعلم مدى الحياة كما أنه يؤدي إلى الرضا الشخصي.

(Orlick, 1992, p:42)

وتشير ابراهيم (٢٠٠٥) إلى التفكير الإيجابي بأنه قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره ومعتقداته، والتحكم فيها، وتوجيهها تجاه تحقيق ما توقعه من النتائج الناجحة، وتدعيم حل المشكلات، ومن خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي تسعى إلى الوصول لحل المشكلة، أو أن التفكير الإيجابي يمثل الأنشطة والأساليب التي يستخدمها الفرد لمعالجة المشكلات باستخدام قناعات عقلية بناءة، وباستخدام استراتيجيات القيادة الذاتية للتفكير، ولتدعيم ثقة الفرد في النجاح من خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي . ( ابراهيم ، ٢٠٠٥، ص١٠)

وأكد علماء نفس الصحة من خلال دراساتهم على أهمية التفكير الإيجابي لبقاء الانسان متحررا من المخاطر التي يمكن ان تفتك بصحته الجسدية والنفسية ، فهو مفيد للصحة النفسية والجسدية من حيث كونه واقيا او مصدا للعواقب ، في حين

اكادوا على التأثير السلبي للتفكير السلبي على صحة الفرد النفسية والجسمية من حيث كونه عاملا مساعدا يضعف الوظائف النفسية والفسيوولوجية لديه ويكون عرضة للكثير من الامراض النفسية والجسدية. (Scheier & Others, 1994, p:7)

فطبقا لدراسة قام بها العالم النفساني شيلدون Sheldon في جامعة كارنيجي ميلون ببيتسبيرج، وجد ان العواطف الايجابية يمكن ان تعزز نظام المناعة لتحسين الصحة. ووجد ان الناس من ذوي الانماط العاطفية الايجابية والمواقف الايجابية لهم قدرة افضل على مكافحة العدوى، كما انهم كانوا اكثر رغبة للاهتمام بصحتهم، ويمارسون السلوكيات الصحية بانتظام. (القريشي، ٢٠١٢، ص ٢٥١)

واشارت دراسة روبرت ولينور Robert & Lenour على الطلبة الى انهم اظهروا بأن توقع المعلمين اداء متفوق من بعض الطلاب فأن اولئك الطلاب برعوا في ادائهم. كما ان العلماء يمكن ان يقيسوا التغييرات التي تحدث في الدماغ باطلاق الاندروفينات اكثر من المواد الكيميائية التي تعمل كمضادات للالام الطبيعية متى كانت التوقعات متغيرة. (Marlen, 2006, p:2)

ويعد مفهوم فاعلية الذات من أهم مفاهيم علم النفس الحديث الذي وضعه باندورا والذي يرى أن معتقدات الفرد عن فاعليته تظهر من خلال الإدراك المعرفي للقدرة الشخصية والخبرات المتعددة، سواء المباشرة أو غير المباشرة، ولذا فإن الفاعلية الذاتية يمكن أن تحدد المسار الذي تتبعه كأجراءات سلوكية، إما في صورة ابتكاره أو نمطية. (Bandura, 1982, p:12)

كما وتعد فاعلية الذات أحد محددات التعلم المهمة والتي تعبر عن مجموعة من الأحكام لا تتصل بما ينجزه الفرد فقط ، ولكن أيضاً بيالحكم على ما يستطيع إنجازه ، وأنها نتاج للمقدرة الشخصية ، وتمثل مראה معرفية للفرد تشعره بقدرته على التحكم في البيئية

(Bandura, 1983, P:464)

ويرى سكارززر Schwarzer (1993) أن مستوى فاعلية الذات لدى الفرد يمكن أن يرفع درجة الدافعية لديه أو يعوقها، فالأفراد الذين ترتفع درجة فاعلية الذات لديهم يختارون المهام الأكثر تحدياً لهم ، ويبدلون جهداً كبيراً في أعمالهم ، ويقاومون الفشل ويضعون لأنفسهم أهدافاً بعيدة المدى ويلتزمون بها. (Schwarzer, 1993, p105)

اما شونك Schunk (1994) يرى انه حينما تنخفض فاعلية الذات فأن الطلاب لا يملكون الدافعية للتعلم لذلك نحتاج الى ابتكار استراتيجيات مختلفة لاثرء هؤلاء الطلاب.

(Schunk, 1994, p:87)

في حين يشير باجارييس Pajares (1997) الى ان الطلاب ذوي فاعلية الذات العالية يستخدمون كثيرا استراتيجيات معرفية واستراتيجيات فيما وراء المعرفة ويتأبرون ويواصلون العزم مدة اطول من ذوي فاعلية الذات المنخفضة . (Pajares, 1997, p:40)

ويتضح مما سبق ان فاعلية الذات من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية حيث أنها تمثل مركزاً هاماً في دافعية الطالب للقيام بأى عمل أو نشاط دراسي ، فهي تساعد الطالب على مواجهة الضغوط الأكاديمية المختلفة ، والتي تعترض أدائه التحصيلي ، وترتفع مستويات الفاعلية الذاتية لدى الطلاب من خلال

الممارسة والتدريب المتواصل على بعض مهارات النشاط الاكاديمي .

(بدوي، ٢٠٠١، ص١٥١)

ويرتبط نمط التفكير بالعديد من المتغيرات النفسية والتربوية ومن بينها الفاعلية الذاتية ،اذ يرى باندورا Bandura (1982) أن مفهوم فاعلية الذات Self-Efficacy يحتل مركزاً رئيسياً في تفسير القوة الإنسانية ، ففاعلية الذات تؤثر في أنماط التفكير والتصرفات ، والاستثارة الانفعالية، وكلما ارتفع مستوى فاعلية الذات ارتفع بالتالي الانجاز وانخفضت الاستثارة الانفعالية . فكل إنسان يتميز عن غيره من أبناء جنسه بتكوين نفسي خاص به كغيره من أفراد هذا المجتمع وبذلك فإن كل شخص له كينونته الخاصة به والتي تتمثل في شخصيته المتميزة عن غيره من أفراد المجتمع. واعتبر باندورا فاعلية الذات هي نوع من التفكير الذاتي التأهيلي الذي يؤثر في سلوك الشخص كما اعتبرها أهم أنواع التأمل الذاتي. ويؤكد بانديورا إن تصورات الأفراد لفاعليتهم الذاتية هي أكثر التصورات تأثيراً في حياتهم اليومية وأكثر تأثيراً في اختيارهم فيكونوا إما سلبيين أو إيجابيين في تقييمهم لذاتهم ولذا يصبح الأفراد إما ناجحين إذا امتلكوا فاعلية ذات مرتفعة أو مكتئبين إذا امتلكوا فاعلية ذات منخفضة، كما أن المثابرة المرتبطة بفاعلية الذات العالية من المحتمل أن تؤدي إلى الاداء الذي يؤدي تباعاً إلى رفع الروح المعنوية والإحساس بالفاعلية .بينما الاستسلام المرتبط بفاعلية الذات المنخفضة يساعد على الفشل الذي يخفض الثقة والروح المعنوية. (Bandura, 1983, p215)

كما ويشير باندورا Bandura الى ان الفاعلية الذاتية تسبب اختلاف في كيف الناس تشعر وتفكر وتتصرف . فيما يخص الشعور: الإحساس المنخفض بالفاعلية الذاتية مرتبط بالآ كئاب والقلق والعجز . لدى هؤلاء الأفراد أيضاً تقدير ذات منخفض وأفكار متشائمة عن إنجازاتهم وتطوير شخصياتهم ، فيما يخص التفكير: الإحساس القوي بالكفاءة يسهل العمليات المعرفية والاداء في أماكن مختلفة ، متضمناً جودة صنع القرار والتحصيل الاكاديمي ، وعندما يتعلق الأمر بالتصرف ( إعداد الفعل ) المعرفة المرتبطة بالذات مكون رئيسي لعملية الحماس . الفاعلية الذاتية يمكن أن تحسن أو تعيق الدافعية ويختار ذوي الفاعلية الذاتية العالية المهام الصعبة ويضعوا لأنفسهم أهداف أعلى ويلتزموا بها . ويكون الناس سيناريوهات متفائلة أو متشائمة متوافقة مع مستوى فاعلية الذات لديهم . وفي العمل نجد ذوي الفاعلية الذاتية العالية يستثمرون مجهود أكثر ويثابرون مده أطول وعندما تحدث نكسات يتعافون بسرعة أكبر ويحافظون على مواصلة الالتزام بأهدافهم ويملكون القدرة على الاختيار واستكشاف بيناتهم وخلق الجديد على عكس منخفضي فاعلية الذات. ( Bandura, 1982, p 122).

ويتضح أيضاً من العرض السابق ان اهتمام الباحثين بدراسة التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية مؤداه علاقة كل منهما بالصحة النفسية والجسدية للفرد وهذا ما اثمرت عنه مختلف النظريات حيث يرتبط التفكير الايجابي بالسعادة والمثابرة والصحة والانجاز في الحياة. وبذلك تتضح اهمية متغيرات الدراسة الحالية ( كل من التفكير الايجابي وفاعلية الذات) من حيث ارتباط كل متغير بينهم بالصحة النفسية والجسمية والعقلية للفرد وماتفرزه من نتائج ايجابية او سلبية تحدد مسار حياة الفرد وتؤثر فيه .

**أهداف البحث:** تهدف الباحثتان في بحثهما الحالي الى التعرف على ما يأتي:

- ١- مستوى ( التفكير الايجابي، فاعلية الذات) لدى العينة ككل.
  - ٢- دلالات الفروق في مستوى التفكير الايجابي وفاعلية الذات بحسب متغير الجنس.
  - ٤- معامل الارتباط بين التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية .
- حدود البحث:** يتحدد البحث الحالي بطلبة المدارس الاعدادية النموذجية(الدراسة الصباحية) و (للسف الرابع والخامس الاعدادى من كلا الجنسين ) في مركز محافظة اربيل للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣.

#### تحديد المصطلحات:

#### ١-التفكير الايجابي:

- تعريف نيك ومانز Neck&Manz (١٩٩٢) : امتلاك الفرد لعدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة تجاه المستقبل، واقتناعه بقدرته على النجاح . ( Neck&Manz,1992,p64 )

- تعريف العبيدي (٢٠١٣) :المعتقدات والاراء والاساليب المتبعة في كل امور الحياة والتي من شأنها حل كل مايواجهه الفرد من مشكلات ومواضيع بصورة متفائلة ايجابية وناجحة .

(العبيدي، ٢٠١٣، ص١٢٩)

- **التعريف النظري للتفكير الايجابي:** نظرا لان الباحثتان قامتا ببناء مقياس التفكير الايجابي وعليه فقد اعتمدت الباحثتان التعريف الاتي في البناء والذي يعد محصلة التعاريف التي اشارت اليها الدراسات السابقة والادبيات النظرية. **التفكير الايجابي:** هو الوعي بكيفية استخدام العقل وتوظيفه بطريقة فعالة وموجهة ،تضفي ايجابية على الحياة الشخصية وهو توظيف امكانيات العقل وطاقاته دون وضع اي اعاقات سلبية من افكار وشعور وتصرف .اي انه موقف عقلي يتوقع فيه الفرد نتائج جيدة ومرضية والتي تقوده الى النمو والنجاح .

**التعريف الاجرائي :** هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التفكير الايجابي المعد لذلك الغرض .

#### ٢-فاعلية الذات

١- تعريف شكوارتزرSchwarzer (1995): عبارة عن بعد ثابت من أبعاد الشخصية، يتمثل في قناعات ذاتية في القدرة على التغلب على المتطلبات والمشكلات الصعبة التي تواجه الفرد من خلال التصرفات الذاتية. ( Schwarzer, 1995,p35)

٢- عرفه سعيد (٢٠٠٥):اعتقاد الفرد بخصوص قابليته على أداء سلوكيات معينة والتي تؤدي إلى نتائج متوقعة والناجحة عن مبادرة الفرد ومثابرتة والجهد الذي يبذله للوصول إلى تلك النتائج (سعيد , ٢٠٠٥، ص١٥)

**التعريف النظري :** بما ان الباحثة قد تبنت الاداة المعدة من قبل سكوارزر وجيروسليم Schwarzer&Jerusalem (1995) لذا اعتمدت على التعريف النظري للفاعلية الذاتية لسكوارزر وجيروسليمSchwarzer&Jerusalem (1995) .

