

التفكير الايجابي وعلاقته بالإداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين

أ.م. د زينة شهيد علي البندر Zinnsh82@gmail.com

جامعة ديالى – كلية التربية المقداد

الكلمة المفتاحية: التفكير الايجابي، الاداء القائم على الحكمة

Key words : Positive Thinking , Wisdom Based Performance

تاريخ استلام البحث : ٢٠٢٢/١١/٢

DOI:10.23813/FA/27/3

FA/202309/27C/12/484

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي الى التعرف :

- ١- التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين .
 - ٢- الاداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين
 - ٣- قوة واتجاه العلاقة بين التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة.
 - ٤- مدى اسهام التفكير الايجابي بالاداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين وتقييم دلالاته الاحصائية
- وبعد اطلاع الباحثة على الادبيات والدراسات السابقة اعتمدت الباحثة على مقياس (الهلامي، ٢٠١٣) للتفكير الايجابي والذي يتكون بصيغته النهائية من (٣٩) فقرة كما اعتمدت الباحثة مقياس (الاعرجي، ٢٠١٩) للإداء القائم على الحكمة الذي يتكون بصيغته النهائية من (٥٠) فقرة. وبعد التحقق من الخصائص السايكومترية للمقياسين على عينة البحث الاساسية المتكونة من (٢٠٠) مرشد ومرشدة، وفي ضوء النتائج قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات والمقترحات.

The Positive Thinking among Wisdom Based Performance for Postgraduate among educational counselors

Zina Shahied Ali

Abstract

The current study aims to identify:

- 1- The Positive Thinking among educational counselors.
- 2- The Wisdom Based Performance for Postgraduate among educational counselors .

3- reveal the relationship Correlation between emotional support and exploratory behavior .

4- Effect extent Positive Thinking in Wisdom Based Performance for Postgraduate among educational counselors .

The research sample consisted the researcher relied on a scale (Al-Hilali ,2013) Positive Thinking which in its final form consists of (39) paragraph , The researcher also adopted a scale (Al- Araji, 2019) The Wisdom Based Performance for Postgraduate which in its final form consists of (50) paragraph , After checking the pro-speaker characteristics of the two main components of the mainstream search (200) Guide and guard , In light of the results the researcher presented a set of recommendations and suggestions.

الفصل الاول

مشكلة البحث:

تتبع مشكلة البحث الحالي من أن الانسان الناجح في المجتمع هو المحور الأساسي الذي تدور حوله الضغوط النفسية والاجتماعية ، إذ إن المرشدين التربويين شريحة تمثل موقع مؤثر علمياً ، واجتماعياً ، ونفسياً وانفعالياً لما يمتلكون من اقتدار وتمايز وتنوع وقدرة على التأثير على طلبتهم لذا جاءت هذه الدراسة لتحاول التعرف على التفكير الإيجابي لدى المرشدين التربويين ومدى ارتباطها بالإداء القائم على الحكمة (Bandura,1994:p.77) وفي حين يرى " ايرك فروم" أن المهمة الأساسية للإنسان منذ بداية حياته وحتى آخر يوم في حياته يحاول التوظيف الكامل لإمكاناته وقدراته وصولاً إلى التكوين التام لشخصيته على النحو الذي يجب أن يصل إليه (محمد وعاطف: ٢٠١٠: ٢٨). وكذلك جاءت هذه الدراسة لتقديم إطار نظري معمق حول الحاجة إلى التفكير الإيجابي لدى المرشدين حتى يستطيعوا مواكبة التسارع في حجم ونوعية المعلومات في حياتنا المعاصرة ، وزيادة فعالية هذا التفكير ليصبح قادراً على متابعة التقدم التكنولوجي والثروة المعرفية الآخذة بالزيادة يوماً بعد يوم بسبب المستجدات الطارئة على حياة الإنسان في هذا العالم (غانم، ٢٠٠٥: ١٥) . ان الاداء القائم على الحكمة هو الذي يقوم بدور الموازنة التي تحكم التفكير والمهارات المعرفية التي يستخدمها الفرد من اجل مصلحته الشخصية وكذلك للمجتمع فلا قيمة للتفكير دون حكمة وتوظيفها للصالح العام ، ولم تنظر الباحثة للحكمة بما هي حالة تطورية او تفكير يستند الى الحكمة بل نظرت إليها بما هي اداء قائم على الحكمة المستندة الى الخبرة والمعرفة الواسعة بالحقائق الاساسية في الحياة (الاعرجي: ٢٠١٩: ٥) . وأن الانخفاض في الاداء القائم على الحكمة يعد مؤشراً لانخفاض المهارات والقيم المرتبطة بالتعامل مع الاخر. وأشارت الادبيات النفسية الى ان الاداء ومقدار المعارف والمهارات القائمة على الحكمة كمنظومة للخبرة الواسعة في امور الحياة الأساسية ينطوي على النظرة الثاقبة للجوانب الجوهرية المميزة للوجود الانساني بحدوده البيولوجية وبيئته الثقافية، ويتضمن تناسقاً وتوازناً منسجماً بين المعرفة والدوافع والانفعالات (لوبيز وسنايدر: ٢٠١٣: ٢٣٩). وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية بالإجابة عن التساؤل الآتي:-

- هل توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة ؟

اهمية البحث :

التفكير الإيجابي هو عملية وإجراء وليس هدف في حد ذاته ويسعى الإنسان في أي مرحلة عمرية كان ، وبغض النظر عن الزمان والمكان الذي يوجد فيه إلى أن تكون حياته مليئة بالسعادة، والرفاهية، والنجاح المستمر في كل مجالات حياته، ولذلك نلاحظ ان الإنسان يسعى جاهداً لجلب لنفسه السعادة والخير والمصالح المادية والمعنوية، وأن يدفع عن نفسه الضرر ، ومن أجل وصول الإنسان إلى أهدافه ان يقوم أولاً بتغيير نمط تفكيره بتبني منهج فكري سليم عن نفسه وعن المجتمع الذي يعيش فيه وعن الحياة بصورة عامة، وأن يتعلم على التخلي عن الافكار السلبية التي تحدد من قدراته (كينان: ٢٠٠٥: ٥١). وعندما نوازن بين الشخص الإيجابي والشخص السلبي نجد أن الفرق بينهما لا يعود الى الظروف المناسبة أو لقدرات وامكانيات الفرد بقدر ما يكمن في قوة الإرادة وفي قناعة الفرد بإمكانية تحقيق النجاح، فعندما يتصرف الفرد من ناحية اعتقاده بإمكانية تحقيق هدف ما، فإن عقل الفرد سوف يعمل على توجيه تفكيره للعمل بشكل افضل(العنزي: ٢٠٠٨: ٢٠). وفي هذا السياق أشارت دراسة كل من ولسن وبيرير (Wilson& Perper,2004) إلى وجود ارتباط موجب ودال بين استدعاء الأفكار الإيجابية والحالة المزاجية والأخلاقية ، وقد أكد ان (٩٢%) من عينة الدراسة أن استدعائهم للأفكار الإيجابية مثل الرضا والتفاؤل يؤدي إلى استجابات انفعالية جيدة ومريحة (Willson,perper,2004:p195). وأشارت دراسة (لهاللي، ٢٠١٣) الى وجود علاقة دالة ايجابية بين التفكير الإيجابي واسلوب مواجهة ضغوط الحياة بطريقة ايجابية أكثر من اعتمادهم على الاسلوب الديني والروحي في التعامل مع ضغوط الحياة. وتأتي أهمية الأداء القائم على الحكمة في كونه يمثل النهاية الافضل للنمو البشري، ولذا نجد العناية المتزايدة به عبر مراحل التاريخ المختلفة وفي كافة الحضارات . وقد تنامي التركيز على مفهوم الحكمة في الآونة الاخيرة ويرجع البعض ذلك الى ارتباطه بطبيعة المجتمعات الصناعية التي اصبحت مجتمعات تتصف بالتنوع والتعددية، فلم يعد من الواضح كيف يمكن للفرد ان يعيش حياته؟ ومن هنا ظهرت الحاجة الى بلورت الدور المهم الذي تلعبه الحكمة في حياة الفرد المعاصرة وهو تنوع الحقل العلمية والتي توزعت من الفلسفة والدراسات الدينية والأنثروبولوجيا والعلوم السياسية والتربية وعلم النفس (لوبيز وسنايدر: ٢٠١٣:٣١٦). ومما يعزز اهمية الاداء القائم على الحكمة هو أن الحكمة تقوم بدور الربط بين الجوانب النفسية المختلفة في الشخصية، اذ انها تتضمن مجموعة من العوامل التي تتكامل مع بعضها البعض، بما في ذلك العوامل المعرفية والشخصية والوجدانية والاجتماعية والاخلاقية وعوامل مرتبطة بالخبرة، وهذا يؤكد على ان الحكمة مكون معقد ومتعدد الابعاد، وانها قابلة للتطور وان السياقات البيئية والثقافية يمكن ان تيسر او تعوق نمو الحكمة لدى الافراد على مدار حياتهم(ال دحيم:٢٠١٤: ٤). إن حاجتنا في الحياة ليس فقط في رفع قدرتنا الفردية لكي نصل الى الحد الاقصى من الانجاز بل ايضا في تصعيد كيفية استعمال تلك القدرات لرفع قدرات الاخرين كي يصلوا الى الحد الاقصى من الانجاز، وهذا الطموح لا يؤمن الا بالحكمة، اذ انها تطبيق قدرات الذكاء الناجح والابداع اتجاه الصالح العام (Sternberg:2010:p 226). لقد قام (الاعرجي، ٢٠١٩) بدراسة هدفت معرفة العلاقة بين التفكير المنتج والاداء القائم على الحكمة لدى طلبة الدراسات

