



مجلة الدراسات والبحوث التربوية

JOURNAL OF STUDIES AND EDUCATIONAL RESEARCHES

المجلد (٣) العدد (٩) سبتمبر ٢٠٢٣م

مجلة علمية دورية محكمة

يصدرها مركز العطاء للاستشارات التربوية - الكويت بالتعاون مع كلية العلوم التربوية
جامعة الطفيلة التقنية - الاردن

الرقم المعياري الدولي ISSN: 2709-5231

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مجلة الدراسات والبحوث التربوية

Journal of Studies and Educational Researches (JSER)

علمية دورية محكمة يصدرها مركز العطاء للاستشارات التربوية- دولة الكويت
بالتعاون مع كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

ISSN: 2709-5231

للمجلة معامل تأثير عربي ومفهرة في العديد من قواعد المعلومات الدولية



رئيس التحرير

أ.د علي حبيب الكندري

أستاذ المناهج وطرق تدريس العلوم- كلية التربية- جامعة الكويت

مدير التحرير

د. صفوت حسن عبد العزيز- مركز البحوث التربوية- وزارة التربية- الكويت

هيئة التحرير

أ.د لولوه صالح رشيد الرشيد

أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية العلوم والآداب-
جامعة القصيم- المملكة العربية السعودية

أ.د بدر محمد ملك

أستاذ ورئيس قسم الأصول والإدارة التربوية سابقاً- كلية
التربية الأساسية- الكويت

أ.د منال محمد خضير

أستاذ المناهج وطرق التدريس- ووكيل كلية التربية لشئون الطلاب-
جامعة أسوان- مصر

د. أحمد فهيم السحيمي

المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج- الكويت

أ.د عبد الله عبد الرحمن الكندري

أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية الأساسية- الكويت
ورئيس المكتب الثقافي في القنصلية الكويتية بدبي

أ.د راشد علي السهل

أستاذ ورئيس قسم علم النفس التربوي- كلية التربية-
جامعة الكويت

أ.د أحمد عودة سعود القرارة

أستاذ المناهج وطرق التدريس- وعميد كلية العلوم التربوية- جامعة
الطفيلة التقنية- الأردن

د. غازي عنيزان الرشدي

أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية- جامعة الكويت

اللجنة العلمية

أ.د محمد أحمد خليل الرفوع

أستاذ علم النفس التربوي- كلية العلوم التربوية- جامعة
الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د محمد إبراهيم طه خليل

أستاذ أصول التربية ومدير مركز الجامعة للتعليم المستمر
وتعليم الكبار- كلية التربية- جامعة طنطا- مصر

أ.د إيمان فؤاد محمد الكاشف

أستاذ التربية الخاصة والصحة النفسية ووكيل كلية
الإعاققة والتأهيل لشئون الطلاب- جامعة الزقازيق- مصر

أ.د خالد عطية السعودي

أستاذ المناهج وطرق التدريس والعميد السابق- كلية العلوم
التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

أ.د صلاح فؤاد مكاوي

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية والعميد السابق- كلية التربية-
جامعة قناة السويس- مصر

أ.د عمر محمد الخرابشة

أستاذ الإدارة التربوية- كلية الأميرة عالية الجامعية- جامعة البلقاء
التطبيقية- الأردن

- أ.د. عبد الناصر السيد عامر
أستاذ القياس والتقويم ورئيس قسم علم النفس التربوي- كلية التربية-
جامعة قناة السويس- مصر
أ.د. السيد علي شهدة
أستاذ المناهج وطرق التدريس المتفرغ- كلية التربية- جامعة الزقازيق-
مصر
أ.د. سامية إبراهيم
أستاذ علم النفس- كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية- جامعة العربي بن
مهدي- أم البواقي- الجزائر
أ.د. عاصم شحادة علي
أستاذ اللسانيات التطبيقية- الجامعة الإسلامية العالمية-
ماليزيا
أ.د. مسعودي طاهر
أستاذ علم النفس- جامعة زيان عاشور الجلفة- الجزائر
أ.د. عادل إسماعيل العلوي
أستاذ الإدارة- جامعة البحرين- مملكة البحرين
أ.د.م. الأميرة محمد عيسى
أستاذ المناهج وطرق التدريس المساعد- كلية التربية- جامعة
الطائف- المملكة العربية السعودية
د. هديل يوسف الشطي
أستاذ مشارك أصول التربية- كلية التربية الأساسية- الكويت
د. منى زايد عويس
مدرس الصحة النفسية- كلية التربية النوعية- جامعة
القاهرة- مصر
د. جمال بليكاوي
المدرسة العليا لأساتذة التعليم التكنولوجي- سكيكدة-
الجزائر
- أ.د. محمد سلامة الرصاعي
أستاذ المناهج وطرق التدريس- وعميد البحث العلمي والدراسات العليا
سابقاً- كلية العلوم التربوية- جامعة الحسين بن طلال- الأردن
أ.د. الغريب زاهر إسماعيل
أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم ووكيل كلية التربية سابقاً-
جامعة المنصورة- مصر
أ.د. هدى مصطفى محمد
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة
سوهاج- مصر
أ.د. عادل السيد سرايا
أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم- كلية التربية
النوعية- جامعة الزقازيق- مصر
أ.د. حنان صبيحي عبيد
رئيس قسم الدراسات العليا- الجامعة الأمريكية- مينسوتا
أ.د. سناء محمد حسن
أستاذ المناهج وطرق التدريس- كلية التربية- جامعة سوهاج- مصر
أ.د. عائشة عبيزة
أستاذ الدراسات اللغوية وتعليمية اللغة العربية- جامعة عمّارثليجي
بالأغواط- الجزائر
أ.د.م. خالد محمد الفضالة
أستاذ أصول التربية المساعد- كلية التربية الأساسية- الكويت
أ.د.م. ربيع عبدالرؤوف عامر
أستاذ التربية الخاصة المساعد- كلية التربية- جامعة الملك
سعود- المملكة العربية السعودية
د. عروب أحمد القطان
أستاذ مشارك الإدارة التربوية- كلية التربية الأساسية-
الكويت

الهيئة الاستشارية للمجلة

- أ.د. عبدالرحمن أحمد الأحمد
أستاذ المناهج وطرق التدريس وعميد كلية التربية سابقاً- جامعة الكويت
أ.د. حسن سوادى نجيبان
عميد كلية التربية للبنات- جامعة ذي قار- العراق
أ.د. علي محمد اليعقوب
أستاذ الأصول والإدارة التربوية- كلية التربية الأساسية- ووكيل وزارة
التربية سابقاً- الكويت
أ.د. محمد عرب الموسوي
رئيس قسم الجغرافيا- كلية التربية الأساسية- جامعة ميسان-
العراق
- أ.د. جاسم يوسف الكندري
أستاذ أصول التربية ونائب مدير جامعة الكويت سابقاً
أ.د. فريح عويد العنزي
أستاذ علم النفس وعميد كلية التربية الأساسية- الكويت
أ.د. محمد عبود الحراحشة
أستاذ القيادة التربوية وعميد كلية العلوم التربوية سابقاً-
جامعة آل البيت- الأردن
أ.د. تيسير الخوالدة
أستاذ أصول التربية وعميد الدراسات العليا سابقاً- جامعة
آل البيت- الأردن

أ.د صالح أحمد شاكر أستاذ ورئيس قسم تكنولوجيا التعليم- كلية التربية النوعية- جامعة المنصورة- مصر	أ.د أحمد عابد الطنطاوي أستاذ ورئيس قسم التربية المقارنة والإدارة التعليمية سابقاً- كلية التربية- جامعة طنطا- مصر
أ.د وليد السيد خليفة أستاذ ورئيس قسم علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي- كلية التربية- جامعة الأزهر- مصر	أ.د محسن عبدالرحمن المحسن أستاذ أصول التربية- كلية التربية- جامعة القصيم- المملكة العربية السعودية
أ.د أحمد محمود الثوابيه أستاذ القياس والتقويم- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن	أ.د مهني محمد إبراهيم غنايم أستاذ التخطيط التربوي واقتصاديات التعليم- كلية التربية- جامعة المنصورة- مصر
أ.د سفيان بوعطي أستاذ علم النفس- جامعة 20 أوت 1955- سكيكدة- الجزائر	أ.د سليمان سالم الحجايا أستاذ الإدارة التربوية- كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن

التدقيق اللغوي للمجلة

أ.د.م خالد محمد عواد القضاة- جامعة العلوم الإسلامية- الأردن

أمين المجلة

أ. محمد سعد إبراهيم عوض

التعريف بالمجلة

تصدر مجلة الدراسات والبحوث التربوية عن مركز العطاء للاستشارات التربوية- دولة الكويت بالتعاون مع كلية العلوم التربوية- جامعة الطفيلة التقنية- الأردن كل أربعة شهور، وهي مجلة علمية دورية محكمة بإشراف هيئة تحرير وهيئة علمية تضم نخبة من الأساتذة، وتسعى المجلة للإسهام في تطوير المعرفة ونشرها من خلال طرح القضايا المعاصرة في مختلف التخصصات التربوية، والاهتمام بقضايا التجديد والإبداع، ومتابعة ما يستجد في مختلف مجالات التربية؛ والمجلة مفهرسة في العديد من قواعد المعلومات الدولية، ومنها: دار المنظومة Dar Almandumah، معرفة e- MAREFA، شمعة Shamaa، قاعدة المعلومات التربوية Edu Searach، وللمجلة معامل تأثير عربي.

أهداف المجلة

- تهدف المجلة إلى دعم الباحثين في مختلف التخصصات التربوية من خلال توفير وعاء جديد للنشر يلبي حاجات الباحثين داخل الكويت وخارجها. ويمكن تحديد أهداف المجلة بشكل تفصيلي في الأهداف الأربعة التالية:
1. المشاركة الفاعلة مع مراكز البحث العلمي لإثراء حركة البحث في المجال التربوي.
 2. استنهاض الباحثين المتميزين للإسهام في طرح المعالجات العلمية المتعمقة والمبتكرة للمستجدات والقضايا التربوية.
 3. توفير وعاء لنشر الأبحاث العلمية الأصيلة في مختلف التخصصات التربوية.
 4. متابعة المؤتمرات والندوات العلمية في مجال العلوم التربوية.

مجالات النشر في المجلة

تهتم مجلة الدراسات والبحوث التربوية بنشر الدراسات والبحوث التي لم يسبق نشرها في مختلف التخصصات التربوية، على أن تتصف بالأصالة والجدة، وتتبع المنهجية العلمية، وتراعي أخلاقيات البحث العلمي. كما تنشر المجلة ملخصات رسائل الماجستير والدكتوراه ذات العلاقة بمختلف التخصصات التربوية، والمراجعات العلمية، وتقارير البحوث والمراسلات العلمية القصيرة، وتقارير المؤتمرات والمنتديات العلمية، والكتب والمؤلفات المتخصصة في التربية ونقدها وتحليلها.

القواعد العامة لقبول النشر في المجلة

1. تقبل المجلة نشر البحوث باللغتين العربية والإنجليزية وفقاً للمعايير التالية:

- توافر شروط البحث العلمي المعتمد على الأصول العلمية والمنهجية المتعارف عليها في كتابة البحوث الأكاديمية في مجالات التربية المختلفة.
 - أن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على:
 - اسم الباحث ودرجته العلمية والجامعة التي ينتمي إليها.
 - البريد الإلكتروني للباحث، ورقم الهاتف النقال.
 - ملخص للبحث باللغة العربية والإنجليزية في حدود (150) كلمة.
 - الكلمات المفتاحية بعد الملخص.
 - ألا يزيد عدد صفحات البحث عن (30) صفحة متضمنة الهوامش والمراجع.
 - أن تكون الجداول والأشكال مُدرجة في أماكنها الصحيحة، وأن تشمل العناوين والبيانات الإيضاحية الضرورية، ويُراعى ألا تتجاوز أبعاد الأشكال والجداول حجم الصفحة.
 - أن يكون البحث ملتزماً بدقة التوثيق حسب دليل جمعية علم النفس الأمريكية APA الإصدار السادس، وحسن استخدام المصادر والمراجع، وتثبيت مراجع البحث في نهايته.
 - أن يكون البحث خالياً من الأخطاء اللغوية والنحوية والإملائية.
 - أن يلتزم الباحث بالخطوط وأحجامها على النحو التالي:
 - اللغة العربية: نوع الخط (Sakkal Majalla)، وحجم الخط (14).
 - اللغة الإنجليزية: نوع الخط (Times New Roman)، وحجم الخط (14).
 - تكتب العناوين الرئيسية والفرعية بحجم (16) غامق (Bold).
 - أن تكون المسافة بين الأسطر (1.15) بالنسبة للبحوث باللغة العربية، وتكون المسافة بين الأسطر (1.5) بالنسبة للبحوث باللغة الإنجليزية.
 - تترك مسافة (2.5) لكل من الهامش العلوي والسفلي والجانبين.
2. ألا يكون البحث قد سبق نشره أو قُدم للنشر في أي جهة أخرى.
3. تحتفظ المجلة بحقها في إخراج البحث وإبراز عناوينه بما يتناسب وأسلوبها في النشر.

4. ترحب المجلة بنشر ما يصلها من ملخصات الرسائل الجامعية التي تمت مناقشتها وإجازتها في مجال التربية، على أن يكون الملخص من إعداد صاحب الرسالة نفسه.

5. بالمجلة باب لنشر موضوعات تهتم المجتمع التربوي يكتب فيه أعضاء التحرير.

إجراءات النشر في المجلة

1. ترسل الدراسات والبحوث وجميع المراسلات باسم رئيس تحرير مجلة الدراسات والبحوث التربوية على الإيميل التالي: submit.jser@gmail.com

2. يرسل البحث إلكترونياً بخطوط متوافقة مع أجهزة (IBM)، بحيث يظهر في البحث اسم الباحث ولقبه العلمي، ومكان عمله.

3. يُرفق ملخص البحث المراد نشره في حدود (100-150 كلمة) سواء كان البحث باللغة العربية أو الإنجليزية، مع كتابة الكلمات المفتاحية الخاصة بالبحث (Key Words).

4. يرفق مع البحث موجز للسيرة الذاتية للباحث.

5. في حالة قبول البحث مبدئياً يتم عرضه على مُحكمين من ذوي الاختصاص في مجال البحث، لإبداء آرائهم حول مدى أصالة البحث وقيمه العلمية، ومدى التزام الباحث بالمنهجية المتعارف عليها، وتحديد مدى صلاحية البحث للنشر في المجلة من عدمها.

6. يُخطر الباحث بقرار صلاحية بحثه من عدمها خلال شهر من تاريخ استلام البحث.

7. في حالة ورود ملاحظات من المحكمين تُرسل إلى الباحث لإجراء التعديلات اللازمة، على أن يعاد إرسال البحث بعد التعديل إلى المجلة خلال مدة أقصاها شهر، ولا يجوز سحب البحث من المجلة بعد تحكيمه.

8. تؤول جميع حقوق النشر للمجلة.

9. لا تلتزم المجلة بنشر كل ما يرسل إليها.

10. المجلة لا ترد الأبحاث المرسلة إليها سواء كانت منشورة أو غير قابلة للنشر، وللمجلة وإدارتها حق التصرف في ذلك.

