

مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة  
في فرع نابلس

الباحث

عامر علاونه

القبول 2019/5/15

الاستلام 2019/4/23

## المخلص

تهدف الدراسة الحالية التعرف إلى مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، ومن أجل تحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي؛ حيث تم اختيار عينة مكونة من (364) طالباً وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية، وأشارت النتائج إلى أن مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس مرتفعاً، بينما لا يوجد فروق ذات دلالة في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، تعزى لمتغيرات الجنس، والكلية، والتقدير، ومكان السكن، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير المستوى الدراسي، وأوصت الدراسة بضرورة تصميم وتنظيم برامج تدريبية خاصة بالتفكير الإيجابي تتناسب مع بيئة طلبة الجامعات الفلسطينية.

**الكلمات المفتاحية: التفكير، التفكير الإيجابي، طلبة جامعة القدس المفتوحة، طلبة**

**الجامعات.**

## Abstract

This study aimed to identifying the level of the positive thinking among the students at AL-Quds Open University in Nablus branch .To achieve this purpose the researcher used Descriptive Analytical Approach. He chose a stratified random sample consists of (364)students studying at Nablus branch, the results indicated that: The positive thinking among the students at Al-quds Open University in Nablus branch is high . While there were no statistical significance differences among students about positive thinking due to variables: sex, age, college, and place of residence .While There were statistical significance differences among students about positive thinking due to level of study variable. The study recommended that the Palestinian universities should design and organize programs that deal with the positive thinking and suitable for the students environment .

**Key Words: POSITIVE THINKING , UNEVERSITY STUDENTS, AL-Quds Open University STUDENTS .**

## مقدمة:

يعد التفكير الإيجابي عنصراً مهماً في حياة الناس عامة؛ فهو يساعد الإنسان في مواجهة مشاق الحياة، وصعوباتها في الوصول إلى العيش الكريم والحياة الهانئة السعيدة، ويسهم في تحقيق أهداف الحياة وغاياتها، بل إن أهمية التفكير الإيجابي تتجاوز ذلك بدورها في تحقيق الوصول إلى الراحة والرضا، ولأهمية التفكير الإيجابي، فقد عملت الدول المتقدمة إلى بذل الجهد والمال لتحقيق مستوى عالٍ من التفكير الإيجابي لأفرادها، وذلك إيماناً منها بدوره في توفير فرص أكبر لأفراد المجتمع لتحقيق الإنجاز الأفضل.

والمؤسسات التربوية الجامعية هي مؤسسات نمو وتطوير وتغيير نحو الأفضل؛ حيث تهيئ الفرص للشباب الجامعي لاكتساب الخبرات والمعلومات الموجهة والمربية التي تؤدي إلى تحقيق التغيير المطلوب، لا سيما إذا ما تناولنا جوانب بناء الشخصية فكرياً وسلوكياً وبصورة مستمرة، فلا بد أن يتعرض الطلبة في مختلف المستويات إلى كثير من التفاعلات والاضطرابات الدراسية والنفسية والاجتماعية التي يكون بعضها معوق يحول دون تحقيق متطلبات التفكير الإيجابي، وقد يستطيع البعض التغلب على هذه المعوقات وتخطيها، ويتعذر على البعض الآخر مجابته، الأمر الذي يستوجب تشجيع الشباب الجامعي على العمليات الدفاعية النفسية التي يلجأ إليها الفرد في مواجهة هذه الأزمات والمعوقات التي تعيق التفكير الإيجابي لديهم (حجازي، 2012).

ففي الآونة الأخيرة يُعد الاهتمام بالتفكير الإيجابي من أكثر العلوم الإنسانية أهمية لحدائته؛ ولأنه يهتم بنمط تفكير الفرد الإيجابي وليس السلبي والمساعدة على التكيف الإيجابي في المجال الشخصي والمجال الاجتماعي والمجال الانفعالي، بحيث يشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته، وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، لذا أصبح ينظر إلى التفكير الإيجابي بأنه ليست فقط الخلو من المرض وإنما هو أيضاً القدرة على مواجهة المشكلات، والأزمات النفسية، والقدرة على التوافق النفسي، والاجتماعي، والشعور الإيجابي بالسعادة (Willson and perper, 2004). قد وجدت الدراسات أن الذين يفتقرون إلى التفكير الإيجابي يميلون إلى السلبية في المجتمع، وهي تعد انعكاساً مباشراً لنمط تفكيرهم (غانم، 2005).

ويصعب تحديد مفهوم التفكير الإيجابي، وذلك لاختلاف آراء الباحثين ووجهات نظرهم، وثقافتهم وطريقة دراستهم لهذا المصطلح، ويعد التفكير الإيجابي بمعناه الواسع إمتلاك الفرد

لعدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة تجاه المستقبل، ونظراً لما يمثله التفكير الإيجابي من أهمية كبيرة في حياة الفرد، فنجد عدد من الأطر النظرية التي تطرقت لتعريف هذا المفهوم. حيث عرفه كورسيني (Corsini, 1999) في قاموس علم النفس بأنه نمط من انماط التفكير يساعد الفرد على استخدام الطاقات والامكانيات الكامنة لديه وتنظيم افكاره وخبراته من اجل تحقيق أهدافه المختلفة.

وكما عرفة بييرلي (Yearly,2000) بأنه استراتيجيات إيجابية تستخدمها شخصية الفرد بحيث تميل الى ممارسة سلوكيات او تصرفات تجعل حياة الفرد ناجحة وتقوده إلى إن يكون انساناً ايجابياً.

وكما عرفه صالح، وشامخ (2011) بأنه مفتاح البناء والنماء الذي يحتاج الى عملية ذهنية واعية ومصممه ومثابرة، أي أنه يحتاج الى اليقظة الذهنية التي تترصد بقفز الرؤى السلبية إلى واجهة وعينا، وإفساحا في المجال للرؤى الايجابي.

يعد التآني في دراسة الأمور المتعلقة بتفكير الطالب من أكثر الجوانب التي تحتاج الى دراسة وتخطيط وهذا يتطلب وضع الخطط التي تتاسب ذلك، وهذا الامر شجع الباحث على القيام بهذه الدراسة، الذي لم يسبق دراسته في جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس - في حدود علم الباحث - وإن وجدت بعض الدراسات بصورة أو بأخرى. ومن هنا تكمن أهمية دراسة التفكير الإيجابي، ولعل ذلك يأتي بالنتف والمعرفة على من يهه مثل هذه الدراسات، وخصوصاً طلبة الجامعات عامة، و طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس بخاصة.

وانطلاقاً مما سبق، يرى الباحث أنه من المهم القيام بدراسة مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس لتوضيح قدرة الطلبة على تحليل المشكلة التي يتعرض لها وطريقة التعامل معها بطريقة إيجابية، وتطوير الاستراتيجيات المناسبة لمواجهة التفكير السلبي وتنمية التفكير الإيجابي لأنه يؤدي إلى الراحة، والثقة بالنفس وبالتالي، يشعر بحالة من الاستقرار النفسي.