**التعريف الاجرائي:** الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الفاعلية الذاتية

## ❖ الاطار النظري ودراسات سابقة

يتناول البحث الحالي متغيرين رئيسيين وهما ( التفكير الايجابي وفاعلية الذات) مما يتطلب الغوص في غمارها من حيث التنظير والدراسات السابقة التي بحثت فيها ويتم عرضها بشكل متفاعل.

### المنظور النفسي : نظرية فرويد ( Freud's Theory)

يرى فرويد (Freud 1939) ان التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة وان التشاؤم لايقع في حياة الفرد الا اذا تكونت لديه عقدة نفسية ، والعقدة النفسية ارتباط وجداني سلبي شديد التعقد والتماسك حيال موضوع ما من الموضوعات الخارجية او الداخلية، فالفرد متفائل اذا لم تقع في حياته حوادث تجعل نشوء العقدة النفسية لديه امرا ممكنا ولو حدث العكس لتحول الى شخص متشائم. (Klin & Story, 1978, p:89) ويعتقد فرويد ان الطفل يمر عبر سلسلة من المراحل المتواصلة ديناميا خلال السنوات الاولى الخمس، ويليهها لمدة تستمر خمس او ست سنوات مدة الكمون، فيتحقق قدر من الثبات والاستقرار الدينامي، وتتحدد كل مرحلة من النمو خلال السنوات الخمس الاولى من حيث اساليب الاستجابة من جانب منطقة محددة من الجسم، ففي خلال المرحلة الاولى التي تستمر قرابة العام يكون الفم هو المنطقة الرئيسة للنشاط الدينامي. كما يشير الى ان الشخصية الفمية ذات الاشباع الزائد للبيدو(الاكل والشرب) تتسم بالتفاؤل والانفعال والمواقف المتجهة نحو الاعتماد على الاخرين، فالذي شبع بشكل مفرط في طفولته سيكون عرضة للتفاؤل المفرط والاعتماد على الاخرين، اما اذا احبطت اللذة الفمية فان الشخصية الفمية ستتسم بالسلوك الذي يميل الى اثاره الجدل والخلاف والتشاؤم والتناقض الوجداني ازاء الاصدقاء اي الشعور بمزيج من الحب والكره، والذي يتوقف نحوه في هذه المرحلة يكون عرضة للانفراط في هذا التشاؤم . ان التشاؤم الفمي Oral pessimism يرجع للخبرات القاسية في هذه المرحلة والطفل المصاب بتثبيت المرحلة الفمية تكون احدى خصائص شخصيته التفاؤل ( شلتز، ١٩٨٣، ص٥٠). وبرزت نظرية سلبية التفكير الايجابي في كتابات فرويد فذكر أن التفاؤل منتشر ولكنه وهمي ويترجم على شكل معتقدات دينية وأن نفي التفاؤل هو نفي طبيعتنا الغريزية وبالتالي نفي الواقع. (اليجوفي، 2002، ص١٤٩)

### المنظور الفلسفي : وجهة نظر وليم جيمس:

يعد جيمس صاحب الفضل في ابراز مفهوم الايجابية والتفاؤل ، ويرى فيه معيارا للفرد حيث يتوقع فيه النجاح باتجاه الاحداث او المواقف او المهمات توقعا كبيرا ،وهو يرى ان مبدأ التحسينية (Melierism) يعني الايمان بأن العالم ينزع الى التحسن ، وهذا مرتبط بقوة الارادة الحرة ، فالاجابية عنده هي الاعتقاد بإمكانية تحقيق افضل النتائج ، اما السلبية فهي الاعتقاد باستحالة ذلك ،ومن جانب اخر افاد جيمس في كتابه "تنويعات الخبرة الدينية" : دراسة في الطبيعة الانسانية، ان السعادة الغاية النهائية للحياة الانسانية وان من يسعون للوصول اليها والاقتراب منها وتحققها هم الاجدر بان يطلق عليهم "ذوي العقلية السوية" (Healthy Minded). ويمكن فهم مايقصده جيمس بمفهوم العقلية السوية من خلال مقارنته بمفهوم اخر ركز عليه جيمس في كتابه المشار اليه وهو مفهوم "الروح المريضة" (The sick soul) كنمطين رئيسيين لما يسميه "بالصحة الروحية" (Spiritual health). (القرشي، ٢٠١٢، ص٢٥٦)

## المنظور المعرفي (Cognitive)

تقوم المدرسة المعرفية على الفكرة القائلة بأن مايفكر فيه الناس ومايقولونه عن انفسهم وكذلك اتجاهاتهم واراءهم ومثلهم انما هي امور مهمة وذات صلة وثيقة بسلوكهم الصحيح والمريض. (الشناوي، ١٩٩٤، ص١٤٥)

### - نموذج كيركجارد (Erin Kirkegaard) (2005):

قسم كيركجارد Kirkegaard التفكير الايجابي الى ثلاث مجموعات متشابكة هي:

أ- المعرفة الداخلية أو الادراك الداخلي Internal Cognition

ب- الايمان Faith

ت- والعلاقات الشخصية المؤثرة Influential Personal relationships

### أ - المكون الاول (المعرفة الداخلية Internal cognition)

ان عملية الادراك الداخلي للتفكير الايجابي مستندة الى الغرض، غرض الفرد، أو اسمى سبب للحياة، هو الذي يقود معرفة الفرد الداخلية عبر هذه العملية. ان مايقود عملية الفكر الداخلية الى فعل خارجي، هو امتلاك الفرد غرض ما يحكمه ويقود عملية صحيفة فكره اليومية ، وان معرفته الداخلية تبقى مركزا على الهدف، ومع الهدف يجي الغرض. كما ان الغرض في الحياة مستند الى مفهوم فكتور فرانكل (Victor Frankle) الذي يشير الى الحاجة لايجاد غرض ومعنى مناسب. وبهذا ينشغل المفكرون الايجابيون بغرضهم، وينشغلون بالاشياء في بيئتهم الخارجية والداخلية التي تغذي غرضهم، على العكس من السلبيين الذين يغدون هزيمة غرضهم . ويمكن القول ان (التفكير الايجابي يقاد داخليا بغرضه)

### ب - المكون الثاني (الايمان Faith)

المفكرون الايجابيون لهم ايمان بأن كل شئ في الحياة يحدث له سبب، ويعرفون بأن لديهم غرض ومعنى في الحياة، وهم وجدوا في الحياة لهدف ما، وان هناك فرصة في كل حالة لأن هناك غرض لكل حالة، والتي ستساعدهم لأن يصبحوا أقرب الى غرضهم الأكبر في الحياة. الايمان، هو ايمان ديني، ويعرف بأنه امتلاك ثقة واعتقاد في ظاهرة بدون دليل تجريبي. اذن فالمفكر الايجابي عنده ثقة في الطبيعة والعالم والاله، والروحانية هي التجربة الشخصية الخشوعية لشئ مقدس أو اعظم من النفس. ان السممة الرئيسة للادراك الداخلي للتفكير الايجابي بأنه سيكون لدى الفرد الغرض الذي هو أكبر من نفسه والذي يرتبط بالروحانية. وتشجع وجهات النظر الدينية الدنيوية في اغلب الاحيان انعكاس اكثر تفاؤلا من احداث الحياة عبر اكمالها الاجوبة للعديد من الاسئلة الاعمق في الحياة. ويشتق الناس في اغلب الاحيان الاحساس بالغرض والمعنى من ايمانهم، وتزودهم الروحانية بالايمان والشجاعة والامل وذلك يسهل اتخاذ القرارات والاعمال الحكيمة .

### ج - المكون الثالث (العلاقات Relationships)

العلاقات الشخصية المؤثرة يمكن ان تكون منقسمة أكثر الى ثلاث مجموعات، التي تتضمن علاقة الفرد مع نفسه، ومع الله ، وعائلته. وهذه العلاقات تعزز شعور الفرد بأن لديه اناس اخرون، أو كائنات ،تساعده خلال الحياة، ولديه دائما توجيه ودعم منهم ،وان العلاقات الايجابية مع الناس والكائنات ذوو المعنى تساعده لأعطاء معنى وغرض للحياة. وترتبط المعرفة والغرض الداخلي بتقدير الذات (Self esteem)، وان يكون الفرد بسلام مع نفسه. أما العلاقة الحيوية الثانية بالله، فأن العديد من الناس يعتقدون بأنهم يعملون كل شئ لوحدهم، والناس بدون العلاقة مع الله يبحثون



عن الاجوبة فقط للاسئلة (عن الحياة) ضمن انفسهم ، ولكن في اغلب الاحيان لا يستطيعون ايجاد الاجوبة. وان الناس الذين يعتمدون فقط على انفسهم يتميزون بالافتقار للاتجاه والغرض، ويفتقرون الى التوجيه، وبدون الايمان ليس هناك غرض. والسمة الثالثة هي العلاقات المهمة مع العائلة، والعائلة يمكن ان تتضمن روابط الدم، وهؤلاء جميعا يساعدون الفرد على العثور على الغرض والسعادة في الحياة. فالتفكير الايجابي مدعوم عبر علاقة الفرد بنفسه وبالله وبالمقربين سواء كانوا اقرباء أو أصدقاء

(Kirkegaard,2005,p:13 )

#### ثانيا: فاعلية الذات

#### نظرية فاعلية الذات "البرت باندورا" (١٩٧٧):

لقد اشار باندورا اول مرة الى مفهوم فاعلية الذات (Self – Efficacy ) في كتابه الموسوم ب (نظرية التعلم الاجتماعي ) الصادر عام ١٩٧٧ (Social Learning Theory). اذ أيدت أبحاث باندورا (Bandura) في نظرية التعلم الاجتماعي فكرته القائلة باستطاعة الناس تعلّم السلوك الجديد بمشاهدة الآخرين يقومون بممارسة هذا السلوك في موقف اجتماعي، ومن ثم محاكاة سلوكهم. وللنظرية الاجتماعية المعرفية خمسة أبعاد تساعد على تحليل تباين سلوك الأفراد في مواقف متشابهة، هذه الأبعاد هي (الترميز Symbolizing، والتروي Forethought، والتعلم البديل Vicarious Learning، والسيطرة الذاتية Self Control، وفاعلية الذات Self Efficacy). والأبعاد الخمسة هي:

١. الترميز: ويعني ان الأفراد يعالجون الخبرات المرئية ويحولونها إلى نماذج معرفية تعمل على توجيه سلوكهم.
٢. التروي: التدبريصنع الأفراد الخطط لأفعالهم ويخمنون النتائج المترتبة عليها ويحددون مستويات الأداء المرغوب .
٣. التعلم البديل: ويعني ملاحظة الأفراد لأداء الآخرين والنتائج المترتبة على أدائهم .
٤. السيطرة الذاتية : وتعني ان يسيطر الأفراد على أداءهم من خلال مقارنته بمعايير أدائهم .
٥. فاعلية الذات : وتعني ان يكون الأفراد على ثقة من إمكاناتهم في أداء المهمة المناطة اليهم

(Hellriegel & other,2001,p102-105)

وما يهم البحث الحالي من أبعاد هذه النظرية هو مفهوم فاعلية الذات . لقد انطلق باندورا Bandura (١٩٧٧) في تنظيره للفاعلية الذاتية من اعتقاده بأن التأثير المرتبط بالمتغيرات يأتي من الدلالة التي تعطيها الفاعلية التنبؤية Predictive efficacy للفرد وليس من كون المتغيرات مرتبطة على نحو الي بالاستجابات، وتُعد نظرية باندورا Bandura عن فاعلية الذات فريدة في نوعها حيث اسست على بيانات مُعدة بعناية عن دراسة الانسان وليست على ملاحظات وخبرات اكلينيكية مثل (فرويد وادلر، ودراسات وتجارب معملية مثل دولر وميلر وكذلك نظريات ماسلو والبورث عن الذات التي قامت على التأملات وقد اوضح وقد نظر باندورا للفاعلية الذاتية على انها احكام الفرد او توقعاته عن ادائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض او ذات ملامح ضاغطة Streesful. وتنعكس هذه التوقعات في اختيار الفرد للانشطة المتضمنة في الاداء والمجهود المبذول ومواجهة مصاعب انجاز السلوك.