العليا (الدكتوراه) في جامعة الفرات الاوسط على عينة بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة ، إذ اثبتت نتائج الدراسة ان الاداء القائم على الحكمة دال احصائيا وانهم لديهم اداء قائم على الحكمة، كما توصلت الى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين التفكير المنتج والاداء القائم على الحكمة لدى طلبة الدراسات العليا (الدكتوراه). وعلى ذلك يمكن القول إن المرشد التربوي يعتبر مفتاح العملية التربوية لما له من دور فعال داخل المدرسة ومساعدة الطلبة على مواجهة المشاكل التي تواجههم سواء في الحياة الاجتماعية او داخل المدرسة، فهو المسؤول عن ادارة العملية التربوية على أسس علمية اصيلة (الهلالي :٢٠١٣: ٤). ويعتبر المرشد التربوي حجر الزاوية في المنظومة التعليمية، وإن نتائج التعليم تعتمد بصفة اساسية لما يقدمه من خدمات ارشادية داخل المؤسسة التربوية (عزت وجلال: ١٩٩٧: ١٥٥).

ويمكن ايجاز اهمية البحث النظرية في الاتي :

١- ان البحث الحالي يقف على موضوعين لهما ارتباط مباشر بالحياة التربوية والاجتماعية ويتصل بمستوى أداء الفئة لمهمة في العملية التربوية وهم المرشدون التربويون، ومعرفة هذه الجوانب تمكن من تبني استراتيجيات ترفع من ادائهم على المستوى العلمي والحياتي.

٢- ان محاولة الباحثة ايجاد الربط بين التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة يمثل طموحاً علمياً لربط الجوانب المعرفية بالجوانب الانسانية الاخرى العاطفية والسلوكية ومن ثم انعكاساً على النضوج الشخصي في مناحي الحياة.

٣- تظهر حيوية البحث الحالي في كونه يلبي حاجة ماسة للمجتمع العراقي نظراً للأوضاع العصيبة التي مر بها بلدنا (العراق) مما يحتم علينا الاعتناء بالدراسات التي تصوغ التفكير الايجابي والشخصية ذات الاداء القائم على الحكمة
اهمية البحث التطبيقية في الاتي:

اهمية البحث التطبيقية فتكمن في النتائج المتوقعة منه والتوصيات وإمكانية الاستفادة منها في تفعيل التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة في المؤسسة التربوية .

اهداف البحث : يهدف البحث الحالي التعرف على :-

- ١- التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين.
- ٢- الاداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين
- ٣- ايجاد قوة العلاقة على وفق متغيري البحث التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين.
- ٤- مدى اسهام التفكير الايجابي بالأداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين وتقويم دلالاته الاحصائية.

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين التابعين الى مديرية تربية ديالى ولكلا الجنسين (ذكور، اناث) للعام الدراسي (2022-2023) .

تحديد المصطلحات :

أولاً : التفكير الايجابي **Positive Thinking** : وقد عرفه كل من :

• سليجمان (٢٠٠٣):

التفكير الايجابي بأنه استعمال أو تركيز النتائج الايجابية للعقل البشري على كل ما هو بناء وجيد من أجل التخلص من الأفكار الهدامة أو السلبية ولتحل محلها الأفكار والمشاعر الإيجابية .

(Seligman&pawelski,2003,p:160).

• سكوت دلبيو (٢٠٠٣) :

التفكير الايجابي هو قدرتنا الفطرية للوصول إلى نتائج أفضل عبر أفكار إيجابية (دلبيو، ٢٠٠٣، ٤٩).

• بايلس و سليجمان (٢٠٠٩) :

التفكير الايجابي هو التفاؤل بكل ما تحمله هذه الكلمة من معنى ، والنظر الى الجميل في كل شيء. وله أثر فعال وقوي في نفسيتنا وأمور حياتنا اليومية والمستقبلية. ويمنح من يمارسه القوة والاصرار على تحويل الأحلام إلى واقع، كما يساعد على التغلب على الاكتئاب وحالات الاحباط (بايلس وسليجمان: ٢٠٠٩: ٢٣).

• التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (سليجمان، ٢٠٠٣) تعريفاً نظرياً كونه تم الاعتماد على نظريته في بناء مقياس التفكير الايجابي لـ (الهاللي، ٢٠١٣).

• التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن طريق الاجابة على مقياس التفكير الايجابي.

ثانياً : التفكير القائم على الحكمة **Wisdom Based Performance** : عرفه كل

من :-

• برلين وفيشر (١٩٩٠) :

تكامل الواجه الانفعالية والسلوكية والمعرفية من القدرات الانسانية في مواجهة مشاكل الحياة ومهامها، وهي توازن بين القوى المتعارضة من العاطفة الشديدة والانعزال، الفعل واللافعل، المعرفة والشك (لوبيز وسنايدر ٢٠١٣: ٢١٨).

• بالتس وستود ينجر (١٩٩٣) :

نظام المعرفة الخبيرة في الاسس النفعية في الحياة، الذي يتيح بصيرة استثنائية ، وقرارات، ونصائح في امور معقدة وغير واضحة من حالات الانسان (بالتس وستود ينجر: ١٩٩٣: ٧٦).

• بالتس وكونزمان (٢٠٠٣) :

المعرفة الخبيرة والحكم على الاسئلة الصعبة والمهمة وغير المؤكدة التي ترتبط بمعنى الحياة والسلوك (بالتس وكونزمان: ٢٠٠٣: ١٣١).

• التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (برين، ١٩٩٠) تعريفاً نظرياً المعتمد على نظريته في بناء مقياس الاداء القائم على الحكمة من قبل (الاعرجي، ٢٠١٩).

• التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عند الاجابة عن فقرات مقياس الاداء القائم على الحكمة.

الفصل الثاني

الاطار النظري

اولاً : التفكير الايجابي :

نظرية سليجمان : ١٩٩٨

يرى صاحب هذه النظرية(سليجمان ، ١٩٩٨) ان كلاً من التفاؤل والتشاؤم هما أسلوبان في التفكير ، وفي تفسير الوقائع والاحداث، طريقة تفسيرنا للوقائع لا تقتصر على مجابهة حالة خاصة من نجاح أو فشل ، بل هي تتوقف على الفكرة التي تكونها عن القيمة العامة التي نعطيها لأنفسنا ولإمكاناتنا وفرصنا ولمكانتنا في الحياة. ويمكن أن نتعلم التفاؤل او التشاؤم بناءً على خبراتنا ونمط تنشئتنا، بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز ومكانة، أو إحاطة وزجر وإهمال، وحط من القيمة. وحيث إن هذا الاسلوب التفاؤلي أو التشاؤمي في التفكير متعلم، فإنه يمكن إعادة تعلمه، واستبداله من خلال أساليب تدريبية علاجية (الهلالي، ٢٠١٣). وقد اشار سليجمان ١٩٩١ أن الأفراد يملكون الحرية والمقدرة الكاملة في اختيار طريقة تفكيرهم ، كما اكد ذلك كل من (Walton,1985) و (Lawler,1986) و (Manz & sims,1989) وأن ذلك يؤدي إلى أن الفرد يكتشف جوانب القوة التي لديه ويستعمل أساليب وأنشطة موجهة لإدارتها، والتي تجعله أكثر تحكماً بصورة إرادية في اتجاهات ومسارات تفكيره (العنزي: ٢٠٠٧ : ٨) كما استند إلى هذا النموذج وأدخل عليه بعض التطوير مقدماً ثلاثيته الشهيرة التي يتناقض في مقدمتها، موقف كل من المتفائل والمتشائم، وفي تفسير الوقائع وأسبابها:-

اولاً : الديمومة :- التي يكونها الشخص معرفياً عن الأشياء والاحداث والوضعيات والمحن وعن نفسه ذاتها فإزاء أي عثرة أو محنة يرى المتشائم بأنها ستدوم ولا مجال للخروج منها وأنها قدر مفروض لا فكاك منه وأن الفشل يكون دائماً هم نصيب المتشائم . أما المتفائل فيرى على العكس أن العثرة أو الخيبة هي أمر عابر ، رهن بظرف مؤقت، ومن ثم فالأمل متوفر للعمل والخروج منها مستقبلاً (حجازي: ٢٠١٢ : ١٢٤).