عناوين المراسلة

البريد الإلكتروني:

submit.jser@gmail.com

الهاتف:

0096599946900

العنوان:

الكويت- العدلية- شارع أحمد مشاري العدواني

الموقع الإلكتروني:

www.jser-kw.com



المحتويات

الصفحة	العنوان	م
viii	الافتتاحية	-
35-1	دور الكتاب الإلكتروني في تحصيل طلبة تكنولوجيا التعليم في كلية التربية الأساسية من وجهة نظرهم، د. عيسى حسن رمضان حسن؛ د. ناصر غلوم عباس علي؛ د. رباب داود الصفار.....	1
71-36	واقع أداء كلية التربية الأساسية بدولة الكويت في ضوء أبعاد بطاقة الأداء المتوازن (BSC) من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس، د. تهاني سعود عبد الله العتيبي.....	2
111-72	عادات العقل وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، د. جابر مبارك الهبيدة؛ د. شيماء نايف السهيل.....	3
144-112	واقع تطبيق معلمات الحاسب الآلي لقيم المواطنة الرقمية في ضوء رؤية المملكة العربية السعودية (2030)، أ. بشاير كنعان عبد الله المطيري؛ أ.د عبد الله بن عواد الحربي.....	4
167-145	درجة تطبيق معايير الحاكمية الرشيدة في جامعة القدس من وجهة العاملين فيها، د. يوسف فهبي حرفوش؛ د. محمد عوض شعيبات؛ أ. محمد مصطفى شريعة.....	5
206-168	أثر تدريس العلوم باستخدام استراتيجية قائمة على نظرية تريز TRIZ على التحصيل وتنمية مهارات الحل الإبداعي للمشكلات لدى طالبات الصف السابع في دولة الكويت، د. صفوت حسن عبدالعزيز؛ د. تهاني صالح العنزي؛ أ. جميلة شافي دخيل المطيري.....	6
237-207	دور مديري المدارس في برامج رعاية الموهوبين في التعليم العام بمحافظة الأحساء من وجهة نظرهم، أ. رحمة إبراهيم عبد الله الودعاني؛ د. نورة فريد عبد الله الملحم.....	7
266-238	فعالية برنامج تدريبي بالنمذجة لخفض بعض اضطرابات النطق وتحسين العمليات السمعية لدى الأطفال زارعي القوقعة الإلكترونية، أ.د وليد السيد أحمد خليفة؛ أ. أسماء محمد محمد نميش قاسم.....	8
293-267	إدمان المخدرات الرقمية: أدلة الصديق والثبات والانتشار بين الشباب، د. محمود علي موسى؛ أ.د. عبد الناصر السيد عامر.....	9
327-294	الممارسات القيادية المحققة لبناء مجتمعات التعلم المهنية بالمدارس الابتدائية الحكومية في منطقة القصيم من وجهة نظر المعلمات، أ. أروى محمد اللاحم؛ أ. ألاء عبد الهادي نواز؛ أ. عبير صالح الصمغاني؛ أ. نورة سليمان الحميد.....	10
369-328	مدى تحقق معايير الجودة الشاملة لمقررات قسم الدراسات الاجتماعية بكلية التربية الأساسية في دولة الكويت من وجهة نظر الطلبة المعلمين، أ. إيمان العمر جراح الدرياس.....	11

398-370	فاعلية برنامج تدريبي قائم على مهارات منتسوري في مهارات التعلّم ودافعية الإنجاز لدى الأطفال في مرحلة الرياض بدولة الكويت، د. ياسمين هداد فاضل الفضلي؛ د. يوسف ناصر الرسيس.....	12
434-399	درجة ممارسة القيادة الأبوية لدى مديري مدارس التعليم العام بمحافظة المجمعة من وجهة نظر المعلمين، أ. صالح إبراهيم الوشحي؛ أ.د علي صالح الشايع.....	13
465-435	درجة ممارسة اتخاذ القرارات بين جماعات العمل لدى طلبة الدراسات العليا في قسم أصول التربية بجامعة القصيم من وجهة نظرهم، أ. عبير صالح الصمعاني؛ أ. ألاء عبد الهادي نواز؛ أ. أروى محمد اللاحم، أ. نورة سليمان الحميد.....	14
491-366	ممارسات القيادة الرقمية لدى مديري المدارس داخل الخط الأخضر وسبل تحسينها من وجهة نظر المعلمين، د. حلوة جبر القصصقي.....	15
539-492	الأنماط القيادية الممارسة لمديري المدارس المتوسطة والثانوية في محافظة الرس وفقاً لنظرية الشبكة الإدارية لبليك وموتون وعلاقتها بتفعيل مبادرات ومشاريع وزارة التعليم، أ. صالح بن عبد الله بن صالح الدغيم؛ أ.د خالد بن سعد محمد السليبي.....	16
570-540	الإرهاق الإداري في الإدارة العامة للتعليم بمنطقة القصيم من وجهة نظر القيادات الوسطى، أ. أمال بنت إبراهيم الهذلي؛ أ. خلود بنت موسى الحسيني؛ أ.د. هيلة بنت منديل التويجري.....	17
598-571	Associations between obesity and cognitive function in Kuwaiti female university students, Dr. Hanouf H. Al Hammadi, Mrs. Amal S. Humidat, Dr. Allan Hewitt, Dr. John J. Reilly.....	18

الافتتاحية

بسم الله الرحمن الرحيم، عليه نتوكل وبه نستعين، نحمده سبحانه كما ينبغي أن يحمد ونصلي ونسلم على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وأصحابه والتابعين وبعد،،،

يشهد العالم ثورة معلوماتية كبرى منذ منتصف القرن الماضي بسبب التطور السريع والهائل لتكنولوجيا الإعلام والاتصال، وقاد هذا إلى تغير العديد من المفاهيم والأسس داخل المجتمع، فلم تعد المعدات والآلات الثقيلة ورأس المال الأدوات الرئيسية للنشاط الاقتصادي، إذ حلت محلها المعرفة التي أصبحت المحرك الأساسي للنشاط الاقتصادي والفرد في كل المجتمعات، وقد أدى تزايد قيمة المعرفة في العصر الحالي إلى أن أصبحت هي الطريق نحو مجتمع المعرفة الذي تتنافس الدول في تحقيقه.

وقد جعل ذلك الدول المتقدمة تنفق حوالي (20%) من دخلها القومي في استيعاب المعرفة، ويستحوذ التعليم على نصف هذه النسبة، كذلك تنفق المنظمات الصناعية والتجارية في هذه الدول ما لا يقل عن (5%) من دخلها الإجمالي في التنمية المهنية للعاملين بها، وتنفق ما يتراوح بين (3%-5%) من دخلها الإجمالي في البحث والتنمية.

ويعد البحث العلمي الوسيلة الرئيسية لإيجاد المعرفة وتطويرها وتطبيقها في المجتمع، كما يشكل الركيزة الأساسية للتطور العلمي والتقني والاقتصادي، ويساهم في رقي الأمم وتقدمها، وهو بمثابة خطوة للابتكار والإبداع، ويمثل البحث العلمي إحدى الركائز الأساسية لأي تعليم جامعي متميز، ويعد من أهم المعايير التي تعتمدها الجهات العلمية في تصنيف وترتيب الجامعات سواء على المستوى المحلي أو القومي أو العالمي؛ ويقاس التقدم العلمي لبلد من البلدان بمدى الناتج البحثي والعلمي مقارنةً بالدول الأخرى.

ويسر مجلة الدراسات والبحوث التربوية أن تقدم لقراءها هذا العدد، وتتقدم أسرة المجلة بالشكر إلى جميع الباحثين الذين ساهموا بأبحاثهم في هذا العدد، وتجدد دعوتها لجميع الباحثين للالتفاف حول هذا المنبر الأكاديمي بمساهماتهم العلمية. وندعو الله عز وجل السداد والتوفيق.

رئيس التحرير

أ.د/ علي حبيب الكندري

تخلي أسرة تحرير المجلة مسؤوليتها عن أي انتهاك لحقوق الملكية الفكرية، والآراء والأفكار الواردة في الأبحاث المنشورة لا تلزم إلا أصحابها جميع الحقوق محفوظة لمجلة الدراسات والبحوث التربوية © 2020



عادات العقل وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت

Mind Habits and their Relationship to Positive Thinking among Students of the College of Basic Education in the State of Kuwait

د. شيماء نايف السهيل

د. جابر مبارك الهبيدة

أستاذ مشارك- قسم علم النفس- كلية التربية الأساسية- الكويت

أستاذ مشارك- قسم علم النفس- كلية التربية الأساسية- الكويت

الملخص: هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى عادات العقل والتفكير الإيجابي لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت، وأثر متغيري السنة الدراسية والمعدل التراكمي على ذلك، والكشف عن العلاقة بين عادات العقل والتفكير الإيجابي، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، واشتملت الأدوات على مقياس عادات العقل ومقياس التفكير الإيجابي، وتألقت العينة من (390) طالباً. وأظهرت النتائج أن مستوى عادات العقل ككل مرتفعة إلى حد ما لدى أفراد عينة الدراسة، وجاء بُعد الاستعداد الدائم للتعلم المستمر بدرجة متوسطة، وتراوحت باقي أبعاده بين مرتفعة إلى حد ما ومرتفعة، وأن مستوى التفكير الإيجابي ككل مرتفع إلى حد ما لدى أفراد العينة، وتراوحت جميع أبعاده بين مرتفعة إلى حد ما ومرتفعة. وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لعادات العقل وجميع أبعاده تعزى لمتغير المعدل التراكمي، بينما لا توجد فروق تعزى لمتغير السنة الدراسية، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق حول الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي وجميع أبعاده وفقاً لمتغير السنة الدراسية، ووجود فروق حول الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي وأبعاد الثقة بالنفس، والأمل، والمناعة النفسية وفقاً لمتغير المعدل التراكمي، بينما لا توجد فروق حول بُعدي تقدير الذات ومقاومة المخاوف. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين الدرجة الكلية لعادات العقل والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي وجميع أبعاده.

الكلمات الافتتاحية: عادات العقل، التفكير الإيجابي، كلية التربية الأساسية، الكويت.

Abstract: The study aimed to identify the level of mind habits and positive thinking among students of the College of Basic Education in the State of Kuwait, and the impact of the variables (academic year and GPA) on that, and to reveal the relationship between mind habits and positive thinking. The tools contain positive thinking scale and mind habits scale, and the sample consisted of (390) students. The results showed that the level of mind habits as a whole is somewhat high among the study sample, and the dimension of permanent readiness for continuous learning came in a medium degree, and the rest of its dimensions ranged between somewhat high and high, and the level of positive thinking as a whole is somewhat high among the sample, and all ranged its dimensions are between somewhat high and high. The results indicated that there were statistically significant differences between the averages of the study

sample regarding the total score of mind habits and all its dimensions due to GPA variable, while there were no differences due to academic year variable. The results also showed that there were no differences about the total score of positive thinking and all its dimensions according to academic year variable. There are differences in the total score of positive thinking and the dimensions of self-confidence, hope, and psychological immunity according to GPA variable, while there are no differences in the dimensions of self-esteem and fear resistance. The results indicated that there is a strong correlation between the total score of mind habits and the total score of positive thinking and all its dimensions.

Key Words: Mind Habits, Positive Thinking, College of Basic Education, Kuwait.

مقدمة:

يتميز النمو العقلي لطالب التعليم الجامعي بتوسع آفاقه وتفكيره وحاجته إلى معرفة المزيد، ففكرته المحدودة عن العالم الخارجي لم تعد تتفق مع اتساع آفاق تفكيره، فنجدته قادراً على اتخاذ قرارات غاية في الأهمية والتعقيد، وفي ضوء مرحلة النمو هذه نجدهم بحاجة إلى عادات عقلية مبنية على سلوكيات ذكية تحولهم من ناقلين للمعرفة وحفظها إلى بنائها وإنتاجها، وتكسيهم مجموعة من السلوكيات المرتبطة بتطوير أنماط تفكيرهم.

إن عادات العقل إستراتيجيات ذهنية تنظم عمل العقل وآلياته، وتضبط سلوك الفرد وأفعاله من خلال توظيف الفرد العمليات العقلية والمعرفية، وهي بذلك تعمق العقل الإنساني وتنقل النظرة إلى الذكاء من المستوى الكمي والنظري والأحادي إلى المستوى الكيفي والعملي (أبو المعالي، 2004، 318). وهي بذلك عادة للتفكير الذكي يستخدمها الأفراد عند مواجهة مواقف معينة، تسهم بشكل كبير في تحقيق المزيد من التوافق النفسي للفرد جراء النجاحات التي يحققها من خلال استخدامها بشكل صحيح (Risnawati, et al., 2019, 554).

وتمثل العادات العقلية فلسفة تربوية تركز على تعليم عمليات التفكير للأفراد بطريقة مباشرة (العتيبي، 2013، 205). وتؤمن نظرية العادات العقلية بوجود ثوابت تربوية ينبغي التركيز على تنميتها وتحويلها إلى سلوك متكرر ومنهج ثابت في حياة الفرد (الحارثي، 2002، 7). وأكد سوارتز على ضرورة التطور المستمر للعادات العقلية لدى الأفراد وممارستها في حياتهم (Swartz, 2008, 20).

وأكدت العديد من الدراسات على أهمية العادات العقلية وتنميتها والتفكير فيها وتقويمها، وتقديم التعزيز المناسب للأفراد من أجل تشجيعهم على التمسك بها حتى تصبح جزءاً من ذاتهم وبنيتهم العقلية (قطامي، 2007، 98). فالأفراد يطورون معارفهم ويكونون عاداتهم العقلية المرتبطة بمهارات التفكير العليا عندما يواجهون مواقف تجبرهم على طرح التساؤلات، والاستجابة للتحديات، والبحث عن حلول للمشكلات التي تواجههم (الحارثي، 2002، 20).

ويعدّ التّفكير اليوم من العوامل الأساسية في حياة الفرد، فهو الذي يساعد على توجيه الحياة وتقديمها، كما يساعد على حل الكثير من المشكلات، وتجنب الكثير من الأخطار، ويستطيع الفرد من خلاله التحكم والسيطرة على أمور كثيرة، وتسييرها لصالحه.

والتّفكير عملية عقلية، معرفية، وجدانية راقية، تبنى وتؤسس على محصلة عمليات نفسية كالإدراك والإحساس (غانم، 2005، 86). ويعد أكثر السلوك الانساني تعقيداً، فهو يأتي في أعلى مستويات النشاط العقلي، كما يعد من أهم الخصائص التي تميز الإنسان عن غيره من المخلوقات فوجود الإنسان مرتبط بالنشاط العقلي وقدرته على التعامل بذكاء مع الأمور من حوله، فالإنسان يتعلم أكثر ما يتعلمه عن طريق التّفكير، والتّفكير يرتبط دوماً بحل مشكلة ما (جروان، 2007، 2).

ويعد التّفكير الإيجابي من المفاهيم الحديثة التي لاقت اهتماماً من الباحثين وهو نوع من التّفكير الذي يحقق النجاح والصحة والتّوافق النفسي والرضا في الحياة ويجعل الفرد ينظر إلى الجانب المشرق والمضيء في الحياة ويحمل توقعات إيجابية متفائلة تجاه المستقبل، ويشير التّفكير الإيجابي إلى مفهوم امتلاك الفرد لعدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة تجاه المستقبل واقتناعه بقدرته على النجاح، ويرى سليجمان أن الأفراد يميلون إلى أحد نمطي التّفكير إما التّفكير الإيجابي التفاؤلي الذي يقصد به التّفكير الإيجابي في مقابل النمط الآخر وهو نمط التّفكير السلبي التشاؤمي (عبد الرحمن، 2012، 155).

ويعد التّفكير الإيجابي من أبرز جوانب الاقتدار الإنساني، إذ إنه الأداة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة، وتحدياتها فالعقبات والصعوبات والمعوقات والسلبيات على اختلافها، لا تحل عملياً إلا من خلال التّفكير الإيجابي الذي يوفر وحده المخارج، ويستكشف إمكانية الحل، فالتّفكير الإيجابي ليس مجرد مقاربة منهجية بل هو توجه يعنى الطاقات ويستخرج الظاهرة منها كما الكامنة من أجل حل المشكلات، كما أنه يشكل العلاج الناجح للحفاظ على المعنويات وحسن الحال (حجازي، 2012، 38).

يتضح مما سبق أن عادات العقل إستراتيجيات ذهنية تنظم عمل العقل وآلياته، وتضبط سلوك الفرد، وتمثل عادات العقل فلسفة تربوية تركز على تعليم عمليات التفكير للأفراد بطريقة مباشرة، وهناك من أكد على ضرورة التطور المستمر للعادات العقلية لدى الأفراد وممارستها في حياتهم، ويعد التّفكير الإيجابي من المفاهيم الحديثة التي لاقت اهتماماً من الباحثين، ومن أبرز جوانب الاقتدار الإنساني لأنه الأداة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها.