(Pajares,1996,p546)

وتركز أعمال باندورا Bandura على الفاعلية الذاتية المدركة كالإيمان بالإمكانات لتنظيم وتنفيذ خطة العمل المطلوبة لتحقيق الهدف ، والتنبؤ بالدافع الذي يؤدي الى السلوك اللازم لإجراء الفعل. ويرى باندورا ان المستويات العالية من فاعلية الذات (الثقة العالية) تستطيع مقاومة المهارات المحدودة . كما تختلف فاعلية الذات بحسب البيئات المختلفة وهي خاصة بالمواقف والمهام ففاعلية الذات العامة هي الإيمان بالقدرة العامة السابقة للقيام بالوظيفة ، في حين ان فاعلية الذات الخاصة تشير إلى الإيمان بقدرة واحدة لأداء مهمة خاصة مثل القيادة . وتشير الثقة بالذات الى الإيمان بجهد الشخص واحتمال النجاح كما أنه مزيج من احترام الذات والفاعلية الذاتية العامة. كما وجد أن الخبرة مصدر قوى في التأثير على معلومات الفاعلية . حيث نجد أن خبرة النجاح ترفع الفاعلية الذاتية بملاحظة اداء النظير بينما خبرة الفشل تخفصها . كما وجد أن الطلاب الذين يملكون إيمان بفاعلية ذات قوية يكونوا قادرين على السيطرة على المهام المختلفة (الرياضيات ، القراءة) أفضل من الطلاب ذوي الإيمان الضعيف بالفاعلية الذاتية. (Neil, 2004, p87)

ولقد ميز "باندورا" ١٩٧٧ بين ثلاثة أبعاد لفاعلية الذات وهي :

١- مقدار الفاعلية **Magnitude**: ويعني به مستوى قوة الدافع لدى الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة وقوة الاعتقاد بالفاعلية في مواجهة المشكلات والضغط النفسي والقلق.

٢- العمومية **Generality**: والعمومية هي أنتقال توقعات الفاعلية الى مواقف مشابهة، فالأفراد غالباً ما يعممون أحساسهم بالفاعلية في المواقف المشابهة للمواقف التي يتعرضون لها ويبين "باندورا" أن العمومية تتحدد من خلال مجالات الأنشطة المتسعة في مقابل المجالات المحددة.

٣- القوة **Strength**: بين "باندورا" أن قوة الشعور بفاعلية الذات تعبر عن المثابرة العالية والقدرة المرتفعة التي تمكن من اختيار الأنشطة التي تؤدي الى النجاح، كما أنه في حالة التنظيم الذاتي للفاعلية فان الناس سوف يحكمون على ثقتهم في انهم يمكنهم أداء النشاط بشكل منظم في خلال فترات زمنية، وان القوة تتحدد في ضوء خبرة الفرد ومدى ملائمتها للموقف، وان الفرد الذي يمتلك توقعات مرتفعة يمكنه المثابرة في العمل، ويؤكد على أن قوة توقعات فاعلية الذات تتحدد في ضوء خبرة الفرد ومدى ملائمتها للموقف (Banadur, 1997, p:298).

وركزت نظرية "باندورا" في فاعلية الذات على علاقة البيئة بسلوك الفرد وأن ذلك يعكس اعتقاد الفرد بقدرته على السيطرة على بيئته التي تتداخل العوامل الاجتماعية فيها بدرجة كبيرة، فالسلوك الانساني على وفق نظرية "باندورا" Bandura يتحدد تبادلياً بتفاعل ثلاثة مؤثرات هي: العوامل الذاتية Personal Factors والعوامل السلوكية والعوامل البيئية وأطلق على هذه المؤثرات نموذج الحتمية التبادلية (Bandura, 1989, p: 729).

#### ❖ دراسات سابقة:

##### ١- الدراسات المتعلقة بالتفكير الإيجابي

دراسة انتوني **Anthony (2002)**: هدفت التعرف على مدى توافر أنماط التفكير لدى عينة من طلبة الجامعة، مكونة من ( ٢٠٦ ) طالباً وطالبة نصفهم من الطلاب الذكور، والنصف الآخر من الطالبات من تخصصات مختلفة، وقد خلصت الدراسة إلى ميل الطلبة اجمالاً نحو نمط التفكير السلبي، كما اظهرت

الإناث ميلاً نحو التفكير الايجابي أكثر من الذكور، بينما أظهر الطلبة من التخصصات العلمية ميلاً نحو التفكير الايجابي بمستوى أكبر مقارنة بالطلبة من التخصصات النظرية. (بركات، ٢٠٠٦، ص ١٨)

**دراسة القرشي (٢٠١٢):** هدفت الدراسة الى قياس مستوى التفكير الايجابي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة الجامعة، تم اختيار (١٢٠) طالب وطالبة بالطريقة الطبقيّة العشوائية، من كليتي الاداب والهندسة، واعتمد الباحث على مقياس (ابراهيم، ٢٠١١) لقياس التفكير الايجابي والذي لخص عدد فقراته الى عدد اقل، ، وتم التوصل الى نتائج عدة منها تمتع طلبة الجامعة بالتفكير الايجابي، وان هناك فروقا في التفكير الايجابي تبعا لمتغير التخصص ولصالح الاقسام الانسانية، كما ان لا توجد علاقة بين التفكير لاجيبي والمتغيرات الديموغرافية .(القرشي، ٢٠١٢)

**دراسة المغازي (٢٠١٣):** هدفت الدراسة الي الكشف عن التفكير الايجابي كمنبئ نفسي للشعور بالانتماء لدي طلاب كلية التربية والعلاقة بين التفكير الايجابي والشعور بالانتماء لدي الطلاب وان التفكير الايجابي كمنبئ بالشعور بالانتماء واشتملت عينة الدراسة علي عينة عشوائية قوامها (٢٠٠) طالب وطالبة بكلية التربية جامعة بورسعيد وتتضمن ادوات الدراسة علي مقياس التفكير الايجابي ومقياس الشعور بالانتماء واسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين التفكير الايجابي والشعور بالانتماء لدي طلاب كلية التربية وان التفكير الايجابي منبئ للشعور بالانتماء .(المغازي، ٢٠١٣)

## ٢- الدراسات المتعلقة بالفاعلية الذاتية

**دراسة جليس وهيلمان Gillespie & Hillman (1993):** هيدفت إلى دراسة تأثير توقعات فاعلية الذات على اختيار المهنة لدى المر اهلين وتكونت عينة دراسية من (٢٢٤) طالباً من طلاب الثانوية منهم (١٢٣) و (٩٢) طالباً وقد أشارت النتائج إلى أن الذكور قرروا تقديرات منخفضة لفاعلية الذات المهنية عنها عن الإناث . كما كشفت النتائج أن طلاب التعليم العام قرروا توقعات فاعلية ذواتهم بدرجة مرتفعة مقارنة بطلاب التعليم الخاص أو طلاب التعليم البديل، كما كشفت النتائج أن القرارات المهنية تختلف باختلاف الوضع التعليمي. (Gillespie & Hillman, 1993,p:32)

**دراسة حمدي وداود (٢٠٠٠):** أجريت الدراسة في الأردن ، واستهدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين فاعلية الذات ومتغيرات الجنس والاكنتاب والتوتر، وتألفت عينة الدراسة من (٤١٤) طالبة وطالبة من طلبة كلية العلوم التربوية:الجامعة الاردنية ، وباستخدام الاختبار التائي أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً وفق متغير الجنس ولصالح الذكور ، وكذلك وجود فروق دالة في متغير الاكنتاب ولصالح الطلبة الأقل اكنتابا . كما وجدت الدراسة فروق دالة في متغير التوتر ولصالح الطلبة الأقل توترا.(حمدي وداود ، ٢٠٠٠، ص٤٤).

**دراسة (الزبيدي) ٢٠١١:**هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى فاعلية الذات وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى الموهوبين، اعتمد الباحث طريقة العينة العشوائية البسيطة في اختيار عينة البحث ، إذ تم اختيار (٢٠٠) طالب من طلاب مداس الموهوبين والمتميزين في مدينة بغداد.باعتبارها عينه ممثلة للمجتمع البحث. وفي ضوء النتائج التي اسفر عنها البحث ، تبين ان عينة البحث تتمتع بمستوى عال من فاعلية الذات .(الزبيدي ، ٢٠١١)

## ❖ إجراءات البحث ومنهجيته:

أولاً: مجتمع البحث: قامت الباحثان بمراجعة قسم التسجيل والتخطيط للمدارس النموذجية في مديرية التربية /محافظة أربيل للحصول على المعلومات الخاصة بالمدارس النموذجية على وفق الحدود التي وضعت للبحث الحالي. جدول ( ١ )

جدول (١)

المدارس النموذجية في محافظة أربيل واعداد طلبتها على وفق متغيري الصف والجنس للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣

ت	اسم المدرسة	الصف الرابع		الصف الخامس		العدد الكلي	%
		الذكور	الاناث	الذكور	الاناث		
١-	ثانوية فاخير مبرطةسوري النموذجية(باللغة الانكليزية والكردية)	٦٤	٦٧	٧٤	٦٧	٢٧٢	٪٢٠.٦٣
٢-	ثانوية هتولير النموذجية (باللغة لانكليزية)	٦١	٣١	٤٩	٨٠	٢٢١	٪١٦.٧٦
٣-	ثانوية عنكاوة النموذجية	٣١	٥٤	٤٣	٣٢	١٦٠	٪١٢.١٣
٤-	ثانوية شنروي النموذجية	٤٤	٢٤	٤٩	٥١	١٦٨	٪١٢.٧٤
٥-	ثانوية روزاك النموذجية	٥٠	٣٣	٤٩	٥١	١٨٣	٪١٣.٨٨
٦-	ثانوية توانا النموذجية (باللغة الانكليزية)	٢١	١٥	١٥	١٣	٦٤	٪٤.٨٥
٧-	ثانوية شكوداران النموذجية	٧٤	٦٥	-----	-----	١٣٩	٪١٠.٥٩
٨-	ثانوية طارة النموذجية	٤٣	٦٨	-----	-----	١١١	٪٨.٤٢
	المجموع	٣٨٥	٣٥٨	٢٧٩	٢٩٤	١٣١٨	٪١٠٠
	٪	٪٢٩.٢٥	٪٢٧.١٩	٪٢١.١٩	٪٢٢.٣٧		

ومن ملاحظة جدول ( ١ ) يتوضح ان مجتمع البحث و يتكون من (٨) مدارس نموذجية،(٦) منها تعتمد في انظمتها الدراسية على اللغة الكردية وهي مدرسة (فاخير مبرطةسوري، عنكاوة، روزاك، شكوداران، طارة) اما كل من مدرسة (توانا، و هتولير) فان نظام الدراسة فيها يعتمد اللغة الانكليزية فقط. وقد بلغ عدد طلبة الصف الرابع(العاشر) (٧٤٣) بواقع (٣٨٥) ذكور و(٣٥٨) اناث، اما الصف الخامس(الحادي عشر) فقد بلغ عدد الطلبة فيه (٥٧٣) بواقع (٢٧٩) ذكور و(٢٩٤) اناث .

ثانيا: عينة البحث / تم اختيار (٤) مدارس نموذجية بطريقة قصدية وذلك لاسباب عدة منها :

-ان بعض من هذه المدارس يعتمد نظامها على اللغة الانكليزية في التعليم وذلك لاينسجم مع اللغة التي اعتمدها الباحثة في اعداد مقاييس الدراسة والتي كانت باللغة الكردية هذا من جهة ومن جهة اخرى فان بعض المدارس لم تكتمل فيها

مراحل الدراسة الاعدادية وبالأخص الصف الخامس الاعدادى وبذلك اعتمدت الباحثة على المدارس التي تتوفر فيها المراحل الاعدادية بأكملها وتعتمد اللغة الكردية في تعليمها. وعليه اختارت الباحثتان عينة البحث بطريقة عشوائية طبقية وبنسبة تقريبية (٣٧.٣٪) من المجموع الكلي لمجتمع البحث اذ تم اختيار (٥٠٠) طالب وطالبة من الصف الرابع والخامس الاعدادى في المدارس النموذجية. وعند تصحيح الاستمارات الخاصة بإجابات الطلبة تم استبعاد ( ٨ ) استمارات لعدم اكتمال الإجابات فيها وعدم تحقق الموضوعية في قسم منها ، وبذلك فقد اصبح العدد النهائي لعينة البحث الأساسية ( ٤٩٢ ) طالباً وطالبة ، منهم (٢٤٠) من الصف الرابع بواقع (١٢٥) ذكور و (١١٥) اناث ، في حين كان عدد طلبة الصف الخامس الاعدادى (٢٥٢) بواقع (١٣٠) ذكور و(١٢٢) اناث جدول(٢)

جدول(٢)

توزيع افراد عينة البحث التطبيقية على وفق متغير الجنس والصف

العدد الكلي	العينة				اسم المدرسة
	الصف الخامس		الصف الرابع		
	اناث	ذكور	اناث	ذكور	
١٠٩	٣٣	٣٢	١٥	٢٩	ثانوية شنوى النموذجية
١٧٨	٤٤	٤٨	٤٤	٤٢	ثانوية فاخير ميرة سورى النموذجية
١٠٦	٢٢	٢٨	٣٥	٢١	ثانوية عنكاوة النموذجية
٩٩	٢٣	٢٢	٢١	٣٣	ثانوية روزاك النموذجية
٤٩٢	١٢٢	١٣٠	١١٥	١٢٥	المجموع

### ثالثاً: أدوات البحث: Tools of Research

تحقيقاً لأهداف البحث الحالي وقياس متغيراته ( التفكير الايجابي ، فاعلية الذات)، تطلب وجود مقياسين لهذه المتغيرات ، وقد قامت الباحثتان ببناء مقياس للتفكير الايجابي كما وتبنت مقياس سكوارزر وجيروسليم Schwarzer&Jerusalem (1995) لقياس الفاعلية الذاتية العامة .