ثانياً: التعميم : حين يكون الأسلوب التفسيري متشائماً يميل الشخص إلى تعميم المحنة من الوضعية الأصلية على مختلف وضعيات الحياة ، ويطلق أحكاماً عامة وقطعية على العالم والناس ، ويكمل جلد الذات بحيث يعد الشخص ذاته أنه هو المسؤول ، وأن العلة فيه هو ، وهي علة أو قصور لا يرى لنفسه خلاصاً منها (لا جدوى، سيرافني الفشل أينما حللت). وفي المقابل فإن أسلوب التفسير المتفائل يجعل الشخص يدرك الخسارة أو الشدة ، على أنها محدودة ضمن حيز ما ، وأن هناك مجالات أخرى لا زالت متوفرة ويمكن أن تكون مجزية ، وتشكل بدائل أو تعويضات معقولة أو حتى ملائمة (إذا فشلت محاولة في مجال ، يمكن أن تنجح أخرى في مجال غيره). كما يدرك الأسلوب التفسيري المتفائل المحنة أو الخسارة على أنها انتكاسة مؤقتة ، ومن ثم فإن إمكانات الانطلاق من جديد متاحة، بتوسل الوسائل الملائمة . وعلى المستوى الذاتي يحافظ أسلوب التفسير المتفائل على إيجابية النظرة إلى الذات وقدرتها وإمكاناتها وتقديرها ، مما يبيقي الطاقات متوفرة لجولات جديدة (حجازي ، ٢٠٠٥ : ٣٣٦ - ٣٣٧).

ثالثاً: الموقع :- يضع المتشائم اللوم على ذاته (هو الفاشل، أو المقصر أو الخائب)، بكونه المتسبب بالأزمة . أما المتفائل فإنه على العكس من ذلك يحمي ذاته ويرى في العثرة نتيجة

تدخل عوامل خارجية غير مؤاتية ، لا تؤذي صورة الذات أو الحكم على قيمتها . ويختلف كلاهما على صعيد الموقع ، في أن المتشائم يرد أسباب النجاح الذي يلقاه إلى عوامل خارجية (نجاح بالصدفة) ، أما المتفائل فإنه يرد أسباب النجاح إلى قواه الذاتية (هو صانع نجاحه) (حجازي ، ٢٠١٢ : ١٢٥). لذا فقد أشار كل من (سيلجمان، ١٩٩٨) الى أن التفاؤل يعد بعداً رئيسياً في الشخصية التي تفكر بإيجابية، فالتفاؤل يرتبط بالتوقعات الإيجابية التي لا تتعلق بموقف معين فهو يحدد للناس الطريق لتحقيق أهدافهم (Carr, 2004:p.83) (قاسم، ٢٠٠٩: ٧١٦). تبعاً لذلك فقد وضع (سيلجمان، ١٩٩٨) قائمة تضم أربعة وعشرين عنصراً موزعة على ست فئات ، تشكل استراتيجيات التفكير الإيجابي في الشخصية هي : الحكمة والمعرفة ، والشجاعة ، والنزعة الإنسانية ، والاعتدال المزاجي، والعدالة، والسمو وان توظيف الإنسان لهذه الصفات يجعله يحقق السعادة الحقيقية .(Seligman,2002:p.8). ينصح سيلجمان (Seligman, 2004) بتبني تلك الصفات ، إذ يؤكد بالإحصاءات أنها تساعد الفرد على تخطي الفشل وتحمل التحديات المختلفة (Seligman et, al.,2004: p. 604-606). ولعل مسألة اختيار أية صفة أو فضيلة من استراتيجيات القوة له أسس ومحكات هي:

- أ- أن تكون موضع تقدير كل الثقافات .
- ب- أن تكون موضع تقدير في حد ذاتها وليس بعدّها وسيلة لغاية أخرى.
- ت- أن تكون قابلة للتعلم (إبراهيم ، ٢٠١١ : ٣٩٠).

كما أكد سيلجمان (Seligman,2002) أن تنمية الخصال الإيجابية في الشخصية أمر ضروري للإنسان ، فهي تعد حصناً قوياً وقائياً ضد الضغوط ونواتجها السلبية . كما أن لهذه الخصال الإيجابية دوراً في استثارة السعادة الحقيقية فهي من أفضل السبل للوصول للهناء والسعادة وتحمل الصعاب ، وتحرر الفرد من قسوة الماضي (p.8 :

Seligman, 2002). ويرى (Seligman,2003) أن التفكير ينساق داخلياً من خلال أهداف الشخص ، فالتفكير الإيجابي يعتمد على الثقة بأن كل شيء يحدث في الحياة يرجع إلى أفكارنا ومعتقداتنا العقلية ، إن التفكير الإيجابي يعتمد على علاقة الفرد بأيمانه الديني وعلاقته بنفسه وبالله وبالعالم (Seligman&pawelski,2003:p.161). وقد أشار (Seligman&pawelski,2003) إلى أبعاد التفكير الإيجابي التي تتضمن التوقعات الإيجابية نحو المستقبل ، تلك التوقعات البناءة التي تهدف إلى تحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص الاجتماعية والمهنية في المستقبل ، والمشاعر الإيجابية من حيث تمتع الشخص بالانفعالات التي تتمحور حول التعاطف والسعادة والطمأنينة في العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الآخرين ، ومفهوم الذات الإيجابي ، نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات وقدرات متنوعة ، والرضا عن الحياة أي تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه والتي من خلالها يوازن الفرد ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقده ، والمرونة الإيجابية ، قدرة الفرد الذهنية الإيجابية على تغيير أفكاره ومعتقداته بما يناسب الموقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادر على مواجهته (Seligman&pawelski,2003:p.162) لذا فقد لاحظ سيلجمان ارتباط التفاؤل بالأسلوب التفسيري وهي الطريقة التي يفسر بها الأشخاص كيفية وسبب الأحداث بالطريقة التي يريدونها ، ففي هذا النموذج التفسيري تؤثر التفسيرات السلبية للأشخاص المتعلقة بأحداث الماضي على توقعاتهم الخاصة في السيطرة على الأحداث المستقبلية وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك (البرزنجي، ٢٠١٠ : ٤٥).

فعندما يمر الإنسان بموقف مزعج فهو يميل في معظم الأحيان إلى تبني تصور معين

لسبب حدوث هذا الموقف المزعج فكلما كانت الأسباب المدركة للموقف قريبة من قدرة الفرد على الضبط والتحكم والمرونة أزداد احتمال مواجهته للموقف بطريقة فعالة وهذا هو بالضبط التفكير التفاؤلي الايجابي .(Seligman,1991:p.29) لقد طور سيلجمان عدة أدوات لقياس التفاؤل والتشاؤم وتشخيصه ، لكل من الناشئة والراشدين . كما طور برامج تدريب مهمة لتعديل التفكير السلبي الى تفكير إيجابي ، قام بتطبيقها عملياً في عدد كبير من المؤسسات التجارية والإدارية ، بغية إشاعة أجواء التفاؤل بين قياداتها والعاملين فيها ، بهدف زيادة الفاعلية والإنتاجية التي ثبت بالتجربة ارتباطها بارتفاع مستوى التفاؤل .لذا فالمهم في التدريب على التفاؤل هو استعادة الإمساك بزمام الأمور ، أو على الأقل امتلاك مهارة التعامل الفاعل معها بما يضمن استمرار النماء والسير على طريق تحقيق الأهداف من ناحية ، وتوفير حال الارتياح النفسي الضروري لإطلاق الدافعية الذاتية من الناحية الثانية . وبهذا المعنى فإن التفاؤل المتعلم ، الذي يحل محل العجز المتعلم ، يدخل في صميم تعزيز التفكير الإيجابي وممارسته ، مما يضمن السير على طريق بناء الاقتدار (حجازي ، ٢٠١٢ : ١٢٨) .