مشكلة الدراسة:

على الرغم من الجهود المبذولة لتنمية مهارات التفكير المتنوعة لدى طلابنا فإن الطالب لا يزال يمثل الدور السلبي في العملية التعليمية حيث يكتفي بتلقي المادة الدراسية في الكتب المقررة، لذلك نجد العديد من الطلاب لا يحسنون التفكير في حل المشكلات، ليس لأنهم يفتقرون إلى القدرات العقلية ومستوى الذكاء بل لأنهم لم ينالوا التدريب على مهارات التفكير المتنوعة (الجنابي والذبابي، 2014، 34). ولم ينالوا التوجيه الجيد والصحيح، ويتضح عدم قدرة طرق التدريس المتبعة في الوقت الحاضر على تحقيق هدف التفكير لدى الطلبة، لذلك يجب الاهتمام بالطرق الحديثة في عرض المعلومات التي تؤدي إلى استثارة التفكير لديهم (الكبيسي، 2009، 245).

وتؤثر العادات العقلية لدى الطلاب في كل شيء يفعلونه، فالعادات الضعيفة والسلبية تؤدي إلى تفكير ضعيف وتعوق مهارات التفكير للمتعلم وإمكاناته للتعلم، وعلى العكس من ذلك فإن العادات القوية والموجبة تؤدي إلى تعلم فعال، وتحسن وترفع مستوى مهارات التفكير الإيجابي والمعرفي لدى المتعلمين (فتح الله، 2009، 17). ويلاحظ ندرة الدراسات التي تناولت عادات العقل وعلاقتها بالتفكير الإيجابي، وفي حدود علم الباحثين لم تجرى دراسة تناولت متغيرات الدراسة الحالية مما دعم الحاجة لإجراء الدراسة، وتحاول الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما مستوى عادات العقل لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟
2. ما مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟
3. هل توجد فروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول عادات العقل تعزى لمتغيري السنة الدراسية والمعدل التراكمي؟
4. هل توجد فروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول التفكير الإيجابي تعزى لمتغيري السنة الدراسية والمعدل التراكمي؟
5. هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متوسطات أفراد عينة الدراسة على مقياس عادات العقل ومقياس التفكير الإيجابي؟

أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى عادات العقل والتفكير الإيجابي لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- الكشف عن الفروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول عادات العقل والتفكير الإيجابي وفقاً لمتغيرات السنة الدراسية والمعدل التراكمي.
- الكشف عن العلاقة بين متوسطات أفراد عينة الدراسة على مقياس عادات العقل ومقياس التفكير الإيجابي.

أهمية الدراسة:

1. تستمد الدراسة أهميتها من حداثة الموضوع الذي تتناوله، وهو عادات العقل والتفكير الإيجابي ودورهم في تحقيق العديد من الأهداف للفرد.
2. قد تفيد نتائج الدراسة في تقديم بعض التوصيات والمقترحات التي تساهم في تعزيز مستوى عادات العقل والتفكير الإيجابي لدى الطلاب.
3. إفادة الباحثين في إجراء بحوث جديدة في هذا المجال من خلال الاطلاع على الأدب النظري للدراسة وما ستوصل إليه من نتائج وتوصيات.
4. تزويد المكتبة العربية والكويتية ببعض المفاهيم عن عادات العقل والتفكير الإيجابي، مما يساعد على فهم هذين المفهومين.

حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: اقتصرت على عادات العقل وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- الحدود البشرية: تضمنت عينة من طلاب كلية التربية الأساسية- الكويت.
- الحدود المكانية: اقتصرت على كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام 2023/2022م.

مصطلحات الدراسة:

▪ عادات العقل Mind Habits:

هي تفكير منظم مرتب ويتضمن أليات وإستراتيجيات مرتبطة بهدف ما تم التخطيط لتحقيقه بوعي (قطامي، 2005، 14). وتعرف بأنها اتجاه عقلي لدى الفرد يحدد سمة مميزة لنمط سلوكياته معتمداً على قدرة الفرد على توظيف خبراته السابقة والاستفادة منها في تحقيق الهدف المطلوب (وردة، 2021، 2). وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطلاب المفحوصون على فقرات مقياس عادات العقل المستخدم لغايات الدراسة الحالية.

▪ التفكير الإيجابي Positive Thinking:

هو توقع النجاح في معالجة المشكلات بتوجيه من قناعات عقلية بناءة وباستخدام إستراتيجيات القيادة الذاتية التي تزيد من إمداد الفرد بالثقة في أدائه وسيطرته وإدارته لعمليات التفكير لديه (إبراهيم، 2006، 114). ويعرف أيضاً بأنه المعتقدات والآراء والأساليب المتبعة في كل أمور الحياة والتي من شأنها حل كل ما يواجه الفرد من مشكلات

ومواضيع بصورة متفائلة إيجابية ناجحة (العبيدي، 2013، 129). ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطلاب المفحوصون على فقرات مقياس التفكير الإيجابي المستخدم لغايات الدراسة الحالية.

الخلفية النظرية للدراسة:

أولاً: عادات العقل:

اشتق مفهوم عادات العقل من مجموعة النظريات المعرفية أهمها نظريات الذكاء ومعالجة المعلومات وما وراء المعرفة والأنماط المعرفية والنماذج البنائية ونظرية التعلم الاجتماعي ونتائج أبحاث الدماغ (المهي، محمود، 2009، 310). وتساعد العادات العقلية في تنظيم المخزون المعرفي للمتعلم وإدارة أفكاره بفاعلية وتدريبه على تنظيم الموجودات بطريقة جديدة والنظر إلى الأشياء بطريقة غير مألوفة لتوظيف المعارف المتاحة لحل المشكلات، حيث إنها تمثل نمطاً من السلوكيات الذكية يقود المتعلم إلى إنتاج المعرفة وليس استذكارها، أو إعادة إنتاجها على نمط سابق (عريان، 2010، 45).

مفهوم عادات العقل وأهميتها:

تعددت التعريفات التي تناولت عادات العقل، فقد عرف حبيب (2006، 4) عادات العقل بأنها ميل الفرد إلى التعامل بذكاء عندما تواجهه مشكلة ما أو عندما يكون هناك تناقض في قضية ما، ويمكنها أن تساعد المتعلمين على تنظيم تعلمهم ذاتياً، وكذلك حل مشكلات حياتهم وتنمية معارفهم.

وعرفها نوفل (2008، 68) بأنها مجموعة المهارات والاتجاهات والقيم التي تمكن الفرد من بناء تفضيلات من الأداءات أو السلوكيات الذكية، بناء على المثبرات والمنبهات التي يتعرض لها، بحيث تقوده إلى انتقاء عملية ذهنية أو أداء سلوك من مجموعة خيارات متاحة أمامه لمواجهة مشكلة ما أو قضية أو تطبيق سلوك بفاعلية والمداومة على هذا النهج، وهي تشمل العقل والوجدان والسلوك.

وعرفها عريان (2010، 51) بأنها استحسان شكل من أشكال التصرف الفكري على غيره من الأنماط وتفصيله والالتزام به، ويشمل ذلك عملية اختيار حر لشكل التصرف المختار من بين عناصر موقف ما بناء على مبدأ أو قيم معينة يرى فيها الانسجام في أن تطبيق هذا الشكل في هذا الموقف مفيد أكثر من غيره من الأشكال، ويتطلب ذلك مستوى معين من المهارة في تطبيق السلوك بفاعلية والاستمرار عليه.

وهناك من عرفها بأنها مهارة المتعلم وقدرته الذهنية على تنظيم أفكاره وإنتاج هذه الأفكار حتى تصبح سلوكاً لديه يستخدمه ويستفيد منه في حياته اليومية (صادق، 2011، 203). ويعرفها الباحثان بأنها مجموعة من العمليات العقلية تكونت لدى الفرد عبر مجموعة متراكمة متتابعة من الأداءات تطورت على شكل أنماط سلوكية يستخدمها عند حل مشكلة ما، أو أداء أفعال ابتكارية، أو مواجهة خبرة جديدة.

وتعد عادات العقل من المتغيرات المهمة التي لها علاقة بالأداء الأكاديمي لدى الطلبة في مراحل التعليم المختلفة، فقد أكدت العديد من الدراسات التربوية والنفسية مع بداية القرن الحادي والعشرين أهمية تعليم عادات العقل، وتقويتها، ومناقشتها مع الطلبة، والتفكير فيها، وتقويمها، وتقديم التعزيز اللازم للطلبة من أجل تشجيعهم على التمسك بها، حتى تصبح جزءاً من ذاتهم وبنيتهم العقلية (Qatami, 2007).

ويؤكد كامبل (Campbell, 2006) أهمية عادات العقل ودورها في كيفية تعلم الطلبة، حيث يرى أنه يمكن اعتبار عادات العقل إطاراً للتعلم، وأن عادات العقل تمثل الأسلوب الأمثل في تعليم سلوكيات التفكير بذكاء؛ للحصول على ذروة الأداء في حل المشكلات وتنظيم التعلم في الأوضاع الأكاديمية والمهنية والأسرية المختلفة.

وتراعي عادات العقل الفروق الفردية من خلال التركيز على الصفات الشخصية العامة بمفهومها الواسع، الذي لا يتقيد بنمط أو مستوى معين من الذكاء، فمثلاً نجد أن الفرد يمكن أن يعبر عن المرونة الفكرية بطريقة شفوية، أو حركية، أو موسيقية، كما يمكن تطبيق المثابرة واقعياً على أنشطة تحت ظروف مختلفة، ويمكن طرح الأسئلة على شكل كلمات، أو صور أو ألحان موسيقية، أو حركات، فعادات العقل لا تحد من التعبيرات بل تشجعها، كما يؤكد كوستا وكالريك على مقولة أينشتاين: أن الابتكار والإبداع عادة عقلية مرهونة بالبيئة التي يعيش فيها الفرد، وأنه يمكن لنا من خلال التجربة والممارسة والتعليم أن نجعل الفرد قادراً على الإبداع، وأن نجعل الإبداع فطرة في الإنسان (Costa & Kallick, 2008).

وحدد حبيب (2006، 430-431) أهمية اكتساب عادات العقل للمتعلمين في النقاط التالية:

— إتاحة فرص عملية تمكن المتعلم من ممارسة عادات العقل بشكل عملي أثناء التعلم ورؤية مسار تفكيره الخاص، واكتشاف كيف يعمل عقله أثناء حل المشكلات، ومساعدة المتعلم على تعديل العادات التي يراها غير منتجة أو غير مجدية بالنسبة لحياته، وكذلك مساعدة المتعلم على اكتساب القدرة على مزج قدرات التفكير الناقد والإبداعي.

— اكتساب المتعلم العادات المفيدة للحياة مثل عادة الإصرار، والمثابرة بما يساعده على إنهاء الأعمال التي يبدأ فيها، وكذلك عادة العقل المنفتح للتعلم وتدريب المتعلم على التخطيط بدقة في ضوء متطلبات المهمة التي يقوم بها وفقاً لمعايير يقوم المتعلم بوضعها بنفسه لتقييم أدائه في ضوءها، وتدريبه على تحمل المسؤولية.

خصائص عادات العقل:

تعد عادات العقل نمطاً من الأداءات الذكية، سمتها الأولى العقل الغني المنطلق لا العقل المنطقي المحافظ، ومسألة التقدم ليست مسألة عقول ذكية متفوقة بمقدار ما، بل هي مسألة عقول مجددة خلاقة مابينة للمألوف قادرة على رؤية الأشياء من جوانب متعددة وجديدة.

لذلك فإن عادات العقل تركيبة تتضمن صنع اختيارات حول أي الأنماط للعمليات الذهنية التي ينبغي استخدامها في وقت معين عند مواجهة مشكلة ما، أو خبرة جديدة تتطلب مستوى عالٍ من المهارات لاستخدام العمليات الذهنية بصورة فاعلة وتنفيذها والمحافظة عليها، وهي القدرة على التنبؤ من خلال التلميحات السياقية بالوقت المناسب لاستخدام النمط الأفضل والأكفأ من العمليات الذهنية عند حل مشكلة، أو مواجهة خبرة جديدة، وتقييم الفرد لفاعلية استخدامه هذا النمط من العمليات الذهنية عن غيره، أو قدرته على تعديله والتقدم به نحو تصنيفات مستقلة (Costa, Kallick, 2000, 111).

وتتمتع عادات العقل بعدة خصائص حددها الشامي (2010، 339) فيما يلي:

- مزيج من المهارات والمواقف والتجارب الماضية، والميول التي يمتلكها الفرد.
- تفضيل نمط من السلوكيات الفكرية عن غيره من الأنماط.
- تتطلب مستوى عالٍ من المهارة لاستخدام السلوكيات بصورة فاعلة، والمحافظة عليها.
- تتضمن العادة العقلية حساسية نحو التلميحات السياقية لموقف ما، مما يوحي أن هذا الظرف هو الوقت المناسب الذي يكون استخدام هذا النمط فيه مفيداً.
- تدعو العادة العقلية في ختام كل مرة يجرى فيها استخدام هذه السلوكيات إلى التأمل في تأثيرات هذا الاستخدام، وتقييمها وتعديلها والتقدم بها نحو تطبيقات مستقلة.
- تتطلب العادة العقلية النظر إلى الأفكار القديمة برؤية جديدة، وخيال مبدع، وطرح بدائل كثيرة عند حل المشكلة.

وأضاف كوستا وكالليك (Costa & Kallick, 2007, 33) الخصائص التالية:

- تشتمل العادات على نظرة إلى التفكير والتعلم تضم عدداً من الأدوار المختلفة التي تؤديها العواطف، والمشاعر في التفكير الجيد.
- تشكل عادات العقل مجموعة من السلوكيات الفكرية التي تدعم الفكر النقدي والخلاق ضمن الموضوعات المدرسية ومن خلالها وما بعدها، الأمر الذي يقتضي بدوره إدخال عادات العقل إلى جميع غايات ونتائج المنهج المختلفة.

تصنيف عادات العقل:

العادات العقلية محط اهتمام الكثير من العلماء وهناك العديد من التصنيفات لعادات العقل، ولكنها اختلفت من باحث لآخر، فقد صنف مارزانو (Marzano, 2008) العادات العقلية التي أطلق عليها العادات العقلية المنتجة وفقاً للمكونات الآتية:

أ- مهارات التنظيم الذاتي: هي المهارات التي يستخدمها المتعلم عندما يكون على علم بقدرته على التحكم في أعماله، واتجاهاته، واهتماماته تجاه مهمة التعلم، ولهذه المهارة المهارات الفرعية التالية: إدراك التفكير الذاتي، التخطيط، إدراك المصادر اللازمة، الحساسية تجاه التغذية الراجعة، تقييم فاعلية العمل.

ب- التفكير الناقد: يتضمن: الالتزام بالبحث عن الدقة، البحث عن الوضوح، الانفتاح العقلي، اتخاذ المواقف والدفاع عنها، والحساسية تجاه الآخرين.

ج- التفكير الابداعي: يتفرع منه: الانخراط بقوة في المهام، توسيع حدود المعرفة والقدرات، توليد معايير التقييم الخاصة والثقة بها والمحافظة عليها، وتوليد طرق جديدة للنظر خارج نطاق المعايير السائدة.

وصنف ستيفن (Stephen, 2000, 7) عادات العقل إلى سبع عادات عقلية هي:

- أ- المبادرة.
- ب- ابدأ والهدف واضح في عقلك.
- ج- تحديد الأولويات (ابدأ بالأهم قبل المهم).
- د- التفكير بالمكسب المشترك (تفكير المتعة للآخرين).
- هـ- افهم أولاً ثم حاول أن تفهم الآخرين (حاول أن تفهم ليسهل فهمك).
- و- التعاون (التكاتف).
- ز- مراجعة النفس وتقييمها وتطوير نواحي الضعف والقصور.