اولاً: أعداد مقياس التفكير الايجابي : أعتمدت الباحثتان في أعداد فقرات مقياس التفكير الايجابي على الادبيات والدراسات السابقة وعلى التوجهات والاراء النظرية لمفهوم التفكير الايجابي، كما وقامت الباحثة بدراسة استطلاعية لغرض التعرف على طبيعة وانماط التفكير التي يتمتع بها افراد العينة وعليه تم بموجبها تحديد سبعة ابعاد للتفكير الايجابي على نحو يتلاءم مع طبيعة العينة ،فضلا عن تحديد سبعة ابعاد للتفكير السلبي تلاءم طبيعة العينة وكما يأتي :

#### مجالات التفكير الايجابي

- التوقعات الايجابية نحو الاحداث والمواقف / توقع النتائج الايجابية في الحياة الشخصية والاجتماعية وزيادة مستوى التفاؤل بشأنها .

- التوجه نحو التنوع والتعلم / الاتجاهات الايجابية نحو امكانيات التغيير بما في ذلك من اهتمام بالمعرفة وحب التعلم والمعرفة بما هو جديد وملاءم لتحقيق الصحة النفسية

- الشعور بالرضا الذاتي / الشعور بالرضا عن الذات والسعادة بتحقيق الاهداف العامة في الحياة بما في ذلك مستوى الانجاز والتعليم
- تقبل المسؤولية الشخصية / القدرة على تحمل المسؤولية بلا تردد ، ومساعدة الذات والآخرين على النجاح
- الكفاءة الوجدانية / مجموعة من الصفات الشخصية والتي تجعل الفرد قادرا على ادراك مشاعره واستخدام هذه المشاعر لاتخاذ القرارات الصائبة في الحياة
- تقبل الآخرين / قدرة الفرد على امتلاك الاتجاه الايجابي نحو الآخرين من حوله والذي يساعده على تحقيق التوافق معهم وتحقيق العلاقات الانسانية
- تحمل الغموض / القدرة على اتخاذ طرق مختلفة في التفكير تجاه المواقف والاشخاص ، وتقبل ما يحيط بالفرد من متناقضات وما يتعرض له من موضوعات او افكار او احداث غامضة غير واقعية وغير مالوفة.

#### مؤشرات صدق الاداتين:

أ- صدق الترجمة: قامت الباحثتان بعرض المقياس بنسخته الانكليزية على مجموعة من الخبراء ملحق(٤) من اجل ترجمته الى اللغة الكردية ، ثم قامت الباحثتان بمراجعة مدى التطابق بين الترجمتين مع احد الاساتذة المختصين باللغة الكردية التي اظهرت عدم وجود اختلاف يذكر بينهما وتم الوصول الى صياغة موحدة لفقرات المقياس باللغة الكردية التي تم عرضها على خبيرين في اللغة الانكليزية واطهرت مراجعة الترجمتين مع النسخة الاصلية عدم وجود اختلاف يذكر بينهما. وبعد اتمام الاجراءات السابقة ، اصبح المقياس جاهزا لاستخراج الصدق الظاهري له.

#### ب- الصدق الظاهري (صلاحية الفقرات) Face validity

تعد صلاحية الفقرة من متطلبات المقياس الجيد . إذ يمكن تقييم درجة صلاحية وصدق الفقرة من خلال التوافق بين تقديرات المحكمين (عودة والخليلي، ٢٠٠٠، ص١٥٧). ولهذا الغرض تم عرض فقرات مقياس التفكير الايجابي بصيغتها الأولية ( ٢٨ ) فقرة والموزعة على المجالات السبعة ملحق رقم (٢) على مجموعة من الخبراء في مجال العلوم التربوية والنفسية والاختبارات والمقاييس ملحق(٣) لإبداء آرائهم العلمية السديدة في مدى صلاحية الفقرات في قياس الظاهرة المراد قياسها. وبعد جمع آراء المحكمين وتفريغ إجاباتهم فيما يخص المقياسين وجدت الباحثتان أن جميع فقرات مقياس التفكير الايجابي حظيت بنسبة الاتفاق المطلوبة والتي تراوحت بين (٣، ٨٣٪ - ١٠٠٪) فأكثر ، وقد تم تعديل فقرتين في المقياس لغويا وبذلك أصبح مقياس التفكير الايجابي بصيغته الاولى مؤلف من (٢٨) فقرة ولكل فقرة خمسة بدائل للإجابة هي (دائما)، (كثيراً)، (أحياناً)، (نادراً)، (أبداً)، وفيما يخص مقياس الفاعلية الذاتية، فقد قامت الباحثتان بعرض المقياس ملحق (٦) على مجموعة من المحكمين والخبراء المختصين في العلوم التربوية والنفسية ملحق (٧) لبيان مدى صلاحية الفقرات وتمثيلها للصفة المراد قياسها ، وتراوحت النسبة المئوية للخبراء الموافقين على فقرات المقياس بين (٨٧٪-١٠٠٪)، وبناء على آرائهم فقد تمت الموافقة على جميع فقرات المقياس مع اجراء بعض التعديلات اللغوية على عدد من الفقرات، وبذلك تحققت الباحثة من الصدق الظاهري للمقياس.

#### صدق الترجمة Translate Validity

نظرا لان فقرات مقياس التفكير الايجابي صيغت باللغة العربية، ولان افراد عينة البحث هم من القومية الكردية، فقد تطلب ذلك ترجمتها الى اللغة الكردية وذلك بعد الاستعانة بمجموعة من الاساتذة المتمكنين في اللغتين الكردية والعربية

ومن المختصين بعلم النفس ملحق (٤) وعليه تم الوصول الى صياغة موحدة لفقرات كل مقياس على حدا باللغة الكردية ، والتي عرضت بدورها على مختصين في اللغتين وفي المجال نفسه لغرض ترجمتها الى اللغة العربية، وبعد اجراء المقارنة في مضامين الفقرات لكل مقياس بين نصها الاصلي باللغة العربية والنص المترجم للغة نفسها وجد ان هناك تقارب في مضمون الفقرات لذا تم التأكد من صدق ترجمة فقرات المقياسين الى اللغة الكردية.

### ج - صدق البناء Construct Validity

يقصد بصدق البناء ، الدقة التي تتمكن بها الاداة من قياس سمة او ظاهرة معينة صممت من اجله. ولايجاد صدق البناء هناك طرق متعددة ومختلفة، منها معاملات الارتباط مع اختبارات اخرى، والعلاقة بين درجات الفقرات الكلية، واستخدام التحليل العاملي، والاتساق الداخلي. (نظمي، ٢٠١٠، ص٢٧٨). وللتحقق من مؤشر هذا الصدق تم استخدام الاساليب الاتية:

#### ❖ (مقياس التفكير الايجابي )

### اولا :التحليل الإحصائي للفقرات Statistical Analysis of Scale items

اسلوب المجموعتين المتطرفتين: تختبر في هذا الاسلوب مجموعتان متطرفتان من الافراد بناء على الدرجات الكلية التي حصلوا عليها في المقياس، و تحليل كل فقرة من فقرات المقياس، وقد اظهرت نتيجة التحليل الاحصائي أن فقرات مقياس التفكير الايجابي كانت جميعها مميزة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) حيث بلغت القيمة التائية الجدولية 1.98 عدا فقرتين كانتا غير مميزتين كون ان قيم القوة التمييزية لها كانت اصغر من القيم التائية الجدولية وهي الفقرة (١٢) والتي كانت قيمتها (٠,٩٣١) وتقع ضمن المجال الرابع والفقرة (٢٨) والتي كانت قيمتها هي الاخرى (-٢,٤٧٤) وتقع ضمن المجال السابع والجدول (٣) يوضح المتوسط والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا، ويوضح القيمة التائية المستخرجة.

#### جدول(٣)

يوضح معاملات تمييز فقرات مقياس التفكير الايجابي

ت	المجموعة	العينة ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	مستوى الدلالة
١	الحدود العليا	108	3.47	.826	4.149	دالة
	الحدود الدنيا	108	2.92	1.120		
٢	الحدود العليا	108	4.39	.830	5.579	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.67	1.059		
٣	الحدود العليا	108	4.56	.584	9.222	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.31	1.293		
٤	الحدود العليا	108	4.32	.734	7.676	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.26	1.241		

ت	المجموعة	العينة ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	مستوى الدالة
٥	الحدود العليا	108	4.71	.597	5.818	دالة
	الحدود الدنيا	108	4.04	1.049		
٦	الحدود العليا	108	4.65	.631	6.536	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.86	1.080		
٧	الحدود العليا	108	3.10	1.491	2.232	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.52	1.242		
٨	الحدود العليا	108	4.60	.669	6.317	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.77	1.197		
٩	الحدود العليا	108	4.55	.728	4.505	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.97	1.106		
١٠	الحدود العليا	108	4.56	.585	6.212	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.85	1.021		
١١	الحدود العليا	108	3.57	1.154	2.184	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.44	1.262		
١٢	الحدود العليا	108	4.58	.833	5.937	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.68	1.352		
١٣	الحدود العليا	108	3.54	.999	.931	غير دالة
	الحدود الدنيا	108	3.39	1.317		
١٤	الحدود العليا	108	4.18	.771	5.556	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.44	1.130		
١٥	الحدود العليا	108	4.51	.815	5.333	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.80	1.125		
١٦	الحدود العليا	108	4.69	.558	8.030	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.71	1.128		
١٧	الحدود العليا	108	4.48	.717	5.122	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.85	1.057		
١٨	الحدود العليا	108	3.61	1.092	5.275	دالة



ت	المجموعة	العينة ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	مستوى الدالة
	الحدود الدنيا	108	2.76	1.274		
١٩	الحدود العليا	108	4.07	.893	4.643	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.42	1.169		
٢٠	الحدود العليا	108	4.15	.955	5.666	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.35	1.105		
٢١	الحدود العليا	108	4.78	.499	4.618	دالة
	الحدود الدنيا	108	4.25	1.078		
٢٢	الحدود العليا	108	4.64	.633	6.858	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.80	1.109		
٢٣	الحدود العليا	108	3.82	1.049	3.515	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.29	1.192		
٢٤	الحدود العليا	108	3.84	1.069	3.724	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.25	1.261		
٢٥	الحدود العليا	108	4.16	.877	2.497	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.82	1.075		
٢٦	الحدود العليا	108	4.07	.983	2.853	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.69	1.020		
٢٧	الحدود العليا	108	3.78	.890	2.730	دالة
	الحدود الدنيا	108	3.41	1.094		
٢٨	الحدود العليا	108	2.30	1.262	-2.474	غير دالة
	الحدود الدنيا	108	2.75	1.428		

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: تعد هذه الطريقة من اكثر الطرائق استخداماً في تحليل فقرات الاختبارات والمقاييس النفسية، وذلك لما تتصف به هذه الطريقة من تحديد لمدى تجانس فقرات المقياس في قياس الظاهرة السلوكية (الالوسي، ٢٠٠١، ص١٤٤). وفي هذا المضمار اشارت "انستازي" Anastasi ١٩٨٨ الى ان ارتباط درجة كل فقرة من فقرات المقياس بمحك خارجي او محك داخلي يكون مؤشراً لصدقها وعندما لا يتوفر محك خارجي يستخدم عادة محك داخلي وافضل محك داخلي هو درجة المفحوص الكلية على المقياس الذي يطبق عليه (Anastasi, 1988, p:561) ومن الجدول (٤) يتبين ان جميع معاملات الارتباط كانت دالة احصائياً عند مستوى

دلالة ٠,٠٥ ، وبأستثناء الفقرة رقم (٧) التي تنتمي الى المجال الثاني والفقرة رقم (١١) والتي تنتمي الى المجال الثالث وعلى الرغم من الدلالة الاحصائية لكل منهما الا ان الباحثة فضلت حذفها والابقاء على الفقرات الاكثر قوة وارتباطا وبذلك تكون الفقرات المحذوفة في المقياس فقرتين ليصبح مجموع الفقرات (٢٤) فقرة والجدول (٤) يبين ذلك.