ثانياً : الاداء القائم على الحكمة :-

نظرية برلين لمعهد ماكس بلانك ، ١٩٨٩

تعدُّ هذه النظرية من النظريات الواضحة والرائدة في دراسة الحكمة (Empirical) والتي قام بها بالتس (Baltes) وفريقه سنة (١٩٨٩) في " معهد ماكس بلانك لدراسات التطور الإنساني " في ألمانيا حيث عرفوها ب " المعرفة الخبيرة والحكم على الاسئلة الصعبة والمهمة وغير المؤكدة التي ترتبط بمعنى الحياة والسلوك " (Baltes & Kunzmann,2003,131) . ويعد هذا النموذج الذي يفسر الحكمة بالمعرفة الخبيرة ، وهذه المعرفة تتأتى الى الانسان نتيجة الخبرات المتراكمة، والتي تُبنى بشكل تدريجي في ظل المناخ الثقافي الذي ينفعل به الفرد، وما يحيطه من معايير واتجاهات قيمة تشكل عاملاً عاماً في صياغة الفرد في الاطار الاجتماعي. اما بالنسبة للعوامل التي تكون اكثر اهمية في بناء الخبرة التراكمية فهي تلك التي يمر بها الفرد خلال مراحل حياته عبر الزمن، كالخبرات الحرجة والسلوكيات المختلفة التي تترك انطباعاتاً خاصاً بالمعرفة، وطبيعة معاشرته مع الناس المحيطين به وتحمل المواقف الغامضة التي تتطلب اتخاذ قرارات مهمة ، وتقديم النصيحة. كل هذه الخبرات تتجمع بشكل متراكم لتولد لدى الانسان خبرة ونضج وتجعله اكثر مرونة في استعمال الاستراتيجيات المناسبة لمعرفة المشكلات، والتأمل التجريدي، واتخاذ القرار المناسب من بين عدة بدائل، وهذا الثراء بالخبرة والمعرفة ذو طابع تركيبي يتطور بشكل ديناميكي حسب كثرة التجارب في الحياة اليومية المختلفة (Baltes & Smith, 1990:p 90) .حدد بالتس (Baltes, 1990) خمسة معايير اطلق عليها بـ (معايير المعرفة والاداء القائم على الحكمة وهي :-

- ١- معرفة غنية بحقائق الحياة.
 - ٢- معرفة اجرائية واسعة عن الحياة.
 - ٣- الاهتمام بالسياق مدى الحياة.
 - ٤- تقدير النسبية.
 - ٥- الوعي بعدم اليقين وادارته.
- واعتبر بالتس أن معرفة الحقائق والمعرفة الاجرائية الواسعة تعتبران من المكونات الاساسية للنماذج العامة للمعرفة الخبيرة التي تفرز الحكمة، وعدها كل من بالتس وسمث

محكان اساسيان لقياس الحكمة عند الانسان ، وان هذين المعيارين يحددان خصائص التنظيم المتطور للمعرفة في الاداء القائم على الحكمة. ويقصدون بمعرفة الحقائق هي المعرفة الغنية التي تتكون من قاعدة بيانات واسعة حول مسائل الحياة الاساسية على المدى الطويل وحالة امتلاك الرؤية والبصيرة بما يكتنف الانسان من ظواهر الحياة، فالحكيم هو من له دراية واعية بالتحويلات والنظم التي تحكم حركة الحياة، كما انه يملك معرفة عميقة بالطبيعة الانسانية وما يحفها من اسرار قد تغيب عن عموم الافراد العاديين، ضالا عن امتلاكه المعرفة بطبيعة الانفعالات والعواطف، والاحتياجات الفردية، والضعف، وهذه البصيرة تجعله يذهب دائما الى ما وراء القضايا ويستعرض البدائل المتعددة لما يواجهه (Baltes & Smith , 1990,224)

ولا تقف الحكمة في اطارها المعرفي عند هذا الحد من العمق في الاحاطة بل تحتاج الى جناح اخر من المعرفة يبلور ذلك النضوج بنحو اجرائي وعلمي في الحياة ومن هنا افترض بالتس معيارا آخر هو " المعرفة الاجرائية" ويقصد بها الرصيد المتزايد من الاجراءات التي تنظم قاعدة المعلومات بشكل تطبيقي وتعطي المهارات التي تمكن الانسان استقصاء المعلومات بشكل واقعي ، واصدار القرارات واختيار الفرص الاكثر ملائمة في اسداد النصيحة، ووضع الخطط المرنة، وادراك الاهداف، وادارة العواطف والتطبيق لما يتعلمه. وكأن الفرد الحكيم لا تقف خبراته على المستوى المعرفي فحسب بل تنعكس على المستوى التطبيقي فهو خبير في صعيده الفكري الى جانب كونه خبيراً على مستوى الاجراءات والتطبيق (Gugerell,2012,232) . وعلى الرغم من اعتبار الحكمة في اطارها المعرفي تقوم بشكل رئيسي على هذين المحكين الا ان بالتس وفريقه اضافوا معايير اخرى في صياغة هذه النظرية، فهم سياق الحياة والاحاطة بالمتغيرات الحاضرة وادارتها، واكثر من هذا هو تعدي السياق الى فهم الماضي بما يحمل من تغيرات ثقافية وحضارية وعلى كل من المستويين الشخصي والاجتماعي، وفهم سياق المستقبل والتنبؤ به ولا يقصدون من التنبؤ هو حالة التخمين القائم على الافتراضات العشوائية بل يعنون التخمين الذكي الذي يستند الى المعرفة وخبرة، ومن الطبيعي ان هذا التفكير المرن والجوال والذي يستطيع ان يتعدى النجاح في الزمن الحاضر ليتجاوز الى الماضي والمستقبل قادر على ايجاد حالة التفاؤل بالنتائج المتوقعة كما تجله يمتلك الفهم في قراءة الصراع القيمي والحضاري ويحيط بالأطر المرجعية، وهذا اللون من الفهم العميق دفع رواد هذه النظرية الى وضع محك اخر تقوم عليه الحكمة وعبروا عنه بفهم سياق الحياة. وهذا الفهم العميق لأحداث الحياة وتطورها هو جزء لا يتجزأ من السياقات الحياتية التي تمتد على طول حياة الانسان (Pasupathi & Staudinger, 2001:p 312). ان الفروق الفردية التي توجد بين الافراد في القيم والتي تتبع من النضج للشخصية في مراحلها التطورية واختلاف البيئات الحضارية والثقافية تجعل من القيم مفهوما نسبيا ينظر له الانسان على انه المدى الفارق بين القيم في مرحلة معينة من النضج والوعي بالفروق في تلك القيم ، فالنسبية هي معرفة الاختلافات في الاهداف الفردية والثقافية، اذ الشخص الحكيم يظهر مرونة في تفسير تاريخ الحياة او قرارات الاخرين في الحياة، وكان بالتس وفريقه كانوا يرمون بذلك الى حالة الوعي بين القيم الحالية للحكمة عند الانسان والقيم المثالية المستقبلية التي ينشدها الانسان في حركته التطورية، وبكلمة اكثر دقة ان الانسان الحكيم على وعي تام بما يمتلكه من قيم التي هي اساس الحكمة وروحها وما سيملكه في سيره التكاملية فهو يعرف محدودية قيمة الانية ويقدر تلك النسبية للقيم التي تختلف تبعا للثقافات المختلفة ولحالة النضوج في شخصيته. ان هذه المعرفة المستنيرة التي يتوفر عليها

الانسان الحكيم تجعل منه شخصاً يتحمل الغموض الذي يكتنف الكثير من مواقف الحياة، فهو يتعامل معها بطريقة إيجابية ويواجهها بحالة من التفكير وإيجاد الحلول، ولا يستسلم لمشاعر القدر المجهول الذي يحف المواقف الغامضة لأنه يقدر تماماً مجريات الاحداث ويعرف مقدار الربح والخسارة فيها، ومن هنا اعتبروا عدم اليقين محكاً خامساً في سياق الحكمة . (Pasupathi & Saudinger, 2001:p 290)

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي وتضمن اجراءات البحث وصف مجتمع البحث واختيار العينة وتحديد الادوات واجراءات القياس والوسائل الاحصائية المستخدمة فيه.
اولاً :- مجتمع البحث : يتحدد مجتمع البحث الحالي بالمرشدين التربويين في محافظة ديالى , من الذكور والاناث وللعام الدراسي (٢٠٢٢ – ٢٠٢٣) * , وقد بلغ مجموع المرشدين(٤٧٣) مرشد ومرشدة، موزعين بواقع (٢٧٣) من الذكور بنسبة ٥٨% , و (٢٠٠) من الاناث بنسبة (٤٢)% وكما موضح في الجدول رقم (١)

مجتمع البحث جدول (١)

ت	اسم القسم	ذكور	الاناث	المجموع
١	بعقوبة	٨٧	٧٤	161
٢	المقدادية	٥٧	٣٨	95
٣	الخالص	٦٥	٤٤	109
٤	بلدروز	٢٦	٢٢	48
٥	خانقين	٣٨	٢٢	60
	المجموع	273	200	473

ثانياً : عينة البحث : اختيرت عينة البحث الحالي بالطريقة العشوائية اذ بلغ حجم العينة (٢٠٠) مرشد ومرشدة موزعين على الاقسام التابعة للمديرية العامة التربوية ديالى ولكلا الجنسين وكما موضح في الجدول رقم (٢) .