### مشكلة الدراسة:

يعد نمط التفكير من الأمور الأساسية التي يجب على الطالب الجامعي تنميتها لتحقيق التعايش مع البيئة الجامعية، ورفع وتعزيز مستواه العلمي وتعامله مع زملائه وأعضاء هيئة التدريس في الجامعة. فاذا تأثر نمط تفكيره لأي سبب من الأسباب فإن هذا ينعكس عليه، لذا،

جاءت هذه الدراسة لمعرفة مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، ومن هنا تتحصر مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

### ما مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس؟

ونفرع عن هذا السؤال الأسئلة الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى من وجهة نظرهم لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الكلية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير مكان السكن؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير التقدير؟

### أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة التعرف إلى:

1. مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس.
2. كشف الفروق في مستوى التفكير الإيجابي في ضوء المتغيرات التالية (الجنس، والكلية، ومكان السكن، والمستوى الدراسي، والتقدير)

### أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة من موضوعها؛ حيث تناولت مستوى التفكير الإيجابي، وتعد هذه الدراسة امتداداً للدراسات السابقة التي قامت بدراسة التفكير الإيجابي والتعمق به، كما أنها تستهدف طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، وهو ما يلقي الضوء على شريحة مهمة من شرائح المجتمع لم تلق الاهتمام الكافي من قبل الباحثين في العالم العربي بشكل عام وفي فلسطين على وجه الخصوص، وندرة الدراسات التي تناولت مستوى التفكير الإيجابي على طلبة الجامعات الفلسطينية بشكل عام وطلبة جامعة القدس المفتوحة بشكل خاص، وقد تفيد هذه

الدراسة في إثراء المكتبات الفلسطينية والعربية بموضوعات عن التفكير الإيجابي، كما تبرز أهمية هذه الدراسة من خلال ما يمكن أن تتوصل له من مدلولات نظرية وفكرية، حيث تعد نتائجها امتداداً لنتائج الدراسات التي أجريت في مجال علم النفس الإيجابي والتفكير الإيجابي، ويمكن ان يستفيد من نتائج العاملين في مجال اعداد المقررات الدراسية في جامعة القدس المفتوحة بالإضافة اقسام شؤون الطلبة في الجامعة.

### فرضيات الدراسة:

1. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الجنس
2. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الكلية.
3. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير مكان السكن.
4. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير المستوى الدراسي.
5. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير التقدير.

### حدود الدراسة:

- الحدود الزمنية: أجريت الدراسة في الفصل الثاني من العام الدراسي (2018-2019).
- الحدود المكانية: جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس.
- الحدود البشرية: طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس.

### مصطلحات الدراسة:

- التفكير الإيجابي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية

## الدراسات السابقة:

### أولاً: الدراسات العربية:

- قام القصاص (2018) بدراسة هدفت التعرف إلى مستوى التفاؤل ومركز الضبط ومستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، في ضوء متغيرات (الجنس، الدخل، الجامعة، المعدل). وتكونت عينة الدراسة من (389) طالباً طالبة، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التفكير الإيجابي لدى افراد العينة كان كبيراً وبوزن نسبي (83.6%)، بينما لا توجد فروق لدى طلبة الجامعات في التفكير الإيجابي تعزى لمتغيرات (الجنس، دخل الأسرة، الجامعة، المعدل).
- كما أجرى محمود (2018) دراسة بعنوان فعالية برنامج تدريبي لتنمية بعض أبعاد التفكير الإيجابي في تحسين مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (30) طالبة من طالبات المستوى الأول في قسم اللغة الانجليزية بكلية الآداب والعلوم جامعة القصيم في السعودية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، ومن أهم النتائج التي أسفرت عنها الدراسة: عن وجود فروق دالة إحصائياً على مستوى (0.01) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التفكير الإيجابي لصالح القياس البعدي، مما يدل على فعالية البرنامج المستخدم في تنمية أبعاد التفكير الإيجابي وتحسينه. بينما لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي مما يدل على استمرارية فعالية البرنامج المستخدم.
- دراسة البصير (2018) فعالية برنامج لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لدى الطالبة الجامعية كمدخل لتحسين الحب والانتماء، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالبة من طالبات جامعة الجبل الغربي بليبيا وذلك بناء على نتائج مقياس مهارات التفكير الإيجابي، وقد تم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية (30) طالبة من طالبات الجامعة تعرضن للبرنامج التدريبي المستخدم، ومجموعة ضابطة تضم (30) طالبة من طالبات الجامعة لم يتعرضن للبرنامج التدريبي، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج التدريبي في تحسين مهارات التفكير الإيجابي لدى طالبات المجموعة التجريبية، وتوقفت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في

مقدار التحسن على مهارات التفكير الإيجابي بعد تعرض المجموعة الأولى للبرنامج التدريبي.

- أجرى اسليم (2017) دراسة هدفت التعرف إلى مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة الجامعات الفلسطينية، وكشف الفروق في مستوى التفكير الإيجابي، ومستوى التنظيم الانفعالي تبعاً للمتغيرات الآتية (الجنس، مستوى دخل الأسرة، الجامعة، المعدل التراكمي). وتكونت عينه الدراسة من (364) من خريجي الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التفكير الإيجابي كان متوسطاً وبوزن نسبي (62%)، بينما توجد علاقة طردية بين التفكير الإيجابي والتنظيم الانفعالي ولا توجد فروق في متوسط التفكير الإيجابي يعزى لمتغير الجنس. بينما لا توجد فرق بين متوسطات التفكير الإيجابي يعزى لدخل الأسرة، والجامعة، والمعدل التراكمي.

- أما دراسة رونك وعثمان (2017) هدفت التعرف إلى فاعلية إستراتيجية مقترحة قائمة على مهارات الذكاء الوجداني لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة (سوران) في العراق، وقد اتبع البحث المنهج شبه التجريبي من خلال اختبار مجموعتين: تجريبية وضابطة، وبعد تطبيق التجربة اتضح أن التطبيق القبلي ضعف الطلاب في مهارات التفكير الإيجابي، وبعد المقارنة بين نتائج المجموعة الضابطة ونتائج المجموعة التجريبية، في التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي، تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة، بما يؤكد فاعلية الإستراتيجية المقترحة القائمة على مهارات الذكاء الوجداني في تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى الطلبة.

- دراسة حماده (2017) بعنوان التفكير الإيجابي واتجاهات الطلاب العاديين نحو أقرانهم ذوي الإعاقة الحسية المدمجين من خلال البرنامج الإرشادي، تكونت عينة الدراسة من (35) طالباً في قسم التربية الخاصة بجامعة الملك سعود في السعودية، وأسفرت نتائج البحث عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس التفكير الإيجابي بين التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، بينما توجد فروق غير دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات الطلاب على المقياسين ترجع للمستوى الدراسي ونوع إعاقته الطلاب المدمجين (الصم - مكفوفين).

- أما دراسة الحويج (2017) هدفت التعرف إلى العلاقة بين التفكير الإيجابي والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة من مرحلة التعليم الثانوية في مدينة الخمس في ليبيا،

كما حاولت أيضاً الكشف عن وجود فروق من عدمها ما بين الذكور والإناث في مستوى التوافق الإيجابي لدى طلبة السنة الثالثة من مرحلة التعليم الثانوي، فأشارت النتائج الى أن هناك فروق بين الذكور والإناث في أسلوب التفكير الإيجابي كما كشفت النتائج ايضا ان هناك فروقا بين طلبة السنة الثالثة من مرحلة التعليم الثانوي.

- أما دراسة الكاملي (2016) بعنوان "التفكير الإيجابي وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى عينة من التلاميذ الموهوبين بالمرحلة الابتدائية" تكونت عينة الدراسة من (223) طالباً من طلاب المرحلة الابتدائية، وأظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه دالة بين التفكير الايجابي والكفاءة الذاتية المدركة، بينما لا توجد فروق في التفكير الإيجابي تعزى للنوع (ذكور - إناث)، والمستوى التحصيلي (المرتفع - المنخفض) تعزى للتفاعل بين متغيري النوع والمستوى التحصيلي.