## جدول (٤)

## علاقة الفقرة بالمجموع الكلي للتفكير الإيجابي

ت	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	ت	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	.352*	دالة	١٤	.399*	دالة
٢	.437*	دالة	١٥	.452*	دالة
٣	.489*	دالة	١٦	.371*	دالة
٤	.478*	دالة	١٧	.349*	دالة
٥	.393*	دالة	١٨	.413*	دالة
٦	.466*	دالة	١٩	.401*	دالة
٧	.144*	دالة	٢٠	.344*	دالة
٨	.402*	دالة	٢١	.424*	دالة
٩	.454*	دالة	٢٢	.355*	دالة
١٠	.505*	دالة	٢٣	.271*	دالة
١١	.172*	دالة	٢٤	.307*	دالة
١٢	.453*	دالة	٢٥	.342*	دالة
١٣	.436*	دالة	٢٦	.321*	دالة

القيمة الجدولية = ١,٩٨

صدق التحليل العاملي: يعد التحليل العاملي معلماً من معالم صدق البناء ومن أهمها للكشف عن التجانس الداخلي للمقياس (Allen & Yen, 1979, P: 111). اظهر التحليل وجود عامل واحد تتشعب عليه (٢٣) فقرة فقط، ليصبح المقياس في صيغته النهائية مكوناً من (٢٣) فقرة جدول (٥) علماً ان الفقرة تعد مشعبة اذا كان معامل ارتباطها اكبر او يساوي (٠.٣٠)، إذ فسر العامل على وفق المعايير ذات التشعب (٠.٣٠) فما فوق بحسب معيار جيلفورد . (Guilford, 1954, P: 500)

جدول (٥)

نتائج التحليل العاملي لمقياس التفكير الايجابي

تسلسل الفقرة	قبل التدوير	تسلسل الفقرة	قبل التدوير	تسلسل الفقرة	قبل التدوير
	العامل الاول		العامل الاول		العامل الاول
1	*.386	10	*.446	19	*.412
2	*.470	11	*.453	20	*.301
3	*.547	12	*.391	21	.193
4	*.546	13	*.490	22	*.300
5	*.437	14	*.361	23	*.388
6	*.492	15	*.318	24	*.310
7	*.397	16	*.373	الجزر الكامن	4.072
8	*.501	17	*.411	النسبة المئوية لتباين المفسر	16.299
9	*.567	18	*.324		

تدل العلامة (\*) على ان الفقرة مشبعة على عاملها حسب محك جيلفورد (٠,٣٠) (Guilford, 1954, P: 500)

ثانيا: مؤشرات ثبات المقياسين: طريقة اعادة الاختبار والاتساق الداخلي :

اعادة الاختبار: وهي اعادة تطبيق الاختبار نفسه على المجموعة نفسها من الافراد بعد فترة زمنية معينة، ومن ثم يحسب معامل الارتباط بين الدرجات التي تحصل عليها مجموعة الافراد نفسها وعلى التطبيق الاول والثاني للاختبار نفسه (عباس، ١٩٩٦، ص ٢٣). وكان معامل الثبات لمقياس التفكير الايجابي (٠,٧٩) أما مقياس فاعلية الذات فقد بلغ معامل الثبات (٠,٨٠) مما يشير الى ان مقياسي البحث جيد الثبات وصالح للتطبيق في صورته النهائية.

الاتساق الداخلي بطريقة تحليل التباين حسب معادلة الفا كرونباخ

تعد طريقة الفا كرونباخ اداة احصائية حساسة لحساب اتساق وتجانس مفردات المقياس الواحد، كما انها اداة حساسة لاختفاء العينة والقياس، ويشير ارتفاع معامل الفا الى ان مفردات المقياس الواحد تمثل مضمونا واحدا وتعتبر عنه. (سلامة، ١٩٨٥، ص ٧٦). وقد تم استخراج ثبات مقياس كل من التفكير الايجابي وفاعلية الذات بطريقة الفا كرونباخ Cronbach's Alpha بعد تطبيق المقياسين على عينة تحليل النتائج البالغة (٤٩٢) وحدة، اذ بلغت قيمة معامل الثبات بهذه الطريقة (٠,٧٧) درجة لمقياس التفكير الايجابي والتي ظهر انها دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠٥) في حين بلغت قيمة معامل الثبات بهذه الطريقة لمقياس الفاعلية الذاتية (٠,٧٦) درجة والتي ظهر انها دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠٥)، وتعد هذين القيمتين جيدتين وتشيران الى امتلاك المقياسين قدرا من التجانس الداخلي.

تطبيق الاداتين : تم تطبيق الاداتين على عينة البحث بتاريخ ٢٠١٣/٤/١ وانتهى بتاريخ ٢٠١٣/٤/١٥. علماً أن الصورة النهائية للمقياسين مشار إليها في ملحق (٥) و (٨).

الوسائل الاحصائية:١- معامل ارتباط بيرسون ٣- معامل الفا كرونباخ للثبات ٤- الاختبار التائي لعينة واحد وعينتين مستقلتين.

#### ❖ عرض النتائج وتفسيرها:

الهدف الاول : معرفة مستوى التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية للعينة ككل .كشف الاختبار التائي لعينة واحدة عن وجود فرق دال احصائيا يشير الى ان المتوسط الحسابي للتفكير الايجابي هو(90.23) وبانحراف معياري (8.976) وهو اكبر من المتوسط الفرضي البالغ (69) عند مستوى دلالة (0.05) ، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (52.45) ( وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.98) وكما هو موضح في الجدول (٦) . كما و اشار الاختبار التائي لعينة واحدة عن وجود فرق دال احصائيا يشير الى ان الوسط الحسابي لفاعلية الذات بلغ (62.15) وبانحراف معياري (7.198) وهو اكبر من المتوسط الفرضي البالغ (52,5)، عند مستوى دلالة (0.05)، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (29.725) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.98) وكما هو موضح في الجدول (٦) .

#### جدول (٦)

الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي على مقياس التفكير الايجابي التفكير السلبي، فاعلية الذات، والسلوك الايثاري لدى العينة ككل

المتغيرات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية	
						المحسوبة	الجدولية
التفكير الايجابي	492	90.23	8.976	69	491	52.45	1.98
فاعلية الذات	492	62.15	7.198	52,5	491	29,725	1.98

ومن ملاحظة الجدول (٦) يتبين فيما يخص التفكير الايجابي ان طلبة المدارس النموذجية يتمتعون بمستوى عال من التفكير الايجابي ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كل من دراسة (العبيدي، ٢٠١٣) والتي اشارت الى تمتع الطلبة بمستوى عالي من التفكير الايجابي وتفسر الباحثان هذه النتيجة اعتمادا على التغييرات النمائية المرتبطة بالمرحلة العمرية التي ينتمي اليها افراد العينة ، فعقل المراهق يشهد تحولاً نوعياً مهماً حيث يبدأ الفرد بإدراك المعنويات، والتحول الجديد في المراهق يجعله يعي المعاني والقيم ويستطيع تفهمها، وتتجاوز تساؤلاته الإطار المادي القريب إلى الأبعاد المعنوية والنفسية. وقد يعود ذلك الى قدرة الفرد على الادارة الذاتية للتفكير في وجهات ايجابية لتصبح عملية التحكم في التفكير واتجاهاته عملية ارادية وذلك يرجع الى التنشئة الاسرية والاجتماعية والمدرسية وما تتضمنه من طرق واساليب تعليمية وتعلمية تنمي التفكير باتجاه الوجيهات الايجابية والسليمة .

اما فيما يخص الفاعلية الذاتية فتشير النتيجة الى تمتع طلبة المدارس النموذجية بمستوى عالي من الفاعلية الذاتية ، و تتفق هذه النتيجة مع دراسة (الزبيدي، ٢٠١١)، ويمكن تفسير هذه النتيجة اعتمادا على الخصائص العمرية لهذه المرحلة العمرية التي تستلزم الفاعلية التي تساهم في تحقيق طموحاتهم وانجازاتهم الدراسية. اذن أن الطالب لا يمكن ان يصل الى

المرحلة الاعدادية من دون أن يتجاوز العديد من العوائق والصعوبات والتي تتطلب المثابرة والجهد (واللذان يعدان من عناصر الفاعلية الذاتية).

**الهدف الثاني: دلالة الفروق في التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية لدى العينة ككل وبحسب متغير الجنس(ذكور-اناث)**  
 للتحقق من هذا الهدف قامت الباحثتان بأستخراج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة التائية المحسوبة ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية ، فقد بلغ الوسط الحسابي للذكور(97.22) وبانحراف معياري قدره (10.683) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للاناث (98.44) وبانحراف معياري قدره (8.51) ، كما و بلغت القيمة التائية (1.397) في حين بلغت القيمة الجدولية (0.163) وقد كشفت نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عن عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات الذكور والاناث على مقياس التفكير الايجابي، كما وتم أستخراج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة التائية المحسوبة لمقياس الفاعلية الذاتية ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية، فقد بلغ الوسط الحسابي للذكور(62.74) وبانحراف معياري قدره (7.273) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي للاناث (61.51) وبانحراف معياري قدره (7.077) ، كما و بلغت القيمة التائية (1.906) في حين بلغت القيمة الجدولية (0.507) وقد اشارت نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عن عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات الذكور والاناث على مقياس التفكير الايجابي، والجدول (٧) يبين ذلك

#### جدول(٧)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق في الاوساط الحسابية لمقياس التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية بحسب متغير الجنس

المتغيرات	الجنس	العينة ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجات الحرية	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة عند 0.05
التفكير الايجابي	ذكور	255	97.22	10.683	1.397	490	0.163	غير دالة
	اناث	237	98.44	8.51				
فاعلية الذات	ذكور	255	62.74	7.273	1.906	490	0.507	غير دالة
	اناث	237	61.51	7.077				

ومن ملاحظة جدول (٧) نجد ان نتائج الاختبار التائي اشارت الى عدم وجود فرق دال بين الذكور والاناث في التفكير الايجابي ، وتتفق هذه النتيجة نتائج كل من دراسة (القرشي، ٢٠١٢) والتي اشارت الى عدم وجود فروق بين الجنسين في التفكير الايجابي ، وتعزى الباحثة عدم وجود فروق بين الجنسين في التفكير الايجابي الى ان كلا الجنسين يتعرض لنفس الظروف بمعنى اخر يتعرضان تقريبا لنفس المثيرات البيئية على المستوى المعرفي ، فهم ينتميان الى نفس المرحلة التعليمية ولديهم خصائص معرفية متقاربة نسبيا. كما وكشفت نتائج الاختبار التائي عن عدم وجود فرق دال بين الجنسين في الفاعلية الذاتية ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الشعراوي، ٢٠٠٠) والتي كشفت عن عدم وجود فروق دالة احصائية بين الجنسين في الفاعلية الذاتية، وقد تعود هذه النتيجة الى كون الاستبانة تقيس كفاءات معرفية عامة غير

مرتبطة بموقف محدد، وان نسق التوقعات المعرفية وتصورات الذات عند الجنسين لم يتأثر بخاصية النوع الذي ينتمي اليه افراد العينة.