عينة البحث جدول (٢)

ت	اسم القسم	ذكور	اناث	المجموع
	بعقوبة	٢٥	٢٠	٤٥
	المقدادية	٢٥	١٥	٤٠
	الخالص	٣٧	١٢	٤٩
	بلدروز	١٦	١٥	٣١
	خانقين	٢٠	١٥	٣٥
	المجموع	١٢٣	٧٧	٢٠٠

ثالثاً :- اداتا البحث : بما إن هدف البحث الحالي التعرف على التفكير الايجابي وعلاقته بالأداء القائم على الحكمة فإن ذلك يتطلب اختيار أداتين قياسيتين الأولى لقياس التفكير

الإيجابي والثانية لقياس الاداء القائم على الحكمة، وبعد اطلاع الباحثة على المقاييس المناسبة للبيئة العراقية تم اختيار مقياس (الهالي، ٢٠١٣) لقياس التفكير الإيجابي، ولأن المقياس مر على بناءه تسع سنوات لا بد من التحقق من الخصائص الإحصائية للمقياس، والمقياس الثاني تم اختيار مقياس (الاعرجي، ٢٠١٩) لقياس الاداء القائم على الحكمة، والذي مر على بناءه ثلاث سنوات أيضاً يحتاج الى استخراج الصدق والثبات للمقياس .

مقياس التفكير الإيجابي : تبنت الباحثة مقياس (الهالي، ٢٠١٣) الذي يتكون من (٤٠) فقرة بخمس بدائل وهي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، أعطيت الدرجات (٥،٤،٣،٢،١) لل فقرات السلبية وبالعكس.

القوة التمييزية لفقرات المقياس: لأجل الإبقاء على الفقرات الجيدة والكشف عن دقتها في قياس ما وضعت لقياسه قامت الباحثة بتحليل فقرات المقياس إحصائياً والكشف درجة تمييزها وارتباطها بالدرجة الكلية، فال فقرات التي تمتلك قوة تمييزية هي الفقرات التي تميز بين المستجيبين ذوي الدرجات العالية والمستجيبين ذوي الدرجات الواطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرات، وفي حالة عدم قدرة الفقرة على التمييز على وفق هذه الصورة فإنها تكون عديمة الفائدة ويجب حذفها من الصورة النهائية للمقياس. وقد تم استعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية اجرأين مناسبين في عملية تحليل الفقرة.

أولاً: المجموعتان المتطرفتان (Extreme Groups Method):

لأجل حساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس قامت الباحثة بالخطوات الآتية:

أ. تطبيق المقياس على عينة التحليل البالغة (٢٠٠) مرشد ومرشدة في محافظة ديالى ومن ثم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

ب. ترتيب الاستمارات تنازلياً بحسب درجتها الكلية من الأعلى إلى الأدنى.

ج. تعيين (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات و(٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات واللذان يمثلان مجموعتان بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Anastasi, 1976: 208)، إذ بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (٥٤) استمارة. استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المفحوصين لكل مجموعة عن كل فقرة من فقرات المقياس ثم تطبيق الاختبار التائي (T. Test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لكل فقرة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وقد تبين أن جميع الفقرات مميزة عدا الفقرة (٤) والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣) قيمة معامل تمييز فقرات التفكير الإيجابي

الفقرة	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة الاختبار التائي	النتيجة
١	العليا	٥٤	3.9259	1.16314	4.160	دالة
	الدنيا	٥٤	2.9259	1.32966		
٢	العليا	٥٤	4.0370	1.14863	5.880	دالة
	الدنيا	٥٤	2.7037	1.20736		
٣	العليا	٥٤	4.0926	.97649	4.666	دالة

		1.34533	3.0370	٥٤	الدنيا	
غير دالة	1.441	1.14863	4.0370	54	العليا	٤
		1.25337	3.7037	54	الدنيا	
دالة	3.093	1.09634	4.0741	٥٤	العليا	٥
		1.31977	3.3519	٥٤	الدنيا	
دالة	3.974	1.29895	3.5370	٥٤	العليا	٦
		1.41087	2.5000	٥٤	الدنيا	
دالة	4.936	1.04008	4.2222	٥٤	العليا	٧
		1.32136	3.0926	٥٤	الدنيا	
دالة	4.862	1.15364	4.0926	٥٤	العليا	٨
		1.25838	2.9630	٥٤	الدنيا	
دالة	4.586	1.25671	4.0741	٥٤	العليا	٩
		1.34377	2.9259	٥٤	الدنيا	
دالة	4.495	1.40641	3.9444	٥٤	العليا	١٠
		1.46184	2.7037	٥٤	الدنيا	
دالة	6.183	.92636	4.5185	٥٤	العليا	١١
		1.52329	3.0185	٥٤	الدنيا	
دالة	6.454	.67733	4.6481	٥٤	العليا	١٢
		1.38223	3.2963	٥٤	الدنيا	
دالة	5.308	.78419	4.3704	٥٤	العليا	١٣
		1.38273	3.2222	٥٤	الدنيا	
دالة	3.613	1.33176	4.0000	٥٤	العليا	١٤
		1.27780	3.0926	٥٤	الدنيا	
دالة	2.835	1.10728	4.0185	٥٤	العليا	١٥
		1.26336	3.3704	٥٤	الدنيا	
دالة	2.891	1.11027	4.2222	٥٤	العليا	١٦
		1.34182	3.5370	٥٤	الدنيا	
دالة	4.703	.99404	4.2593	٥٤	العليا	١٧
		1.24287	3.2407	٥٤	الدنيا	
دالة	5.263	1.28108	3.9815	٥٤	العليا	١٨
		1.20403	2.7222	٥٤	الدنيا	
دالة	4.684	1.06874	3.9074	٥٤	العليا	١٩
		1.26502	2.8519	٥٤	الدنيا	
دالة	6.078	1.15606	4.0556	٥٤	العليا	٢٠
		1.30914	2.6111	٥٤	الدنيا	
دالة	4.734	1.30914	3.9444	٥٤	العليا	٢١
		1.15606	2.8148	٥٤	الدنيا	
دالة	4.211	1.31858	3.8704	٥٤	العليا	٢٢

		1.28923	2.8333	٥٤	الدنيا	
دالة	6.593	1.27012	3.9815	٥٤	العليا	٢٣
		.98077	2.7407	٥٤	الدنيا	
دالة	4.679	.97488	4.2593	٥٤	العليا	٢٤
		.97488	3.2593	٥٤	الدنيا	
دالة	3.701	1.23143	4.3889	٥٤	العليا	٢٥
		1.10602	3.5185	٥٤	الدنيا	
دالة	6.510	1.32808	4.2778	٥٤	العليا	٢٦
		.91973	2.9630	٥٤	الدنيا	
دالة	7.100	1.16494	4.3889	٥٤	العليا	٢٧
		.97935	2.8704	٥٤	الدنيا	
دالة	6.269	1.22930	4.2963	٥٤	العليا	٢٨
		.86066	3.0556	٥٤	الدنيا	
دالة	4.080	1.17227	4.3519	٥٤	العليا	٢٩
		1.06678	3.4074	٥٤	الدنيا	
دالة	5.971	1.32492	4.5556	٥٤	العليا	٣٠
		.86147	3.1667	٥٤	الدنيا	
دالة	3.565	1.47623	4.0185	٥٤	العليا	٣١
		1.40740	3.0370	٥٤	الدنيا	
دالة	6.658	1.45321	4.1111	٥٤	العليا	٣٢
		1.04008	2.5741	٥٤	الدنيا	
	3.519	1.13023	4.0741	٥٤	العليا	٣٣
		1.21960	3.2778	٥٤	الدنيا	
دالة	3.072	1.15606	3.9444	٥٤	العليا	٣٤
		1.28367	3.2222	٥٤	الدنيا	
دالة	3.923	1.19748	3.6667	٥٤	العليا	٣٥
		1.44065	2.6667	٥٤	الدنيا	
دالة	3.955	1.04944	4.2593	٥٤	العليا	٣٦
		1.44887	3.2963	٥٤	الدنيا	
دالة	3.878	.85598	4.3889	٥٤	العليا	٣٧
		1.32703	3.5556	٥٤	الدنيا	
دالة	4.603	1.10349	4.0926	٥٤	العليا	٣٨
		1.15364	3.0926	٥٤	الدنيا	
دالة	4.036	1.17391	3.5926	٥٤	العليا	٣٩
		1.16269	2.6852	٥٤	الدنيا	
دالة	5.251	1.02723	4.0370	٥٤	العليا	٤٠
		1.20171	2.9074	٥٤	الدنيا	

قيمة (ت) الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية (١٠٦) بدلالة (٠.٠٥).

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: استعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال عينة التحليل ذاتها لل فقرات وبالغة (٢٠٠) فرداً فتبين أنّ جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً ذا دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبعد الحصول على النتائج ومقارنة معاملات الارتباط بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط تبين أنّ جميع فقرات المقياس ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) الجدول (٤) يوضح ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي.