- وقد أجرى كل من خديجة وميلود (2016) دراسة بعنوان التفكير الإيجابي وعلاقته باستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة عمار ثلجي الأغواط، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب جامعي، وتوصلت الدراسة أن مستوى التفكير الإيجابي لدى عينة الدراسة مرتفع، عن وجود علاقة موجبة بين التفكير الإيجابي واستراتيجية المواجهة القائمة على الانفعال، بينما لا توجد علاقة بين التفكير الإيجابي واستراتيجية المواجهة القائمة على الانفعال، عدم وجود علاقة بين التفكير الإيجابي واستراتيجية المواجهة القائمة على التجنب.

- دراسة العبيدي (2013) هدفت التعرف إلى طبيعة التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة جامعة بغداد، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالباً وطالبة. وأشارت نتائج الدراسة في أن الطلبة يتمتعون بمستوى عالي من التفكير الإيجابي، بينما لا توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى التفكير الإيجابي والتوافق الدراسي، وعن وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتوافق الدراسي.

#### ثانياً: الدراسات الأجنبية:

- دراسة جيان وسكوت (2012, Jean, Scott): بعنوان "أثر التعديل المعرفي مقابل التعديل العلاجي، في استيعاب المحنة والتفكير الإيجابي". وهدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التعديل المعرفي مقابل التعديل العلاجي، في استيعاب المحنة والتفكير

الإيجابي، وتكون عينة الدراسة من (57) طالباً. وتوصلت الدراسة للنتائج الآتية: إن إجراءات التعديل المعرفي أحدثت تغيراً كبيراً في استيعاب المحنة والتفكير الإيجابي.

• **دراسة ليتسي اون، ريتشارد جولد - (Lightsey, Owen, Richard, Guler 2011)**

وهدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة التفكير الإيجابي بكل من المعنى الإيجابي للحياة والرضا عن الحياة، وأجريت الدراسة على مجموعة من طلبة التعليم الجامعي بلغ عددها (232) طالباً وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى نتائج، من أهمها: وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير الإيجابي والرضا عن الحياة.

• **دراسة بترسون (Peterson, 2007)**

والرضا. وهدفت هذه الدراسة الكشف إلى العلاقة بين التفكير الإيجابي وكل من السعادة والرضا؛ وتكونت عينة الدراسة من (13439) فرداً من البالغين الأمريكيين وعينة أخرى من البالغين السويسريين بلغ عددها (445)، وتوصلت الدراسة عن وجود ارتباط ايجابي دال إحصائياً بين جوانب التفكير الإيجابي والرضا والسعادة.

• **دراسة هافرين (Haaaveren, 2004)**

بعنوان "أثر مستوى التفكير السلبي والإيجابي في التحصيل لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيرات مستوى التعليم والجنس" وهدفت إلى علاقة مستوى التفكير السلبي والإيجابي في التحصيل لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيرات مستوى التعليم والجنس، وبلغ عدد أفراد العينة (200) طالباً وطالبة الملتحقين في إحدى الجامعات الأمريكية ومن مستويات مختلفة، وقد توصلت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة السنة الأولى والأخيرة من حيث مستوى التفكير الإيجابي والسلبي، بينما توصلت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التفكير الإيجابي والسلبي عند متغير الجنس حيث أظهرت النتائج ان الطلبة الذكور أفضل وأعلى مستوى وقدرة من الإناث على التفكير الإيجابي.

• **دراسة (مونرو 2004 - Munro)**

:هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التفكير السلبي والتفكير الإيجابي وسمي الشخصية المتفائلة والمتشائمة لدى طلبة الجامعة؛ أظهر الطلبة المتفائلون مستوى أكبر على التفكير الإيجابي، بينما أظهر الطلبة المتشائمون مستوى أكبر على التفكير السلبي، كما أظهرت النتائج عن عدم وجود أثر لمتغير الجنس والتخصص في مستوى التفكير السلبي أو الإيجابي وأظهر الطلاب بشكل إجمالي ميلاً نحو التفكير الإيجابي.

- **دراسة (ادميدس - 2004 Edmeads):** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة بعض المتغيرات بنمطي التفكير الإيجابي والتفكير السلبي لدى طلبة الجامعة؛ حيث طبقت إجراءات الدراسة على عينة مكونة من (180) طالباً جامعياً وانتهت الدراسة بأن نسبة (55%) أظهروا ميلاً للتفكير الإيجابي، كما أظهرت النتائج أن الطلاب ذوي التحصيل المرتفع أكثر ميلاً نحو التفكير الإيجابي.
- **دراسة مورجان وآخرون (Morgan ,& et 2003):** هدفت الدراسة التعرف إلى أثر التفكير الإيجابي والسلبي في تعليم مهارات حاسوبية تقليدية باستخدام نمطين من التغذية الراجعة الإيجابية والسلبية على عينة من طلبة الجامعة بلغت (86) طالباً وطالبة، وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق في مستوى تعلم مهارات الحاسوب تعزى إلى نمط التفكير الإيجابي والسلبي، بينما وجد فروق جوهرية بين الجنسين في استخدام التغذية الراجعة في التعلم تعزى للتفكير الإيجابي لصالح الذكور الذين وأظهر الطلبة تفضيلاً في هذه المجال، وميلاً نحو التفكير السلبي أيضاً.

### **التعقيب على الدراسات السابقة:**

يتضح من خلال عرض الدراسات السابقة، أنها تناولت التفكير الإيجابي من زوايا مختلفة عديدة، ولكن كل دراسة تناولته من جانب يستحق البحث والدراسة، وبالنظر إليها، فمنها من استخدم الاستبانة كأداة لجمع البيانات وقياس استجابات المفحوصين ومنهم من استخدم مقياس التفكير الإيجابي، تبين عدم وجود دراسة تناولت مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس من وجهة نظرهم، وعلاقته ببعض المتغيرات، وهذا ما يميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة، أفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة بشكل كبير، منها على سبيل المثال لا الحصر: الإطار النظري والرجوع إلى الدراسات الأصلية في الموضوع، وفي تأكيد أهميتها، وتحديد مشكلة الدراسة وصياغتها. وفي إعداد الأداة أيضاً وتفسير النتائج. فضلاً عن أن بعض الدراسات تعتبر منطلقاً لهذه الدراسة؛ وذلك لاستكمال النسق البحثي العلمي، وفي سد بعض نواحي القصور فيها وإكمالها.

## المنهجية والإجراءات:

### منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي الذي يهتم بوصف الظاهرة كما هي في الواقع، ويعمل على تحليلها وتفسيرها وربطها بالظواهر الأخرى، واستخدم الباحث هذا المنهج لمناسبته لطبيعة مشكلة الدراسة وأهدافها. (عبيدات والقحطان، 2004: 263).

### مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس جميعهم مسجلين في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2019/2018 والبالغ عددهم (6244) طالبا وطالبة والجدول الآتي يوضح خصائص مجتمع الدراسة حسب متغيري الجنس والكلية:

#### جدول (1): خصائص مجتمع الدراسة حسب متغيري الجنس والكلية

الجنس			الكلية
المجموع	انثى	ذكر	
558	390	168	التكنولوجيا والعلوم التطبيقية
484	364	120	التمية الاجتماعية والأسرية
1486	1292	194	العلوم التربوية
491	412	79	الأداب
3225	1921	1304	العلوم الإدارية والاقتصادية
6244	4379	1865	المجموع

### عينة الدراسة:

قام الباحث باختيار عينة عشوائية طبقية مؤلفة من (364) والجدول الآتي يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيراتها:

#### جدول (2): توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

المتغير	المستوى	العدد	النسبة
الجنس	ذكر	97	26.6
	أنثى	267	73.4
	المجموع	364	100

المتغير	المستوى	العدد	النسبة
الكلية	التكنولوجيا والعلوم التطبيقية	28	7.7
	العلوم الادارية والاقتصادية	182	50.0
	العلوم التربوية	77	21.2
	التنمية الاجتماعية والاسرية	28	7.7
	الآداب	49	13.5
	المجموع	364	100.0
المستوى	سنة اولى	131	36.0
	سنة ثانية	119	32.7
	سنة ثالثة	73	20.1
	سنة رابعة	41	11.3
	المجموع	364	100.0
مكان السكن	مدينة	122	33.5
	قرية	206	56.6
	مخيم	36	9.9
	المجموع	364	100
التقدير	امتياز	58	15.9
	جيد جداً	94	25.8
	جيد	121	33.2
	مقبول	63	17.3
	متوسط	28	7.7
	المجموع	364	100.0

## أداة الدراسة:

- اتبع الباحث الخطوات الإجرائية الآتية في بناء الاستبانة وصياغة فقراتها:
1. الاطلاع على الأدبيات من الكتب، ورسائل جامعية، وملخصات الأبحاث المتخصصة في مجال التفكير بشكل عام والتفكير الإيجابي بشكل خاص، مثل مقياس عبد الستار (2008)، واسليم (2017)، وأبو العطا (2017) من أجل بناء الاستبانة.
  2. تبنى الباحث مقياس التفكير الإيجابي المستخدم في دراسة اسليم (2017) لمناسبته لطبيعة طلبة الجامعات .
  3. تضمنت الاستبانة مجموعة من الفقرات التي تقيس مستوى التفكير الإيجابي، وقد تكونت في صورتها الاولية من (54) فقرة، موزعة على خمس مجالات وهي (التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، والمشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، والرضا عن الحياة، والمرونة الإيجابية) وتم استخدام مقياس تقدير متدرج أمام كل فقرة من فقرات أداة الدراسة، بحيث احتوى المقياس على خمسة مستويات وهي على النحو الآتي:

كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
5	4	3	2	1

## صدق الأداة:

استخدم الباحث الصدق الظاهري؛ حيث عرضت أداة الدراسة على مجموعة من المحكمين أصحاب الخبرة المختصين في مجال الدراسة يحملون درجة الدكتوراه في علم النفس، والإحصاء، والقياس والتقويم، وعلم النفس التربوي، حيث بلغ عددهم (10) محكمين من أساتذة، للتأكد من صدق أداة الدراسة ومدى ملاءمتها مع أهداف الدراسة، وقد طلب الباحث منهم تحديد مدى مناسبة الفقرات مع مستوى التفكير الإيجابي وسلامة اللغة لكل فقرة من الفقرات وتعديل وتوضيح وحذف للفقرات غير المناسبة من وجهة نظرهم، وتم تعديل الفقرات التي طلب المحكمون تعديلها وحذفها وإضافتها، وقد اعتمدت نسبة اتفاق بين المحكمين (80%) لاعتماد الفقرة، وبناءً على آراء المحكمين وملاحظاتهم، أصبحت الاستبانة في صورتها النهائية مكونة من (47) فقرة موزعة على خمس مجالات.

## ثبات الأداة:

استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي من أجل استخراج معامل ثبات أداة الدراسة، وذلك من خلال معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach\_ Alpha)، وذلك بعد عملية تطبيق هذه الاستبانة على عينة الدراسة الأساسية، المكونة من (364) طالباً وطالبة، وقد تبين من أن معامل الثبات عن طريق الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا) على الأداة ككل بلغ (0.95) ويعد هذه قيمة عالية ومقبولة لغايات تطبيق الدراسة. والجدول الآتي يوضح معاملات الثبات لكل مجال من مجالات الدراسة والدرجة الكلية.

جدول (4): معاملات ثبات مجالات الدراسة والدرجة الكلية حسب معادلة (ألفا كرونباخ)

الرقم	المجال	عدد الفقرات	معامل كرونباخ ألفا
1.	التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	10	0.82
2.	المشاعر الإيجابية (السعادة)	8	0.76
3.	مفهوم الذات الإيجابي	12	0.87
4.	الرضا عن الحياة	7	0.80
5.	المرونة الإيجابية	10	0.83
6.	الدرجة الكلية	47	0.95

## نتائج الدراسة وتحليلها:

من أجل تفسير قيمة المتوسط الحسابي للفقرات أو الدرجة الكلية لأداة الدراسة (الاستبانة) فقد استخدم المعيار الموضح في الجدول الآتي:

جدول (5): دلالة المتوسط الحسابي

الدلالة	المتوسط الحسابي
منخفض جداً	1.80-1.00
منخفض	2.60-1.81
متوسط	3.40-2.61
مرتفع	4.20-3.41
مرتفع جداً	5.00-4.21

وفيما يأتي عرض نتائج الدراسة وتحليلها حسب سؤال الدراسة وفرضياتها:  
**أولاً:** النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرئيس والذي ينص على: ما مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس؟  
من أجل الإجابة عن هذا السؤال فقد استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات أداة الدراسة ونتائج الجدول الآتي توضح ذلك:  
**جدول (6):** المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس مرتبة حسب متوسطها تصاعدياً.

الترتيب	المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الفقرة	الرقم
1	مرتفع	1.126	4.08	أتسامح بسرعة حتى مع من يخطئون في حقي	1.
2	مرتفع	1.137	4.06	أؤمن بأن المستقبل سيكون أفضل بإذن الله	2.
2	مرتفع	1.179	4.06	مزاجي طيب بغض النظر عن أي ظروف خارجية	3.
2	مرتفع	1.070	4.06	يمكنني أن أتحكم في غضبي	4.
5	مرتفع	1.125	4.05	أستحضر قول الله عز وجل "فان مع العسر يسراً"	5.
5	مرتفع	1.162	4.05	ليس من عادتي أن أنفعل حتى وإن أراد أحد إثارتي	6.
5	مرتفع	1.190	4.05	أستطيع التعرف على نقاط ضعفي وتغييرها إلى نقاط قوة.	7.
8	مرتفع	1.145	4.03	أعتقد أن حياتي ستكون دائماً سعيدة	8.
9	مرتفع	1.198	4.01	أعتقد أنني صبور في مواقف الحياة المختلفة	9.
10	مرتفع	1.208	4.00	تصرفاتي مع زملائي تتسم بالحكمة والتفاهم	10.
10	مرتفع	1.174	4.00	أستطيع أن أنجح فيما فشلت به سابقاً.	11.
12	مرتفع	1.167	3.99	أستمتع بالعمل الذي اقوم به لأنه يتناسب مع طموحاتي	12.
13	مرتفع	1.236	3.98	ليس بالضرورة أن أنجح في كل ما أفعله	13.
14	مرتفع	1.147	3.97	أعتقد أن حياتي تسير على ما يرام	14.
15	مرتفع	1.192	3.96	أتوقع أن أشغل منصباً مرموقاً في الأعوام	15.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	التريب
	القادمة				
16.	أعتقد أن على الإنسان أن يستوعب مصاعبه كي يتمكن من مواجهتها	3.96	1.234	مرتفع	15
17.	أبحث باستمرار عن البدائل الجديدة لحل مشاكلي	3.96	1.142	مرتفع	15
18.	أقبل ذاتي من دون شكوى	3.95	1.242	مرتفع	18
19.	أستطيع حل مشاكلي الشخصية بالاعتماد على قدراتي الخاصة	3.95	1.234	مرتفع	18
20.	أعتقد بأنني موفق فيما أقوم به من أعمال	3.94	1.218	مرتفع	20
21.	أشعر بالرضا لأن الأمور تسير دائما في صالحني	3.94	1.174	مرتفع	21
22.	أنا شخص محبوب من الآخرين	3.92	1.244	مرتفع	22
23.	أمتلك عدة بدائل لإنجاز الأمور	3.91	1.221	مرتفع	23
24.	أستطيع أن أجعل حياتي مشوقة ومبهجة وسعيدة	3.91	1.220	مرتفع	23
25.	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل	3.90	1.211	مرتفع	24
26.	أتصرف بمشاعر الحب مع زملائي	3.90	1.085	مرتفع	24
27.	لدي دور مهم في المجتمع	3.90	1.171	مرتفع	24
28.	أنا راض عما لدي من مهارات وإمكانات	3.90	1.181	مرتفع	24
29.	أستطيع أن أعبر عن أفكاري نحو ما يواجهني من ضغوط	3.89	1.165	مرتفع	29
30.	أستطيع أن أنفهم المشكلات بين الأشخاص وأحل الخلافات بينهم	3.89	1.194	مرتفع	29
31.	بمقدوري أن أجعل حياتي مشوقة	3.88	1.352	مرتفع	31
32.	أعتقد أنه من الأفضل التآني في مواجهة المشكلات من أجل حلها	3.88	1.229	مرتفع	31

