

**أثر برنامج تربوي لتنمية التفكير الايجابي**

**لدى طالبات معهد الفنون الجميلة للبنات**

**في مدينة الموصل**

**The Impact of an Educational Program  
to Develop Positive Thinking among Students  
of the Institute of Fine Arts for Girls  
in the City of Mosul**

**م. علياء صبحي احمد الخشاب**

**مديرية تربية نينوى / متوسطة بغداد للبنات**

**الاختصاص الدقيق / علم النفس التربوي**

M. Alia Sobhi Ahmed Al Khashab

Educational and psychological Sciences/ General specialty

Nineveh Education Directorate/

Baghdad Intermediate School for Girls

Specialization / Educational Psychology

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى التفكير الايجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة للبنات في مدينة الموصل، والتعرف على أثر برنامج تربوي لتنمية التفكير الايجابي لدى طالبات معهد فنون الجميلة، ولتحقيق أهداف البحث طبقت الباحثة مقياس التفكير الايجابي(منشده، ٢٠١٣) الذي يتكون من(٥٠) فقرة ، وخمسة بدائل، وتحققت الباحثة من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على مجموعه الخبراء حيث بلغت نسبة اتفاق الخبراء (٨٥%)، وتم استخراج الثبات بطريقة معادلة الفا - كرو نباخ وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة(٠.٨٣)، وتكونت عينة البحث من (٤٤) طالبة من طالبات الصف الثاني في(قسم التصميم وقسم التشكيلي) في معهد الفنون الجميلة الذين ظهر لديهم تفكير ايجابي متدني، وتم استخدام التصميم التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي، وتوزيع أفراد العينة على مجموعتين(تجريبية وضابطة)، بواقع (٢٢) طالبة في كل مجموعة ، وتم اجراء التكافؤ بين طالبات المجموعتين في عدد من المتغيرات ، كما قامت الباحثة ببناء البرنامج التربوي الذي يتكون من (٦) دروس تربوية تساعد في تنمية التفكير الايجابي وتطبيقها على المجموعة التجريبية، ولتحليل البيانات تم الاستعانة بالحقيبة الاحصائية (Spss)، وظهرت النتائج على وفق ماياتي:

- وجود فرق دال احصائياً بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على أثر البرنامج التربوي في تنمية التفكير الايجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة.

- وجود فرق دال احصائياً بين متوسط رتب درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) على الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية مما يشير ذلك الى تنمية التفكير الايجابي لديهم.

**الكلمات المفتاحية:** البرنامج التربوي، التفكير الايجابي، الصف، الصدق الظاهري، طالبات، الموصل.

**Abstract**

The current research aims to identify the level of positive thinking among the students of the Institute of Fine Arts for Girls in the city of Mosul, and to identify the impact of an educational program to develop positive thinking among the students of the Institute of Fine Arts. To achieve the objectives of the research, the researcher applied the positive thinking(Monshid,2013) scale consisting of (50) items, and five Alternatives The researcher verified the apparent validity of the scale by presenting it to a group of experts, where the experts' agreement rate reached (85%). Reliability was extracted using the Cronbach's alpha equation. The reliability coefficient in this method reached (0.83), and the research sample consisted of (44) students from Second-year students in

(the Design Department and the Fine Arts Department) at the Institute of Fine Arts who showed low positive thinking. An experimental design was used for the two experimental and control groups with pre- and post-tests, and the sample members were distributed into two groups (experimental and control), with (22) female students in each group, and parity was conducted between the students of the two groups in a number of variables. The researcher also built the educational program consisting of (6) educational lessons that help in developing positive thinking and applied them to the experimental group. To analyze the data, the statistical package (Spss) was used, and the results showed:

- There is a statistically significant difference between the average ranks of the experimental group's scores on the pre- and post-tests, in favor of the post-test, and this indicates the impact of the educational program in developing positive thinking among female students of the Institute of Fine Arts.
- There is a statistically significant difference between the average scores of the two groups (experimental and control) on the post-test in favor of the experimental group, which indicates the development of positive thinking in them.

**Keywords:** educational program, positive thinking, classroom, virtual honesty, female students, Mosul.

#### اهمية البحث والحاجه الية:

يعد التفكير اليجابي عاملاً من العوامل الاساسية في حياة الانسان فهو الذي يساعد على توجه الحياة وتقدمها، وكما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من الاخطاء. وكلما كان التفكير ايجابياً ادى الى حل فعال وناجح لكثير من المشكلات التي تواجه الفرد والمجتمع، وهو وسيلة للارتقاء بمستوى عالي للفرد، (٢٠١٢: ١٩). وتعليم الطالبات كيفية التفكير الإيجابي يساعد على تحقيق عوائد مهمة على مستوى تعليمهن في الوقت الحاضر والمستقبل، على وفق عبد السلام يظهر التفكير الإيجابي كصورة إيجابية لتقدم الطالبات، إذ يعد وسيلة فعالة لاكتساب مهارات التعلم بسرعة وسهولة. (العنزي، ٢٠١٠: ١٣).

أكدت زهراء فتحي (٢٠٢١) أن التفكير اليجابي يؤدي إلى شخصية متفائلة، ويزيد من الرضا عن الحياة، والتفكير اليجابي يجلب السلام الداخلي والنجاح والعلاقات الحسنة، وتحسين الصحة والسعادة والارتياح النفسي وانه يساعد الفرد على النجاح المتواصل في كافة مجالات الحياة (فتحي، ٢٠٢١: ٢٣).

يشدد دينير (Diener, 2005) على أنه يعد الأفراد الذين يتمتعون بالسعادة والتفكير الإيجابي ناجحين في معظم جوانب حياتهم. مما يعزى هذا النجاح إلى امتلاكهم مشاعر انفعالية إيجابية، وإلى نظرهم الإيجابية نحو أنفسهم ونحو الآخرين، فضلاً عن حيازتهم على مهارات فعالة في حل الصراعات والمشكلات، وبتفكيرهم الإبداعي (Diener & Lyubomirsky, 2005: 803-805). ولأفكار الإيجابية تأثيرات ميسرة على الأفراد وعلى أداءهم فهي تُنمي لديهم القدرات اللازمة للابتكار وحل المشكلات الابتكارية (الأعسر، ٢٠٠٢ : ٢٥٨).

وصلت دراسة العنزي (٢٠٠٧) إلى أن التفكير الإيجابي يساعد على زيادة انتباه الطالبة وتفكيرها في الية النجاح في مشكلة، والجوانب التي تؤدي إلى تحديد المشكلة وحلها وليس التركيز على جوانب الفشل فيها، لامتلاكها عدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة، واقتناعها بقدرتها على النجاح (العنزي، ٢٠٠٧ : ١٥). ويرافق استخدام الطالبات للتفكير الإيجابي انخفاضاً في مستويات القلق والخوف من مواجهة المشكلات الضاغطة. ومن هنا تكمن أهمية هذه الدراسة في أهميتها النظرية وأهميتها التطبيقية.

#### ١- الأهمية النظرية:

- أ- تفيد في التعرف على مستوى التفكير الإيجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة في مدينة الموصل.
- ب- تعد الدراسة الحالية من الدراسات المهمة لدى الباحثين والتربويين في مجال علم النفس الإيجابي .
- ت- محاولة التعرف على كيفية تنمية التفكير الإيجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة.

#### ١- الأهمية التطبيقية:

- أ- يمكن أن تسهم هذا الدراسة في إثراء المعرفة بالعرض والتوضيح لمفهوم التفكير الإيجابي ومكوناته المعرفية واستراتيجياته المختلفة.
  - ب- يمكن أن تعد هذه الدراسة من الدراسات التي اهتمت بمفهوم حديث نسبياً في مجال علم النفس المعرفي وهو التفكير الإيجابي .
  - ت- تسهم نتائج هذه الدراسة في إعداد برنامج تربوي لتنمية التفكير الإيجابي عند الطالبات في الموضوعات التي قدمت في أثناء البرنامج التربوي والتي تحث على ضرورة تغيير افكارهم السلبية الى ايجابية بالتفكير بالأهداف المستقبلية والتخطيط لها واتخاذ قرارات ايجابية نحوها.
  - ج - تعد نتائج هذا الدراسة بداية لدراسات لاحقة .
- هدفاً للبحث: يهدف البحث الحالي الى ما يأتي:-

- ١- التعرف الى مستوى التفكير الإيجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة في مدينة الموصل.
- ٢- التعرف على أثر البرنامج التربوي في تنمية التفكير الإيجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة.

وتنبثق من هدفي البحث الفرضيات الصفرية الاتية:-

- ١- لا يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي.
- ٢- لا يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار البعدي.