جدول (٤)

رقم الفقرة	قيمة ر المحسوبة	نوع دلالة الارتباط عند ٠,٠٥	رقم الفقرة	قيمة ر المحسوبة	نوع دلالة الارتباط عند ٠,٠٥
١	0.365	دالة	٢١	0.432	دالة
٢	0.554	دالة	٢٢	0.450	دالة
٣	0.426	دالة	٢٣	0.579	دالة
٤	0.156	دالة	٢٤	0.436	دالة
٥	0.313	دالة	٢٥	0.452	دالة
٦	0.379	دالة	٢٦	0.577	دالة
٧	0.460	دالة	٢٧	0.599	دالة
٨	0.474	دالة	٢٨	0.544	دالة
٩	0.506	دالة	٢٩	0.476	دالة
١٠	0.435	دالة	٣٠	0.573	دالة
١١	0.548	دالة	٣١	0.409	دالة
١٢	0.582	دالة	٣٢	0.557	دالة
١٣	0.527	دالة	٣٣	0.372	دالة
١٤	0.383	دالة	٣٤	0.342	دالة
١٥	0.350	دالة	٣٥	0.427	دالة
١٦	0.346	دالة	٣٦	0.429	دالة
١٧	0.498	دالة	٣٧	0.382	دالة
١٨	0.484	دالة	٣٨	0.462	دالة
١٩	0.468	دالة	٣٩	0.430	دالة
٢٠	0.578	دالة	٤٠	0.532	دالة

علما ان قيمة (ر) الجدولية هي (٠.٠٩٨) بدرجة حرية (١٩٨) لمستوى دلالة (٠.٠٥) وبموجب معيار القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالمجموع الكلي فقط بلغ عدد فقرات مقياس التفكير الايجابي (٣٩) فقرة بعد حذف الفقرة (٤) لضعف قوتها التمييزية.

إجراءات الصدق: صدق البناء: تم استخراج صدق البناء من خلال التحليل العاملي الاستكشافي والتحليل العاملي التوكيدي وكالاتي:

١- التحليل العاملي الاستكشافي: لتحقيق صدق البناء والتحقق من البنية العاملية لمقياس التفكير الايجابي تم استعمال التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الرئيسية حيث

- اخضعت ٢٠٠ استمارة الى التحليل وقد اسفر التحليل عن جودة وصلاحية مصفوفة الارتباطات الخاصة بالتحليل على وفق المعايير الاتية:
- ان اغلب معاملات الارتباط كانت دالة احصائيا إذ بلغت بين (٠.١٩٥-٠.٥٣١) عند مستوى دلالة ٠.٠٥ مما يشير الى توفر الحد الأدنى من الارتباطات بين المتغيرات.
 - ان قيمة مؤشر كايزر ماير اولكن Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy لكفاية المعاينة بلغت 0.679 وهو يزيد عن ٠.٥٠ مما يشير الى ملائمة عينة البحث وكفايتها
 - ان معاملات الارتباط الخاصة بالمصفوفات كانت اكبر من ٠.٣٠ ودالة احصائيا عند ٠.٠٠١
 - ان قيمة مربع كاي في اختبار برتليت Bartlett's test of sphericity التحليل العاملي بلغت 1825.999 وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠.٠٠٠ ودرجة حرية.
 - 741 . المصدر تيغزة، امجد بوزيان: (٢٠١٢) التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، دار المسيرة، عمان، الاردن ص ٣١. الجدول يوضح ذلك
 - جدول اختبار كيمو وبارتليت لصلاحية عينة البحث للتحليل العاملي

KMO and Bartlett's Test	
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of 0.679 Sampling Adequacy.	
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-1825.99 Square9
	Df741
	Sig..000

وقد اسفرت التحليل العاملي بطريقة المكونات الرئيسية لمقياس التفكير الايجابي قبل تدوير المحاور ظهرت ان هناك أربعة عشر عامل كان الجذر الكامن لكل منها اكبر من الواحد الصحيح بتباين مفسر بلغ ٦٣.٧٧٠ وعند تدوير المحاور تشبعت جميع الفقرات على عامل واحد مما يشير الى انها أحادية العامل. وبالتالي فان مقياس التفكير الايجابي تشبعت فيه ٣٩ فقرة تراوحت تشبعتها بين (٠.١٩٥-٠.٥٣١) وحذفت الفقرة ٤ من التحليل لعدم تشبعتها بالعامل والجدول (٥) يوضح الفقرات

جدول (٥)

جدول فقرات مقياس التفكير الايجابي وتشبعت كل فقرة من فقرات المقياس

ت	الفقرة	التشبع
١	أعمل والأمل يملؤني في ما خفي عني من الأمور	0.267
٢	ليس من عادتي أن أنفعل حتى وإن أراد أحد إثارتني	0.438
٣	أقبل ذاتي من دون شكوى	0.320
٤	أعيش حياة أفضل من غيري	
٥	أشعر بالمتعة عند أدائي عملي التربوي	0.195
٦	أنا متسامح مع نفسي ولا ألومها كثيراً	0.264
٧	أملني كبير في المستقبل	0.410

0.383	اعتقد أنني قادر على تحقيق طموحاتي	٨
0.401	أومن بالفكرة القائلة " بعد العسر يسرا"	٩
0.305	أعتقد أن علاقاتي الشخصية تنال تقدير الآخرين	١٠
0.455	أشعر بالسعادة في تحمل مسؤوليات مهنة التدريس	١١
0.431	أرى أن حياتي سعيدة وراضية	١٢
0.433	أشارك الآخرين أفراحهم وأحزانهم	١٣
0.280	بيدي أن اجعل حياتي مشوقة ومبهجة	١٤
0.247	اشعر بأنني قريب من زملائي	١٥
0.234	اعتقد تعيقني المادة وقلة الثروة عن الاستمتاع بحياتي	١٦
0.411	أشعر بالطمأنينة لأنني حققت كثير من أهدافي في الحياة	١٧
0.353	أعتقد بأنني موفق فيما أقوم به من عمل	١٨
0.353	أنا دائم البحث عن البدائل الجديدة لحل مشكلاتي	١٩
0.451	أعتقد أن مهنتي في التعليم لها مستقبلاً زاهر	٢٠
0.313	اعتقد أنني موفق في حياتي اليومية	٢١
0.356	أتعاون وأتبادل الآراء والمشورة مع الادارة والزملاء	٢٢
0.393	أتوقع الأحسن عادة حتى في الظروف الصعبة	٢٣
0.296	أستمتع بأداء عملي لأنه يتناسب مع طموحاتي	٢٤
0.398	بمقدوري التعرف على نقاط ضعفي وتغيرها الى نقاط قوة	٢٥
0.465	اتصرف بمشاعر المودة مع زملائي	٢٦
0.525	من الأفضل التآني في مواجهة المشكلات من أجل حلها	٢٧
0.483	أعتقد أنني صبور بعلمي التربوي	٢٨
0.404	أشعر بالرضا لان الأمور تسير في صالحني	٢٩
0.531	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل	٣٠
0.338	أنا راضي تماماً عما لدي من أشياء وممتلكات	٣١
0.404	يجب على الإنسان أن يستوعب مصاعبه من اجل ان يتمكن من مواجهتها	٣٢
0.237	أشعر بأن مهنة التعليم تحقق طموحاتي	٣٣
0.249	لا اسمح للخوف أن يضيع أهدافي	٣٤
0.319	من السهل علي أن أتفهم المشكلات بين الأشخاص وأحل الخلافات بينهم	٣٥
0.333	أنتسامح بسرعة حتى مع من يخطئون في حقني	٣٦
0.266	لا اسمح لأخطائي أن تثبط عزيمتي	٣٧
0.381	مصاعب اليوم تكون لها فوائد في المستقبل	٣٨
0.297	بإمكاني أن أتحكم في غضبي بسهولة	٣٩
0.408	مزاجي طيب بغض النظر عن أي ظروف خارجية	٤٠

التحليل العاملي التوكيدي (confirmatory Factor Analysis) : من اجل التثبيت من صحة الانموذج النظري المتبنى في البحث وتقويم درجة صلاحيته والتأكد من مديات مطابقته مع البيانات المأخوذة من العينة تم استخدام اسلوب التحليل العاملي التوكيدي. اذ يشترط التحليل العاملي التوكيدي ما يأتي:

- ١- وجود اطار نظري يفسر الظاهرة ومفاهيمها ومتغيراتها وعواملها.
- ٢- وجود تحديد دقيق للعوامل المكونة لها وذات مسميات متأصلة بالظاهرة .
- ٣- وجود مجموعة من المؤشرات المواقف أو الفقرات المكونة لكل عامل والتي يجب ان تنتسب عليه دون العوامل الاخرى. وعند اخضاع العوامل التي عنها التحليل العاملي الاستكشافي الى التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التفكير الإيجابي ظهرت المؤشرات الاتية المصدر(تيغزة،٢٣٦،٢٠١٢)