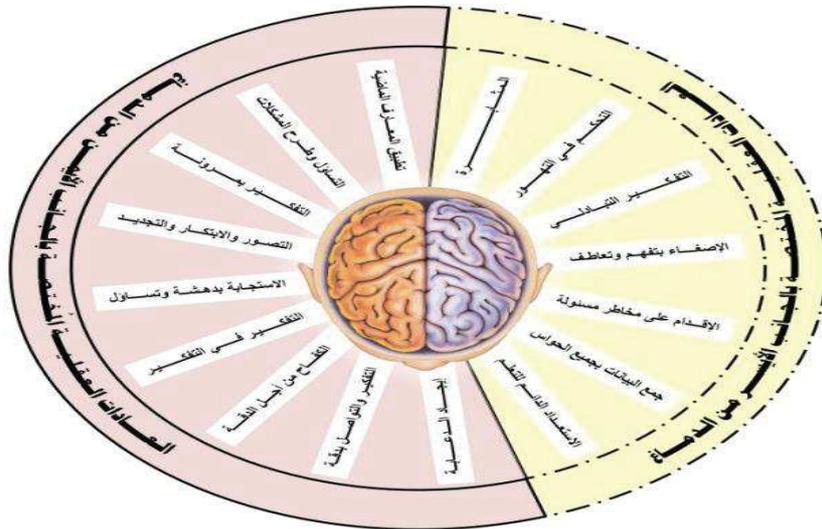
وأكد ناثان (Nathan, 2000, 1-8) أن العادات العقلية للفرد مرتبة خطياً وتبدأ كما يلي:

- أ- الإبداع (ما الذي يغذي الإبداع).
- ب- التواصل (كيف أحقق التواصل مع الآخرين).
- ج- التحسين (ما نقاط القوة والضعف - ما الذي احتاجه من مهارات).
- د- الملكية (كيف يؤثر هذا العمل على الآخر - ما الذي احتاجه لأتمكن من النجاح).

وقد صنف كوستا وكالينك عادات العقل إلى ست عشرة عادة للعقل تسهم في التفكير، يصف فيها كيف يتصرف البشر عندما يسلكون سلوكاً ذكياً، وتعد خصائص لما يفعله الناس الأذكى عندما تصادفهم مشكلات لا يكون لها حلول ظاهرة للعيان بصورة فورية، وهي كما يلي:

1. المثابرة.
2. التحكم بالتهور.
3. التفكير حول التفكير (التفكير ما وراء المعرفة).

4. الإصغاء بتفهم وتعاطف.
5. الكفاح من أجل الدقة.
6. تطبيق المعارف الماضية على الأوضاع الجديدة.
7. التفكير والتواصل بوضوح ودقة.
8. جمع البيانات باستخدام جميع الحواس.
9. الاستجابة بدهشة والرغبة.
10. الإقدام على المخاطر المسؤولة.
11. التفكير التبادلي.
12. الاستعداد الدائم للتعلم المستمر.
13. التساؤل وطرح المشكلات.
14. التفكير بمرونة.
15. التفكير الإبداعي والتصور.
16. إيجاد الدعابة (Costa, kellick, 2000, 17). ويوضح الشكل التالي تصنيف عادات العقل لكوستا وكاليك وفقاً لجانبي الدماغ الأيمن والأيسر.



شكل (1) تصنيف عادات العقل لـ Costa, Kallick وفقاً لجانبي الدماغ (نوفل، 2008، 90)

ثانياً: التفكير الإيجابي:

يندرج التفكير الإيجابي تحت مظلة علم النفس الإيجابي، كون الفرد كائن يحمل جوانب إيجابية وسلبية في حياته، وأن الخبرات التي يمر بها تشكل شخصيته، ومن خلاله نعى لفهم الانفعالات الإيجابية، ويهتم علم النفس

بدراسة المشاعر الإيجابية مثل الأمل، والسعادة، والرضا، ومعرفة كيف يمكن للفرد اكتساب المهارات التي تسهم في ممارسة المشاعر الإيجابية والجوهر الأساسي الذي يقوم عليه علم النفس الإيجابي، فالفرد يولد ولديه العديد من المشاعر السلبية والإيجابية التي تستثار من خلال المواقف وخبرات الحياة، لذلك يجب معرفة مصدر هذه الأفكار وتنميتها وتكوينها، بالتالي نمو قدرات عقلية ومهارات اجتماعية تساعد على صقل شخصية الفرد، ويرتبط التفكير الإيجابي ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في كل مجالات الحياة، ولكي يحقق الفرد النجاح ويعيش سعيداً ويحيا حياة متوازنة يجب أن يغير نمط تفكيره وأسلوب حياته ونظرته تجاه نفسه والآخرين، ويسعى دائماً إلى تطوير جميع جوانب حياته (الدليبي وآخرون، 2013، 241).

مفهوم التفكير الإيجابي وأهميته:

التفكير في أبسط تعريف له عبارة عن سلسلة من الأنشطة العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير تم استقبله من قبل واحدة أو أكثر من الحواس الخمس، والتفكير بمعناه الواسع عملية بحث عن معنى في الموقف أو الخبرة وقد يكون هذا المعنى ظاهراً حيناً وغامضاً حيناً آخر، ويتطلب التوصل إليه التأمل وإمعان النظر في مكونات الموقف أو الخبرة التي يمر بها الفرد (إبراهيم، 2009، 13).

ويعرف التفكير الإيجابي بأنه تنمية جوانب القوة في تفكير الفرد وسلوكه، وإعانة الفرد على اكتشاف الجوانب الإيجابية التي تحقق الكثير من النجاح والتفوق والسعادة الشخصية والرضا عن النفس (عبد الستار، 2008، 111).

ويعرف بأنه التفاؤل في الحياة بكل معانيه، والنظر إلى الأشياء الجيدة في الحياة، والبحث عن جوانب الحياة المثيرة، وإن كانت ومضة ضوء (بكار، 2013، 45). كما يعرف بأنه قدرة الفرد على التحكم في أفكاره وانفعالاته وتوجيهها توجيهاً إيجابياً والوعي بذاته والقدرة على قيادتها وإدراك الأهداف والأولويات والسعي إلى تحقيقها مع التمتع بالتفاؤل ومقاومة الأفكار السلبية (الخولي، 2014، 201).

ويعرف الباحثان 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 التوصل لحل المشكلة.

وتنبع أهمية التفكير الإيجابي من بث التفاؤل في النفوس، فكلما زادت مرونة الإنسان في التفكير كلما صار من السهل عليه تجاوز لحظات الفشل والتعامل معها على أنها خبرات يتعلمها ويستفيد منها (السر، 2014، 21).

ويساعد التفكير الإيجابي على إيجاد الشخصية السوية المتوافقة التي تتمتع بمظاهر سلوكية إيجابية مثل الراحة النفسية والطمأنينة والكفاية في العمل والإدراك الواقعي للقدرات ومستوى الطموح والثقة بالنفس والتفاؤل والحرص والاستقلالية والإيثار والإدراك الاجتماعي والقدرة على التوافق مع الضغوط والقدرة على التحمل والأمل

والقدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية والثبات والانفعال والملاءمة والقدرة على تحمل الإحباط (الأنصاري وعلي، 2008، 112).

واستخدام التفكير الإيجابي يصاحبه انخفاض في معدل ضربات القلب وانخفاض في مستويات القلق والخوف من مواجهة المشكلات الضاغطة، مثل مواقف التنافس أو مواجهة الجمهور في حديث جماهيري أو مواقف الاختبارات، كما أن التفكير الإيجابي يزيد التقييم الذاتي الإيجابي وفاعلية الفرد الذاتية في إدراك جوانب المشكلة والثقة في حلها (Bostow, 2009, 56).

أبعاد التفكير الإيجابي:

للتفكير الإيجابي العديد من الأبعاد، ومنها ما يلي:

1. التوقعات الإيجابية والتفاؤل: أي التوقعات الإيجابية بتحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص فضلاً عن زيادة مستوى التفاؤل وما يتوقعه من نتائج إيجابية في حياتنا الصحية الشخصية والاجتماعية والمهنية.
2. الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية: مهارات الشخص في توجيه انتباهه وذاكراته في اتجاهات سليمة ومفيدة لتنمية رصيده من الصحة النفسية والتوافق الاجتماعي.
3. حب التعلم والانفتاح على الخبرة: أي ما يميزه من اتجاهات إيجابية نحو إمكانيات التغيير بما في ذلك من اهتمام بالمعرفة وحب التعلم والمعرفة بما هو جديد وملئم لتحقيق الصحة.
4. الشعور العام بالرضا: الشعور العام بالرضا عن النفس وتحقيق الأهداف العامة في الحياة بما في ذلك مستوى المعيشة والإنجاز والتعليم.
5. الرصيد المعرفي الصحي: ما نملك من رصيد معرفي ومعلومات عن الصحة والسعادة وكيف نتعامل مع مواقف الخوف والقلق والاكتئاب والاضطراب النفسي، ويتسم أصحاب هذا النمط أيضاً بالنظرة الإيجابية لأهمية العلاج النفسي والثقة فيما يقدمه المعالج من نصائح وتوجيهات.
6. التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين: تبني أفكار وسلوكيات اجتماعية تدل على تفهم الاختلاف بين الناس حقيقة وأننا مطالبين بتشجيع الاختلاف والنظر له بمنظور إيجابي ودون تعصب.
7. تقبل المسؤولية الشخصية: أي أن تتقبل ذلك وتعرف قيمتها، وتقبل الذات يعني قلة الشكوى من الحياة؛ فالناجح لا يعرف الشكوى ولا يتذمر طوال الوقت من الأشياء الخارجة عن إرادته (معمر، 2020، 139).

مستويات التفكير الإيجابي والعوامل المؤثرة فيه:

يدور التفكير الإيجابي حول الخبرة الذاتية الإيجابية، وينقسم إلى:

1. التفكير على مستوى الفرد: يرتبط بالسمات الشخصية الإيجابية، والقدرة على العمل والحب والشجاعة والتسامح والمهارات الاجتماعية والتخلص من القلق والانفتاح على المستقبل والمعرفة البناءة والتفاؤل والأمل والإيمان والولاء.
 2. التفكير على مستوى الجماعة: يتعلق بالفضائل الاجتماعية التي تنقل الأفراد تجاه المواطنة الأفضل وهي: المسؤولية والرعاية والإيثار ومعرفة الحلول والبدائل لحل المشكلات والاعتدال (Seligman, 2000, 6).
- وللتفكير العديد من العوامل التي تؤثر فيه وفي تكوينه الإيجابي، فكل ما يشعر به الفرد ويعتقد فيه وبما يشمل من معارف، تقوم في الأساس على ما يوجد لديه من أفكار داخل عقله فهي تأتي بصورة شعور ولا شعور كما ذكرها (علة؛ وبوزاد، 2016، 132) ومن أهمها ما يلي:

- استخدام المهارات الذاتية في تنظيمه الإستراتيجي لأفكاره.
- تأثير بناء الدماغ وما يحمله من جينات متوارثة على بناء العقل.
- تأثير نشأة الفرد الاجتماعية والأسرية ومستوى الثقافة في بيئته المحيطة.
- الضبط الداخلي والالتزام بمشاركته في العمل.
- عندما يمتلك الفرد مفاهيم ذاتية إيجابية تجعله يميل لأفكار أكثر اختلافاً وتنوعاً لوجهة النظر لدى الآخرين، وبالمقابل تبني أفكار غير إيجابية تكون غير مطمئنة ولا آمنة، كما تقل قدرته على تحدي الأفكار.
- نظرتة الشمولية وتحركاته بمحيطة بشكل شامل.
- الوعي والتنبيه والممارسات والحث على الاكتشاف.
- يستغل الفرد الجهد الذي يبذله في التفكير الإيجابي بتطوير المهارات الثانوية له.
- يكون لدى الفرد القدرة على أن يستوعب الألفاظ وينظم إدراكه وأفكاره.

الدراسات السابقة:

فيما يلي عرض لبعض الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت عادات العقل والتفكير الإيجابي، وتم عرضها حسب التسلسل الزمني من الأحدث إلى الأقدم، وذلك على النحو التالي:

1- دراسات تناولت عادات العقل:

أجرى السر (2021) دراسة هدفت إلى تحديد درجة ممارسة عادات العقل لحل المسائل الرياضية، وعلاقتها التنبؤية بالذات الأكاديمية والمهنية لدى طلبة الرياضيات بجامعة الأقصى بغزة، ولهذا الغرض أعد الباحث استبانتين، استبانة عادات العقل، واستبانة الذات الأكاديمية والمهنية، وتكونت عينة الدراسة من (141) طالباً

وظالبة. وأشارت النتائج إلى أن درجة ممارسة عادات العقل لحل المسائل الرياضية، ومستوى الذات الأكاديمية والمهنية كانت مرتفعة لدى طلبة الرياضيات بجامعة الأقصى بغزة، وأنه لا يوجد أثر ذو دلالة متغيري الجنس والمستوى الدراسي، في حين وجد أثر ذو دلالة متغير المعدل التراكمي على درجة ممارسة عادات العقل، ومستوى الذات الأكاديمية والمهنية، لصالح ذوي المعدلات الأعلى، وأنه توجد علاقة تنبؤية بين درجة ممارسة عادات العقل ومستوى الذات الأكاديمية والمهنية.

وهدفت دراسة قمر (2020) إلى الكشف عن عادات العقل وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى كلية التربية مروي بجامعة دنقلا، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة، واستخدم الباحث مقياس عادات العقل ومقياس دافعية الإنجاز. وأشارت النتائج إلى أن مستوى امتلاك طلبة كلية التربية لعادات العقل ودافعية الإنجاز جاء مرتفعاً، وتوجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين عادات العقل ودافعية الإنجاز، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في عادات العقل ودافعية الإنجاز تعزى لمتغير الجنس. كما أظهرت النتائج أن مقياس عادات العقل ومجالاته الآتية: (السعي نحو الدقة، التساؤل في حل المشكلة والقيادية والذاتية) قد ساهمت بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بدافعية الإنجاز.

وهدفت دراسة أبو لطيفة (2019) إلى التعرف على مستوى امتلاك طلبة الدراسات العليا في كلية التربية بجامعة الباحة لعادات العقل، وتكونت عينة الدراسة من (260) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا (الماجستير والدبلوم العام في التربية)، وتم استخدام المنهج الوصفي، وقام الباحث ببناء مقياس عادات العقل للكشف عن مستوى عادات العقل لدى أفراد عينة الدراسة. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى امتلاك أفراد عينة الدراسة لعادات العقل التي تضمنها المقياس جاء بدرجة مرتفعة، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى امتلاك عادات العقل لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً للمرحلة الدراسية (الماجستير/الدبلوم العام في التربية) لصالح مرحلة الماجستير، ووجود فروق غير دالة إحصائياً في مستوى امتلاك عادات العقل لدى أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس.

وهدفت دراسة (Andriani, Yulianti, Ferdias & Fatonah, 2017) إلى تقصي أثر استخدام عادات العقل الرياضية المستندة للتعليم بالمشكلة على التفكير الإبداعي الرياضي لدى الطلاب، وتكونت عينة الدراسة من (70) طالباً في الصف السابع الأساسي من مدينة بادانغ راتو في أندونيسيا، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية تضم (36) طالباً وأخرى ضابطة تضم (34) طالباً. وأظهرت النتائج وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في التفكير الإبداعي الرياضي لصالح المجموعة التجريبية.