#### حدود البحث:

- ١- الحدود البشرية: طالبات الصف الثاني في معهد الفنون الجميلة للبنات.
  - ٢- الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة على استخدام برنامج تربوي يهدف لتنمية التفكير الايجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة .
  - ٣- الحدود الزمنية: يتحدد البحث الحالي بالعام الدراسي ( ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤ ).
  - ٤- الحدود المكانية: تتمثل في معهد الفنون الجميلة للبنات في مدينة الموصل .
- خامساً: تحديد المصطلحات:

- ١- الأثر لغوياً: أثر فيه : ترك فيه أثراً، وإنتشر منه وبه : وحصل فيه أثراً منه فهو متأثر، والأثار ما بقى من رسم الشيء(معلوف، ١٩٨٨: ٣)
- أثر ( The Effect )

عرفة دافيد(٢٠٠٨): بأنه عملية التأثير على قيم الشخص ومعتقداته ومواقفه وسلوكه(دافيد، ٢٠٠٨: ١٥).

#### ٢- البرنامج التربوي ( Educational Program )

تعريف الحمداي( ٢٠٠٧ ):سلسلة من الأنشطة المتضمنة القصص والمواقف الصورية المخطط لها مسبقاً، التي تكون ملائمة لطبيعة العينة وقدراتهم لتحقيق تغيرات تربوية واجتماعية وسلوكية بحسب الاهداف المرجوة للبحث (الحمداي، ٢٠٠٧: ٩).

#### التعريف النظري للبرنامج التربوي:

هو خطة تربوية منظمة ومخطط لها على وفق اسس علمية وتربوية تهدف الى مساعدة الطالبات في فهم طرائق تفكيرهم واكتساب الخبرات اللازمة لتنمية التفكير الايجابي لديهم.

#### التفكير الايجابي Thinking Positive :

عرفه كلاً من:

بايلس وسيلجمان (٢٠٠٩):

"هو التفاؤل بكل ما تحمله هذه الكلمة من معنى والنظر إلى الجميل في كل شيء والبحث عن الجانب المثير في الحياة وإن كانت ومضة ضوء"(السلطاني ، ٢٠١٠: ١٠٠).

ابراهيم (٢٠١١):

" القدرة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها ومهامها "(إبراهيم ، ٢٠١١ : ٣٨٤).

العبيدي(٢٠١٣):

"انه المعتقدات والآراء والاساليب المتبعة في امور الحياة كلها والتي من شأنها حل كل ما يواجهه الفرد من مشكلات وموضوعات بصورة متفائلة ايجابية وناجحة(العبيدي، ٢٠١٣ : ٧).

الفقي(٢٠١٣):

بأنه عادة عقلية يمارسها الفرد بصورة لاشعورية تقوم على استغلال الطاقات والامكانيات الكامنة لدى الفرد، ويتوقف على قدرة الفرد على بناء وتنظيم أفكاره ومعارفه وخبراته والاختيار من بينها ما يلائم الموقف الحالي، وتركيز شعوره وتوجيه سلوكياته نحو تحقيق اهدافه التي يسعى لتحقيقها والتخطيط الجيد للمستقبل(الفقي ، ٢٠١٣ : ١٤).

**التعريف النظري :**

من التعريفات السابقة تتبنى الباحثة تعريف (Seligman,2009) لانه التعريف النظري للتفكير الايجابي في

البحث الحالي.

• **التعريف الإجرائي :** الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة لإجابتها الإجرائية على فقرات المقياس التي اعدت من قبل الباحثة.

**إطار نظري ودراسات سابقة**

**التفكير الايجابي:**

يعد التفكير عملية يومية ومصاحبة للإنسان بشكل دائم ، وهو كاي سلوك طبيعي نقوم به باستمرار(جروان، ٢٠٠٥ : ٢٢) ، وتوظف كلمة التفكير (Thinking) في حديثنا اليومي بمعنى عام جداً، والذي يشمل أنواعا كثيرة من النشاط العقلي ، كالتفكير في قضاء الليل في قراءة كتاب معين أو بالأمانى المستقبلية .فالتفكير إذأ بهذا المعنى العام يشمل كل أنواع النشاط العقلي والسلوك المعرفي الذي يتميز بتوظيف الرموز من حيث تمثيل الأشياء والأحداث. اذ يعني معالجة الأشياء والأحداث برموزها ، بدلاً من معالجتها بالنشاط الظاهر( الهزاع ، ١٩٩٩ : ٣).

كما يمثل التفكير الايجابي أبرز جوانب الاقتدار الإنساني. إذ يعد بلا شك الأداة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها. فلا تحل العقبات والصعوبات والمعوقات والسلبيات على اختلافها عملياً بالتفكير الايجابي الذي يوفر المخارج ويستكشف إمكانات الحلول. فليس التفكير الايجابي مجرد مقاربه منهجية وانا توجه يعنى ويستخرج الظاهر منها لحل المشكلات "(حجازي، ٢٠٠٥ : ٣٢٩).

مكونات التفكير الايجابي :

اشار نموذج كيركجارد (Kierkegaard Erin, 2005) إلى ثلاثة مكونات اساسية للتفكير الإيجابي هي:  
أ- **المكون الأول المعرفة الداخلية:** تستند المعرفة الداخلية للتفكير الإيجابي إلى الغرض الشخصي، إذ يعد امتلاك الفرد لغرض يتحكم فيه ويوجه عملية تكوين أفكاره اليومية هو السبب الرئيسي للحياة. يظل التفكير الإيجابي يتسم دائماً بالتركيز على الهدف، ويأتي مع الهدف الغرض. إذ يتم قيادة التفكير الإيجابي داخلياً بالغرض، ويتأسس الغرض من الحياة على مفهوم "فكتور فرانك" الذي يشير إلى الحاجة لإيجاد غرض، لذا ينشغل الإيجابيون بغرضهم، وبالأشياء في بيئتهم الخارجية والداخلية التي تغذي غرضهم، على العكس من السلبيين.

ب- **المكون الثاني الأيمان:** لدى الإيجابيون إيماناً بأن كل شيء في الحياة يحدث لسبب ما، ويعرفون أن لديهم غرض ومعنى على الأرض، فهم خلقوا على الأرض لهدف ما، والإيمان هو امتلاك الثقة والاعتماد على أدلة تجريبية، والمقصود بها التجربة الشخصية الإيمانية لشيء مقدس أعظم من النفس، ويشفق الناس أغلب الأحيان الإحساس بالغرض من إيمانهم الذي يزودهم بالشجاعة والأمل، ويسهل عليهم اتخاذ القرارات. و يعطي الأيمان الطمأنينة للفرد، وتستمد القوة الإيجابية في هذا العالم من الإيمان بمساعدة الأشخاص على تحقيق غرضهم واحتياجاتهم.

ت- **المكون الثالث العلاقات:** قسم "كيركجارد" يقسم العلاقات الشخصية إلى ثلاث فئات، تتمثل في العلاقة بين الشخص والله، وعلاقته بنفسه، وعلاقته بعائلته. يلاحظ أن الأفراد الإيجابيين يسعون بعلاقتهم مع الله إلى إيجاد إجابات عن أسئلتهم، إذ يعتبرون هذه العلاقة أساسية لتحقيق إشباع رغباتهم الحياتية. بدون هذه العلاقة، يكون من الصعب على الأفراد تحقيق تفاعل إيجابي مع تساؤلاتهم الحياتية. الأفراد الذين يعتمدون على أنفسهم يعانون من نقص في التوجيه والغرض، إذ يجدون بالحاجة إلى تحديد اتجاه وغايات في حياتهم. وترتبط العلاقة الثانية، بتقدير الفرد لذاته، إذ يكون الشخص في توازن مع نفسه ويشعر بالسلام الداخلي، ويعزز هذا التوازن المعرفة الشخصية والهدف الداخلي. وترتبط العلاقة الثالثة، بالعلاقات الاجتماعية والاسرية التي تعزز من شعور الفرد بالدعم والتوجيه من قبل الأصدقاء والاسرة. وتقوم هذه العلاقات الإيجابية بإضفاء معنى وهدف لحياته، وتتسم في تعزيز الإيجابية والمعنى في الحياة (الخفاجي وجبر: 2018).

أنواع التفكير الايجابي:

يجد "الفقي، ٢٠١٣) أن للتفكير الإيجابي أنواع عديدة وهي :-

أ- **التفكير الايجابي لتدعيم وجهات النظر:** يستخدم هذا النوع من التفكير بعض الناس لكي يدعم وجهة نظره الشخصية في شيء معين، لذا يقنع نفسه بأنه على صواب حتى لو كانت النتيجة سلبية، بهذا النوع من التفكير قد تكون له فائدة كأن يدعم فكرة تساعد الشخص والآخرين على دعم وجهات نظرهم وتعزيز شخصيتهم .