أولاً: مؤشرات المطابقة المطلقة أو التنبؤية Absolute/ Predictive Fit .
 ثانياً: مؤشرات الافتقار للاقتصاد Parsimony correction Index وفيما يلي جدول (٦) يوضح مؤشرات جودة المطابقة لمقياس التفكير الإيجابي وقيمة كل مؤشر ومعياري القبول له

جدول (٦)

ت	مؤشر جودة المطابقة	المؤشرات	قيمة درجة القطع (معياري القبول)
	مربع كاي (χ^2/df)	1.855	يجب ان تقل قيمته عن ٥ أي غير دالة. القيمة صفر تعني مطابقة تامة
٢	GFI مؤشر حسن المطابقة	0.745	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر من ٠.٩٠
٣	AGFI مؤشر حسن المطابقة المصحح	0.715	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٨٠
٤	RMSEA الجذر التربيعي لمتوسط خطأ الاقتراب	0.66	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٠٥
٥	TLI مؤشر تاكر- لويس	0.482	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٩٠
٦	AIC محك المعلومات لايكيك	المفترض 1458.328 المشبع 1560.00	تقل قيمة النموذج المفترض عن قيمته للنموذج المشبع
٧	CAIC محك المعلومات المتسق لايكيك	المفترض 1806.492 المشبع 4912.688	تقل قيمة النموذج المفترض عن قيمته للنموذج المشبع
٨	ECVI مؤشر الصدق التقاطعي المتوقع	المفترض	تقل قيمة النموذج المفترض عن قيمته للنموذج المشبع

	7328 المشبع ٧.٨٣٩		
٩	٠.١٤٠	RMR مؤشر جذر متوسط مربعات البواقي	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.١ . القيمة صفر تعني مطابقة تامة
١٠	٠.٦٦٧	PGFI مؤشر حسن المطابقة الاقتصادي	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٥٠ والأفضل ٠.٦٠
١١	٠.٣٣٩	NFI مؤشر المطابقة المعياري	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر من ٠.٩٠
١٢	٠.٣٢٠	PNFI مؤشر المطابقة المعياري الاقتصادي	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٥٠ والأفضل ٠.٦٠

ومن خلال كل المؤشرات السابقة (تحقق سبعة منها) يمكن الاستنتاج بان اغلب مؤشرات المطابقة تدل على وجود مطابقة مقبولة للنموذج . وبالتالي فان النموذج النظري قد تأكدت مطابقته للمجتمع بشكل مقبول من خلال مقايسة بيانات العينة للمؤشرات الاحصائية المعتمدة في التحليل العملي التوكيدي . وعليه فإن الاستنتاج الناشئ من هذه النتائج ، يقود إلى تبني الرؤية النظرية الآتية، إن مقياس التفكير الإيجابي احادي العامل في البحث الحالي يمكن يؤشر تطابقا مقبولا بين النموذج النظري المعتمد في المقياس وبين البيانات الناتجة من العينة المختارة. وبذلك يكون التحليل العملي التوكيدي قد وفر إسناداً قوياً لصدق البناء لهذا المقياس .

الاثبات: لاستخراج الثبات تم استعمال معامل الفا كرونباخ وإعادة الاختبار جدول (٧) يوضح ذلك

جدول (٧)

نوع الثبات	قيمة معامل الثبات	عدد الفقرات
الفا كرونباخ	٠.٨٢٤	٣٩
التجزئة النصفية		
إعادة الاختبار	٠.٧٢٧	٣٩

المؤشرات الإحصائية لمقياس التفكير الإيجابي: عن طريق بعض المؤشرات الإحصائية لمقياس التفكير الإيجابي لدى المرشدين التربويين تبين أنها تظهر انسجاماً مقبولاً مع المؤشرات الإحصائية للتوزيع الاعتدالي حيث تتقارب درجات الوسط والوسيط والمنوال مما يشير إلى أنّ العينة المختارة تمثل الى حد قريب المجتمع المأخوذة منه تمثيلاً حقيقياً ومن ثمّ يمكن تعميم نتائج البحث عن طريق هذه العينة. الجدول بعض المؤشرات الإحصائية لمقياس (التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين)

التفكير الإيجابي	المقياس
139.8000	الوسط الحسابي MEAN
140.0000	الوسيط Median
144.00 ^a	المنوال Mode
18.04823	الانحراف المعياري Std. Deviation
325.739	التباين Variance
0.871-	معامل الالتواء Skewness
149.00	المدى Range
39.00	أقل قيمة Minimum
188.00	أكبر قيمة Maximum
4.010	معامل التقلطح
27960.00	العدد

مقياس الاداء القائم على الحكمة : تبنت الباحثة مقياس (الاعرجي، ٢٠١٩) الذي يقيس الاداء القائم على الحكمة الذي يتكون من (٥٠) فقرة موزعة على خمس بدائل (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق عليه نادراً، لا تنطبق علي ابداً) وبذلك تكون اعلى درجة (٢٥٠) وادناها (٥٠) درجة والمتوسط الفرضي (١٥٠) درجة، . ومن أجل الدقة قامت الباحثة بإيجاد الصدق الظاهري للمقياس وذلك بعرضه على مجموعة من الخبراء من أساتذة العلوم التربوية والنفسية وحصلت جميع الفقرات على نسبة اتفاق ٨٠%. وبعد هذا الاجراء قامت الباحثة بإيجاد الثبات بطريقة معامل الفاكرونباخ حيث بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس الأداء القائم على الحكمة بهذه الطريقة (٠.٨٧) واستخدمت الباحثة إعادة الاختبار بعد مدة (١٤) على عينة تتكون من (٥٠) مرشد ومرشدة وتم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين مجموعتي درجات التطبيق الاول والثاني (٠.٨٠) وهو مؤشر جيد على الثبات.

الوسائل الاحصائية :

- ١- استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية SPSS .
- ٢- الاختبار التائي لعينة واحدة لإيجاد درجة التفكير الإيجابي والأداء القائم على الحكمة لدى عينة البحث.
- ٣- معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة بين المتغيرين.
- ٤- معادلة ألفاكرونباخ لإيجاد ثبات المقياسين.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنائج التي تم التوصل إليها بناءً على الأهداف التي تم تحديدها وتفسير هذه النتائج ومناقشتها بحسب الاطار النظري والدراسات السابقة ومن ثم الخروج بمجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات ويمكن عرض النتائج كما يلي:

الهدف الاول : التعرف على التفكير الايجابي لدى المرشدين التربويين وتقويم دلالاته الاحصائية :

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس التفكير الايجابي المتكون من (٣٩) فقرة على عينة البحث المتكونه من (٢٠٠) مرشد ومرشدة. وأظهرت نتائج البحث الى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة قد بلغ (١٤٤.٤٧) وبانحراف معياري قدره (١٨.٧٧٤) درجة ، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي البالغ (١١٧) درجة ، استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين ان الفرق دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٠.٨٠) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) وبدرجة حرية (١٩٩) كما يوضح الجدول (٨)

جدول (٨) الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات التفكير الايجابي والمتوسط الفرضي للعينة

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية جدولية	الدلالة
التفكير الايجابي	٢٠٠	١٤٤.٤٧	١٨.٧٧٤	١١٧	10.80	١.٩٦	دالة

تبين النتيجة أن المرشدين التربويين يتميزون بتفكير إيجابي ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية (سيلجمان وآخرون ١٩٩٨) المتبناة في ان (المرشدين التربويين) من خلال الخبرة الاجتماعية والمهنية التي مروا بها خلال مسيرتهم التعليمية، وكذلك تأثرهم بالإقران من الهيئة التدريسية ذو الخبرة، التعليمي من أثر في ارتفاع درجات التفكير الإيجابي، كذلك الظروف الاقتصادية التي يشهدها البلد في السنوات الاخيرة جعل من هذه الشريحة ان يكون لديها رضا عن الحياة ومن ثم جعلتهم يتمتعون بصحة نفسية عالية وتقبل الذات العالي مما انسحب على نمط تفكيرهم وهذا ما أظهرهم بدرجة مرتفعة من التفكير الإيجابي. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة ولسن وبييرير (Wilson& Perper,2004) ودراسة (الهاللي، ٢٠١٣).وما للمستوى

الهدف الثاني : التعرف على الاداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين وتقويم دلالاته الاحصائية:

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس الاداء القائم على الحكمة على العينة المتكونه من (٢٠٠) مرشد ومرشدة. وأظهرت نتائج البحث ان المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (١٦٩.٦٠) درجة بانحراف معياري مقداره (٢٥.٤٩٥٠) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (١٥٠) درجة ، استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين ان الفرق دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٣.٨٧٥) وهي اكبر من القيمة

التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) وبدرجة حرية (٣٩٩) وهذا يعني ان عينة البحث لديهم اداء قائم على الحكمة وجدول (٩) يوضح ذلك
جدول (٩) الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات الاداء القائم على الحكمة والمتوسط الفرضي للعينة

المتغير	العينة	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	التائية المحسوبة	التائية الجدولية	الدلالة
الاداء القائم على الحكمة	٢٠٠	١٦٩.٦٠	٢٥.٤٩٥٠	١٥٠	١٣.٨٧٥	١.٩٦	دالة

وتفسر الباحثة هذه النتيجة وفق نظرية برلين للأداء القائم على الحكمة بأن المرشدين التربويين نتيجة خدمتهم في المؤسسات التربوية تراكت لديهم خبرات جعلتهم اكثر مرونة في استخدام اساليب حل المشكلات، والتأمل تجريدي ، واتخاذ القرارات الصحيحة، وهذا الثراء بالخبرة والمعرفة تطور عندهم بشكل تلقائي حسب كثرة تجاربهم الحياتية المختلفة وبمن ثم اصبح اداءهم يتميز بالحكمة وبالأخص المرشدين التربويين ممن لديهم سنوات خدمة طويلة في المؤسسات التربوية. واتفقت نتيجة البحث الحالي مع دراسة (الاعرجي ، ٢٠١٩)

الهدف الثالث : اتجاه وقوة العلاقة بين التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين وتقويم دلالاته الاحصائية.

للتحقيق من هذا الهدف قامت الباحثة بأخذ اجابات عينة البحث على مقياسي التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة ثم استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون فكانت النتائج كما مبينة في الجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠) يوضح معاملات الارتباط بين التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة

العدد	التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٢٠٠	٠.١٤	٢.٢٩٠	١.٩٦٠	دالة

تفسر الباحثة هذه النتيجة على ان الفرد كلما كان اكثر ايجابية في التفكير وابتعد عن التفكير بطريقة سلبية كلما كان سلوكه يتميز بالحكمة بعيد عن التخبط في قراراته .
رابعاً : قياس درجة اسهام التفكير الايجابي في الاداء القائم على الحكمة لدى المرشدين التربويين وتقويم دلالاته الإحصائية.

ولتحقيق هذا الهدف تم استعمال تحليل الانحدار المتعدد multiple Regression بأسلوب الادخال (Enter) وجد ان التفكير الايجابي قادر على التنبؤ بالاداء القائم على الحكمة بمقدار (١٤.٣٨٦) فيما اذ كانت القيم الفاتية لمعامل الانحدار المتعدد دالة احصائيا عند

درجة حرية (١٩٨) ومستوى دلالة ٠.٠٥ لكل من التفكير الايجابي والاداء القائم على الحكمة والجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١) تحليل الانحدار المتعدد بأسلوب الادخال للتنبؤ بالاداء القائم على الحكمة

ت	المتغير التابع Dependent	المتغير المتنبئ Independent	معامل الانحدار R	القيمة الفائية F	النتيجة
	الاداء القائم على الحكمة	التفكير الايجابي	٠.١٤	٠.٤١	دال

درجة الحرية الافقية = عدد المتغيرات المتنبئة - ١
درجة الحرية العمودية = عدد افراد العينة - عدد المتغيرات المتنبئة - ١ = ١٩٧ - ٣ - ١ = ١٩٣
القيمة الفائية الجدولية عند درجتي حرية (٤٠٠،١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٤

التوصيات : بما ان عينة البحث يتصفون بتفكيرهم ايجابي واداءهم قائم على الحكمة لا يوجد مبرر لتطرح التوصيات.

المقترحات : تقدم الباحثة في ضوء نتائج البحث واطلاعها على الدراسات السابقة المقترحات الآتية :

١. إجراء دراسة لتعرف علاقة التفكير الإيجابي بكل من المهارات الاجتماعية الآتية : (السعادة ، الرضا عن الحياة ، التوافق الزوجي ، الرضا الوظيفي).
- ٢- إجراء دراسة حول التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية المنحدر الاجتماعي (ريف — حضر) ، (متعلم غير متعلم).

المصادر العربية :

١. الاعرجي ، مهيب عبد المطلب بهاء (٢٠١٩) : التفكير المنتج وعلاقته بالاداء القائم على الحكمة لدى طلبة الدراسات العليا، رسالة ماجستير ، اداب علم النفس التربوي، جامعة بابل العراق.
٢. بايلس وسليمان (٢٠٠٩): قوة التفكير الإيجابي ، مترجم، كنوز للنشر والتوزيع: القاهرة.
٣. البرزنجي ، ذكريات (٢٠١٠): التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط ، ط١، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن.
٤. حجازي ، مصطفى (٢٠٠٥) : الإنسان المهودر، ط١، المركز الثقافي العربي ، بيروت- لبنان.
٥. _____ (٢٠١٢): إطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الإيجابي) ، التنوير للطباعة والنشر ، بيروت - لبنان .

٦. محمد، السعيد أبو حلاوة وعاطف، مسعد الشربيني: (٢٠١٠): علم النفس الايجابي نشأته وتطوره ونماذج من قضاياها: مصر: عالم الكتب.
٧. ال دحيم، عبد الرحمن ظافر (٢٠١٤) : التفكير القائم على الحكمة كمنبئ بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك فيصل، السعودية .
٨. سكوت، دبليو (٢٠٠٣): قوة التفكير الإيجابي في الأعمال، الطبعة الأولى، المملكة العربية السعودية، مكتبة العبيكان.
٩. عزت، فوزي وجمال نور محمد (١٩٩٧) : الضغوط النفسية لمعلمي المرحلة الابتدائية وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد ١٦ ، المجلد السابع، كلية التربية- جامعة عين شمس، القاهرة .
١٠. العنزي ، يوسف محيلان سلطان (٢٠٠٧) : أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الكويت.
١١. العنزي، يوسف المحيلان (٢٠٠٨): دراسة أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي بدولة الكويت، أطروحة دكتوراه، معهد البحوث والدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
١٢. غانم، زياد بركات (٢٠٠٥) : التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة : دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية، مجلة دراسات عربية في علم النفس ، ٣(٨٥) ، ٤- ١٣٨ .
١٣. قاسم ، عبد المريد (٢٠٠٩) : أبعاد التفكير الإيجابي في مصر : دراسة عملية . مجلة دراسات نفسية ، مجلد ١٩، العدد ٤ ، القاهرة . ص ٦٩١-٧٢٣.
١٤. كيت، كينان (٢٠٠٥) : تنظيم وتفعيل الذات، الطبعة الأولى ، (ترجمة)، لبنان : الدار العربية للعلوم.
١٥. لوبيز ، شيروز ،و. ر. سنايدر (٢٠١٣) القياس وعلم النفس الايجابي نماذج ومقاييس ، المركز القومي للطباعة والترجمة ، القاهرة ، ط١ .
١٦. الهلالي، حسام(٢٠١٣) : التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين، رسالة ماجستير آداب في علم النفس التربوي، جامعة كربلاء، العراق.

المصادر الاجنبية

1. Baltes, P.B. & Kunzmann, U. (2003) Wisdom. *The Psychologist*, 16, 131-132.
2. Baltes P.B. & Smith, J. (1990b). *Towards a psychology of wisdom and its ontogenesis*.
3. Bandura,A.(1994): Self-Efficacy. In V.S. Ramachaudran, *Encyclopedia of Human Behavior*, Vol.4. New York, Academic press. /EDUCATION/mfp/BanEncy.
4. Carr, A. (2004). *Positive psychology: the science of happiness and human strengths*. Hove and New York : Brunner-Rutledge.

5. Gugerell, Stefan(2012) On Defining Wisdom: Baltes, Ardelt, Ryan, and Whitehead. *Springer*, University of Salzburg, Interchange, Vol. 42/3, 225–259, 2012.
6. Pasupathi, Monisha, Ursula M Staudinger, & Paul B. Baltes. (2001). “*Seeds of Wisdom: Adolescents' Knowledge and Judgment About Difficult Life Problems.*” *Developmental Psychology* 37(3),May
7. Seligman,&Pawelski, J.O.(2003).Positive Psychology :FAQs. *Psychological Inquiry*. 14, 159-163
8. Seligman, Peterson, C.,& park (2004). Strengths of character and well being. *Journal of Social and Clinical psychology* , 23, 603-619.
9. Seligman,M.,(1991). *Learned optimism the skill to counter life obstacles, large and small*, New York, Random House.
10. Seligman & Puwelski , J .o .(2003) *Positive psychololgy : F AQ S* . psychological Inquiry .14, 159-163.
11. Willson, V .,& Perper, E. (2004) *The effects of upright and slumped postures on the recall of positive and negative thoughts* , *Applied psychophysiology* , 2-189 -195.