وسعت دراسة الرازقي (2014) إلى التعرف على مستوى التفكير التحليلي وعادات العقل والإبداع لدى طلبة الجامعة، والتعرف على الفروق في التفكير التحليلي وعادات العقل والإبداع لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغيري النوع

والتخصص، والتعرف على العلاقة بين التفكير التحليلي وعادات العقل والإبداع لدى طلبة الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة، واشتملت أدوات الدراسة على اختبار التفكير التحليلي ومقياس عادات العقل (السيح)، واختبار تورنس للإبداع. وأظهرت النتائج أن طلبة الجامعة يمتلكون القدرة على التفكير التحليلي، وذلك بحكم مرحلتهم العمرية وطبيعة دراستهم، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير التحليلي وفقاً لمتغيري التخصص والنوع، وأن عينة البحث يمتلكون عادات العقل أعلى من متوسط المجتمع الذي ينتمون إليه، ويتمتعون بكل أنواع عادات العقل السبع. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإبداع بين الذكور والإناث، بينما توجد فروق وفقاً لمتغير التخصص لصالح التخصص الإنساني، وكانت نتيجة علاقة التفكير التحليلي مع عادات العقل علاقة طردية إيجابية، أما علاقة بعض عادات العقل بالإبداع وعلاقة التفكير التحليلي بالإبداع فكانت علاقة غير دالة إحصائياً.

وهدفنا دراسة عياصرة (2012) إلى الكشف عن عادات العقل الشائعة لدى طالبات كلية إربد الجامعية، والتعرف على الفروق في عادات العقل وفقاً لمتغيري المستوى الدراسي، والتحصيل، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (220) طالبة من طالبات جامعة البلقاء التطبيقية- كلية إربد، وتمثلت أداة الدراسة ببطاقة المقابلة. وأظهرت النتائج أن هناك معرفة عالية لدى أفراد العينة بطريقة تبدو قريبة نوعاً ما من المعرفة العلمية الصحيحة، وتمثلت بالآتي: المثابرة، التفكير بالمرونة، والتساؤل وطرح المشكلات. أما العادات التي ظهرت بمستوى متوسط فكانت: جمع البيانات باستخدام الحواس، والاستعداد الدائم والمستمر للتعلم. وأظهرت النتائج أن عادة التفكير ما وراء المعرفي لم تظهر لدى أفراد العينة. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق تعزى لأثر المستوى في جميع عادات العقل وفي الأداة ككل باستثناء عادة (التفكير بمرونة) لصالح طلبة بكالوريوس، وعدم وجود فروق تعزى لأثر التحصيل في جميع عادات العقل وفي الأداة ككل باستثناء عادة (جمع البيانات باستخدام الحواس الخمس) وجاءت الفروق لصالح ذوي التحصيل العالي.

وهدفنا دراسة جرادين والرفوع (2011) إلى الكشف عن أثر الخبرة الجامعية والكلية والنوع الاجتماعي في عادات العقل لدى طلبة الجامعة، وتألقت عينة الدراسة من (947) طالباً وطالبة طبق عليهم مقياس عادات العقل يتكون من (76) فقرة. وأظهرت النتائج وجود فرق ذو دلالة إحصائية في عادات العقل يعزى إلى الخبرة الجامعية لصالح مستوى السنة الرابعة، ووجود فرق ذو دلالة إحصائية في عادات العقل يعزى إلى نوع الكلية لصالح كلية الآداب في بعدي المثابرة، والتحكم بالتهور، ولصالح كلية الهندسة في أبعاد (الإصغاء والتواصل، والإبداع، وحب الاستطلاع، والتفكير التبادلي)، ولصالح كلية العلوم في بُعدي (التفكير في التفكير، وتطبيق المعرفة السابقة) ولصالح كلية الإدارة في بُعدي (تطبيق المعرفة السابقة). كما وجد فرق ذو دلالة إحصائية في عادات العقل يعزى إلى النوع إذ إن الإناث يتفوقن على الذكور في عادات العقل الآتية: (التحكم بالتهور، وتطبيق المعرفة السابقة، والتفكير بدعابة، والتفكير التبادلي)، أما الذكور فقد تفوقوا على الإناث في عادات (المثابرة وحب الاستطلاع).

وهدفت دراسة عربيات (2009) إلى استقصاء عادات العقل الأكثر استخداماً لدى طلبة الجامعة الأردنية وعلاقتها بمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (994) طالباً وطالبة من طلبة البكالوريوس في الجامعة الأردنية من مستوى السنة الثانية والسنة الرابعة من الكليات العلمية والطبية والإنسانية، وتم تطبيق مقياس عادات العقل الذي تم تعريبه وتطويره للبيئة الأردنية والمكون من (68) فقرة تمثل (17) عادة عقلية. وأظهرت نتائج الدراسة أن عادات العقل الأكثر استخداماً لدى طلبة الجامعة الأردنية هي على الترتيب: التمحور حول الذات، استخدام كافة الحواس، إبداء المثابرة، إبداء القيادة، الإصغاء بفهم وتعاطف، إبداء الإصغاء النشط، استخدام حس الفكاهة، التفكير بمرونة، التحكم بالاندفاعية، الأسئلة، البناء على المعرفة والخبرة السابقة، خبرات الدهشة، الإبداع، امتلاك الحيوية والتعبير عنها، تحري الدقة، التفكير بالتفكير/ تحليل التفكير، استخدام لغة وفكر دقيقين. وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات أداء الذكور والإناث على مقياس عادات العقل تعزى للجنس لصالح الإناث، ووجود فروق تعزى لمتغير التخصص الدراسي على بعض العادات، ووجود فروق تعزى للمستوى الدراسي لصالح طلبة السنة الرابعة على عادة عقلية واحدة هي تحري الدقة.

2- دراسات تناولت التفكير الإيجابي:

أجرى معمري (2020) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى التفكير الإيجابي والتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة محمد بوضياف المسيلة، وأثر متغيري الجنس والمرحلة الدراسية على ذلك، ومعرفة العلاقة بين التفكير الإيجابي والتوافق الدراسي، واعتمدت الدراسة على عينة من طلبة قسم علم النفس تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتم استخدام أداتين الأولى استبانة لقياس التوافق الدراسي، والثانية لقياس التفكير الإيجابي. وأظهرت نتائج الدراسة أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتفكير الإيجابي، وأن مستوى التوافق الدراسي لدى عينة الدراسة متوسط، وتوجد فروق في مستوى التفكير الإيجابي تعزى إلى متغيري الجنس والمرحلة الدراسية، ولا توجد فروق في مستوى التوافق الدراسي تعزى إلى متغيري الجنس والمرحلة الدراسية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتوافق الدراسي.

كما أجرى معمري (2019) دراسة هدفت التعرف على مستوى التفكير الإيجابي ودافعية التعلم لدى طلبة السنة الثالثة من التعليم الثانوي، والكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي ودافعية التعلم، وتم استخدام المنهج الوصفي، واشتملت الأدوات على مقياس التفكير الإيجابي ومقياس دافعية التعلم تم تطبيقها على عينة قوامها (150) طالباً وطالبة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن طلبة السنة الثالثة من التعليم الثانوي يمتلكون نمط تفكير إيجابي مقبول ودافعية التعلم مرتفعة، وأن هناك علاقة ارتباطية بين التفكير الإيجابي ودافعية التعلم.

وهدفت دراسة الضمور (2018) إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التفكير الإيجابي وكل من اتخاذ القرار وتنظيم الذات لدى طلبة الدراسات العليا في الجامعة الأردنية في ضوء متغيرات الجنس والدرجة الأكاديمية

والتخصص، وتكونت عينة الدراسة من (600) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا، واشتملت أدوات الدراسة على ثلاثة مقاييس هي: مقياس التفكير الإيجابي، ومقياس اتخاذ القرار، ومقياس تنظيم الذات. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن طلبة الدراسات العليا في الجامعة الأردنية يمتلكون مستوى مرتفعاً من التفكير الإيجابي ومن مهارات اتخاذ القرار وكذلك من مهارات تنظيم الذات، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير الإيجابي واتخاذ القرار، وبين التفكير الإيجابي وتنظيم الذات، وبين اتخاذ القرار وتنظيم الذات، وأن العلاقة بين المتغيرات لم تتأثر بالجنس أو الدرجة الأكاديمية أو التخصص.

وهدف دراسة البشر (2017) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التفكير الإيجابي وأبعاده المختلفة والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة في الكويت ومصر، والكشف عن الفروق في التفكير الإيجابي بأبعاده المختلفة والرفاهية النفسية وفقاً لاختلاف الثقافة والنوع. وتكونت عينة الدراسة الكلية من (350) طالباً جامعياً، من الجنسين من الكويت ومصر، واشتملت الأدوات على مقياس التفكير الإيجابي ومقياس الرفاهية النفسية. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين التفكير الإيجابي وغالبية أبعاده وبين الرفاهية النفسية وتشابه طبيعة العلاقة الارتباطية للمقياس الكلي للتفكير الإيجابي في كل من العينة الكويتية والمصرية، وارتفاع مستوى التفكير الإيجابي خاصة أبعاد التوقعات الإيجابية، والشعور بالرضا، والسماحة، والتقبل غير المشروط، والرضا عن الحياة لدى الطلبة الكويتيين مقارنة بالطلبة المصريين، بينما يتقارب معدل الرفاهية النفسية بين الطلبة في الثقافتين. وأن هناك ارتفاع في مستوى التفكير الإيجابي بصورة جوهرية لدى طلبة الجامعة الذكور الكويتيين وخاصة أبعاد السماحة، والذكاء الوجداني، والتقبل غير المشروط، ومستوى الرضا عن الحياة مقارنة بالإناث، بينما تبين تقارب مستوى الطلبة الكويتيين من الجنسين في الرفاهية النفسية، كما أظهرت النتائج تقارب مستويات التفكير الإيجابي والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعة المصريين من الذكور والإناث.

وسعت دراسة أحمد (2013) إلى التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي والدافعية الذاتية، والاتجاه نحو مهنة التدريس، وتكونت عينة الدراسة من (344) طالباً وطالبة من كليات التربية من جامعتي بغداد والمستنصرية، واشتملت الأدوات على مقياس التفكير الإيجابي. وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير الإيجابي والدافعية الأكاديمية والاتجاه نحو مهنة التدريس، ووجود فروق دالة إحصائية في درجات التفكير الإيجابي لصالح الذكور، وأن طلبة التخصصات العلمية يتفوقون في التفكير الإيجابي على التخصصات الأدبية، وأن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى عالٍ من التفكير الإيجابي.

وهدف دراسة ونج شيشاي (Wong, 2012) إلى الكشف عن العلاقة بين كل من التفكير الإيجابي والسلبي والتوافق الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (398) طالباً جامعياً من سنغافورة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الإناث عرضة للتوتر والارتباك أكثر من الذكور ومع ذلك لا توجد فروق دالة إحصائية تعزى لعامل الجنس على متغيرات

الدراسة، كما أظهرت النتائج أن التفكير السلبي له علاقة دالة مع متغيرات الدراسة الاكتئاب والتوتر والقلق وأن التفكير الإيجابي له علاقة دالة مع الرضا عن الحياة والسعادة وعلاقة سلبية مع متغيرات الاكتئاب والتوتر والقلق.

وهدفت دراسة مونرو (Munro, 2004) إلى التعرف على العلاقة بين التفكير السلبي والتفكير الإيجابي وسمي الشخصية المتفائلة والمتشائمة، وتألقت العينة من (420) طالباً وطالبة ممن يدرسون في إحدى الجامعات الأمريكية، وأعد الباحث أدوات خاصة بمتغيرات البحث. وتوصلت النتائج إلى وجود فروق جوهرية في مستوى التفكير السلبي والإيجابي تعزى إلى سمي الشخصية المتفائلة والمتشائمة لدى طلبة الجامعة، حيث أظهر الطلبة المتفائلون مستوى أكبر على التفكير الإيجابي، كما أظهرت النتائج عدم وجود أثر لمتغيري الجنس والتخصص في مستوى التفكير السلبي أو الإيجابي، وقد أظهر الطلبة بشكل إجمالي ميلاً نحو التفكير الإيجابي.

تعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة يلاحظ ما يلي:

- اتبعت معظم الدراسات السابقة المنهج الوصفي نظراً لمناسبته لطبيعتها وأهدافها.
- تنوعت الأهداف التي تناولتها الدراسات السابقة، فقد تناولت بعض الدراسات التعرف على عادات العقل ومستواها مثل دراسة كل من: السر (2021)، قمر (2020)، أبو لطيفة (2019)، (Andriani, Yulianti,) (Ferdias& Fatonah, 2017)، الرازقي (2014)، عياصرة (2012). وتناولت بعض الدراسات التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض المتغيرات مثل دراسة كل من: معمري (2020)، الضمور (2018)، البشر (2017)، أحمد (2013)، مونرو (2004). وهدفت دراسة جرادين والرفوع (2011) إلى الكشف عن أثر الخبرة الجامعية والكلية والنوع الاجتماعي في عادات العقل.
- توصلت بعض الدراسات إلى وجود مستوى مرتفع من عادات العقل لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة كل من: قمر (2020)، أبو لطيفة (2019)، وتوصلت دراسة الضمور (2018) إلى وجود مستوى مرتفع من التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.
- استفاد الباحثان من الدراسات السابقة في الاهتداء إلى بعض المصادر العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الدِّراسة، وصياغة مشكلة ومنهجية الدِّراسة، والإسهام في بناء بعض أركان الأدب النظري للدِّراسة وتصميم أداة الدِّراسة، وكذلك الاستفادة من الدراسات السابقة في مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدِّراسة الحالية من حيث مدى الاتفاق والاختلاف بين نتيجة الدراسة الحالية ونتائج الدراسات السابقة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة: اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي، نظراً لمناسبته لطبيعته الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب في كلية التربية الأساسية خلال العام الدراسي 2023/2022م، وتكونت عينة الدراسة من (390) طالباً تم اختيارهم بطريقة عشوائية تتناول مستويات مختلفة من حيث: السنة الدراسية، والمعدل التراكمي، ويوضحها الجدول التالي:

جدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الديموجرافية

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة المئوية
السنة الدراسية	الأولى	96	%24.6
	الثانية	112	%28.7
	الثالثة	104	%26.7
	الرابعة	78	%20
المعدل التراكمي	أقل من 2	52	%13.3
	2- أقل من 3	174	%44.6
	3 فأكثر	164	%42.1

أدوات الدراسة:

اشتملت على مقياس عادات العقل ومقياس التفكير الإيجابي، ويمكن توضيح ذلك كالتالي:

1- مقياس عادات العقل:

تم إعداد مقياس عادات العقل بعد الاطلاع على بعض الدراسات السابقة مثل دراسة كل من: قمر (2020)، أبو لطيفة (2019)، الرازي (2014)، عياصرة (2012)، ويتكون المقياس من (49) عبارة موزعة بالتساوي على سبعة أبعاد كالتالي: البعد الأول: الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف، والبعد الثاني: التفكير بمرونة، والبعد الثالث: التحكم في الاندفاعية، والبعد الرابع: الإبداع والتصور والابتكار، والبعد الخامس: التساؤل وحل المشكلات، والبعد السادس: السعي من أجل الدقة، والبعد السابع: الاستعداد الدائم للتعلم المستمر. ولكل عبارة خمسة مستويات للإجابة وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي كالتالي: دائماً (5 درجات)، غالباً (4 درجات)، أحياناً (3 درجات)، نادراً (درجتان)، أبداً (درجة واحدة).

الكفاءة السيكومترية للمقياس: تم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس على النحو التالي:

أولاً: صدق المقياس: تم التحقق من صدق مقياس عادات العقل باستخدام كل من:

أ- الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تم عرض مقياس عادات العقل على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس وعلم النفس التربوي للتأكد من درجة مناسبة العبارات ووضوحها وسلامة صياغتها اللغوية ومدى ملاءمتها للأبعاد التي وضعت لقياسها، وتم الاتفاق على أن المقياس مناسب، وتكون المقياس في صورته النهائية من (49) عبارة، ويعد اتفاق المحكمين بياناً لصدق محتوى المقياس.