ب- التفكير الايجابي بسبب الناثر بالآخرين: يكون هذا النوع من التفكير عند الشخص إيجابيا لأنه تأثر بشخص آخر سواء كان ذلك من الأقارب أو الأصدقاء أو حتى بسبب برنامج قد شاهدته الشخص في التلفاز، فهذا النوع من التفكير تأثيره سلبيا في بعض الذين يتأثرون بالآخرين، اذ يفقدون الحماس بعد فترة بسيطة ويشعرون بالإحباط، ويمكن أن يكون تأثيره إيجابيا ويدفع الشخص إلى أن يبدأ هو أيضا ولا يضيع وقته في السلبيات والشكوى، وإنما في الفعل والتقييم والتعديل حتى يصل تحقيق إلى أهدافه

ت- التفكير الايجابي المستمر في الزمن: يعد هذا النوع من التفكير الايجابي أفضل أنواع التفكير، لأنه لا يتأثر بالمكان أو الزمان أو المؤثرات، وإنما هو عادة عند الشخص مستمرة في الزمن، سواء واجه الشخص تحديا أم لا، فهو دائما يشكر الله سبحانه وتعالى ثم يفكر في الحل والبدائل والاحتمالات، حتى أصبحت عادة يعيش بها في حياته، والشخص من هذا النوع تكون حياة هذا الشخص متزنة وسعيدة وهادئة (الفتي " ٢٠١٣، ٨٨).

#### خصائص التفكير الايجابي:

١- التفاؤل: يعرف قاموس أكسفورد للغة الإنجليزية التفاؤل كسمة تميل الى النظر إلى الجانب الايجابي والمشرق في الأوضاع ، و توقع النتائج الأيجابية من أي سلسلة من الأحداث ، وبعد التفاؤل دافعا قويا للتفكير الإيجابي، بوصفه سمه لأنه "أحجار زاوية النجاح". فالطاقات الحية متفائلة بطبيعتها طالما أنها مدفوعة بدافع النماء والتوسع والنجاح ( حجازي ، ٢٠١٢ : ١١٤).

٢- الذكاء الوجداني : هو القدرة على التركيز والانتباه الجيد للأفكار والمشاعر الشخصية، وفهمها وصياغتها بوضوح، وتنظيمها على وفق مراقبة وإدراك دقيق لتصرفات الآخرين ومشاعرهم، وادراكهم اذ يمكن أن يؤدي إلى الدخول في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية. تساعد هذه القدرة الفرد على التطور العقلي والانفعالي المهني، وتمكينه من اكتساب مهارات إيجابية تعزز جودة حياته. (الحوالي، ٢٠١١ : ٢٩).

٣- تحقيق الرضا وقبول الذات من دون شروط، وتطوير الكفاءة الشخصية، وتحقيق الإنجازات، واكتساب فهم أعمق للذات والمشاركة الوجدانية، وتجسيد قيم العطاء وتشجيع الآخرين، وتعزيز التفاعل الإيجابي والحب، والانفتاح على الخبرات والحكم الأخلاقي، واكتساب مهارات التفاعل الاجتماعي، والإحساس بالجمال، وتقدير التسامح والمثابرة، وتعزيز الإبداع والحكمة، والنظر بتفاؤل نحو المستقبل، والتجاوب بشكل طبيعي . ويعتبر هذا التفكير الايجابي بصفته عن وجود عدد من الخصائص المعرفية والوجدانية والسلوكية التي تتعاون فيما بينها على التمكين من التفكير ومن ثم التصرف والتفاعل في مواقف الحياة المختلفة بطريقة تحقق للفرد والمحيطين به النجاح، والفاعلية، والسعادة. (Seligman & Csikentmihalyi, 2000:55).



نظرية سيلجمان (1988), Seligman للتفكير الايجابي :

يرجع هذا المفهوم الى العالم سيلجمان (Seligman, 1988), اذ نشأت البنود الأولى للحركة العلاجية المعرفية من التفكير الإيجابي أو الواقعي بشكل خاص، وهي جزء حيوي من ميدان علم النفس المعرفي وحركة العلاج المعرفي التي تتصدر حالياً توجهات علم النفس المعاصر. وفي هذا السياق، يخصص المعالج الإيجابي جزءاً كبيراً من وقته لتوجيه الآخرين إلى أن السلوك والتفكير الإيجابيين ليسوا ضمناً على التخلص من بعض الأفكار الضارة، وإنما يتعين التركيز على تعديل واستبدال الأفكار المغلوطة والسلبية والتشاؤمية بأفكار واقعية وإيجابية. تنطلق هذه الفكرة الرئيسية من مفهوم يشير إلى " ان المنحنى المفرط نحو المرض قد تجاهل فكرة الانسان المتفتح الامكانات (ابراهيم ، ٢٠١١ : ٣٨٤) اذ اكدت نظرية في العزو theory Seligman (Attribution in) ان الطريقة التي نفسر بواسطتها الاشياء او الاحداث هي الاكثر تأثيراً على سلوكنا الحالي والمستقبلي اكثر من وقوعها، وقد يكون لها مضامين سيئة او جيدة على صحتنا النفسية او الجسدية (الحجار ، ١٩٨٩ : ٩٥). ويقسم سيلجمان (Seligman, 1988) الناس الى اصحاب اسلوب تفسير ايجابي ، واخرون الى اصحاب اسلوب تفسير سلبي ، وما يترتب عن ذلك التصنيف بالنسبة للطريقة التي نفكر بها ، ولاسيما بشأن الصحة ، فأنها تغير صحتنا ، اذ تعد اسلوب التفسير التشاؤمي احد الاساليب المؤدية للإصابة بالأمراض ينطلق اسلوب التفسير في حالتيه ( المتفائلة او المتشائمة ) من نظرية العزو لنفسه ذاتها حيث يكون الاسلوب التفسيري متشائماً يميل الشخص الى تعميم الحنة من الوضعية الاصلية على وضعيات الحياة المختلفة ويطلق احكاما عامة وقطعية على العالم والناس ، كما انه يميل ادراك الحنة على انها دائمة ونهائية وإخلاص منها ، ويمكن جلد الذات التي تعد الشخص ذاته انه هو المسؤول ، وان العلة فيه هو ، وهي علة او قصور لا يرى لنفسه خلاصاً منه . وفي المقابل فأن اسلوب التفسير المتفائل يجعل الشخص يدرك الخسارة او الدقة ، على انها محدودة ضمن حيز ما، وتوجد هناك مجالات اخرى لازالت متوفرة ويمكن ان تكون مجزية وتشكل بدائل او تعويضات معقولة او حتى ملائمة ، و يدرك الاسلوب التفسيري المتفائل الحنة او الخسارة على انها انتكاسة مؤقتة ، ومن ثم فأن امكانات الانطلاق من جديد متاحة بتوسل الوسائل الملائمة . وعلى المستوى الذاتي يحافظ اسلوب التفسير المتفائل على إيجابيه النظرة الى الذات وقدراتها وامكاناتها وتقديرها ، مما يبقى الطاقات متوفرة لجولات جديدة . اما اسلوب التفسير المتشائم الى الانهزامية والاستسلام ومن ثم القعود عن الفعل والمبادئوبما في توجيه حياة الإنسان، يُعتبر التفكير من بين القوانين الرئيسية، سواء كان إيجابياً أو سلبياً. فالأفكار التي نركز عليها بشكل مركز في عقلنا الواعي تتأصل وتتكامل في تجربتنا. ما نعتقد يتحول إلى حقيقة عندما نخصص له مشاعرنا، وكلما ازدادت قوة إيماننا وتصاعدت العواطف التي نضيفها، زاد تأثير اعتقادنا على سلوكنا وعلى كل ما يحدث لنا. يظل الأشخاص الناجحون والسعداء على الدوام واثقين من توجيههم النفسي باتجاه إيجابي. (الريب ، ٢٠٠٨ : ١٧).