#### الهدف الثالث : طبيعة العلاقة بين متغيرات البحث

لتحقيق هذا الهدف لجأت الباحثتان الى استخدام معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient، لايجاد علاقة الارتباط بين متغيرات البحث (التفكير الايجابي و فاعلية الذات)، فتوصلتا الى ما يوضحه الجدول (٨)

جدول (٨)

يوضح معامل الارتباط بين التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية

المتغيرات	فاعلية الذات
التفكير الايجابي	.547*

\* / تشير الى مستوى دلالة 0.05

ومن ملاحظة جدول (٨) نجد ان معامل ارتباط بيرسون الذي بلغ (٠,٥٤) اظهر وجود علاقة طردية دالة بين التفكير الايجابي والفاعلية الذاتية لدى افراد العينة ككل، وهذا يدل على انه كلما ارتفع مستوى التفكير الايجابي ارتفع مستوى الفاعلية الذاتية، وهذا ما يؤكد بانديورا (١٩٨٩) من أن الأفراد الذين لديهم إحساس مرتفع بفاعلية ذواتهم لديهم قدرة على التفكير بصورة إيجابية، حيث أنهم يتصورون سيناريو النجاح دائماً، وأن الفشل هو أولى خطوات النجاح، كما أنهم يتعاملون مع المشكلات المختلفة بصورة أكثر عمقاً وكفاءة، كما أنهم يرسمون لأنفسهم خططاً ناجحة توضح الخطوط الإيجابية المؤدية للنجاح مقارنة بالأفراد الذين لديهم إحساس منخفض بفاعلية ذواتهم. ( Bandura, 1989,P: 167)

ويتفق معهما مادوكس (2009) الذي يرى ان لفاعلية الذات دوراً مهماً في زيادة قدرة الفرد على التفكير بشكل إيجابي وينعكس ذلك في العديد من مخرجات التعلم لعل أهمها التوافق النفسي والأداء الاكاديمي ( Maddux,2009, p335)

### التوصيات :

- على وفق النتائج التي توصلت اليها الباحثان في البحث الحالي تقديم التوصيات الآتية:
- ١- تضمين مقررات منهجية عن مهارات التفكير الإيجابي وذلك بهدف تنميته والتي لها الدور الواضح في زيادة مستوى السعادة النفسية .
  - ٢- تحويل التفكير الإيجابي لدى الطلبة إلى ثقافة وممارسة منهجية.
  - ٣- لابد للمدرس الذي يتعامل مع طلبة المدارس النموذجية ان يهتم بتأثيرات البيئة المنزلية سواء الايجابية او السلبية، لان الخلفية المنزلية تكون جزءا هاما من منظومة الفرد المعرفية والانفعالية والسلوكية والتي تؤثر على نموه وتفتح امكاناته او كفها .

### المقترحات:

- استكمالا لعمل الباحثان في البحث الحالي وبهدف الحصول على معطيات اخرى تبدأ من ما انتهت الباحثان في هذا البحث تقترح الباحثان على الباحثين اجراء الدراسات الآتية:
- ١- اجراء دراسة عبر ثقافية عن التفكير الايجابي وعلاقته بالتسامح لدى طلبة الجامعة.
  - ٢- اجراء دراسة مقارنة عن علاقة التفكير الايجابي بحل المشكلات لدى طلبة المدارس الاعدادية العادية والتميزة.
  - ٣- الفاعلية الذاتية وعلاقتها بكل من السلوك الصحي والتوجه نحو الحياة لدى طلبة المدارس النموذجية والعادية
  - ٤- الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالعدالة المدرسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

### المصادر: اولا : المصادر العربية

- ١- ابراهيم، امانى سعيد سيد(٢٠٠٥). *فاعلية برنامج لتنمية التفكير الايجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية* . مجلة كلية التربية بالاسماعيلية، جامعة قناة السويس .
- ٢- الالوسي، أحمد اسماعيل عبود (٢٠٠١). *فاعلية الذات وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية*. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الاداب: جامعة بغداد.
- ٣- بدوي، منى (٢٠٠١). *أثر برنامج تدريبي في الكفاءة الاكاديمية للطلاب على فاعلية الذات* . المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد ٢٠٠-١٥١ ، فبراير (٢٩)
- ٤- بركات ، زياد محمد (٢٠٠٦). *التفكير الايجابي والسلبي لدى طلاب الجامعة : دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات*. مجلة كلية التربية ، جامعة القدس المفتوحة ، العدد (٣) ، المجلد (٢).
- ٥- داود ، عزيز حنا وانور ، حسين عبد الرحمن (١٩٩٠). *مناهج البحث التربوي* . مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد .
- ٦- الزبيدي، هيثم احمد شهاب (٢٠١١). *فاعلية الذات وعلاقته بادارة الانفعالات لدى الموهوبين*. المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين والمتفوقين .

- سعيد , أسو (٢٠٠٥). *اثر توكيد الذات في تنمية فاعلية الذات للطلبة ذوي القلق الاجتماعي في المرحلة الجامعية*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية .
- سلامة، ممدوح(١٩٨٥). *الارشاد النفسي منظور انمائي*. القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- الشعراوي، علاء محمود (٢٠٠٠). *فاعلية الذات وعلاقتها ببعض متغيرات الدافعية لدى طلاب المرحلة الثانوية* . مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة، العدد (٤٤).
- شلتز، دوان (١٩٨٣). *نظريات الشخصية* . ترجمة : حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي ، مطبعة جامعة بغداد.
- الشناوي، محمد محروس (١٩٩٤). *نظريات الارشاد والعلاج النفسي*. القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- عباس، فيصل (١٩٩٦). *الاختبارات النفسية تقنياتها واجراتها* . الطبعة ١ . القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد الغفار، عبدالسلام (١٩٧٧). *التفوق العقلي والابتكار*. دار النهضة العربية. القاهرة
- العبيدي، عفراء ابراهيم خليل (٢٠١٣). *التفكير الايجابي والسلبى وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد*. المجلد الرابع، العدد (٧) . المجلة العربية لتطوير التفوق .
- عودة، احمد سليمان والخليبي، خليل يوسف (٢٠٠٠)، الإحصاء الباحث في التربية والعلوم الإنسانية، ط١، دار الفكر للنشر والتوزيع عمان
- القريشي، علي تركي نافل (٢٠١٢). *التفكير الايجابي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة* .مجلة القادسية للعلوم الانسانية، المجلد (١٥)، العدد (٢).
- المغازي ، ابراهيم محمد (٢٠١٣). *التفكير الايجابي كمنبئ نفسي للشعور بالانتماء لدي طلاب كلية التربية* .مجلة كلية الاداب ،جامعة بور سعيد، ع(٢)
- نظمي، فارس كمال (٢٠١٠). *المحرومون في العراق هويتهم الوطنية واحتجاجاتهم الجمعية*. دراسة في سيكولوجية الظلم ،بيروت، دار ومكتبة البصائر.
- الوقاد ، مهاب محمد جمال الدين(٢٠١٢). *التنبؤ بالتفكير الإيجابي- السلبى لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفعالية الذات لديهم*. مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، مج(٢٣)، ع (٩٢)، (ج(١)
- اليجوفى، نجوى (٢٠٠٢). *التفاوت ولتساؤم وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية لدى الطلبة الجامعة* . مجلة علم النفس، ٦٢ع، ص١٤٩-١٣٢.

#### ثانيا: المصادر الاجنبية

- Allen, M. J. & Yen, W. N. (1979). *Psychological testing*. 7 th ed., New York: Prentice hall.
- Anstasi, A. (1988). *Psychological testing*. New York: The Macmillan company.
- Bandura , A.(1997) *self-efficacy : The exercise of control* . New York : W.H. Free manand company .



- Bandura, A. (1982). *Self – Efficacy Modernism in Human*. American psychologist, 37, pp 122-147.
- Bandura, A. (1989). *Human Agency in Social Cognitive Theory*. Journal of American Psychologist, 45, Pp. 464-469.
- Bandura,A.(1983). *Self- Efficacy Determinants of Anticipated fear and Calamities* . Journal of Personality and Social Psychology , 45 , 2 , 464-469.
- Gillespie,D.A Hilman,S.(1993).*Impact of Self-Efficacy Expectations on Adolescent career choice*. Journal of Personality,31(6).
- Guilford, J.P.(1954). *Psychometric methods*. New York. Mc Graw. Hill book compang. Inc ..
- Hellriegel, D.; Slocum, J & Woodman, R. (2001). *Organizational Behavior*. Ohio, South-Western College Publishing.
- Kirkegaard ,Erin . (2005). *Positive Thinking: Toward a Conceptual Model and Organizational Implications*. Pace University DigitalCommons@Pace. Honors College Theses Pforzheimer Honors College.PDF.
- Maddux, E. (2009). *Self-efficacy: the Power of Believing You Can*. New York, Oxford University Press.
- Marlene,Audrey.(2006). *Evidence for positive thinking* . [www.audreymarlene-lifecoach.com](http://www.audreymarlene-lifecoach.com)
- Neck, Chris p; & Manz, Charles C. (1992). *Thought Selfleadership: The Influence Of Self- Talk & Mental Imagery On Performance*. Journal of Organizational Behavior. Vol. (13), 681-699.
- Neil,J. (2004) .*Definitions of various self construct self-esteem ,self-efficacy , self-confidence & self Concept*. psychology of Growth outdoor Education & self constructs.
- Orlick, T. (1992) *Games for Positive living*. CA: ITA. Publications
- Pajares, F.(1996). *Self-Efficacy Beliefs in Academic Setting*. Journal of Educational Research, Vol. 66 (1), Pp.543-578.
- Scheier,M.F.;Carver,C.S.&Bridges,M.W.(1994).*Distinguishing optimism from Neuroticism and Trait Anxiety ,Self-Mastery, and Self –Esteem: A reevaluation of the life Orientation test*. Journal of Personality and Social Psychology . Vol.67, No.6,1063-1078.
- Schunk , D.H.(1994) .*Self-Regulation of Self-Efficacy and attributions in academic settings* . issues and educational application , pp.75-99.
- Schwarzer, R.(1993) . *Measurement of Perceived Self-Efficacy: Psychometric Scales for Cross- Cultural Research*. Berlin: Freie Universitaet Berlin. Institut fuer fuer
- Schwarzer, R.,& Jerusalem, M.(1995). *Generalized Self-Efficacy Scale*. In J.Weinman, S.Wright,& M.Johnston, Measures in health Psychology : Auser's portfolio, Causal & control beliefs, Windsor,UK,NFER-NELSON.

ملحق(١)

استبيان استطلاعي لاراء وطرق تفكير الطلبة في مواجهتهم للمواقف والمشكلات

اقليم كردستان العراق

جامعة صلاح الدين/اربيل

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

م/ استبيان استطلاعي لاراء وطرق تفكير الطلبة في مواجهتهم للمواقف والمشكلات

عزيزي الطالب.....

عزيزتي الطالبة.....

تقوم الباحثتان بدراسة علمية ترميان من خلالها التعرف على الكيفية التي يفكر بها الطلبة اثناء مواجهتهم للمواقف والظروف والمشكلات والتي تحدد طريقة تعاملهم معها ، لذلك نرجو منكم الباحثتان مساعدتهما وذلك بالاجابة على الاسئلة التالية :

من الواضح اننا جميعا نمر بظروف ومؤثرات واحداث ومواقف تحدث لنا ولانستطيع تفاديها ولكن بالمقابل لدينا القدرة على التفكير فيها والتعامل معها وعليه :

عندما تواجه مشكلة ما أو موقفا صعبا ، نرجو بيان رأيك بصراحة ووضوح من خلال :

- كيف تشعر اثناء مواجهتك للموقف او المشكلة او الحدث؟

- كيف تفكر ازاء هذه المشكلة ؟

- كيف تتصرف تجاه الموقف او المشكلة؟

شاكرين تعاونكم

طالبة الدكتوراه

اسيل اسحاق بتو

ملحق (٢)

مقياس التفكير الايجابي بصيغته الاولى وكما عرض على الخبراء

اولا:التفكير الايجابي

المجال الاول : التوقعات الايجابية نحو الاحداث والمواقف / توقع النتائج الايجابية في الحياة الشخصية والاجتماعية وزيادة مستوى التفاؤل بشأنها .

ت	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديلات المقترحة
١	سوف تتحقق احلامي في حياتي			
٢	اتوقع شيئاً ايجابيا في المستقبل مع الاحساس بانني استحقه			
٣	اصمم على النجاح رغم الصعوبات			
٤	اميل الى التفكير في اني سأكون افضل حالا ان عملت بجد			

المجال الثاني: التوجه نحو التنوع والتعلم / الاتجاهات الايجابية نحو امكانيات التغيير بما في ذلك من اهتمام بالمعرفة وحب التعلم والمعرفة بما هو جديد وملاءم لتحقيق الصحة النفسية.