جدول (3)

معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس عادات العقل

معامل الارتباط	البعد
0.642**	الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف
0.787**	التفكير بمرونة
0.794**	التحكم في الاندفاعية
0.844**	الإبداع والتصور والابتكار
0.841**	التساؤل وحل المشكلات
0.801**	السعي من أجل الدقة
0.706**	الاستعداد الدائم للتعلم المستمر

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (3) أن معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس عادات العقل مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوح ما بين (0.642-0.844)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء.

ثانياً: ثبات المقياس: تم حساب معامل ثبات مقياس عادات العقل باستخدام ألفا كرونباخ من خلال الرزمة الإحصائية SPSS بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية (ن=60)، ويوضحها الجدول التالي.

جدول (4)

معاملات الثبات لأبعاد مقياس عادات العقل

معامل الثبات	عدد العبارات	البعد
0.77	7	الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف
0.76	7	التفكير بمرونة
0.75	7	التحكم في الاندفاعية
0.75	7	الإبداع والتصور والابتكار
0.75	7	التساؤل وحل المشكلات
0.76	7	السعي من أجل الدقة
0.76	7	الاستعداد الدائم للتعلم المستمر
0.79	49	المقياس ككل

يتضح من الجدول (4) أن مقياس عادات العقل يتسم بدرجة ثبات دالة إحصائياً، حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.79)، وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد ما بين (0.75-0.77)، ومن ثم يمكن تعميم المقياس على عينة الدراسة الأساسية.

2- مقياس التفكير الإيجابي:

تم إعداد مقياس عادات العقل بعد الاطلاع على بعض الدراسات السابقة مثل دراسة كل من: الضمور (2018)، البشر (2017)، أحمد (2013)، ويتكون المقياس من (30) عبارة موزعة بالتساوي على خمسة أبعاد كالتالي: البعد الأول: الثقة بالنفس، والبعد الثاني: الأمل، والبعد الثالث: تقدير الذات، والبعد الرابع: مقاومة المخاوف، والبعد الخامس: المناعة النفسية. ولكل عبارة خمسة مستويات للإجابة وفقاً لمقياس ليكرت الخماسي كالتالي: دائماً (5 درجات)، غالباً (4 درجات)، أحياناً (3 درجات)، نادراً (درجتان)، أبداً (درجة واحدة).

الكفاءة السيكومترية للمقياس: تم حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس على النحو التالي:

أولاً: صدق المقياس: تم التحقق من صدق مقياس التفكير الإيجابي باستخدام كل من:

أ- الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تم عرض مقياس التفكير الإيجابي على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس وعلم النفس التربوي للتأكد من درجة مناسبة العبارات ووضوحها وسلامة صياغتها اللغوية ومدى ملاءمتها للأبعاد التي وضعت لقياسها، وتم الاتفاق على أن المقياس مناسب، وتكون المقياس في صورته النهائية من (30) عبارة، ويعد اتفاق المحكمين بياناً لصدق محتوى المقياس.

ب- صدق البناء: تم التأكد من صدق البناء لمقياس التفكير الإيجابي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه، ومعاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية ضمت (60) طالباً من طلاب كلية التربية الأساسية، وقد استخدمت الباحثة الرزمة الإحصائية SPSS لحساب معاملات الارتباط، ورصدت النتائج في الجدولين التاليين.

جدول (5)

معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
الثقة بالنفس		تقدير الذات		مقاومة المخاوف	
1	0.491**	13	0.658**	19	0.691**
2	0.700**	14	0.598**	20	0.727**
3	0.715**	15	0.707**	21	0.627**
4	0.565**	16	0.710**	22	0.770**
5	0.636**	17	0.754**	23	0.657**
6	0.694**	18	0.706**	24	0.740**
الأمل				المناعة النفسية	

0.740**	25	0.738**	7
0.742**	26	0.770**	8
0.815**	27	0.721**	9
0.694**	28	0.713**	10
0.703**	29	0.718**	11
0.598**	30	0.746**	12

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (5) أن جميع معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.491-0.815)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء.

جدول (6)

معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي

معامل الارتباط	البُعد
0.797**	الثقة بالنفس
0.835**	الأمل
0.851**	تقدير الذات
0.867**	مقاومة المخاوف
0.870**	المناعة النفسية

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (6) أن معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوحت ما بين (0.797-0.870)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء.

ثانياً: ثبات المقياس: تم حساب معامل ثبات مقياس التفكير الإيجابي عن طريق إيجاد معامل ثبات ألفا كرونباخ للمقياس من خلال الرزمة الإحصائية SPSS بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية (ن=60)، ويوضحها الجدول التالي.

جدول (7)

معاملات الثبات لأبعاد مقياس التفكير الإيجابي

معامل الثبات	عدد العبارات	البُعد
0.79	6	الثقة بالنفس
0.78	6	الأمل
0.78	6	تقدير الذات
0.78	6	مقاومة المخاوف
0.78	6	المناعة النفسية
0.82	30	المقياس ككل

يتضح من الجدول (7) أن مقياس التفكير الإيجابي يتسم بدرجة ثبات دالة إحصائياً، حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.82)، وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد ما بين (0.78-0.79)، ومن ثم يمكن تعميم المقياس على عينة الدراسة الأساسية.

إجراءات الدراسة:

تم إجراء الدراسة الحالية وفقاً للخطوات التالية:

1. الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة وكتابة الإطار النظري والدراسات السابقة ومنهجية الدراسة.
2. بناء أدوات الدراسة (مقياس عادات العقل، مقياس التفكير الإيجابي).
3. عرض المقاييس على مجموعة من السادة المحكمين وتعديلها في ضوء مقترحاتهم.
4. اختيار عينة الدراسة من طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت وتقسيمها إلى عينة استطلاعية وعينة أساسية.
5. تطبيق المقاييس على أفراد العينة الاستطلاعية وضبطها من خلال حساب الصدق والثبات.
6. تطبيق المقاييس على أفراد عينة الدراسة الأساسية.
7. معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الرزمة الإحصائية SPSS.
8. استخلاص النتائج ومناقشتها وتقديم التوصيات والمقترحات.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم إدخال البيانات بالحاسب الآلي من خلال الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأجريت المعالجات الإحصائية التالية، وذلك للإجابة عن أسئلة الدراسة:

- التكرارات Frequency
- النسبة المئوية Percentage
- المتوسط الحسابي Mean
- الانحراف المعياري Standard Deviation
- اختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample t-Test
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent Sample t-Test
- تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way ANOVA
- اختبار إل إس دي LSD
- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation

نتائج الدراسة ومناقشتها:

يتناول هذا الجزء عرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة بعد التحليل الإحصائي للبيانات، وللإجابة عن أسئلة الدراسة تم حصر استجابات أفراد عينة الدراسة ومعالجتها إحصائياً باستخدام الرزمة الإحصائية (SPSS)، وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

النتائج الخاصة بالسؤال الأول:

والذي ينص على: ما مستوى عادات العقل لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟

تم استخدام الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس عادات العقل واختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample t-Test، ويوضحها الجدول التالي:

جدول (8)

الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس عادات العقل ونتائج اختبار "ت" لعينة واحدة One-Sample t-Test (ن=390)

مستوى الدلالة	قيمة ت	المدى	أكبر درجة	أقل درجة	الانحراف المعياري	التباين	الوسيط	المتوسط الافتراضي	المتوسط الحسابي	البُعد
0.0001	86.34	22	35	13	3.94	15.57	24	21	24.4	الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف
0.0001	80.49	22	35	13	4.35	18.92	25	21	25.07	التفكير بمرونة
0.0001	83.21	21	35	14	4.44	19.78	27	21	26.50	التحكم في الاندفاعية
0.0001	66.62	22	35	13	5.15	26.53	25	21	24.58	الإبداع والتصور والابتكار
0.0001	65.95	25	35	10	5.32	28.34	25	21	25.14	التساؤل وحل المشكلات
0.0001	68.62	23	35	12	5.64	31.87	29	21	27.74	السعي من أجل الدقة
0.0001	53.58	26	35	9	5.98	35.82	23	21	22.96	الاستعداد الدائم للتعلم المستمر
0.0001	91.00	146	245	99	27.07	722.94	176	147	176.42	عادات العقل ككل

يلاحظ من الجدول (8) أن مستوى عادات العقل ككل مرتفع إلى حدٍ ما لدى أفراد عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (176.42) والمتوسط الافتراضي هو (147) والحد الأعلى للمقياس هو (245)، كما يتضح تباين استجابات أفراد العينة حول أبعاد عادات العقل، فقد جاء بُعد الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما بمتوسط حسابي بلغ (24.4)، وجاء بُعد التفكير بمرونة بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ (25.07)، وجاء بُعد الإبداع والتصور والابتكار بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما بمتوسط حسابي بلغ (24.58)، وجاء بُعد التساؤل وحل المشكلات بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما بمتوسط حسابي بلغ (25.14)، وجاء بُعد السعي من أجل الدقة بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ (27.74)، وجاء بُعد الاستعداد الدائم للتعلم المستمر بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي بلغ (22.96)، والمتوسط الافتراضي لجميع الأبعاد (21) والحد الأعلى لجميع الأبعاد (35). كما يتضح من الجدول (8) أن قيم "ت" للأبعاد والدرجة الكلية لعادات العقل تراوحت ما بين (53.58-91.00) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) ودرجات حرية (389) لصالح متوسط العينة، مما يؤكد أن أفراد عينة الدراسة لديهم قدر عالٍ إلى حدٍ ما من عادات العقل. وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد عينة الدراسة لديهم مستوى عالٍ من القدرة على التفكير المنظم، والقدرة على توظيف خبراتهم السابقة في تحقيق الهدف المطلوب، ولديهم مجموعة من المهارات والسلوكيات التي تمكنهم من بناء تفضيلات من الأداءات الذكية، بناء على المثبرات والمنبهات التي يتعرضون لها. وأكدت العديد من الدراسات على أهمية العادات العقلية وتنميتها والتفكير فيها وتقويمها، وتقديم التعزيز المناسب للأفراد من أجل تشجيعهم على التمسك بها (قطامي، 2007). وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع من عادات العقل لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة كلٍّ من: قمر (2020)، أبو لطيفة

(2019). ويرى الباحثان أهمية تنمية عادات العقل لدى المتعلمين لدورها في تنمية التفكير لديهم، وقد أشار أبو المعاطي (2004) إلى أن عادات العقل تضبط سلوك الفرد وأفعاله، وتعمق العقل الإنساني وتنقل النظرة إلى الذكاء من المستوى الكمي والنظري والأحادي إلى المستوى الكيفي والعملي، وأشار (Risnawati, et al., 2019) إلى أنها تسهم بشكل كبير في تحقيق المزيد من التوافق النفسي للفرد نتيجة النجاحات التي يحققها من خلال استخدامها بشكل صحيح. لذلك فقد أكد سوارتز على ضرورة التطور المستمر للعادات العقلية لدى الأفراد وممارستها في حياتهم (Swartz, 2008, 20).

النتائج الخاصة بالسؤال الثاني:

والذي ينص على: ما مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟

تم استخدام الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس عادات العقل واختبار

"ت" لعينة واحدة One-Sample t-Test، ويوضحها الجدول التالي:

جدول (9)

الإحصاء الوصفي لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول أبعاد مقياس التفكير الإيجابي ونتائج اختبار "ت" لعينة واحدة One-

Sample t-Test (ن=390)

البُعد	المتوسط الحسابي	المتوسط الافتراضي	الوسيط	التباين	الانحراف المعياري	أقل درجة	أكبر درجة	المدى	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس	21.67	18	21	19.40	4.40	12	30	18	68.71	0.0001
الأمل	24.06	18	24	22.08	4.69	12	30	18	71.51	0.0001
تقدير الذات	23.38	18	24	21.63	4.65	11	30	19	70.21	0.0001
مقاومة المخاوف	22.55	18	23	21.14	4.70	9	30	21	66.92	0.0001
المناعة النفسية	23.43	18	24	20.28	4.50	12	30	18	72.65	0.0001
التفكير الإيجابي ككل	115.11	90	116	376.04	19.39	71	150	79	82.89	0.0001

يلاحظ من الجدول (9) أن مستوى التفكير الإيجابي ككل مرتفع إلى حدٍ ما لدى أفراد عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (115.11) والمتوسط الافتراضي (90) والحد الأعلى للمقياس (150)، كما يتضح تبين استجابات أفراد العينة حول أبعاد التفكير الإيجابي، فقد جاء بُعد الثقة بالنفس بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما بمتوسط حسابي بلغ (21.67)، وجاء بُعد الأمل بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ (24.06)، وجاء بُعد تقدير الذات بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ (23.38)، وجاء بُعد مقاومة المخاوف بدرجة مرتفعة إلى حدٍ ما بمتوسط حسابي بلغ (22.55)، وجاء بُعد المناعة النفسية بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ (23.43)، والمتوسط الافتراضي لجميع الأبعاد (18) والحد الأعلى لجميع الأبعاد (30). كما يتضح من الجدول (9) أن قيم "ت" للأبعاد والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي تراوحت ما بين (66.92-82.89) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) ودرجات حرية (389) لصالح متوسط العينة، مما يؤكد أن أفراد عينة الدراسة لديهم قدر عالٍ إلى حدٍ ما من التفكير الإيجابي. وقد يعزى

ذلك إلى أن أفراد عينة الدراسة لديهم القدرة على توقع النجاح في حل المشكلات الحياتية بصورة متفائلة إيجابية ناجحة، والقدرة على اكتشاف الجوانب الإيجابية التي تحقق الكثير من النجاح والتفوق والسعادة الشخصية والرضا عن النفس، وينظرون إلى الجانب المشرق والمضيء في الحياة، ويحملون توقعات إيجابية متفائلة تجاه المستقبل، بالإضافة إلى القدرة على مقاومة الأفكار السلبية. وأشار حجازي (2012) إلى أن التفكير الإيجابي من أبرز جوانب الاقتدار الإنساني، لأنه الأداة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها، فالعقبات والصعوبات والمعوقات والسلبيات على اختلافها لا تحل عملياً إلا من خلال التفكير الإيجابي الذي يوفر وحده المخارج، ويستكشف إمكانات الحلول. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع من التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة مثل دراسة كل من: الضمور (2018)، أحمد (2013)، وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة معمري (2019) التي توصلت إلى وجود مستوى مقبول/متوسط من التفكير الإيجابي لدى عينة الدراسة.