الدراسات السابقة

دراسة منشد (٢٠١٣):

هدفت الدراسة الحالية الى "التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين" و تكونت عينة البحث من (٤٠٠) معلم و معلمة اختيروا بالأسلوب العشوائي الطبقي ذي التوزيع المناسب من عشرين مدرسة ابتدائية، وتحقيقاً لأهداف البحث جرى بناء مقياس التفكير لإيجابي في البحث الحالي ، اعتماداً على نظرية (al,et,Seligman ١٩٩٨) والمكون من (٥٠) فقرة موزعة على خمسة بدائل هي: ("تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ الى حد ما، لا تنطبق عليّ، لا تنطبق عليّ ابداً") وتم استخراج صدق البناء لمقياس التفكير الايجابي باستعمال التحليل العاملي، وتم استخراج الثبات بثلاث طرائق الفاكرونباخ وطريقة التجزئة النصفية وطريقة إعادة الاختبار، وكان مقدار ثبات مقياس التفكير الايجابي بطريقة الفاكرونباخ (٠.٩٢) ، في حين كان مقدار الثبات بطريقة التجزئة النصفية بلغ (٠.٨٤) و بعد تصحيحه بمعادلة (سييرمان براون) (بلغ ٠.٩١) ، وأظهرت نتائج البحث أن افراد عينة البحث يتمتعون بدرجة عالية من التفكير الايجابي (منشد، ٢٠١٣).

دراسة الإمام (٢٠٢٠):

"هدفت الدراسة الحالية الى "الكشف عن فعالية برنامج قائم على مهارات التفكير الايجابي لتنمية الامل لدى عينة من طلبة الجامعة" تكونت عينة الدراسة من (٢٦٩) طالبه من طالبات قسم علم النفس وعلوم التربية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة ورقلة، استخراج منهم (٢٢) طالبة ممن توفرت فيهن الخصائص المطلوبة، وهي انخفاض مستوى الأمل لديهن، ثم وزعت افراد العينة عشوائيا على مجموعتين (تجريبية ، ضابطة)، وقبل تطبيق البرنامج تم التأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة، تمت المجانسة بين المجموعتين في متغيرات التالية: مستوى الأمل، العمر الزمني، التخصص العلمي . ثم تلقت المجموعة الأولى البرنامج وهي المجموعة التجريبية ، في حين لم تلقت المجموعة الثانية وهي المجموعة الضابطة أي تدخل، ثم أخذت القياسات البعدية للمجموعتين والقياس التبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الأمل، وتمت معالجة البيانات إحصائيا باستخدام برنامج (Spss) وكانت النتائج على وفق الاتي: ١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدى على مقياس الأمل لصالح القياس البعدى. ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدى والتبعي على مقياس الأمل. ٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أف ارد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدى على مقياس الأمل لصالح المجموعة التجريبية. (الإمام، ٢٠٢٠).

دراسة شمل (٢٠٢٢):

أثر برنامج إرشادي تكاملي لتنمية التفكير الايجابي في الكفاءة الذاتية المدركة والتوجه المستقبلي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، تكونت عينة الدراسة من (٢٨) طالباً توزعو بالتساوي على مجموعتي البحث التجريبية التي تخضع للبرنامج الارشادي التكاملي، وتم استخدام الصدق الظاهري وصدق البناء كمؤشرات للصدق واستخراج الثبات بطريقة الاعادة واطهرت نتائج البحث تفوق المجموعة التجريبية الخاضعة الى البرنامج الارشادي على زملائهم في المجموعة الضابطة الذين لم يخضعوا للبرنامج في اختبار تنمية التفكير الايجابي وفي مقياس الكفاءة الذاتية المدركة وفي مقياس التوجه المستقبلي (شمل، ٢٠٢٢)

اجراءات البحث

أولاً: مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بطالبات الصف الثاني في معهد الفنون الجميلة للبنات في مدينة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)، الذين البالغ عددهم (١٠٢) طالبة.

ثانياً: عينات البحث:-

- ١- العينة الاستطلاعية: للتأكد من وضوح فقرات المقياس وتعليمات الاجابة وتحديد الزمن المستغرق للإجابة. تم تطبيق المقياس بصيغته الأولية على عينة من طالبات الصف الثاني في معهد الفنون الجميلة تتكون من (١٠) طالبات تم اختيارهم بطريقة عشوائية من قسم المسرح. واطهرت نتائج التجربة الاستطلاعية أن الفقرات واضحة وأن الوقت اللازم للإجابة تراوح بين ٣٠ الى ٣٥ دقيقة.
- ٢- عينة الثبات: اختارت الباحثة عينة عشوائية تكون من (١٥) طالبة من طالبات الصف الثاني في معهد الفنون الجميلة للبنات وتطبيق المقياس عليهم.
- ٣- عينة البحث النهائية: لغرض تحديد عينة البحث وتشخيصها، قامت الباحثة بتطبيق أداة البحث (مقياس التفكير الايجابي) على طالبات الصف الثاني في معهد الفنون الجميلة واللواتي يبلغ عددهن (١٠٢) طالبة، إذ بلغ عدد الطالبات الخاضعات للاختبار (١٠٢) طالبة، وتم حساب المتوسطات الحسابية لدرجات الطالبات في كل قسم، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (١٣٦.٣٥٢٤ - ١٤٤.٣٢٥٦)، وحصلت طالبات (قسم التصميم، وقسم التشكيلي) على درجات أقل من الوسط الفرضي للمقياس الذي يبلغ (١٥٠)، وبناءً على ذلك فقد تم اختيارهم ليكونو ميداناً لا إجراء البحث الحالي يوضح الجدول (١) ذلك.

جدول (١) نتائج الاختبار التشخيصي

القسم	العدد الكلي لطالبات الصف الثاني في معهد الفنون الجميلة	عدد الطالبات الخاضعات لمقياس التفكير الايجابي	المتوسط الحسابي لمقياس التفكير الايجابي
التصميم	٢٢	٢٢	١٣٦.٣٥٢٤
الخط	٢١	٢١	١٤١.٣٢٥١
التشكيلي	٢٢	٢٣	١٣٧.٧٧٢٧
المسرح	١٨	١٨	١٣٨.٤٥٨٢
الموسيقى	١٩	١٨	١٤٤.٣٢٥٦
المجموع	١٠٢	١٠٢	١٤٢.٦٨٥٢

٥- عينة البرنامج: تم اختيار قسم (التصميم)، قسم (التشكيلي) لتطبيق البرنامج التربوي لأن طالبتهم حصلت على درجات اقل من المتوسط الفرضي الذي يبلغ (١٥٠) درجة، ولتحديد تحديد عدد أفراد عينة البرنامج قامت الباحثة بتطبيق اداة (مقياس التفكير الايجابي) على طالبات الصف الثاني في معهد الفنون الجميلة ، وتم اختيار (٢٢) طالبة منهم لإخضاعهن للبرنامج التربوي واللواتي حصلت على اقل متوسط حسابي اذ بلغ (١٣٦.٣٥٢٤) وهم طالبات قسم التصميم.

**التصميم التجريبي:** اعتمدت الباحثة على التصميم التجريبي ذي المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) على

وفق الاختبارين القبلي والبعدي ومن فوائد استخدام هذا النوع من التصاميم إنه:

أ- يعد من التصاميم التجريبية ذات الضبط التجريبي العالي في مجال البحث العلمي.

ب- توفير كثير من الوقت والجهد والدقة في النتائج.

ت- يتماشى مع ظروف البحث العلمي وطبيعته ( داؤود، وانور، ١٩٩٠: ٣٠٢).

لتنفيذ التصميم التجريبي قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية وتوزيع أفرادها عشوائياً الى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، وتطبيق الاختبار القبلي (مقياس التفكير الايجابي) على المجموعتين بعد ذلك، وتم تطبيق المتغير المستقل (البرنامج التربوي) على المجموعة التجريبية، وعدم اخضاع المجموعة الضابطة له، وبعد انتهاء تطبيق البرنامج التربوي قامت الباحثة بتطبيق الاختبار البعدي (مقياس التفكير الايجابي) على أفراد كلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) لبيان أثر البرنامج التربوي لتنمية التفكير الايجابي ويوضح الجدول (٢) ذلك.

جدول (٢) التصميم التجريبي لمجموعي البحث

المجموعة	نوع الاختبار	المتغير المستقل	نوع الاختبار	الفرق
التجريبية	قبلي	تطبيق البرنامج التربوي	قبلي	بين الاختبارين
الضابطة	قبلي	/	قبلي	القبلي والبعدي

ثالثاً: تكافؤ مجموعة البحث: يجب ان تتضمن التجربة العلمية يجب السيطرة على المتغيرات جميعاً التي تؤثر في سياق معين باستثناء المتغير الذي نهتم به. بمعنى آخر، يجب الحفاظ على ثبات جميع العوامل المؤثرة وتحويل المتغير الوحيد هو الذي ندرسه ( صالح، ١٩٧٢: ٨٠ ).