ت	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديلات المقترحة
١	اسعى لاكتساب الخبرات في الحياة			
٢	لدي طموحات دراسية ساعمل على تحقيقها			
٣	انا صعب المراس ولكنني ساتحسن			
٤	احاول ان اتعرف على نقاط ضعفي لتجنبها			

المجال الثالث: الشعور بالرضا الذاتي / الشعور بالرضا عن الذات والسعادة بتحقيق الاهداف العامة في الحياة بما في ذلك مستوى الانجاز والتعليم

ت	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديلات المقترحة
١	قناعاتي عن نفسي تصنع حياتي			
٢	زملائي يحبونني ويحترموني			
٣	بامكاني ان اتقبل ذاتي دون شكوى			
٤	اتقبل الحياة برضا مهما كانت الظروف			

المجال الرابع: تقبل المسؤولية الشخصية / القدرة على تحمل المسؤولية بلا تردد ، ومساعدة الذات والآخرين على النجاح.

ت	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديلات المقترحة
١	اقوم بمسؤولية القيادة والتوجيه عند الاشتراك مع شخص ما في اداء عمل معين			

٢	يصفني اصدقائي بانني شخص مسؤول ويعتمد عليه			
٣	اذا نظمت حياتي جيدا فستكون النتيجة مختلفة			
٤	استفيد من كل ما يواجهني في الحياة			

المجال الخامس: الكفاءة الوجدانية / مجموعة من الصفات الشخصية والتي تجعل الفرد قادرا على ادراك مشاعره واستخدام هذه المشاعر لاتخاذ القرارات الصائبة في الحياة.

ت	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديلات المقترحة
١	عندما اقوم بواجباتي اركز جهودي عليها			
٢	اواجه من يستثير غضبي باسلوب ودي			
٣	استطيع ان اجعل الناس يحترموني ويتجاوزون الاخطاء التي ارتكبتها بحقهم			
٤	اركز انتباهي على حل المشكلات في حياتي بدلا من الانغماس فيها			

المجال السادس تقبل الاخرين / قدرة الفرد على امتلاك الاتجاه الايجابي نحو الاخرين من حوله والذي يساعده على تحقيق التوافق معهم وتحقيق العلاقات الانسانية .

ت	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديلات المقترحة
١	لدي القدرة على احترام الاخر والاستماع اليه			
٢	استمتع بعمل معروف مع الناس حتى لو لم اكن اعرفهم			
٣	اميل للعمل الذي يتطلب التعاون والعمل الجماعي			
٤	ارى ان معظم زملائي اوفياء ولاينسون الجميل			

المجال السابع: تحمل الغموض / القدرة على اتخاذ طرق مختلفة في التفكير تجاه المواقف والاشخاص ، وتقبل ما يحيط بالفرد من متناقضات وما يتعرض له من موضوعات او افكار او احداث غامضة غير واقعية وغير مالوفة.

ت	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديلات المقترحة
١	اعتقد انه من الحكمة ان يغير الشخص اسلوب تعامله مع الاخرين			
٢	اميل الى التعامل مع الافكار الجديدة حتى لو ضيعت كل وقتي			
٣	اعتقد ان اغلب ارائي صحيحة			
٤	افضل مشاهدة الصور الغامضة عن مشاهدة الصور الواقعية			

ملحق ( ٣ )

اسماء خبراء ومحكمي الصدق الظاهري لمقياس التفكير الايجابي

ت	اللقب العلمي	الاسم	التخصص	مكان العمل
١	استاذ	د.شه وבו ملا طاهر	الارشاد	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٢	استاذ	د.قاسم حسين صالح	الشخصية	كلية دجلة الجامعية
٣	استاذ	د.يوسف حمه صالح	الشخصية	قسم علم النفس/كلية الاداب/جامعة صلاح الدين
٤	استاذ	د.مهنا عبدالقهار النعيمي	علم النفس	قسم الارشاد/كلية التربية/جامعة ديالى
٥	استاذ	د.محمد ياسين وهيب	علم النفس	كلية التربية/جامعة الموصل
٦	استاذ	د.عمر ابراهيم عزيز	علم النفس التربوي	قسم علم النفس/كلية الاداب/جامعة صلاح الدين
٧	استاذ مساعد	د.ندى عبد الفتاح	علم النفس التربوي	قسم التربية وعلم النفس/كلية التربية/جامعة الموصل
٨	استاذ مساعد	د.محمد محي الدين	القياس والتقويم	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٩	استاذ مساعد	د.افراح ياسين الدباغ	تقنيات تربوية	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
١٠	استاذ مساعد	د.فارس كمال نظمي	علم النفس الاجتماعي	قسم علم النفس/كلية الاداب/جامعة صلاح الدين
١١	استاذ مساعد	د.مؤيد جرجيس اسماعيل	الشخصية والصحة النفسية	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
١٢	مدرس	د.علي سليمان حسين	علم النفس	قسم علم النفس/كلية التربية/جامعة الموصل

ملحق (٤)

اسماء الخبراء الذين استعانت بهم الباحثة في صدق الترجمة لمقاييس البحث

ت	اللقب العلمي	الاسم	التخصص	مكان العمل
١	استاذ	د.يوسف حمه صالح	الشخصية والصحة النفسية	قسم علم النفس/كلية الاداب/جامعة صلاح الدين
٢	استاذ	د.عمر ابراهيم عزيز	علم النفس التربوي	قسم علم النفس/كلية الاداب/جامعة صلاح الدين
٣	استاذ مساعد	د.سردار كه ردى	اللغة الكردية	قسم اللغة الكردية /كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٤	استاذ مساعد	د. همداد عبد القهار	اللغة الانكليزية	جامعة صلاح الدين
٥	استاذ مساعد	د.ئه نجومه ن عبدالله	اللغة الانكليزية	قسم اللغة الانكليزية/جامعة صلاح الدين
٦	مدرس	د.ديار كمال علي	اللغة الكردية	قسم اللغة الكردية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين

ملحق (٥)

مقياس التفكير الایجابي بصيغته النهائية وكما طبق على العينة

حكومة تى هتريمى كوردستان/ عراق

وزارة تى خويندنى بالا وتويذينة وى زانستى

زانكوى سة لاحة ددين/ هتولير

كوكليدى تة رودة

بەشى زانستە تەروەردەییەکان

٢٠١٢-٢٠١٣

پاڤرسی توڤڙينه وهی زانستی

قوتابی خوښه ویست.....

توڤڙه هه لده ستیت به ئه نجام دانی توڤڙينه ویهک دهر باره ی چه شنه کانی بیر کردنه وهی (ئه رینی ونه رینی) که گوزارشت له شیوازه کانی بیر کردنه وه مان ده کات له که سایه تی وهه لوڤسته کومه لایه تیه کان دا ، داواکارم هه موو برکه کان بخوڤنیته وه به وردی وه نیشانه ی (√) دابنی به رامبه ر ئه و برکه یه ی که له گهل تودا ده گونجیت ، بو زانیاریت هچ برکه یه ک نی یه راست بیټ یان چه وت بیټ وه م زانیاریانه ش ته نها بو مه به سته توڤڙينه وه ی زانستی .  
وه م نمونه خواره وه شیوازی ولام دانوه روون ده کاته وه .

ولام					برگه کان
هه رگیز	ده گمه ن	هه ندی جار	زۆڤه ی جار	هه میشه	
		√			۱- گوڤینی شیوازی مامه له کردن له گهل که سانی تردا به جوڤیک له حیکمه ت ده زانم

تیبینی / پیویست به ناو نویسن ناکات ، ته نها ره گه ز وقوناغ

قوناغ:

ره گه ز:

ولام					برگه کان	ز
هه رگیز	ده گمه ن	هه ندی جار	زۆڤه ی جار	هه میشه		
					خه ونه کانم له ژیانمدا دینه دی	۱
					پیشبینی شتیکی باش بو خۆم ده که م له ئاینده دا و هه ست ده که م، شایانی شه وه شم	۲
					به خوښه ویستی گه شبینییه وه سه یری ژیان ده که م	۳
					هه ست ده که م هه لی شیوا له ئارادا هه یه بو به ره ویپیشچونم	۴
					هه ولی به ده سته ینانی ئه زمون ده ده م له ژیاندا	۵
					چه ند ئاواتیکم له بواری خوڤندندا هه یه هه ول بو به دیه ینانیا ن ده ده م	۶
					هه ول ده ده م خاله لاوازه کانی خۆم بزائم و چاره سه ریان بکه م	۷
					بپوا به خوڤونه کانم ژیانم دروست ده که م	۸
					هاوکارانم خوښیان ده ویم و ریزم ده گرن	۹

					١٠ به رهزامة ندييه وه ژيان په سهند ده كه م جا بارودوخه كه هه رچيه ك بئ
					١١ هاورپيكانم به كه سيكي به رپرس و خاوهان متمانه وه سفم ده كه ن
					١٢ نه گهر ژيانم ريك بخه م، نه نجامي ژيانم ده گوري
					١٣ له هه مو نه و شتانه ي له ژياندا روبه روم ده بنه وه سود وه رده گرم
					١٤ كاتي به كاره كانم هه لده ستم ته واوي توانا كانمي بو ته رخان ده كه م
					١٥ به شيوازيكي نيان روبه روي نه وكه سانه ده بمه وه كه توپه م ده كه ن
					١٦ ده توانم وابكه م خه لك وشيان بويم و هه له كانم ببوئين
					١٧ جهخت له سهر چاره سه ركردني كيچشه كانمي ژيانم ده كه مه وه زياتر له وه ي پييانه وه سه رقالبم
					١٨ تواناي گوڤگرتن و ريزگرتني كه ساني ترم هه يه
					١٩ چيژ له يارمه تيداني كه ساني دي وه رده گرم ته نانه ت نه گهر نه شيان ناسم
					٢٠ ئاره زوم له كرى كو مه ل و هه ره وه زي هه يه
					٢١ گوڤيني شيوازي مامه له كردن له گه ل كه ساني تردا به جوړيك له حيكمه ت ده زانم
					٢٢ حه زله مامه ل كرن له گه ل بيړوكه ي نويدا ده كه م ته نانه ت نه گهر زوربه ي كاتيشم ببا
					٢٣ له وېروايه دام زوربه ي بيوچونه كانم دروستن

ملحق (٦)

مقياس الفاعليه الذاتيه بصيغته الاوليه وكما عرج على الخبراو

ژ	بركه كان	هه ميشه	زوربه ي جار	هه ندي جار	هه ركيز
١	نه كهر به ته واوي هه ول بده م ده توانم به سهر كرفته كانمدا زال بم				
٢	هه رچه نده به ربه سته كان له به رده ممدا زور بن ، ده توانم ريكه يه ك بدوزمه وه بو چاره سه ريان				



٣	ده توانم پابه ندى پلانه كه م بم وئامانجه كه شى به دى بهينم
٤	له و بروايه دام كه ده توانم به سهر ئه و روداوانه دا زال بم كه به چاوه روانه كراوى دينه سهر ريم
٥	سوپاس بو توناكانم بو به ريو بردنى كاره كان، من ده زانم چون ئه و بارانه جى به جى بكم كه چاوه روانم نه كردون پيشتر
٦	ئه كه ره هموو توناكانم به كار بهينم ده توانم به سهر زوربه ي گرفته كانمدا زال بم
٧	هرچيم بويت ده توانم له خلكى به ده ست بهينم به وه ي كه وا بكم به زه يان پيمدا بيته وه .
٨	به هو ي پشت به ستن به توناكانمه وه له كاتى رووبه رو بونه وه ي سه ختيه كاندا ده توانم به ئارمى بمينمه وه
٩	كاتى كه روبه روى گرفت ده بمه وه، ده توانم چه ندين چاره سهر بدوزمه وه .
١٠	كاتى كه له گرفت دا بم ، ده توانم بير له چاره سهر بكمه وه
١١	ده توانم چاره سهرى هموو ئه و شتانه بكم كه دينه سهر ريم
١٢	كاتيكى زور به دوزينه وه ي ئامانجه دريژ خايه نه كانمه وه به سهر ده به م
١٣	ئه كه ره شتيكم له كه سيك بو ي ، شيوازى گونجاو به كار ئه هينم
١٤	هه ست به به رپرسياره تى ده كه م به رامبه ر ئه و شتانه ي كه روو ده دن .
١٥	من له ژيانى خوم به رپرسم
١٦	به ها كه سيته كانم ئاراسته م ده كه ن له ژياندا
١٧	پيوستى گه يشتن به ئامانجه كان ئاراسته م ده كه ن
١٨	چونكه به خته وه رم زور شتى باش دينه ريم
١٩	ده توانم هه نكاوه كانى خوم هه لبژيرم
٢٠	توناكانم له سهر ئه و شتانه چر ده كه مه وه كه ده توانم كونتروليان بكم
٢١	هه ليكى يه كجار زور چاوه ريم ده كات .