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
33	يحمل الآخرون عني أفكاراً طيبة	3.86	1.261	مرتفع	33
34	أشعر أن قدراتي كافية في مواجهة الإحباطات	3.86	1.206	مرتفع	33
35	أشعر بالطمأنينة لأنني حققت معظم أهدافي في الحياة	3.86	1.283	مرتفع	33
36	مصائب اليوم تكون لها فوائد في المستقبل	3.84	1.244	مرتفع	36
37	أتسامح مع نفسي ولا ألومها كثيراً	3.84	1.252	مرتفع	36
38	أعتقد أنني قادر على تحقيق طموحي	3.84	1.295	مرتفع	36
39	أتمتع بالرضا التام عما لدي من ممتلكات	3.83	1.221	مرتفع	39
40	يعيقني الفقر من الاستمتاع بحياتي	3.81	1.262	مرتفع	40
41	أشعر بالطمأنينة عندما أتصور ما ستكون عليه حياتي بعد عشرة أعوام	3.78	1.207	مرتفع	41
42	أتوقع الأحسن عادة حتى في الظروف الصعبة.	3.77	1.310	مرتفع	42
43	أبادل الآخرين مشاعر الحب.	3.77	1.329	مرتفع	42
44	أعتقد أن الماضي الذي عشته لن يعيق تقدمي.	3.77	1.206	مرتفع	42
45	أتعلم من التجارب السابقة الفاشلة باعتبارها مواقف تعلم	3.67	1.359	مرتفع	45
46	أستطيع التحكم بمشاعر الغضب بسهولة	3.55	1.359	مرتفع	46
47	أقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد الآخرين	3.49	1.529	مرتفع	47
	<b>الدرجة الكلية</b>	<b>3.90</b>	<b>0.67</b>	مرتفع	

يتضح من الجدول السابق أن مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس كان مرتفعاً على الفقرات، فقد تراوحت المتوسطات الحسابية بين (3.49-4.08)، وفيما يتعلق بالدرجة الكلية لمستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس فقد كانت مرتفعة وذلك بدلالة المتوسط الحسابي الذي بلغ (3.90) وتشير هذه النتيجة إلى أن طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس يتمتعون بمستوى تفكير إيجابي مرتفع، ولتحديد فيما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية حسب مجالات الدراسة استخدم الباحث اختبار (ت) لعينة واحدة ونتائج الجدول الآتي توضح ذلك:

جدول (7): نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لدلالة الفروق في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس

المجال	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة *
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	364	3.8948	0.76479	22.322	*0.000
المشاعر الإيجابية (السعادة)	364	3.9008	0.75194	22.855	*0.000
مفهوم الذات الإيجابي	364	3.8929	0.80251	21.227	*0.000
الرضا عن الحياة	364	3.9129	0.81403	21.395	*0.000
المرونة الإيجابية	364	3.9217	0.75976	23.145	*0.000
الدرجة الكلية	364	3.9046	0.67617	25.524	*0.000

نلاحظ من خلال البيانات السابقة عن وجود فروق في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس على مجالات الدراسة جميعها: (التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، ومفهوم الذات الإيجابي، والرضا عن الحياة، والمرونة الإيجابية، والدرجة الكلية) فقد بلغت قيم مستوى الدلالة الاحصائية عليها (0.00) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05). وتشير هذه النتيجة عن وجود فروق في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن الجامعة تعد المؤسسة التي ينمو ويتطور الطالب فيها نحو الأفضل؛ حيث تهيء الفرص للطلبة لاكتساب الخبرات والمعلومات الموجهة، والتي تؤدي إلى تحقيق التغيير في جوانب الشخصية فكرياً وسلوكياً، فلا بد أن يتعرض الطلبة في مختلف المستويات إلى ايجابية تعمل على تطوير التفكير الإيجابي لدية، الأمر الذي يستوجب تشجيع الطلبة الجامعيين على استخدام التفكير الإيجابي في حياته الجامعية؛ فقدره الطلبة الشخصية على توجيه أفكارهم وفهم حياتهم يجعلهم قادرين على تخطي المشاكل التي تعترضهم بشكل أفضل، ويحققوا التوافق والتمتع بالتفكير الإيجابي في الحياة الجامعية، وهذا يشعروهم بان يصبح تفكيرهم إيجابياً نحو التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، ومما يخلق لديهم الرفاهية والكفاية الجسمية والنفسية والاجتماعية، ويشعرون بالرضا عن النفس والقدرة على تقدير أنفسهم والآخرين ومواجهة متطلبات الحياة، مما يجعلهم يشعرون بالسعادة مع الذات والطمأنينة والأمن والإقبال على الحياة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من القصاص (2018)، وخديجة وميلود (2016)، والعبيدي (2013) التي أظهرت أن مؤشرات التفكير الإيجابي جاءت مرتفعة، وتعارضت هذه النتيجة مع دراسة اسليم (2017)، ودراسة القرشي (2012) التي توصلت إلى درجة التفكير الإيجابي لدى أفراد العينة جاءت متوسطة.

### ثانياً: نتائج فرضيات الدراسة:

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى، وتتص على أنه:

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الجنس.

من أجل فحص صحة الفرضية المتعلقة بمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت) للعينات

المستقلة، ونتائج الجدول الآتية توضح ذلك:

جدول (8): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في مستوى التفكير الإيجابي

عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الجنس.