وبعد أن اختيرت العينة من ( قسم التصميم، قسم التشكيلي) قامت الباحثة قبل البدء بتطبيق التجربة بإجراء عملية التكافؤ بين أفراد المجموعتين (التجريبية، والضابطة) في عدد من المتغيرات التي قد تؤثر على سلامة التصميم التجريبي ونتائجه، وقد تم اجراء التكافؤ في المتغيرات الآتية:-

أ- العمر الزمني: تم حساب العمر الزمني لطالبات عينة البحث محسوباً بالأشهر لغاية ١/١/٢٠٠٨، وتم اجراء التكافؤ باستخدام اختبار مان-وتني للعينات المتوسطة، لذا بلغت قيمة مان وتني المحسوبة (٢٢٤.٥) وهي أكبر من قيمة مان - وتني الجدولية التي بلغت (١٧١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يشير الى تكافؤ المجموعتين في متغير العمر الزمني والجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣) نتائج التكافؤ في العمر الزمني لأفراد عينة البحث

المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان وتني		مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	٢٢	٥١٢.٥	٢٣.٣	١٧١		
الضابطة	٢٢	٤٧٧.٥	٢١.٧	٢٢٤.٥	(٢٢,٢٢)	متكافئة

ب - التحصيل الدراسي للآباء: بعد جمع البيانات التي تتعلق بمستوى تحصيل الآباء لأفراد المجموعتين، صنف الآباء تبعاً لمستويات تعليمهم الى فئات عديدة ، وبما أن بعض الخلايا فيها أقل من خمسة تكرارات لذا تم دمج الخلايا وأصبح لدينا ثلاثة مستويات تعليمية هي ( ابتدائية فما دون، ثانوية، معهد وجامعة)، أظهرت النتائج باستخدام مربع كاي عدم وجود فرق دال احصائياً بين المجموعتين في متغير تحصيل الآباء، اذ كانت قيمة "مربع كاي" المحسوبة (٠.٣٩٤)، وهي أقل من

قيمة "مربع كاي" الجدولية التي بلغت (٥.٩٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، ودرجة حرية (٢)، ويشير ذلك الى تكافؤ المجموعتين في متغير التحصيل الدراسي للآباء، و يوضح الجدول (٤) ذلك.

جدول (٤) نتائج اختبار مربع كاي لتعرف دلالة الفروق بين المجموعتين بحسب متغير التحصيل الدراسي للآباء

المجموعة	ابتدائية فما دون	ثانوية	معهد وجامعية	قيمة مربع كاي		درجة الحرية	مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)
				الجدولية	المحسوبة		
التجريبية	٧	٩	٦	٥.٩٩	٠.٣٩٤	٢	متكافئة
الضابطة	٨	٧	٧				

ت- التحصيل الدراسي للأمهات: صنفت الامهات بعد جمع البيانات التي تتعلق بمستوى تحصيل الأمهات لأفراد المجموعتين، صنفت الامهات تبعاً لمستويات تعليمهن الى فئات عديدة ، وبما أن بعض الخلايا فيها أقل من خمسة تكرارات لذلك تم دمج الخلايا وأصبح لدينا ثلاثة مستويات تعليمية هي ( ابتدائية فما دون، ثانوية، معهد وجامعة )، ولذا اظهرت النتائج باستخدام مربع كاي أظهرت النتائج عدم وجود فرق دال احصائياً بين المجموعتين في متغير تحصيل الامهات، اذ كانت قيمة مربع كاي المحسوبة (٠.٤١٩) وهي أقل من قيمة مربع كاي الجدولية التي بلغت (٥.٩٩)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (٢)، مما يشير ذلك الى تكافؤ المجموعتين في متغير التحصيل الدراسي للأمهات، و يوضح الجدول (٥) ذلك.

جدول (٥) نتائج اختبار مربع كاي لتعرف دلالة الفروق بين المجموعتين بحسب متغير التحصيل الدراسي للأمهات

المجموعة	ابتدائية فما دون	ثانوية	معهد وجامعية	قيمة مربع كاي		درجة الحرية	مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)
				الجدولية	المحسوبة		
التجريبية	٨	٦	٨	٥.٩٩	٠.٤١٩	٢	متكافئة
الضابطة	٧	٨	٧				

ث- التكافؤ في الاختبار القبلي: تم تطبيق الاختبار القبلي (مقياس التفكير الايجابي) على أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) بعد استخراج الصدق والثبات الذي سيتم التحدث عنهما لاحقاً في ٥/١٠/٢٠٢٣، وبعد تصحيح درجات الطالبات في المجموعتين على الاختبار تم استخدام اختبار مان- وتني للعينات المتوسطة، وأظهرت النتائج ان قيمة مان - وتني المحسوبة (١٨٣) وهي أكبر من قيمة مان - وتني الجدولية التي بلغت (١٧١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وتشير هذه النتيجة الى عدم وجود فرق دال احصائياً بين أفراد المجموعتين في الاختبار القبلي، أي ان المجموعتين متكافئتان و يوضح الجدول (٦) ذلك.

جدول (٦) نتائج اختبار مان - وتني للتحقق من تكافؤ المجموعتين في الاختبار القبلي

المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان وتني		مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)
				المجدولية	المحسوبة	
التجريبية	٢٢	٥٥٤	٢٥.١٨	١٧١		متكافئة
الضابطة	٢٢	٤٣٦	٩.٨٢	(٢٢،٢٢)(٠.٠٥)	١٨٣	

رابعاً: أداة البحث:

مقياس التفكير الايجابي:

تبنت الباحثة مقياس التفكير الايجابي ل (منشد، ٢٠١٣)، الذي يتكون من (٥٠) فقرة موزعة على خمسة بدائل هي: ("تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ الى حد ما، لا تنطبق عليّ، لا تنطبق عليّ ابداً) وتأخذ الاوزان على التوالي (١،٢،٣،٤،٥) لل فقرات الايجابية، و (٥،٤،٣،٢،١) لل فقرات السلبية (منشد، ٢٠١٣).

الخصائص السايكومترية لمقياس التفكير الايجابي:

أولاً - الصدق: ويقصد به قدرة الأداة على قياس ما أعدت لقياسه فعلاً (عباس وآخرون، ٢٠٠٧: ٢٦١). واستخرج في هذا البحث الصدق بطريقة الصدق الظاهري.

الصدق الظاهري: للتأكد من مدى صلاحية فقرات المقياس تم عرضه بصيغته الأولية على عدد من الخبراء المتخصصين في التربية وعلم النفس لبيان رأيهم في مدى صلاحية المقياس وفقراته لذا اتفق العلماء على صلاحية الاداة في قياس ما وضعت لأجله وقد بلغت نسبة الاتفاق (٨٥ %).

الثبات: تم استخراج الثبات بطريقة الفاكرو نباخ، اذ قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من طالبات الصف الثاني من قسم الموسيقى في معهد الفنون الجميلة بلغ عددهن (١٥) طالبة وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠.٨٥) وهو معامل ثبات عال (بلوم، ١٩٨٣: ١٢٦).

تصحيح المقياس: تم اعتماد اسلوب الاجابة على الفقرات بحسب اسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي وهي (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ الى حد ما، لا تنطبق عليّ، لا تنطبق عليّ ابداً)، وتأخذ الاوزان على التوالي (١،٢،٣،٤،٥) لل فقرات الايجابية، و (٥،٤،٣،٢،١) لل فقرات السلبية علماً أن أعلى درجة للمقياس هي (٢٥٠) و أقل درجة هي (٥٠).

الصيغة النهائية لمقياس التفكير الايجابي: تكون المقياس بصيغته النهائية من (٥٠) فقرة توزعت على (٥) بدائل، وتم تطبيقه بوصفه اختباراً قبلياً قبل تطبيق البرنامج التربوي في ١٧ / ١٠ / ٢٠٢٣، وكاختبار بعدي بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التربوي في ٩ / ١١ / ٢٠٢٣.

البرنامج التربوي / من متطلبات البحث وأهدافه (بناء بر

نامج تربوي) لتنمية التفكير الايجابي لدى طالبات الصف الثاني معهد الفنون الجميلة ولتحقيق هذا الهدف اعتمدت الباحثة على عدد من الأسس العلمية هي:

- ١- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة والاستفادة منها في اعداد البرنامج.
- ٢- الاستعانة بمواقع التواصل الاجتماعي وتوظيف البرامج التربوية والإفادة منها لاسيما موضوع البحث الحالي.
- ٣- الاستعانة بالمصادر والكتب التي تتعلق بالتنمية البشرية وتوظيفها بما يتلاءم مع أهداف البحث الحالي.
- ٤- الافادة من خصائص النمو في هذه المرحلة العمرية التي تقابل مرحلة الجامعة وتنمي بخصوصية لما لها من تأثيرات كبيرة على شخصيات الطالبات مستقبلاً.