النتائج الخاصة بالسؤال الثالث:

والذي ينص على: هل توجد فروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول عادات العقل تعزى لمتغيري السنة الدراسية والمعدل التراكمي؟

تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA)، واختبار إل إس دي (LSD)، وتوضيح الجدول

التالية:

جدول (10)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول عادات العقل وفقاً لمتغير السنة الدراسية

مستوى الدلالة	قيمة (F)	متوسط المربعات	درجات الحرية df	مجموع المربعات	مصدر التباين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	السنة الدراسية	البعد
0.105	2.08	31.78 15.32	3 386 389	95.34 2925.46 3020.80	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.37	26.22	96	الأولى	الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف
						3.98	24.27	112	الثانية	
						3.61	23.89	104	الثالثة	
						3.96	24.78	78	الرابعة	
						3.95	24.40	390	مجموع	
0.335	1.14	21.49 18.89	3 386 389	64.47 3607.38 3671.85	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.90	26.09	96	الأولى	التفكير بمرونة
						4.30	25.27	112	الثانية	
						4.16	24.32	104	الثالثة	
						4.67	25.56	78	الرابعة	
						4.35	25.08	390	مجموع	
0.153	1.78	34.70 19.55	3 386 389	104.10 3734.64 3838.74	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.08	28.30	96	الأولى	التحكم في الاندفاعية
						4.41	26.51	112	الثانية	
						4.44	26.02	104	الثالثة	
						5.24	25.22	78	الرابعة	
						4.45	26.51	390	مجموع	

المتغير	المتوسط	الانحراف المعياري	عدد المشاركين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجات			
						الأولى	الثانية	الثالثة	الرابعة
الإبداع والتصور والابتكار	0.320	1.18	3	93.47	5057.88	5.86	26.30	96	الأولى
						5.08	24.29	112	الثانية
						5.04	24.27	104	الثالثة
						4.64	25.67	78	الرابعة
						5.15	24.58	390	مجموع
التساؤل وحل المشكلات	0.193	1.59	3	133.89	5364.09	5.33	27.39	96	الأولى
						5.30	24.93	112	الثانية
						5.28	24.74	104	الثالثة
						5.41	24.56	78	الرابعة
						5.32	25.14	390	مجموع
السعي من أجل الدقة	0.307	1.21	3	115.34	6067.84	5.23	29.78	96	الأولى
						5.57	27.31	112	الثانية
						5.95	27.68	104	الثالثة
						5.04	27.89	78	الرابعة
						5.65	27.74	390	مجموع
الاستعداد الدائم للتعليم المستمر	0.294	1.25	3	133.56	6816.26	6.11	23.87	96	الأولى
						5.82	22.53	112	الثانية
						6.31	22.87	104	الثالثة
						4.74	26.22	78	الرابعة
						5.99	22.97	390	مجموع
الدرجة الكلية لعادات العقل	0.161	1.74	3	3771.75	138419.92	29.93	187.96	96	الأولى
						26.13	175.11	112	الثانية
						27.30	173.79	104	الثالثة
						24.92	179.89	78	الرابعة
						27.07	176.43	390	مجموع

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لعادات العقل وجميع أبعاده (الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف، التفكير بمرونة، التحكم في الاندفاعية، الإبداع والتصور والابتكار، التساؤل وحل المشكلات، السعي من أجل الدقة، الاستعداد الدائم للتعليم المستمر) وفقاً لمتغير السنة الدراسية، حيث تراوحت قيم (F) المحسوبة ما بين (1.14) و(2.08) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد العينة مع اختلاف السنة الدراسية لديهم مستوى متقارب من عادات العقل، مثل التعاطف مع أي فكرة لزميل، الاستماع للزملاء حتى إذا تعارضت الأفكار، القدرة على تغيير طريقة التفكير، تفضيل المقررات المحفزة للتفكير، التعبير عن حل المشكلات بطرق مختلفة، التفكير بهدوء عند مواجهة موقف صعب، ابتكار طرق مختلفة عند تعلم شيء جديد، تفضيل المناقشة مع الزملاء في الموضوعات الدراسية، تفضيل المشكلات التي تتطلب الاهتمام بالتفاصيل، محاولة تحسين الأداء باستمرار، وتجنب تقديم أي عمل غير متقن، بالإضافة إلى البحث عن الأشياء العلمية الجديدة، وقد أشارت نتائج السؤال الأول إلى أن عادات العقل ككل جاءت بدرجة مرتفعة إلى حد ما. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة السر (2021) التي توصلت إلى عدم وجود أثر للسنة الدراسية على مستوى عادات العقل لدى عينة الدراسة، وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع بعض

الدراسات التي توصلت إلى وجود فروق في مستوى عادات العقل تعزى لمتغير السنة الدراسية لصالح طلبة السنة الرابعة، مثل دراسة كل من: عياصرة (2012)، جرادين والرفوع (2011)، عربيات (2009).

جدول (11)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول عادات العقل وفقاً لمتغير المعدل التراكمي

البعد	المعدل التراكمي	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف	أقل من 2	52	23.93	5.50	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	191.40	2	95.70	6.49	0.002
	2- أقل من 3	174	24.35	3.98		2829.40	387	14.74		
	3 فأكثر	164	28.36	3.39		3020.80	389			
	مجموع	390	24.40	3.95						
التفكير بمرونة	أقل من 2	52	24.85	6.57	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	179.44	2	89.72	4.93	0.008
	2- أقل من 3	174	24.83	4.16		3492.41	387	18.19		
	3 فأكثر	164	29.00	4.03		3671.85	389			
	مجموع	390	25.08	4.35						
التحكم في الاندفاعية	أقل من 2	52	26.43	4.80	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	193.87	2	96.94	5.11	0.007
	2- أقل من 3	174	26.14	4.44		3644.87	387	18.98		
	3 فأكثر	164	30.55	4.19		3838.74	389			
	مجموع	390	26.51	4.45						
الإبداع والتصور والابتكار	أقل من 2	52	24.29	6.30	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	266.25	2	133.13	5.23	0.006
	2- أقل من 3	174	24.30	4.91		4885.10	387	25.44		
	3 فأكثر	164	29.36	5.04		5151.35	389			
	مجموع	390	24.58	5.15						
التساؤل وحل المشكلات	أقل من 2	52	25.11	5.87	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	214.67	2	107.33	3.90	0.022
	2- أقل من 3	174	24.72	5.12		5283.31	387	27.52		
	3 فأكثر	164	29.36	5.32		5497.98	389			
	مجموع	390	25.14	5.32						
السعي من أجل الدقة	أقل من 2	52	28.52	3.85	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	449.48	2	224.74	7.53	0.001
	2- أقل من 3	174	26.59	5.73		5733.70	387	29.86		
	3 فأكثر	164	32.64	5.30		6183.18	389			
	مجموع	390	27.74	5.65						
الاستعداد الدائم للتعليم المستمر	أقل من 2	52	21.66	5.35	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	734.84	2	367.42	11.35	0.0001
	2- أقل من 3	174	23.24	5.76		6214.97	387	32.37		
	3 فأكثر	164	30.27	5.64		6949.82	389			
	مجموع	390	22.97	5.99						
الدرجة الكلية لعادات العقل	أقل من 2	52	174.79	32.83	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	12805.30	2	6402.65	9.50	0.0001
	2- أقل من 3	174	174.17	26.36		129386.37	387	673.89		
	3 فأكثر	164	209.55	24.45		142191.67	389			
	مجموع	390	176.43	27.07						

يتضح من الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لعادات العقل وجميع أبعاده (الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف، التفكير بمرونة، التحكم في الاندفاعية، الإبداع والتصور والابتكار، التساؤل وحل المشكلات، السعي من أجل الدقة، الاستعداد الدائم للتعلّم المستمر) وفقاً لمتغير المعدل التراكمي، حيث تراوحت قيم (F) المحسوبة ما بين (3.90) و(11.35) ومستوى دلالتها أصغر من (0.05). وللتعرف على الدلالات الإحصائية تم استخدام اختبار LSD، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي المعدل التراكمي (3 فأكثر) و(أقل من 2) حول الدرجة الكلية لعادات العقل وجميع أبعاده عدا بُعد السعي من أجل الدقة لصالح (3 فأكثر)، ووجود فروق بين ذوي المعدل التراكمي (3 فأكثر) و(2- أقل من 3) حول الدرجة الكلية لعادات العقل وجميع أبعاده لصالح (3 فأكثر). وقد يعزى ذلك إلى أن ذوي المعدل المرتفع لديهم مستوى مرتفع من عادات العقل أعلى من ذوي المعدل الأقل، وقد انعكس ذلك على استجاباتهم على جميع الأبعاد. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة السر (2021) التي توصلت إلى وجود أثر للمعدل التراكمي على مستوى عادات العقل لدى عينة الدراسة لصالح ذوي المعدل الأعلى.

النتائج الخاصة بالسؤال الرابع:

والذي ينص على: هل توجد فروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول التفكير الإيجابي تعزى لمتغيري السنة الدراسية والمعدل التراكمي؟

تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA)، واختبار إل إس دي (LSD)، وتوضيحها الجداول

التالية:

جدول (12)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول التفكير الإيجابي وفقاً لمتغير السنة الدراسية

البعده	السنة الدراسية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس	الأولى	96	23.74	4.53	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	146.76 3617.89 3764.65	3 386 389	48.92 18.94	2.58	0.055
	الثانية	112	21.02	3.98						
	الثالثة	104	21.97	4.93						
	الرابعة	78	21.78	3.56						
	مجموع	390	21.68	4.41						
الأمل	الأولى	96	25.17	4.33	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	45.54 4238.59 4284.13	3 386 389	15.18 22.19	0.68	0.563
	الثانية	112	23.68	4.69						
	الثالثة	104	24.26	4.76						
	الرابعة	78	24.22	5.56						
	مجموع	390	24.07	4.70						
تقدير الذات	الأولى	96	24.09	4.49	بين المجموعات	25.68 4170.47	3 386	8.56 21.84		
	الثانية	112	23.07	4.60						

0.759	0.39		389	4196.15	داخل المجموعات المجموع	4.91	23.56	104	الثالثة	
						4.14	23.89	78	الرابعة	
						4.65	23.38	390	مجموع	
						4.13	24.43	96	الأولى	
0.212	1.51	33.27 21.97	3 386 389	99.82 4196.36 4296.19	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.74	22.14	112	الثانية	مقاومة المخاوف
						4.88	22.58	104	الثالثة	
						3.83	22.22	78	الرابعة	
						4.71	22.55	390	مجموع	
0.155	1.77	35.44 20.05	3 386 389	106.32 3829.63 3935.95	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.43	25.17	96	الأولى	المناعة النفسية
						4.56	22.87	112	الثانية	
						4.30	23.71	104	الثالثة	
						4.95	23.44	78	الرابعة	
0.168	1.70	633.59 372.00	3 386 389	1900.78 71051.51 72952.29	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.50	23.44	390	مجموع	الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي
						19.35	122.61	96	الأولى	
						18.54	112.78	112	الثانية	
						20.73	116.08	104	الثالثة	
						16.73	115.56	78	الرابعة	
						19.39	115.12	390	مجموع	

يتضح من الجدول (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي وجميع أبعاده (الثقة بالنفس، الأمل، تقدير الذات، مقاومة المخاوف، المناعة النفسية) وفقاً لمتغير السنة الدراسية، حيث تراوحت قيم (F) المحسوبة ما بين (0.39) و(2.58) ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد العينة مع اختلاف السنة الدراسية لديهم مستوى متقارب من التفكير الإيجابي، مثل الشعور بالرضا عند التحدث أمام الآخرين، الاعتماد على أنفسهم في حل مشكلاتهم، الشعور بالأمان والطمأنينة من المستقبل، الشعور بالرضا عن إمكاناتهم وقدراتهم، امتلاك مهارات إيجابية، ومواجهة المشكلات دون خوف، بالإضافة إلى الشعور بالرضا والسعادة بالمواقف الاجتماعية، وقد أشارت نتائج السؤال الثاني إلى أن التفكير الإيجابي ككل جاء بدرجة مرتفعة إلى حد ما. وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة معمري (2020) التي توصلت إلى وجود فروق في مستوى التفكير الإيجابي تعزى لمتغير السنة الدراسية.

جدول (13)

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد

عينة الدراسة حول التفكير الإيجابي وفقاً لمتغير المعدل التراكمي

مستوى الدلالة	قيمة (F)	متوسط المربعات	درجات الحرية df	مجموع المربعات	مصدر التباين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المعدل التراكمي	البعد
0.040	3.27	61.93 18.96	2 387 389	123.86 3640.79 3764.65	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	5.16	21.82	52	أقل من 2	الثقة بالنفس
						4.27	21.24	174	-2 أقل من 3	
						4.36	24.73	164	3 فأكثر	
						4.41	21.68	390	مجموع	
0.030	3.57	76.79 21.51	2 387 389	153.58 4130.56 4284.13	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.34	24.74	52	أقل من 2	الأمل
						4.71	23.28	174	-2 أقل من 3	
						4.59	26.27	164	3 فأكثر	
						4.70	24.07	390	مجموع	
0.265	1.34	28.82 21.56	2 387 389	57.65 4138.51 4196.15	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.44	23.68	52	أقل من 2	تقدير الذات
						4.68	22.96	174	-2 أقل من 3	
						4.62	25.09	164	3 فأكثر	
						4.65	23.38	390	مجموع	
0.135	2.03	44.41 21.91	2 387 389	88.81 4207.37 4296.19	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	4.50	22.82	52	أقل من 2	مقاومة المخاوف
						4.68	22.09	174	-2 أقل من 3	
						4.70	24.91	164	3 فأكثر	
						4.71	22.55	390	مجموع	
0.002	6.33	121.77 19.23	2 387 389	243.53 3692.42 3935.95	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	3.75	23.99	52	أقل من 2	المناعة النفسية
						4.44	22.60	174	-2 أقل من 3	
						4.39	27.09	164	3 فأكثر	
						4.50	23.44	390	مجموع	
0.017	4.18	1522.70 364.10	2 387 389	3045.41 69906.88 72952.29	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	19.33	117.05	52	أقل من 2	الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي
						19.34	112.17	174	-2 أقل من 3	
						18.72	128.09	164	3 فأكثر	
						19.39	115.12	390	مجموع	

يتضح من الجدول (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول بُعدي تقدير الذات ومقاومة المخاوف وفقاً لمتغير المعدل التراكمي، حيث بلغت قيم (F) المحسوبة (1.34)، (2.03) بنفس الترتيب ومستوى دلالتها أكبر من (0.05). وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد العينة مع اختلاف المعدل التراكمي لديهم مستوى متقارب من تقدير الذات ومقاومة المخاوف مثل التراجع عن الرأي إذا كان خطأ، القدرة على فعل أشياء كثيرة كالآخرين، مواجهة المشكلات دون خوف، الشعور بالأمان عند مواجهة الأصدقاء الجدد، والشعور بالرضا والسعادة بالمواقف الاجتماعية. كما يتضح وجود فروق حول الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي والأبعاد التالية: (الثقة بالنفس، الأمل، المناعة النفسية) وفقاً لمتغير المعدل التراكمي، حيث بلغت قيم (F) المحسوبة (4.18)، (3.27)، (3.57)، (6.33) بنفس الترتيب ومستوى دلالتها أصغر من (0.05). وللتعرف على الدلالات الإحصائية تم استخدام اختبار LSD، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي المعدل التراكمي (3 فأكثر) و(أقل من 2) حول التفكير

الإيجابي والأبعاد التالية: (الثقة بالنفس، الأمل، المناعة النفسية) لصالح (3 فأكثر)، ووجود فروق بين ذوي المعدل التراكمي (3 فأكثر) و(2- أقل من 3) حول للتفكير الإيجابي والأبعاد التالية: (الثقة بالنفس، الأمل، المناعة النفسية) لصالح (3 فأكثر). وقد يعزى ذلك إلى أن ذوي المعدل المرتفع لديهم مستوى مرتفع من التفكير الإيجابي أعلى من ذوي المعدل الأقل، وقد انعكس ذلك على استجاباتهم على الأبعاد السابقة مثل الاعتماد على النفس في حل المشكلات، تقبل نقد الآخرين دون حساسية أو غضب، الشعور بالأمان والطمأنينة من المستقبل، الاستفادة من الخبرات الصعبة المستقبل، القدرة على مواجهة الأزمات والصعوبات، تحدى المشكلات النفسية بصبر وثبات، والتكيف في المواقف الجديدة.

النتائج الخاصة بالسؤال الخامس:

والذي ينص على: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متوسطات أفراد عينة الدراسة على مقياس عادات العقل ومقياس التفكير الإيجابي؟

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation، ويوضح ذلك الجدول (15)، وتم الحكم على قوة الارتباط بالاستعانة بالقاعدة التالية:

- يعد الارتباط ضعيفاً إذا تراوحت قيمة الارتباط ما بين (0.10-0.29).
- يعد الارتباط متوسطاً إذا تراوحت قيمة الارتباط ما بين (0.30-0.49).
- يعد الارتباط قوياً إذا تراوحت قيمة الارتباط ما بين (0.50-1.00).