## ملحق ( ٧ )

## اسماء خبراء ومحكمي الصدق الظاهري لمقياس الفاعلية الذاتية

ت	اللقب العلمي	الاسم	التخصص	مكان العمل
١	استاذ	د.شه وبو ملا طاهر	الارشاد	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٢	استاذ	د.يوسف حمه صالح	الشخصية	قسم علم النفس/كلية الاداب/جامعة صلاح الدين
٣	استاذ	د.عمر ابراهيم عزيز	علم النفس التربوي	قسم علم النفس/كلية الاداب/جامعة صلاح الدين
٤	استاذ مساعد	د.محمد محي الدين	القياس والتقويم	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٥	استاذ مساعد	أ.د.افراح ياسين الدباغ	تقنيات تربوية	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٦	استاذ مساعد	د.مؤيد جرجيس اسماعيل	الشخصية والصحة النفسية	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٧	استاذ مساعد	د.بخشان جمال البرزنجي	طرائق تدريس	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين
٨	مدرس	د.دارا مشير ابراهيم	علم النفس الاجتماعي	قسم العلوم التربوية والنفسية/كلية التربية/جامعة صلاح الدين

ملحق ( ٨ )

مقياس الفاعلية الذاتية بصيغته النهائية

حكومه تي هه ريمى كوردستان / عراق

وه زاره تي خویندنی بالا و توڙینه وهی زانستی

زانکۆی سه لاهه ددین / هه ولیر

کۆلیژی پهروه ده

به شی زانسته پهروه ده یه کان

٢٠١٢-٢٠١٣

پاپرسی توڙینه وهی زانستی

قوتابی خوشه ویست .....

کۆمه لیک برگه له ژیر دهستت دایه که له وانه یه له هه ر که سیک دا هه بیته ، تکایه هه موو برگه کان بخوینه وه وه دهست نیشانی چه ندیتی جی به جی بونی بکه له سه ر خوته به شیوه یه کی گشتی ئه مه ش به دانانی نیشانه ی ( ✓ ) که له گه لت ده گونجیت ، بو زانیاری ولامی راست وچه وت نی یه وه هه یچ دهسته واژه یه ک به بی ولام جی مه هیله . وئه م نمونه خواره وه شیوازی ولام دانه وه روون ده کاته وه .

ژ	برگه کان	هه میسه	زۆربه ی جار	هه ندی جار	هه رکیز
١-	ئه کهر به ته وای هه ول بده م ده توانم به سه ر کرفته کاندا زال بم		✓		

ره گه ز:

قوتاغ:

ژ	برگه کان	هه میشه	زۆر به ی جار	هه ندی جار	هه رکیز
۱	ئه کهر به ته وای هه ول بدهم ده توانم به سهر کرفته کانمدا زال بم				
۲	هه رچه نده به ربه سته کان له به رده ممدا زور بن ، ده توانم ریکه یه ک بدوزمه وه بو چاره سه ریان				
۳	ده توانم پابه ندی پلانه که م بم وئامانجه که شی به دی بهینم				
۴	له و بروایه دام که ده توانم به سهر ئه و روداوانه دا زال بم که به چاوه رواننه کراوی دینه سهر ریم				
۵	رازیم له توانا کانم بو جیبه جیکردنی ئه رکه کانم به باشی .				
۶	ئه کهر هه موو توانا کانم به کار بهینم ده توانم به سهر زور به ی کرفته کانمدا زال بم				
۷	ئه توانم به ئاسانی سهرنجی خه لک رابکیشم				
۸	ئارامی خوّم ده پاریزم له هه لویسته سه خته کان				
۹	کاتی که روبه روی گرفت ده بمه وه ، ده توانم چه ندین چاره سهر بدوزمه وه .				
۱۰	کاتی که له گرفت دا بم ، ده توانم بیر له چاره سهر بکه مه وه				
۱۱	ده توانم چاره سهر ی هه موو ئه و شتانه بکه م که دینه سهر ریم				
۱۲	کاتیکی زور به دوزینه وه ی ئامانجه دریز خایه نه کانمه وه به سهر ده بم				
۱۳	ئه کهر شتیکم له که سیک بوی ، شیوازی گونجاو به کار ئه هینم				
۱۴	هه ست به به رپرسیاره تی ده که م به رامبه ر ئه و شتانه ی که روو ده دن .				
۱۵	من له ژیا نی خوّم به رپرسم				
۱۶	توانا کانی خوّم ئاراسته م ده که ن له ژیا ندا				
۱۷	پیویستی گه یشتن به ئامانجه کان ئاراسته م ده که ن				
۱۸	چونکه به خته وهرم زور شتی باش دینه ریم				
۱۹	ده توانم هه نکا وه کانی خوّم هه لبژیرم				
۲۰	توانا کانم له سهر ئه و شتانه چر ده که مه وه که ده توانم کونترولیان بکه م				
۲۱	هه لیکی یه کجار زۆر چاوه ریم ده کات				

### (كورتە)

#### بىر كىردنە ۋە ئىجابى ۋە چالاكى خۇدى لاي قوتابىيانى قوتابخانە نمونە يىپە كانى پارىزگاي ھەلىتر

تويژىنە ۋە ھەلى بە دىھىنە ئەم ئامانجانە دەدا:

- ۱- ئاستى بىر كىردنە ۋە ئىجابى ۋە چالاكى خۇدى لاي قوتابىيانى قوتابخانە نمونە يىپە كان.
  - ۲- نىشانە جىاوازى لاي ئاستى بىر كىردنە ۋە ئىجابى ۋە چالاكى خۇدى، بە پىي گۆراوى پەگەز (نير و مى).
  - ۳- پەيوەندى نيوان بىر كىردنە ۋە ئىجابى ۋە چالاكى خۇدى.
- سنورى تويژىنە ۋە قوتابىيانى ئامادە يى (نير و مى) قوتابخانە نمونە يىپە كان دەگىر تە ۋە بۇ سالى خويىندى ۲۰۱۲- ۲۰۱۳. بۇ بە دىھىنە ئامانجى تويژىنە ۋە كەش سامپلىكى پەمەكى چىنى ھەلبىر دراۋە كە لاي (۴۹۲) قوتابى پىكىدى لاي پۆلە كانى چوارەم ۋە پىنچە مى ئامادە يى.
- بۇ ئامادە كىردى ئامرازە كانى تويژىنە ۋە ھەردو تويژە بۇ بىر كىردنە ۋە ئىجابى پىوەر يىكان دروست كىردە ۋە بۇ دىيارى كىردى چالاكى خۇدىش پىوەر شوارزەر ۋە يور شەلىم ۱۹۹۵ يان كىردتە بنەما ، كە لاي ۲۱ بىرگە پىكىدى ۋە درەستى ۋە رىگىرانيان لاي ئىنگلىزىيە ۋە بۇ زمانى عەرەبى بۇ پىوەرە كە ئەنجامداۋە. دروستى رۇنانى (۴) بىرگە لاي پىوەر بىر كىردنە ۋە ئىجابى دورخستە ۋە شىكىردنە ۋە فاككورىيالى بىرگە كانى پىوەر بىر كىردنە ۋە ئىجابى بوونى يەك فاككورىيالىان بەسەر ۲۳ بىرگە دا سەلمانە. فاككورى جىگىرى بە رىگە دوبارە تاقى كىردنە بە ماۋە زەمەنى دوو ھەفتە (۰.۷۹) پە بوو. بۇ پىوەر بىر كىردنە ۋە ئىجابىش (۰.۷۷) پە بوو. ئەمەش ئەۋە دەرخست كە بە پىي بەكارھىنە فاككورى ئەلفاكونباخ لاي ئاستى (۰.۰۵) دا نىشانە ئامارىيە.
- سەبارەت بە پىوەر چالاكى خۇدىش، شىكىردنە ۋە بىرگە كان ھەموو بىرگە كانى پىوەرە كە ۋە ك خۇي ھىشتە ۋە چونكە دروستى رۇنانى مانە ۋە بىرگە كانى ۋە ك خۇي ھىشتە ۋە فاككورى جىگىرى بە رىگە دوبارە تاقى كىردنە (۰.۷۶) پە بوو. ئەمەش ئەۋە دەرخست كە لاي ئاستى (۰.۰۵) دا نىشانە ئامارىيە. پاش دلتىابوون لاي دروستى ۋە جىگىرى ھەردو پىوانە كە ۋە بە كارھىنە SPSS تويژىنە ۋە كە گە ھىشتە ئەم ئەنجامانە:
- ۱- بە رىبونە ۋە ئاستى بىر كىردنە ۋە ئىجابى لاي قوتابىيانى قوتابخانە نمونە يىپە كان كە نرخی ناۋەندى ژمىرە يىپە كە (۹۰.۲۳) بوو بە بەراورد لەگەل ناۋەندى گىمانە يى كە (۶۹) بوو.
  - ۲- بە رىبونە ۋە ئاستى چالاكى خۇدى لاي سامپلى تويژىنە ۋە كە ، نرخی ناۋەندە ژمىرە يىپە كە (۶۲.۱۵) بە رىزىبو بە بەراورد لەگەل ناۋەندى گىمانە يى كە (۵۲.۵) بوو.
  - ۳- ھىچ جىاوازىيە كى نىشانە ئامارى نەبوو لاي بىر كىردنە ۋە ئىجابىدا بە پىي گۆراوى پەگەز (نير و مى).
  - ۴- ھىچ جىاوازىيە كى نىشانە ئامارى نەبوو لاي چالاكى خۇدىدا بە پىي گۆراوى پەگەز (نير و مى).
  - ۵- پەيوەندىيە كى ئەرىنى نىشانە يە ھەبوو لاي نيوان بىر كىردنە ۋە ئىجابى ۋە چالاكى خۇدىدا.
- لەژىر رۇشنايى ئەنجامە كانى تويژىنە ۋە كە دا چەند بەرئەنجامىك بە دەست ھاتوۋە ۋە چەندىن راسپاردەش خراۋە تە پوو.

### **Abstract**

#### **Positive thinking and self –efficacy among typical schools students in Erbil governorate.**

The aims of the research are the following:

- 1- Measuring the levels of positive thinking and self efficacy among typical schools students.
- 2- Identify the differences in the level of positive thinking and self efficacy between male and females.
- 3- Knowing the correlation between positive thinking and self efficacy.

The research sample included students from typical secondary schools, encompassing males and females, for the academic year (2012-2013). To achieve the goals of the research 492 students from the fourth and fifth stages were selected randomly to participate in the research.

For preparing the tools of the research, the researchers built the scale of positive thinking; they depend on Schwarzer and Jerusalem (1995) scale for general self efficacy. For which the researchers had extracted the translation validity from English to Arabic (21) items. The construct validity has led to elimination of (4) items in positive thinking. the factor analysis of item of positive thinking scale resulted in presence of single factor contains (23) items, the reliability by test-retest at interval of two weeks (0.79) degree, and it also reach (0.77) degree for positive thinking scale that appeared to be significant statistically at the level of ( 0.05) by using Alpha-Cronbach's equation, regarding self efficacy scale ,the item analysis process resulted in keeping of all scale items and the construct validity of the items has made their keeping valid, the reliability scale reached (0.08) through retesting and (0.76) degree through internal consistency method by using Alpha Cronbach's equation which shows that it is statistically significant at the level of (0.05).After being assured about the validity and reliability of the scales and by using Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), the following results were concluded:

- 1-The high level of positive thinking among typical schools students, as the mean value (90.23) was high in compared with hypothesized mean (69),
- 2-The high level of self efficacy among research sample as mean value was (62.15) higher compared with hypothesized mean (52.5).
- 3-There is no statistically difference between males and females in the level of positive thinking.
- 4- There is no statistically difference between males and females in the level of self efficacy.
- 5-There is a positive statistically significant relation between positive thinking and self efficacy.

In the light of these results, the researchers has come up with some conclusions -and presented a number of recommendations and suggestions for farther studies.