**والبرنامج:** هو مجموعة من الدروس والانشطة التربوية المعدة على وفق اسس نظرية وعلمية تشكل في مجموعها منهجاً تكاملياً من الموضوعات التربوية لتنمية التفكير الايجابي لدى طالبات الصف الثاني (قسم التصميم) (مجموعة البحث ) اللواتي بلغ عددهن ( ٢٢ ) طالبة، وتم اعداد (٦) دروس تربوية، ويتضمن الخطوات الآتية:

- أ- عنوان (الدرس )
- ب- الهدف من الدرس.
- ت- الطرائق والاساليب التربوية الملائمة لتحقيق أهداف كل درس.
- ث- المقدمة لتحفيز الطالبات وجذب انتباههم لموضوع الدرس الجديد ومراجعة الدرس السابق وربطه بالموضوع الحالي وحسب مقتضيات الموقف ومتابعة الواجب البيتي.
- ج- تنفيذ الدروس (العرض) وتشمل عرض المادة بشكل يؤدي الى تحقيق اهداف هذا الدرس مع تنفيذ مجموعة من الانشطة والتمارين من قبل الطالبات بأشكال متنوعة وبما يتناسب مع أهداف الدرس.
- ح- الواجب البيتي .

**صدق البرنامج التربوي /** بهدف التحقق من الصدق الظاهري للبرنامج الذي تم عرضه على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس لبيان آرائهم في مدى ملائمة البرنامج لأهداف البحث الحالي، وحصل البرنامج على نسبة اتفاق ٩٠% اذ تعد نسبة عالية يمكن الاخذ بها وتنفيذ البرنامج في البحث الحالي، وأصبح البرنامج جاهزاً للتطبيق على أفراد عينة البحث.

**تطبيق البرنامج/** تم تطبيق البرنامج التربوي على طالبات الصف الثاني (قسم التصميم) في معهد الفنون الجميلة اذ تم اختيارهن بناءً على نتائج الاختبار التشخيصي، قامت الباحثة بعد تطبيق الاختبار القبلي لمقياس التفكير الايجابي، بتطبيق البرنامج بتاريخ (١٧ / ١٠ / ٢٠٢٣ )، بواقع درسين في الاسبوع (الثلاثاء، الخميس)، واستغرق تطبيق كل درس (٤٥) دقيقة، وتم الانتهاء من تطبيق البرنامج بتاريخ (٩ / ١١ / ٢٠٢٣ )، ويوضح الجدول (٧) ذلك.



جدول (٧) دروس البرنامج التربوي وزمن تطبيقه

رقم الدرس	اليوم	التاريخ	عنوان الدرس
	الثلاثاء	٢٠٢٣/١٠/١٧	تطبيق الاختبار القبلي
١	الخميس	٢٠٢٣/١٠/١٩	التعريف بالبرنامج التربوي وأهدافه وتوضيح مفهوم التفكير الايجابي وأهدافه
٢	الثلاثاء	٢٠٢٣/١٠/٢٤	أنماط التفكير الايجابي
٣	الخميس	٢٠٢٣/١٠/٢٦	التخطيط
٤	الثلاثاء	٢٠٢٣/١٠/٣١	اتخاذ القرار
٥	الخميس	٢٠٢٣/١١/٢	الحب
٦	الثلاثاء	٢٠٢٣/١١/٧	مواجهة المشكلات
٧	الخميس	٢٠٢٣/١١/٩	انهاء البرنامج وتطبيق الاختبار البعدي

خامساً: الوسائل الاحصائية / تم معالجة بيانات البحث باستخدام الوسائل الاحصائية الآتية:

- ١- مربع كاي للتحقق من تكافؤ مجموعتي البحث.
- ٢- اختبار مان - وتني لضبط المتغيرات.
- ٣- الاختبار التائي لعينة واحدة.
- ٤- معادلة جوجيان لقياس فاعلية البرنامج التربوي.
- ٥- اختبار ويلكوكسن لاختبار الفروض (علام، ٢٠١٠: ١٤٨ - ٢٣٨).

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول/ التعرف على التفكير الايجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة. ولتحقيق ذلك تم قياس التفكير الايجابي لدى افراد عينة البحث اللواتي بلغ عددهن (١٠٢) طالبة، واطهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لعينة البحث قد بلغ (١٣٦.٤٢١٦)، وبانحراف معياري (٦.٤٩٩٧١)، في حين بلغ المتوسط الفرضي للعينة (١٥٠) درجة، و تبين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢١.٠٩٩) كانت أعلى من القيمة التائية الجدولية التي بلغت (١.٩٨٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠١)، مما يدل على أن افراد عينة البحث لايمتلكون تفكير ايجابي و يوضح الجدول (٨) ذلك.

جدول (٨) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط الفرضي لمقياس التفكير الايجابي

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الحكم
التفكير الايجابي	١٠٢	١٣٦.٤٢١٦	٦.٤٩٩٧١	١٥٠	٢١.٠٩٩	١٠.٩٨٦ (٠,٠٥) (١٠١)	يوجد فرق دال

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى عدم امتلاك افراد عينة البحث للتفكير ايجابي مما ادى الى اخضاعها للبرنامج التربوي الذي يهدف الى تنمية التفكير الايجابي لديهم من خلال تقديم الدروس التربوية التي قدمت لهم والتي احتوت على موضوعات هادفة تعمل على تنمية تفكيرهم وتغييره من السلبي الى الايجابي وكذلك في مساعدتهم على مواجهه مشكلاتهم وحلها بطرق سليمة والوصول لأهدافهم المستقبلية والنجاح وتحقيق ما يصبون اليه.

**الهدف الثاني/ التعرف على أثر البرنامج التربوي في تنمية التفكير الايجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة، ولتحقيق هذا الهدف تم صياغة الفرضيات الآتية:-**

أ- لا يوجد فرق دال احصائياً بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي، ولتحقق من هذه الفرضية تم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس (التفكير الايجابي) للمجموعة التجريبية، وتم معالجة البيانات احصائياً باستخدام برنامج (Spss) وبين الجدول (٩) يبين نتائج اختبار ويلكوكسن لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين.

جدول (٩) نتائج اختبار ويلكوكسن لتعرف على دلالة الفروق بين رتب درجات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي

مستوى الدلالة عند مستوى (٠,٠٥)	قيمة ويلكوكسن		مجموع الاشارات		متوسط رتب الدرجات	الاختبار	العدد
	الجدولية	المحسوبة	+	-			
دال لصالح الاختبار البعدي	٦٥	١	٢١	١	٥٤.٨٤	القبلي	٢٢
	(٠,٠٥)(٢٢)				٦٢,٦٠	البعدي	

يتضح من الجدول (٩) أن قيمة ويلكوكسن المحسوبة (١) أقل من قيمة ويلكوكسن الجدولية (٦٥) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، مما يعني وجود فرق ذو دلالة احصائية بين الاختبارين كليهما ولصالح الاختبار البعدي، لذا ترفض الفرضية الصفرية الاولى التي تنص على أنه: لا يوجد فرق دال احصائياً بين رتب درجات المجموعة التجريبية على

الاختبارين القبلي والبعدي. لذا قامت الباحثة بقياس فاعلية البرنامج التربوي باستخدام معادلة ماك جوجيان وكما يتضح في الجدول (١٠)

جدول (١٠) اختبار نتائج ماك جوجيان لقياس فاعلية البرنامج التربوي

المجموعة	الاختبار	متوسط الدرجات	الدرجة العظمى	نسبة الفاعلية
التجريبية	القبلي	١٣٧.٧٧٢٢٧	٢٥٠	٠.٦١
	البعدي	٢١١.٩٥٤٥		

تشير هذه النتيجة الى أن للبرنامج التربوي تأثير واضح في تنمية الافكار الايجابية لدى افراد المجموعة التجريبية بارتفاع متوسط درجات الطالبات في الاختبار البعدي، لاحتواء البرنامج على مجموعة من الدروس والانشطة المتنوعة أسهمت في تنمية التفكير الايجابي لدى الطالبات.

ب- لا يوجد فرق دال احصائياً بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار البعدي، وللتحقق من هذه الفرضية تم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق الاختبار البعدي لمقياس (التفكير الايجابي) على المجموعتين التجريبية والضابطة، وتمت معالجة البيانات احصائياً باستخدام برنامج (Spss) ويبين الجدول (١١) نتائج اختبار ويلكوكسن لتعرف دلالة الفروق بين الاختبارين.