جدول (14)

معاملات الارتباط بين عادات العقل والتفكير الإيجابي

الدرجة الكلية لعادات العقل	عادات العقل							المتغير
	الاستعداد الدائم للتعليم المستمر	السعي من أجل الدقة	التساؤل وحل المشكلات	الإبداع والتصور والابتكار	التحكم في الاندفاعية	التفكير بمرونة	الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف	
0.690**	0.553**	0.631**	0.546**	0.535**	0.551**	0.494**	0.391**	الثقة بالنفس
0.553**	0.278**	0.662**	0.442**	0.408**	0.488**	0.457**	0.243**	الأمل
0.626**	0.324**	0.718**	0.540**	0.448**	0.536**	0.474**	0.335**	تقدير الذات
0.659**	0.447**	0.663**	0.524**	0.494**	0.605**	0.456**	0.360**	مقاومة المخاوف
0.654**	0.369**	0.730**	0.564**	0.462**	0.580**	0.475**	0.340**	المناعة النفسية
0.753**	0.465**	0.806**	0.619**	0.555**	0.653**	0.558**	0.395**	الدرجة الكلية للتفكير الإيجابي

(**) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول (14) وجود علاقة ارتباطية متوسطة دالة إحصائياً بين الإصغاء للآخرين بتفهم وتعاطف والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي ($r = 0.395$) والأبعاد التالية: الثقة بالنفس ($r = 0.391$)، تقدير الذات ($r = 0.335$)، مقاومة المخاوف ($r = 0.360$)، المناعة النفسية ($r = 0.340$)، وتوجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين الإصغاء للآخرين بتفهم والأمل ($r = 0.243$). وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين التفكير بمرونة وجميع أبعاد التفكير الإيجابي ($r = 0.494 - 0.456$)، وتوجد علاقة ارتباطية قوية بين التفكير بمرونة والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي ($r = 0.558$). وتوجد علاقة ارتباطية قوية بين التحكم في الاندفاعية والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي ($r = 0.653$) والأبعاد التالية: الثقة بالنفس، تقدير الذات، مقاومة المخاوف، المناعة النفسية ($r = 0.580 - 0.536$)، وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين التحكم في الاندفاعية والأمل ($r = 0.488$). وتوجد علاقة ارتباطية قوية بين الإبداع والتصوير والابتكار والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي ($r = 0.555$) والثقة بالنفس ($r = 0.535$)، وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين الإبداع والتصوير والابتكار وباقي الأبعاد ($r = 0.494 - 0.408$). وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين التساؤل وحل المشكلات والأمل ($r = 0.442$)، وتوجد علاقة ارتباطية قوية بين التساؤل وحل المشكلات والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي وباقي الأبعاد ($r = 0.619 - 0.524$). وتوجد علاقة ارتباطية قوية بين السعي من أجل الدقة والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي وجميع أبعاده ($r = 0.806 - 0.631$). وتوجد علاقة ارتباطية قوية بين الاستعداد الدائم للتعلم المستمر والثقة بالنفس ($r = 0.553$)، وتوجد علاقة ارتباطية متوسطة بين الاستعداد الدائم للتعلم والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي والأبعاد التالية: تقدير الذات، مقاومة المخاوف، المناعة النفسية ($r = 0.447 - 0.324$)، وتوجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين الاستعداد الدائم للتعلم المستمر والأمل ($r = 0.278$). وتوجد علاقة ارتباطية قوية بين الدرجة الكلية لعادات العقل والدرجة الكلية للتفكير الإيجابي وجميع أبعاده ($r = 0.753 - 0.553$).

وقد يعزى ذلك إلى أن عادات العقل قد نتج عنها حالة إيجابية من الثقة بالنفس وتقدير الذات ومقاومة المخاوف والمناعة النفسية لدى أفراد العينة، وأشار فتح الله (2009) إلى أن العادات العقلية لدى الطلاب تؤثر في كل شيء يفعلونه، فالعادات الضعيفة والسلبية تؤدي إلى تفكير ضعيف وتغوق مهارات التفكير للمتعلم وإمكاناته للتعلم، وتؤدي العادات القوية والموجبة إلى تعلم فعال، وتحسن وترفع من مستوى مهارات التفكير الإيجابي والمعرفي لدى المتعلمين، وأشار الحارثي (2002) إلى أن الأفراد يطورون معارفهم ويكونون عاداتهم العقلية المرتبطة بمهارات التفكير العليا عندما يواجهون مواقف تجبرهم على طرح التساؤلات، والاستجابة للتحديات، والبحث عن حلول للمشكلات التي تواجههم. وبالإضافة إلى العلاقة الارتباطية بين عادات العقل والتفكير الإيجابي توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين عادات العقل وبعض المتغيرات، ومنها ما يلي: دافعية الإنجاز (قمر، 2020)، التفكير التحليلي والإبداع (الرازي، 2014). وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي وبعض المتغيرات، ومنها ما يلي: التوافق الدراسي (معمر، 2020)، دافعية التعلم (معمر، 2019)، اتخاذ

القرار وتنظيم الذات (الضمور، 2018)، الرفاهية النفسية (البشر، 2017)، الدافعية الذاتية، والاتجاه نحو مهنة التدريس (أحمد، 2013).

التوصيات:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، يوصي الباحثان بما يلي:

- تنظيم برامج إرشادية جماعية لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطلاب من خلال مركز الإرشاد النفسي في الجامعة.
- إقامة دورات تدريبية وورش عمل أكاديمية تساعد الطلاب في الحفاظ على رصيد التفكير بمرونة والإبداع والتصوير والابتكار الذي يتمتعون به.
- العمل على تضمين المقررات الجامعية المفاهيم النفسية مثل التفكير الإيجابي وعادات العقل.
- التأكيد على دور عادات العقل كأحد أهم الموارد النفسية التي تساعد طلبة الجامعة على أن يكونوا قادرين على مواجهة المجتمع الحديث المتغير بسرعة والدراسة والحياة الأكاديمية.
- الاهتمام بالتفكير الإيجابي كخبرة يمكن استغلالها في العملية التعليمية، وضرورة تشجيع الطلاب على الدخول في تجربة التفكير الإيجابي أثناء عملية التعلم.
- إجراء دراسات وبحوث حول عادات العقل وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى عينات تختلف عن عينة الدراسة الحالية.
- إجراء دراسات وبحوث حول أثر عادات العقل على الثبات الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

قائمة المراجع:

- إبراهيم، أماني سعيدة (2006). فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية في ضوء النموذج المعرفي، مجلة كلية التربية بالإسماعيلية، (4)، 169-105.
- إبراهيم، بسام عبد الله طه (2009). التعليم المبني على المشكلات الحياتية وتنمية التفكير. عمان: دار المسيرة.
- أبو المعاطي، يوسف جلال (2004). مدى فعالية مجموعات التعلم التعاوني في تنمية القدرة على الاستدلال الرمزي واللفظي وبعض العادات العقلية لدى طلاب المرحلة المتوسطة، مجلة كلية التربية، المنصورة، مصر، (7)12.
- أبو لطيفة، لؤي حسن محمد (2019). عادات العقل لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية بجامعة الباحة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، الأردن، (3)5، 296-279.

- الأنصاري، بدر محمد وعلي، مهدي كاظم (2008). قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة، دراسة ثقافية مقارنة بين الكويتيين والعمانيين، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، جامعة البحرين، 9(4)، 107-131.
- البشر، سعاد عبد الله (2017). التفكير الإيجابي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة الكويتيين والمصريين: دراسة عبر ثقافية مقارنة، *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، مصر، (100)، 1029-1064.
- جرادين، سوسن تيسير والرفوع، محمد أحمد (2011). دراسة عادات العقل لدى طلبة الجامعة من حيث علاقتها بمتغيرات الخبرة الجامعية والكلية والنوع الاجتماعي، *المجلة التربوية*، الكويت، 26(101)، 247-283.
- جروان، فتحي (2007). *تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات*، ط3. عمان: دار الفكر.
- الجنابي، فاضل زامل والذيابي، قصي عجاج (2014). التفكير الجانبي لدى طلبة الجامعة، *مجلة الأستاذ*، 2(209).
- الحارثي، إبراهيم أحمد (2002). *العادات العقلية وتنميتها لدى التلاميذ*. الرياض: مكتبة الشقري.
- حبيب، أيمن سعيد (2006). أثر استخدام إستراتيجية "حلل - أسأل - استقصي" A-A-I تنمية عادات العقل لدى طلاب الصف الأول الثانوي من خلال مادة الكيمياء، *المؤتمر العلمي العاشر، التربية العملية، تحديات الحاضر ورؤى المستقبل*، مصر، 2، 391-464.
- حجازي، مصطفى (2012). *إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي*. بيروت: مكتبة التنوير.
- الخولي، منال علي محمد (2014). أثر برنامج تدريبي قائم على تحسين التفكير الإيجابي في مهارات اتخاذ القرار ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات الجامعات المتأخرات دراسياً، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (48).
- الدليهي، ناهدة عبد زيد، وآخرون (2013). مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصيلة المعرفية بالكرة الطائرة، *مجلة العلوم الإنسانية*، جامعة بابل، العراق، 184.
- الرازي، سعد صالح كاظم (2014). التفكير التحليلي وعادات العقل وعلاقتها بالإبداع لدى طلبة الجامعة، *رسالة دكتوراه غير منشورة*، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى، العراق.
- السر، حنان عمر (2014). دور معلمي المرحلة الثانوية في تنمية منهج التفكير الإيجابي لدى طلبتهم في ضوء الكتاب والسنة وسبل تفعيله، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- السر، خالد خميس (2021). درجة ممارسة عادات العقل المنتج لحل المسائل الرياضية وعلاقتها التنبؤية بالذات الأكاديمية والمهنية لدى طلبة الرياضيات بجامعة الأقصى بغزة، *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، فلسطين، 12(34)، 224-238.

- الشامي، حمدان ممدوح (2010). عادات العقل في ضوء متغيري السنة الدراسية ومستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، *مجلة كلية التربية، جامعة الملك فيصل*، 144(2)، 378-330.
- الضمور، عنان عبد برغوت (2018). التفكير الإيجابي وعلاقته باتخاذ القرار وتنظيم الذات لدى طلبة الدراسات العليا في الجامعة الأردنية في ضوء عدد من المتغيرات، *رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن*.
- عبد الرحمن، علاء (2013). التفكير الإيجابي وعلاقته بالعوامل الخمسة للشخصية لدى طالبات قسم رياض الأطفال بالجامعة، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، 3(23)، 174-155.
- عبد الستار، إبراهيم (2008). *عين العقل دليل المعالج النفسي للعلاج المعرفي الإيجابي*. القاهرة: دار الكتاب للنشر والتوزيع.
- العبيدي، عفراء إبراهيم (2013). التفكير الإيجابي والسلبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد، *المجلة العربية لتطوير التفوق*، 4(7)، 152-123.
- العتيبي، وضحي حباب (2013). فاعلية خرائط التفكير في تنمية عادات العقل ومفهوم الذات الأكاديمي لدى طالبات قسم الأحياء بكلية التربية، *مجلة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية*، مكة المكرمة، 5(1)، 250-187.
- عربيات، رند بشير محمد (2009). عادات العقل الأكثر استخداماً لدى طلبة الجامعة الأردنية وعلاقتها بمتغيرات مختارة، *رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن*.
- عريان، سميرة عطية (2010). عادات العقل ومهارات الذكاء الاجتماعي المطلوبة لمعلم الفلسفة والاجتماع في القرن الحادي والعشرين، *مجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس*، 155(1)، 85-40.
- علة، عيشة وبوزاد، نعيمة (2016). التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بالأغواط، *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 2(4)، 149-124.
- عياصرة، محمد نايف (2012). عادات العقل الشائعة لدى طالبات كلية أربد الجامعية، *مجلة العلوم التربوية، مصر*، 20(3)، 312-295.
- غانم، زياد بركات (2005). التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة، *دراسات عربية في علم النفس*، 4(3)، 138-85.
- فتح الله، مندور عبد السلام (2009). فعالية نموذج أبعاد التعلم لمارازنو في تنمية الاستيعاب المفاهيمي وعادات العقل لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي، *مجلة التربية العلمية*، 12(3)، 125-83.
- قطامي، يوسف محمود (2007). *عادة عقل*. عمان: مركز ديونو لتعليم التفكير.
- قطامي، يوسف محمود (2005). *ثلاثون عادة عقلية*. عمان: دار ديونو للنشر والتوزيع.

- قمر، مجذوب أحمد محمد أحمد (2020). عادات العقل وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طلبة كلية التربية – جامعة دنقلا، *مجلة الآداب والعلوم الإنسانية، كلية التربية، جامعة دنقلا، السودان*، 1(2)، 155-178.
- الكبيسي، علي (2013). *التفكير الجانبي، تدريبات وتطبيقات عملية*. عمان: مركز دي يونو للنشر والتوزيع.
- معمري، محفوظ (2019). التفكير الإيجابي وعلاقته بدافعية التعلم لدى طلبة السنة الثالثة من التعليم الثانوي بولاية المسيلة : دراسة ميدانية بثانويات عين الحجل، *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، الجزائر*، 9(2)، 293-314.
- معمري، محفوظ (2020). التفكير الإيجابي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية بقسم علم النفس جامعة المسيلة أنموذجاً، *رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر*.
- المهي، رجب ومحمود، جيهان (2009). فعالية تصميم بيئة تعلم مادة الكيمياء منسجمة مع الدماغ في تنمية عادات العقل لدى طلاب المرحلة الثانوية ذوى أساليب معالجة المعلومات المختلفة، *مجلة دراسات تربوية واجتماعية*، 15(1)، 315-351.
- نوفل، محمد بكر (2008). *تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل*. عمان: دار المسيرة.
- وردة، صلاح شريف (2021). العلاقة بين كل من عادات العقل المنتجة والذكاء الوجداني وأثر ذلك على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية من الجنسين، *مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة*، 76(1)، 230-295.
- Andriani, S., Yulianti, K., Ferdias, P. & Fatonah, S. (2017). The effect of mathematical habits of mind learning based on problems toward the students' mathematically creative thinking disposition, *3rd International conference on advanced in education and social sciences*, 9-11 October, Istanbul, Turkey.
- Bostow, T.R. (2009). Positive thinking reduces heart rate and fear responses to speech— phobic imagery, *Perceptual and Motor Skills*, 75, 1067–1073.
- Campbell, J. (2006). Theorizing habits of mind as a framework for learning, *Paper presented at the Australian Association for Research in Education (AARE) Annual Conference Adelaide*, Central Queensland University. Retrived from: <https://www.aare.edu.au/data/publications/2006/cam06102.pdf>
- Costa, A.& Kallick, B. (2000). *Discovering& exploring habits mind*, association for supervision and curriculum Development, Alexandria, Victoria, USA.

-
- Costa, A.& Kallick, B. (2007). *Building amore thought –full learning community with habit of mind*.
- Costa, A.& Kallick, B. (2008). *Learning and leading with habits of mind: 16 essential characteristics for success*. Association for Supervision and Curriculum Development, VA: ASCD.
- Marzano, R. J. (2008). *Transforming classroom grading*, Alexandria, VA: ASC.
- Munro, K. (2004). Optimism: How to avoid negative thinking, Available online at: www.KaliMunro.com.
- Qatami, Y. (2007). *Thirty mental habits*. Amman: De Bono center for teaching thinking.
- Risnawati, A.D., Azmi, M.P., Amir, Z.& Nurdin, E. (2019). Development of a definition maps-based plane geometry module to improve the student teachers' mathematical reasoning ability, *International Journal of Instruction*, 12(3), 541-560.
- Seligman, M. (2000). Optimism, Pessimism, and Mortality, Department of Psychology University of Pennsylvania Philadelphia, *mayo Clinic Proceedings*, 75(2).
- Stephen, C.R. (2000). *Seven Habits of Highly Effective People*, Huntsville, AL, USA.
- Swartz, R. (2008). Energizing learning, *educational leadership*, 65, 26-31.
- Wong, S.S. (2012). Negative thinking versus positive thinking in a singaporean student sample: relationships with psychological well-being and psychological maladjustment, *Learning and Individual Differences*, 22, 1, 76-82.