المجال	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	ذكر	97	4.07	0.78	2.62	*0.01
	انثى	267	3.83	0.69		
المشاعر الإيجابية (السعادة)	ذكر	97	3.98	0.75	1.14	0.25
	انثى	267	3.87	0.77		
مفهوم الذات الإيجابي	ذكر	97	4.06	0.80	2.4	*0.02
	انثى	267	3.83	0.78		
الرضا عن الحياة	ذكر	97	4.15	0.80	3.46	*0.00
	انثى	267	3.83	0.80		
المرونة الإيجابية	ذكر	97	4.05	0.77	1.89	0.06
	انثى	267	3.88	0.72		
الدرجة الكلية	ذكر	97	4.06	0.67	2.67	*0.01
	انثى	267	3.85	0.67		

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ )

ينتضح من الجدول (8) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الجنس في مجال المشاعر الإيجابية، ومجال المرونة الإيجابية؛ فقد بلغت قيمة مستوى الدلالة الإحصائية عليها على التوالي (0.25)، (0.06) بينما لا توجد فروق بين الذكور والإناث في المشاعر الإيجابية، والمرونة الإيجابية، وهذا يعني أن جنس الطالب لا يؤثر في مستوى التفكير الإيجابي في مجالي المشاعر الإيجابية، والمرونة الإيجابية.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن كل من الذكور والإناث يتعرض لنفس الظروف، وأن عملية الإعداد التربوي والتعليمي للطلبة في الجامعة بشكل عام، هي التي أعدت هذا النوع من الطلبة الذين يتمتعون بشخصية قوية ومتزنة في حياتهم، وقادرة على استيعاب الضغوط والمشاكل التي يواجهونها في حياتهم؛ حيث إنهم يتمتعون بقدر كافٍ من الذكاء، ولديهم قدرات عالية من الاستيعاب والتحليل والتركيز الذهني، مما يجعلهم أكثر استقراراً، ويتمتعون بشخصية هادئة، ومتزنة انفعالياً. وأن من أهم مميزات الإنسان الناضج ذو التفكير الإيجابي أنه يوازن بين الجانب البيولوجي والجانب الاجتماعي، ويستطيع أن ينمو ويتطور في مراحل حياته جميعها منذ الولادة حتى نهاية العمر.

كما نلاحظ من خلال جدول (8) بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الجنس على باقي المجالات والدرجة الكلية؛ فقد تراوحت قيم مستوى الدلالة الإحصائية عليها ما بين (0.02)، (0.00) وتشير هذه النتيجة عن وجود فروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة، مفهوم الذات الإيجابي، والدرجة الكلية وهذا يعني أن جنس الطالب يؤثر في مستوى التفكير الإيجابي على مجالي المشاعر الإيجابية، والمرونة الإيجابية.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع الكثير من الدراسات مثل: القصاص (2018)، التي أظهرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية وتنص على أنه:

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الكلية.

من أجل التأكد من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير الكلية، تم استخدام تحليل التباين الأحادي لمجالات الدراسة للدرجة الكلية لمستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، ونتائج الجدول الآتي توضح ذلك:

جدول (9): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة

القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الكلية

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	بين المجموعات	0.73	4	0.18	0.31	0.87
	داخل المجموعات	211.59	359	0.59		
	المجموع	212.32	363			
المشاعر الإيجابية (السعادة)	بين المجموعات	0.47	4	0.12	0.21	0.93
	داخل المجموعات	204.77	359	0.57		
	المجموع	205.24	363			
مفهوم الذات الإيجابي	بين المجموعات	0.68	4	0.17	0.26	0.90
	داخل المجموعات	233.10	359	0.65		
	المجموع	233.78	363			
الرضا عن الحياة	بين المجموعات	0.42	4	0.10	0.16	0.96
	داخل المجموعات	240.13	359	0.67		
	المجموع	240.54	363			
المرونة الإيجابية	بين المجموعات	0.72	4	0.18	0.31	0.87
	داخل المجموعات	208.82	359	0.58		
	المجموع	209.54	363			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.17	4	0.04	0.09	0.99
	داخل المجموعات	165.80	359	0.46		
	المجموع	165.97	363			

\*دال إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ )

يتضح من الجدول (8) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير الكلية، على جميع المجالات والدرجة الكلية؛ فقد تراوحت قيم مستوى الدلالة (0.87-0.99) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذه النتيجة تشير إلى قبول الفرضية المتعلقة بمتغير الكلية، وهذا يعني أن كلية الطالب لا تؤثر في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس.

ويعزو الباحث ذلك إلى التشابه الموجود في البيئة التربوية والثقافية والاجتماعية والتعليمية التي يعيش فيها طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع نابلس في الكليات جميعها، فضلاً عن أن أجواء البيئة الأكاديمية في باقي الجامعات أيضاً، والتعليمية بما أدى عن عدم وجود فروق في درجة التفكير الإيجابي لديهم. وهذا وهذا يؤيد التجانس بين الطلبة من الكليات جميعها في الجامعة وفي الواقع جميع المجالات النفسية، والتربوية، والاجتماعية، والثقافية حتى الحضارية منها يكاد يفرض واقعاً صحيحاً لديهم. كما أن أفراد العينة يتعرضون للبيئة الأكاديمية ذاته في جميع الكليات، والمواقف المتشابهة بحكم وجودهم في الجامعة نفسها.

كما يعزو الباحث هذه النتيجة إلى طبيعة البيئة الجامعية بمختلف مقوماتها؛ حيث إن الطلبة الجامعيين يخضعون لاهتمام متساو من حيث الاهتمام الأكاديمي في جميع كليات الجامعة والتي تهتم بحاجات الطلبة النفسية والتربوية بغض النظر عن الكلية، فضلاً عن تماثل القدرات والاستعدادات والأساليب التدريسية التي تقدم من خلال المساقات، وما تتضمنه من وسائل مساندة كالوسائل التعليمية بغض النظر عن الكلية، من حيث طبيعة المواد ومحتواها. أضف إلى ذلك تقارب الجوانب التي تتناول النواحي الإيجابية في هذه المساقات، كما أنه لا يوجد هناك مواد متخصصة في تنمية التفكير الإيجابي أو كيفية رفع درجة التفكير الإيجابي تعطي من خلال كلية دون غيرها.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة القصاص (2018) والتي بينت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مؤشرات التفكير الإيجابي والطلبة تعزى لمتغير الكلية.

**النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة وتنص على أنه:**

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير مكان السكن.

من أجل التأكد من الفرضية المتعلقة بمتغير مكان السكن، استخدم تحليل التباين الأحادي للدرجة الكلية لمستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، ونتائج الجدول الآتي توضح ذلك:

جدول (10): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير مكان السكن.

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	بين المجموعات	0.09	2	0.05	0.08	0.92
	داخل المجموعات	212.23	361	0.59		
	المجموع	212.32	363			
المشاعر الإيجابية (السعادة)	بين المجموعات	0.58	2	0.29	0.51	0.60
	داخل المجموعات	204.66	361	0.57		
	المجموع	205.24	363			
مفهوم الذات الإيجابي	بين المجموعات	1.16	2	0.58	0.90	0.41
	داخل المجموعات	232.62	361	0.64		
	المجموع	233.78	363			
الرضا عن الحياة	بين المجموعات	1.24	2	0.62	0.94	0.39
	داخل المجموعات	239.30	361	0.66		
	المجموع	240.54	363			
المرونة الإيجابية	بين المجموعات	1.22	2	0.61	1.06	0.35
	داخل المجموعات	208.32	361	0.58		
	المجموع	209.54	363			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.50	2	0.25	0.55	0.58
	داخل المجموعات	165.46	361	0.46		
	المجموع	165.97	363			

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )

يتضح من الجدول (10) عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير مكان السكن على المجالات جميعها والدرجة الكلية، فقد تراوحت قيم مستوى

الدلالة الإحصائية عليها ما بين (0.92-35) وهذه النتيجة تشير إلى قبول الفرضية المتعلقة بمتغير مكان السكن، وهذا يعني أن مكان سكن الطالب لا يؤثر في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن فئات الشعب الفلسطيني جميعها يعيشون في بيئات متشابهة، وتعد عملية التنشئة الاجتماعية عملية تعلم اجتماعي ودمج لقيم المجتمع بأكمله، ومعايير وثقافته وفلسفته؛ بغض النظر عن مكان السكن، وتمتد التنشئة في البيئة الفلسطينية، تهدف إلى مساعدة الطلبة في تحقيق النمو السوي المتكامل الناضج، والذي ينعكس دوره على مظاهر الحياة كافة، حيث تظهر في شخصيته بصورة تحقق الايجابية لديه، والتي تنعكس بدورها على تفكيره الايجابي، وهذا الطالب ذو التفكير الايجابي، يتميز بالقدرة على تغيير أفكاره ومعتقداته بما يتناسب مع المواقف الحياتية التي يعيشها، وأن كل موقف يتفاعل فيه الطالب، يساعده في تفريغ طاقاته السلبية، وضبطها، واكتساب خبرات جديدة تنمي تفكيره الايجابي.

#### النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة وتنص على أنه:

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

للتأكد من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير المستوى الدراسي، استخدم تحليل التباين الاحادي للدرجة الكلية لمستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس من وجهة نظرهم، ونتائج الجدول الآتي توضح ذلك:

جدول (11): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة

القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	بين المجموعات	5.92	3	1.972	3.44	*0.017
	داخل المجموعات	206.41	360	0.57		
	المجموع	212.32	363			
المشاعر الإيجابية (السعادة)	بين المجموعات	0.61	3	0.20	0.36	0.785
	داخل المجموعات	204.64	360	0.57		
	المجموع	205.24	363			
مفهوم الذات الإيجابي	بين المجموعات	7.87	3	2.63	4.18	*0.006
	داخل المجموعات	225.91	360	0.63		
	المجموع	233.78	363			

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الرضا عن الحياة	بين المجموعات	12.29	3	4.10	6.46	0.000*
	داخل المجموعات	228.25	360	0.63		
	المجموع	240.54	363			
المرونة الإيجابية	بين المجموعات	4.53	3	1.51	2.65	*0.049
	داخل المجموعات	205.01	360	0.57		
	المجموع	209.54	363			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	4.92	3	1.64	3.67	*0.013
	داخل المجموعات	161.05	360	0.45		
	المجموع	165.97	363			

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )

يتضح من الجدول (14) أن فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير المستوى الدراسي على المجالات جميعها والدرجة الكلية باستثناء مجال المشاعر الإيجابية؛ فقد بلغت قيمة مستوى الدلالة عليها (0.78) وهذه القيمة أقل من (0.05)، وفيما يتعلق بالمجالات والدرجة الكلية فقد تراوحت قيمة مستوى الدلالة الإحصائية عليها ما بين (0.000 - 0.049) وهذه القيم أقل من مستوى الدلالة (0.05)، وهذه النتيجة تشير إلى رفض الفرضية المتعلقة بمتغير المستوى الدراسي، وهذا يعني أن المستوى الدراسي للطالب يؤثر في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس، ولتحديد مصدر الفروق في مستويات متغير المستوى الدراسي استخدم الباحث اختبار (LSD) للمقارنات البعدية ونتائج الجدول الآتي توضح ذلك:

جدول (12): نتائج اختبار (LSD) لدلالة الفروق في مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس حسب متغير المستوى الدراسي.

المجال	المستوى الدراسي	المتوسط	سنة	سنة ثالثة	سنة رابعة
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	سنة أولى	3.61		0.35-	0.40-
	سنة ثانية	3.83			
	سنة ثالثة	3.96			
	سنة رابعة	4.01			
مفهوم الذات الإيجابي	سنة أولى	3.60		0.37-	0.44-
	سنة ثانية	3.79			
	سنة ثالثة	3.97			
	سنة رابعة	4.04			

المجال	المستوى الدراسي	المتوسط	سنة	سنة ثالثة	سنة رابعة
الرضا عن الحياة	سنة أولى	3.48	-	*0.48-	*0.61-
	سنة ثانية	3.84			
	سنة ثالثة	3.96			
	سنة رابعة	4.09			
المرونة الإيجابية	سنة أولى	3.64	-	*0.28-	*0.38-
	سنة ثانية	3.91			
	سنة ثالثة	3.92			
	سنة رابعة	4.02			
الدرجة الكلية	سنة أولى	3.64		*0.32-	*0.37-
	سنة ثانية	3.85			
	سنة ثالثة	3.96			
	سنة رابعة	4.01			

\*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )

ينتضح من جدول (12) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس حسب متغير المستوى الدراسي؛ وهذه الفروق بين مستوى سنة أولى وسنة ثانية وثالثة ورابعة ولصالح مستوى سنة ثانية، وثالثة ورابعة على مجالات الرضا عن الحياة والمرونة الإيجابية، أي أن طلاب السنة الثانية لديهم مستوى تفكير إيجابي أعلى من طلاب السنة الأولى.

وكانت الفروق بين مستوى سنة أولى وسنة ثالثة وسنة رابعة ولصالح سنة ثالثة ورابعة في مجالات مفهوم الذات الإيجابية، و التوقعات الإيجابية نحو المستقبل. أي أن طلاب سنة ثالثة ورابعة لديهم مستوى تفكير إيجابي أعلى من طلاب سنة أولى.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الطلبة كلما تقدموا في مستوياتهم الدراسية أصبحوا أكثر معرفة، ودراية في تنمية مهارات التفكير الإيجابي لديهم وبخاصة في التعامل مع المواقف والأحداث الجارية في الجامعة، والتعاطي معها بطريقة مرنة، ويكون الطلبة أكثر قدرة على ضبط تفكيرهم في المواقف التي تواجههم، كما يعزو الباحث هذه النتيجة إلى الخصائص الطبيعية الانفعالية المرافقة للطلبة في هذه المرحلة والتي تتصف بالحماس، وحب الإطلاع، والمعرفة، ووجود التكنولوجيا في متناول اليد، هي التي جعلت لديهم حالة من الوعي، والنضج، والفهم والقدرة على تفسير الأحداث التي تدور حولهم وإدراكها بشكل أفضل، والسيطرة عليها، فضلاً عما تمتلكه شخصياتهم من دوافع داخلية ترتبط بالجوانب التربوية، والاجتماعية،

والتعليمية التي لها دور بارز في قدرتهم على الحفاظ على درجة من التفكير الإيجابي، وأن إختلاف الأفراد في مستويات تفكيرهم يرجع تبعاً لاختلاف مستوياتهم الدراسية، ولما يصلون إليه من معرفة علمية تساعدهم في تحقيق أعلى مستويات التفكير الإيجابي.

**النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة وتنص على أنه:**

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير التقدير.

للتأكد من الفرضية المتعلقة بمتغير التقدير، استخدم تحليل التباين الاحادي لمجالات التفكير الإيجابي

ولدرجة الكلية عند طلبة جامعة القدس المفتوحة، ونتائج الجدول الآتي توضح ذلك:

**جدول (13): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة**

**القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير التقدير.**

المجال	مصدر التباين	مجموع	درجات	متوسط	قيمة	مستوى
التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	بين	3.60	4	0.90	1.55	0.19
	داخل	208.72	359	0.58		
	المجموع	212.32	363			
المشاعر الإيجابية (السعادة)	بين	1.56	4	0.39	0.69	0.60
	داخل	203.68	359	0.57		
	المجموع	205.24	363			
مفهوم الذات الإيجابي	بين	4.54	4	1.14	1.78	0.13
	داخل	229.24	359	0.64		
	المجموع	233.78	363			
الرضا عن الحياة	بين	6.00	4	1.50	2.30	0.06
	داخل	234.54	359	0.65		
	المجموع	240.54	363			
المرونة الإيجابية	بين	4.76	4	1.19	2.09	0.08
	داخل	204.78	359	0.57		
	المجموع	209.54	363			
الدرجة الكلية	بين	3.17	4	0.79	1.75	0.14
	داخل	162.80	359	0.45		
	المجموع	165.97	363			

\*دال إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )

يتضح من جدول (13) من عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس تعزى لمتغير التقدير على جميع المجالات والدرجة الكلية وفقد تراوحت قيم مستوى الدلالة (0.06-0.60) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذه النتيجة تشير إلى قبول الفرضية المتعلقة بمتغير التقدير، وهذا يعني أن تقدير الطالب لا يؤثر في مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع نابلس.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الطلبة تتشابه أنماط تفكيرهم في المرحلة الجامعية بغض النظر عن التقدير حيث أن غالبية الطلبة في الجامعة أعمارهم متقاربة، إذ أن جميعهم يواجهون نفس الظروف الجامعية من حيث البيئة الجامعية التي تعتمد على فلسفة التعليم المفتوح، ومن أنماط المقررات الجامعية التقليدية والالكترونية مما أدى الى عدم وجود فروق بينهما تعزى لمتغير التقدير.

### التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة يوصى الباحث:

- عقد ورش عمل وندوات وأنشطة لا منهجية تعزز التفكير الإيجابي لدى طلبة في جامعة القدس المفتوحة.
- ضرورة طرح مساقات دراسية وتصميم برامج تدريبية خاصة لتنمية التفكير الإيجابي عند طلبة جامعة القدس المفتوحة بحيث تتناسب مع بيئة طلبة الجامعات الفلسطينية.
- وضع برنامج تدريبي لتعزيز وتنمية دور التفكير الإيجابي في حياة الطلبة العاديين والمتفوقين في جامعة القدس المفتوحة.
- إجراء المزيد من الدراسات حول التفكير الإيجابي عند طلبة الجامعات الفلسطينية، وذلك في مختلف المجالات الأكاديمية.
- حث الأطر الطلابية على تنظيم الأنشطة وتوفير برامج توعية بالتفكير الإيجابي لطلبة الجامعة جميعهم.
- إجراء دراسة تهدف للتعرف إلى مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية.
- إجراء دراسة مقارنة للكشف عن التفكير الإيجابي بين طلبة الجامعات الفلسطينية، ومقارنة نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية.

## المصادر والمراجع

### أولاً: المراجع العربية:

أبو العطاء، منذر. (2017). فاعلية الذات والتفكير الإيجابي وعلاقتها بالدعم النفسي الاجتماعي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في محافظات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

اسليم، يوسف. (2017). التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الانفعالي لدى عينة من خريجي الجامعات الفلسطينية. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

البصير، ناجية. (2018). فعالية برنامج لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لدى الطالبة الجامعية كمدخل لتحسين الحب والانتماء. مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للاداب والعلوم والتربوية، جامعة عين شمس 6(19)، العدد السادس، ص ص33-60. حجازي، مصطفى. (2012). إطلاق طاقات الحياة: قراءات في علم النفس الإيجابي. تنوير للطباعة والنشر، بيروت لبنان.

الحويج، أحمد. (2017). التفكير الإيجابي وعلاقته بالتوافق النفسي. مجلة العلوم الإنسانية، جامعة المرقب، كلية الاداب، ليبيا م(14) (ص87-118).

خديجة، عمّاش وميلود، حميدات. (2016). التفكير الإيجابي وعلاقته باستراتيجية مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة عمار ثلجي الاغواط. مجلة دراسات لجامعة الاغواط- الجزائر، ع (43) ص ص152-182،.

السباب، أزهار. (2016). التفكير الإيجابي وعلاقته بتنظيم الذات لدى طلبة التعليم الجامعي. مجلة الاستاذ، 19(2) ص ص165-300.

سليجمان، مارتن. (2005). السعادة الحقيقية استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتبين ما لديك لحياة أكثر انجازاً. القاهرة: دار العين. ترجمة الاعسر، صفاء، كفاي، علاء الدين خرون.

صالح، صالح وشامخ، بسمه. (2011). التحدث مع الذات وبعض الاضطرابات النفسية والسلوكية. دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

عبد الستار، إبراهيم. (2008). عين العقل: دليل المعالج النفسي للعلاج المعرفي لتنمية التفكير الإيجابي. دار الكتاب، القاهرة، مصر.

- العبيدي، عفرأ. (2013). التفكير الإيجابي والسلبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد. *المجلة العربية للتطوير والتفوق*، ع(7)، ص 270-310.
- عثمان، روناك. (2017). استراتيجية مقترحة قائمة على مهارات الذكاء الوجداني لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة في العراق، *مجلة القراءة والمعرفة*. الجمعية المصرية للقراءة والمعرف م(186) ص ص 21-50.
- علي، حماد. (2017). فعالية برنامج ارشادي في تنمية التفكير الإيجابي لدى طلاب قسم التربية الخاصة وتعديل اتجاهاتهم نحو اقرانهم ذوي الاعاقة الحسية المدمجين معهم. *مجلة التربية الخاصة، جامعة الزقازيق- كلية علوم الاعاقة والتأهيل- مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية*، م(19)، ص ص 247-287.
- غانم، زياد. (2005). التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والتربوية. *مجلة الدراسات العربية في علم النفس*، 1 (4)، ص ص 85-138 .
- القرشي، زياد. (2005). التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والتربوية. *مجلة الدراسات العربية في علم النفس*. 4 (3) ص ص 80-115.
- القصاص، بسام. (2018). *التفاوت ومركز الضبط وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعات الفلسطينية*، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الكاملي، وفاء. (2016). التفكير الإيجابي وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى عينة من التلاميذ الموهوبين بالمرحلة الابتدائية. *مجلة الدراسات التربوية والاجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان*، 3(22)، ص ص 89-120.
- محمود، حنان. (2018). فعالية برنامج تدريبي لتنمية بعض ابعاد التفكير الإيجابي في تحسين الرضا عن الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة. *مجلة كلية التربية، في العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس*، 1 (42)، ص ص: 230-298.

## ثانيا: المراجع الأجنبية:

- Corsini, R.J. (1999). **The Dictionary of Psychology**. New York: Brunner Mazel.
- Edmeads, J (2004) “The power of negative thinking related with some factors” . **Journal Articles** , No . 00178748
- Haveren , V . R (2004) “ Levels career decidedness and negative career thinking by athletic status , gender , and academic class” . request – **Dissertation Abstracts** No . AAC9963589
- Jean , Scott. (2012). Cognitive Modification Versus Therapeutic Support For internalizing Destine and Positive Thinking . **A Randomized Technique Evaluation Trial** . Cognitive Therapy Research Vol.36 (1).
- Lightsey , Owen Richard .(2011). Self control and self – Efficacy for Affect Regulation as Moderators of the Negative Affect – life satisfaction Relationships ; **Journal of cognitive psychotherapy** , 25 (2) ; pp. (142 – 154 – May – 2011 , (119).
- Mnro , K(2004)“ Optimism: How to avoid negative thinking” . [www.KaliMunro.com](http://www.KaliMunro.com)
- Morgan , R & Others (2003) “ A systems thinking paradigm and learning computer stimulation model of the positive and negative feedback structures underlying growth” . **ERIC** , AAC9429435
- Patterson , C . H (2003). **Humanistic Education** . New Jersey: **Englewood Cliffs** , Pre- Notice – Hall.
- Willson, V. and perper, E.(2004).The effects of upright and slumped postures on the recall of positive and negative. **Applied psychophysiology Biofeedback**. 2 ,pp: 189-195.
- Wong , shy shin .(2012). Negative thinking versus positive thinking in a Singaporean student sample.Relationship with Psychological wellbeing and Psychological maladjustmen .**Learning and Individual Differences** . 22(1) , Feb,2012,pp.76 – 82.
- Yearley, L.H. (1999). **Mencius and Aquinas:Theories of Virtue and conceptions of courage**. Albany,NY: State University of New York.