جدول (١١) نتائج اختبار مان - وتني لتعرف على دلالة الفروق بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار البعدي

الاختبار	العدد	متوسط الدرجات	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان وتني		مستوى الدلالة عند (٠.٠٥)
					الجدولية	الحسوية	
التجريبية	٢٢	٧٣٧	٣٣.٥	١٠.٥٠	١٧١	٠.٠٠٠	دال لصالح التجريبية
الضابطة	٢٢	٢٥٣	١١.٥	٣٠.٥٠	(٢٢, ٢٢)(٠.٠٥)		

يتضح من الجدول (١١) أن قيمة مان- وتني المحسوبة (٠) وهي أقل من قيمة مان - وتني الجدولية التي بلغت (١٧١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يدل على وجود فرق ذو دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) على الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية مما يدل على أثر البرنامج التربوي في تنمية التفكير الايجابي لديهم والتطلع الى المستقبل وتحقيق الاهداف، لذد ترفض الفرضية الصفرية الثانية التي تنص على أنه "لا يوجد فرق دال احصائياً بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار البعدي".

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات:

- تقدم الباحثة استناداً الى ما تم الوصول اليه من نتائج الاستنتاجات الآتية :
- ١- يعد التفكير الايجابي من المتغيرات المهمة في تكوين الشخصية الانسانية التي لها أثر كبير في سلوك الفرد وتعامله مع الآخرين مما يؤدي الى تحقيق نوع من التوازن النفسي للإنسان لذا يمكن تنمية التفكير الايجابي باستخدام البرامج التربوية.
  - ٢- فاعلية البرنامج التربوي المستخدم في البحث الحالي في تنمية التفكير الايجابي لدى افراد المجموعة التجريبية(عينة البحث) في الاختبار البعدي.

التوصيات:

- ١- بما ان علم النفس الايجابي يتناول مفاهيم ايجابية داخل المنظومة الفكرية، والنفسية، والاجتماعية لذا توصي الباحثة ان تقوم الهيئات التربوية والتعليمية بنشر ثقافة علم النفس الايجابي داخل الوسط التربوي بالتطرق إلى مفاهيمه الايجابية سواء بالندوات، أو المحاضرات، أو الدورات.
- ٢- عقد دورات لتعليم الطلبة اهمية التفكير الايجابي البعيد عن السذاجة والسطحية في تناول الموضوعات التي تنمي الافكار الايجابية لديهم.
- ٣- ضرورة صياغة الكتب الدراسية بطرائق تتماشى مع مبادئ علم النفس الايجابي .
- ٤- فتح مراكز لتقديم الدعم والحلول للشباب ومساعدتهم في حل مشكلاتهم وتنمية افكارهم الايجابية ومساعدتهم للوصول الى درجات عالية من النجاح والتفوق.
- ٥- ضرورة تنمية التفكير الايجابي بأنواعه للطلبة جميعاً. وتدريبهم على وضع خطط مستقبلية تناسب اهدافهم وطموحاتهم.

المقترحات:

- ١- اجراء دراسة مماثلة على طالبات المرحلة الاعدادية .
- ٢- اجراء دراسة مماثلة على طالبات المرحلة الجامعية.
- ٣- اجراء دراسات أكثر تعمقاً عن موضوع التفكير الايجابي بوصفه عاملاً مهماً في نجاح العملية التعليمية.
- ٤- اجراء دراسة ارتباطية حول العلاقة بين التفكير ومتغيرات نفسية أخرى(التفاؤل، والثقة بالنفس، والابداع).
- ٥- اجراء دراسة مقارنة في تنمية التفكير بين مدارس البنين والبنات.

٦- الافادة من البرنامج التربوي المستخدم في الدراسة الحالية وتطبيقه لدراسة متغيرات أخرى كالمطوح والثقة بالنفس والتفاؤل وتحقيق الذات ومواجهة المشكلات وغيرها.

٧- الافادة من البرنامج التربوي المعد في البحث الحالي لتنمية التفكير الايجابي لدى طالبات معهد الفنون الجميلة من المعنيين في المؤسسات التعليمية والتربوية.

#### المصادر:

- ١- ابراهيم، عبد الستار(٢٠١١): العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث (أساليبه وميادين تطبيقه) ،الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مصر.
- ٢- الاعسر، صفاء يوسف (٢٠٠٢) : التعليم من اجل التفكير ، دار قباء ، القاهرة ،مصر.
- ٣- الإمام، سعيدة(٢٠٢٠) :فعالية برنامج قائم على مهارات التفكير الايجابي في تنمية الأمل لدى طلبة الجامعة (دراسة تجريبية بجامعة ورقلة)، اطروحة دكتوراه منشورة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- ٤- بلوم، بنيامين وآخرون (١٩٨٣): تقييم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد امين المفتي واخرون، دار مكارو هيل للنشر والتوزيع، القاهرة - مصر
- ٥- بيل، نورمان (٢٠٠١): قوة التفكير الايجابي .القاهرة: دار الثقافة للنشر والتوزيع، مصر.
- ٦- جروان ، فتحي عبد الرحمن (٢٠٠٥): تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات ، ط٢، دار الفكر للنشر ، عمان - الاردن.
- ٧- الحجار محمد (١٩٨٩): الطب السلوكي المعاصر ، أبحاث في اهم الموضوعات علم النفس الطبي والعلاج السلوكي ، دار الملايين ، بيروت.
- ٨- حجازي ، مصطفى (٢٠٠٥): الإنسان المهدور، ط١، المركز الثقافي العربي ، بيروت-لبنان.
- ٩- ---- (٢٠١٢) :إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي (، التنوير للطباعة والنشر) ، بيروت - لبنان.
- ١٠- الحمداني، منال رشيد صالح (٢٠٠٧) :أثر برنامج تربوي في تعديل الظواهر السلوكية غير المرغوبة لدى أطفال الرياض، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الموصل، العراق.
- ١١- الخفاجي، ابتسام جعفر جواد وجبير، عقيل أمير.(٢٠١٨): فاعلية استراتيجية دائرة الأسئلة في التفكير الايجابي لدى طلبة الصف الأول المتوسط في مادة العلوم،مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، (٤١)جامعة بابل ، (١١٤ -١١٢٩).
- ١٢- الخولي، محمد سعيد (٢٠١١): الذكاء الوجداني ما بين النشأة والتطبيق ، سلسلة إصدارات علم النفس الإيجابي (١)، ط١، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة- مصر .
- ١٣- دافيد، فوتانا (٢٠٠٨): الضغوط النفسية: تغلب عليها وابدأ الحياة، ترجمه حمدي الفرماوي ورضا ابو سريع، ومكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة- مصر.

- ١٤- داؤود، عزيز حنا وانور حسين عبد الرحمن (١٩٩٠): مناهج البحث التربوي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، دار الحكمة للطباعة والنشر، جامعة بغداد.
- ١٥- الرقيب، سعيد بن صالح (٢٠٠٨): أسس التفكير الايجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية، كلية التربية، جامعة البصرة.
- ١٦- السلطاني، عزيمة عباس (٢٠١٠): تأثير منهج إرشادي لتنمية التفكير الايجابي على التصور الذهني للاعبين الشباب بكرة السلة، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد (٣) المجلد الثالث، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- ١٧- شمل، شيماء عباس (٢٠٢٢): أثر برنامج إرشادي تكاملي لتنمية التفكير الايجابي في الكفاءة الذاتية المدركة والتوجه المستقبلي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، مجلد (61) العدد (3)، كلية التربية للعلوم الصرفة / ابن الهيثم / جامعة بغداد-العراق
- ١٨- صالح، أحمد زكي (١٩٧٢): علم النفس التربوي، ط١، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.
- ١٩- فتحي زهراء (٢٠٢١): التفكير الايجابي وأهميته لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة بحوث ودراسات الطفولة، ٣(٦) جامعة كربلاء، ١٨١، ١٩٨.
- ٢٠- عبد السلام، عبدالسلام مصطفى (٢٠١٢): دور مناهج العلوم والمعلمين في مساعدة اطفالنا ليصبحوا مفكرين ومتعلمين وفعالين في العلوم، مجلة الخليج العربي، الكويت.
- ٢١- العبيدي عفراء ابراهيم خليل (٢٠١٣): التفكير الايجابي - السلمي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد المجلة العربية لتطوير التفوق، المجلد الرابع، العدد ٧.
- ٢٢- العنزي، يوسف محيلان سلطان (٢٠٠٧): اثر التدريب على التفكير الايجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الأساسية، جامعة الكويت.
- ٢٣- ..... (٢٠١٠): أثر التدريب على التفكير الايجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، مجلة كلية التربية الأساسية. المجلد الثاني والعشرون، العدد 15.
- ٢٤- عباس، محمد خليل، ومحمد بكر نوفل، ومحمد مصطفى العيس، وفريال محمد بو عواد (٢٠٠٧): مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ٢٥- علام، صلاح الدين محمود (٢٠١٠): الأساليب الاحصائية الاستدلالية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية (البارامترية واللابارامترية)، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٦- عودة، كهرمان هادي (٢٠٢٠): التفكير الايجابي لدى طالبات كلية التربية للبنات، المجلة الدولية للعلوم الانسانية والاجتماعية، العدد ١٥ جامعة القادسية.

- ٢٧- غانم، زياد بركات (٢٠٠٥) : التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة : دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية، مجلة دراسات عربية في علم النفس-٤ (٨٥-١٣٨).
- ٢٨- الفقي، إبراهيم (٢٠١٣) قوة التحكم في الذات .جدة: مؤسسة الخطوة الذكية للنشر والتوزيع.
- ٢٩- ---- (٢٠١٠) قوة الفكرة ( ط١). سطيف الجزائر، مكتبة عراس.
- ٣٠- معلوف، لويس (١٩٨٨): المنجد في اللغة ، ط٣٥، دار المشرق للطباعة والنشر، بيروت.
- ٣١- منشدة، الهلالي حسام مجيد (٢٠١٣): التفكير الايجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية للعلوم الإنسانية. جامعة كربلاء.
- ٣٢- الهزاع، سناء مجول (١٩٩٩) :أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات التفكير العلمي لطلبة المرحلة المتوسطة، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة بغداد.
- ٣٣- الياسري، عبدالله جواد (٢٠١١)، بطاء التعلم لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في ضوء المتغيرات الاسرية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، العدد التاسع، مطبعة اسعد ، بغداد.

#### List of Sources in English:

- 1-Ibrahim, Abdel Sat tar (2011): Modern cognitive behavioral psychotherapy (its methods and fields of application), Egyptian General Book Authority, Cairo
- 2- Al-Aasar, Safaa Youssef (2002): Education for Thinking, Dar Quba, Cairo, Egypt.
- 3-Al-Anazi, Yusef Mahilan Sultan (2007): The effect of training on positive thinking and learning strategies in treating academic delay among fourth-grade primary school students in the State of Kuwait, doctoral thesis, College of Basic Education, Kuwait University.
- 4-Al-Imam, Saida (2020): The effectiveness of a program based on positive thinking skills in developing hope among university students (an experimental study at the University of Ouargla), published doctoral thesis, Faculty of Humanities and Social Sciences, Kasdi Merbah University, Ouargla.
- 5- Bloom, Benjamin and others (1983): Summative and formative student assessment, translated by Muhammad Amin al-Mufti and others, Macro Hill Publishing and Distribution House.
- 6-Bell, Norman. (2001). The power of positive thinking. Cairo: Dar Al-Thaqafa for Publishing and Distribution.
- 7-Jarwan, Fathi Abdel Rahman (2005): Teaching Thinking (Concepts and Applications), 2nd edition, Dar Al-Fikr Publishing, Amman - Jordan.

- 8- Al-Hajjar, Muhammad (1989): Contemporary Behavioral Medicine, Research on the Most Important Topics of Medical Psychology and Behavioral Therapy, Dar Al-Millain, Beirut.
- 9- Hijazi, Mustafa (2005: (The Wasted Man), 1st edition, Arab Cultural Center, Beirut-Lebanon.
- 10-.....(2012):Releasing the Energies of Life (Readings in Positive Psychology), Al-Tanweer Printing and Publishing, Beirut - Lebanon.
- 11- Al-Hamdani, Manal Rashid Saleh (2007): The effect of an educational program on modifying undesirable behavioral phenomena among kindergarten children, Master's thesis, College of Education, University of Mosul, Iraq.
- 12- Al-Khafaji, Ibtisam Jaafar Jawad and Jabr, Aqeel Amir. (2018). The effectiveness of the question circle strategy in positive thinking among first-year intermediate students in science. University of Babylon, Journal of the College of Basic Education for Educational and Human Sciences, (41), (114- 1129).
- 13- Al-Kholy, Muhammad Saeed (2011): Emotional intelligence between development and application, Positive Psychology Publications Series (1), 1st edition, Anglo-Egyptian Library.
- 14- David, Fontana (2008): Psychological Pressures: Overcome Them and Start Living, translated by Hamdi Al-Faramawi and Reda Abu Sari', and the Anglo-Egyptian Library
- 15-Daoud, Aziz Hanna and Anwar Hussein Abdel Rahman (1990): Educational Research Methods, Ministry of Higher Education and Scientific Research, Dar Al-Hekma for Printing and Publishing, University of Baghdad.
- 16- Al-Raqib, Saeed bin Saleh (2008): The foundations of positive thinking and its applications towards the self and society in light of the Sunnah of the Prophet, College of Education, Al Barha University.
- 17- Zahraa Fathi (2021): Positive thinking and its importance for kindergarten teachers. Journal of Childhood Research and Studies, 3(6), 181-198.
- 18- Al-Sultani, Azima Abbas (2010): The effect of a guidance curriculum to develop positive thinking on the mental perception of young basketball players, Journal of Physical Education Sciences, Issue (3), Volume Three.
- 19- Saleh, Ahmed Zaki (1972): Educational Psychology, 1st edition, Egyptian Nahda Library, Cairo, Egypt.



- 20- Abdul Salam, Abdul Salam Mustafa (2012): The role of science curricula and teachers in helping our children to become thinkers, learners, and effective in science, Arabian Gulf Magazine, Kuwait.
- 21-Al-Obaidi Afra Ibrahim Khalil (2013): Positive-negative thinking and its relationship to academic adjustment among students at the University of Baghdad, Arab Journal for the Development of Excellence, Volume Four, Issue 7.
- 22- Al-Anazi, Yousef Mahilan Sultan (2010): The effect of training on positive thinking and learning strategies in treating academic delay among fourth-grade primary school students in the State of Kuwait, Journal of the College of Basic Education. Volume Twenty-Two, Issue 15.
- 23- Abbas, Muhammad Khalil, Muhammad Bakr Nofal, Muhammad Mustafa Al-Abs, and Faryal Muhammad Bou Awad (2007): An Introduction to Research Methods in Education and Psychology, 1st edition, Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- 24- Allam, Salah El-Din Mahmoud (2010): Inferential statistical methods in analyzing psychological, educational and social research data (parametric and non-parametric), 1st edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- 25- Odeh, Kahramana Hadi (2020): Positive thinking among students of the College of Education for Girls, International Journal of Humanities and Social Sciences, Issue 15.
- 26- Ghanem, Ziad Barakat (2005): Positive and negative thinking among university students: a comparative study In light of some demographic and educational variables, Journal of Arab Studies in Psychology-4 (85-138).
- 27- Al-Feki, Ibrahim. (2004) The Power of Self-Control. Jeddah: Smart Step Foundation for Publishing and Distribution.
- 28- .....( 2010 (The Power of the Idea.) 1st edition) Setif, Algeria, Aras Library.
- 29-Maalouf, Louis (1988): Al-Munajjid fi Al-Lughah, 35th edition, Dar Al-Mashreq for Printing and Publishing, Beirut.
- 30- Munshid, Al-Hilali Hossam Muhammad (2013): Positive thinking and its relationship to methods of dealing with psychological stress among teachers. Unpublished doctoral thesis. College of Education for Human Sciences. University of Karbala.
- 31-Nour, Iman Adel Ali (2022): Positive thinking, its goals, theories, and dimensions, supplementary research among the requirements

for obtaining a master's degree in education, Egyptian Society for Reading and Knowledge.

- 32- Al-Hazzaa, Sanaa Majoul (1999): The impact of a training program to develop scientific thinking skills for middle school students, doctoral thesis (unpublished), College of Arts, University of Baghdad.
- 33- Al-Yasiri, Abdullah Jawad (2011), Slow learning among fourth-grade primary school students in light of family variables, Journal of Educational and Psychological Sciences, ninth issue, Assad Press, Baghdad.

المصادر الاجنبية:

- 1- Al-Murad, Nibras Younis Muhammad, (2010): Building and Applying the Self-Efficiency Scale for Athletes, Tikrit University Journal, Volume (15) No. (11), p. (246).
- 2- Diener, E. Oishi, R., & Lucas, R. (2005): Optimum levels of happiness Manuscript in preparation.
- 3- Kierkegaard , Erin. (2005): Positive Thinking: Toward a Conceptual Model and Organizational Implications. Pace University Digital Commons @pace. Honors College Theses pforzhemer Honors College
- 4- Seligman&Csikszentmihalyi, M, (2000): Positivepsychology. A introduction, American psychologist, 55, 5-14.