



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الذكاء الروحي وكشف الذات وعلاقتها بالتفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة

أطروحة تقدمت بها

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية / جامعة ديالى وهي جزء من
متطلبات نيل درجة دكتوراه فلسفة في (علم النفس التربوي)

الطالبة

اقبال محمد صيوان الطائي

إشراف

الأستاذ الدكتور

عدنان محمود عباس المهداوي

مشكلة البحث Problem of the research

ان المرحلة التي بدأت بنهاية القرن العشرين وبداية القرن الحادي والعشرين مليئة بالتحديات والحروب والتكتلات الاقتصادية والاجتماعية والاعلامية والنفسية والعسكرية والدينية فكل تكتل من هذه التكتلات بحاجة الى عدة امكانات بشرية او مادية (المغازي, 2003: 9)، اذ في هذا المرحلة التي انتشرت فيها المعلومات وتوسعت العلوم وتطبيقاتها بصورة مذهلة واصبحت سرعة التغير والتطور اهم معالمها وانتشرت وسائل اللهو والترفيه وكثرت مصادر الضوضاء والتشويش اصبح التوتر والقلق هو السمة المميزة للإنسان (عبد العزيز, 2011: 9) فبرزت الحاجة الى الذكاء الروحي (Spiritual Intelligence) وكشف الذات (Self – Disclosure) والتفكير الايجابي (positive Thinking) لمواكبة التطور السريع وتحقيق النجاح والسعادة لما لهذه المتغيرات من اثر كبير لتحقيق التوازن وحسن التكيف وسلامة الصحة النفسية للفرد التي تنعكس اثارها على المجتمع.

ولقد اشار (بوزان, 2007) الى ان مُعامل الذكاء الروحي الكلي يُعد منخفضاً في المجتمعات الحديثة فنحن نعيش في مُجتمع يَتميز بالمادية والانتهازية والانانية الضيقة ويعاني من نقص المغزى والهدف ونقص في الالتزام، أن الحضارات الحالية التي تغمر الكرة الارضية حالياً غارقة في السرعة والعجلة المادية والاستغلال الاناني للأشياء وللناس والافتقار الى المعاني الانسانية العميقة، فقد اصبح الفرد يركز على كل ما هو اكثر بهرجة واثارة للعواطف ويهمل اهمالاً فادحاً كل ما هو سامي ومقدس في داخل النفس ومع الاخرين ومع العالم كله فالكثير من الاشخاص بدأوا يعملون لذاتهم دون الالتفات الى مصلحة الاخرين واصبح التعامل مع المشكلات المختلفة بطرق غير مألوفة (عبد المحسن, د- ت: 379)، لذلك فقد اصبحت الحاجة ماسة الى تربية جيل يتمتع بالذكاء الروحي (Spiritual Intelligence) بعد ان اصبح عالمنا اليوم يوصف بأنه سقيم روحياً وهم بحاجة الى احداث يقظة روحية اذ ان حياة

الافراد بحاجة الى التوجيه للوصول الى الطريق السليم بعد ان ظلت الطريق في
خضم الحياة الدنيوية (بوزان ، 2007 : 12-13)

ففي ظل الاوضاع الغير مستقرة للبلد كان لابد من دراسة موضوع الذكاء
الروحي دراسة جادة نحاول من خلالها التعرف على ابرز جوانب الموضوع ومستوى
وجوده لدى طابقتنا واتخاذ الاجراءات الكفيلة للحد من ضعف هذا النوع من الذكاء
لدى الطلبة بشكل خاص ولدى افراد المجتمع بشكل عام لتلافي ما قد يتسبب به
ضعف هذا النوع من الذكاء من اثاراً سلبية.

وقد اوصت دراسة (احمد ، 2004) (ارنوط، 2007) الى ضرورة التوسع في
اجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول موضوع الذكاء الروحي لدى طلبة الجامعة
بوصفها من الموضوعات الحديثة في الساحة العربية والتي ترتبط برباط خاص
وقوي بحياة الانسان (احمد ، 2004 : 34) (ارنوط، 2007 : 185).

كما اوصى (حسين ، 2007) في كتابه (دليلك العملي الى قوة الذكاء الروحي)
الى ضرورة قيام طلبة الدراسات العليا بالتوسع في دراسة موضوع الذكاء الروحي لما
لضعف وجوده لدى الافراد من اضرار سلبية على الفرد والمجتمع (حسين ، 2007 :
54)

ان الاسر العربية تجهل الاثر الذي يؤديه كشف الذات في التأثير على الصحة
النفسية للأفراد وتعمل على حث ابنائها منذ الصغر على اخفاء مشاعرهم وآرائهم
وافكارهم في كثير من الاحيان وهذا من شأنه ان يولد العديد من المشاكل والضغوط
النفسية خاصة في مرحلة الشباب، فيتولد لديهم نقص الخبرة في كيفية التعامل مع
المشاكل الاساسية وهذا بدوره يسهم في وقوع البعض منهم بالأخطاء اثناء تفاعلهم
مع الاخرين (AL- Azzam, 2014:78).

ولقد اشار كرين (Greene & Derlega , 2006) الى ان الاشخاص الذين هم
اقل كشافاً لذواتهم هم الاكثر عرضةً للمشاكل الصحية مثل الصداع وتغير الوزن
وتراودهم بعض الافكار السلبية (Greene & Derlega, 2006:421) ، وتوصلت
دراسة (Ignatius & Kokkonen 2007) الى ان تدني مستوى كشف الذات

يؤدي الى بعض المشاكل التي تتمثل بحالات من الاسى والقلق والخوف والى حالات الشعور بالوحدة (Ignatius & Kokkonen 2007: 362-391), فالشخص الذي يخجل من الكشف عن المشاعر الضاغطة التي تنتابه وعن الافكار التي تراوده يحدث لديه صراعاً داخلياً كبيراً تؤدي الى انعكاس تلك المشاعر والافكار الى الداخل بدلاً من الخارج واذا استمر ذلك فترة زمنية طويلة يمكن ان يتسبب في مشاكل عقلية وجسمية (فيرابيفرا، 2011: 71)

ولقد اظهرت دراسة جوزيف (Joseph, 2011) الى ان تدني مستوى كشف الذات يؤثر على المزاج ويحوّله من المزاج الايجابي الى المزاج السلبي إذ ان الافراد الذين يكشفون عن ذواتهم يكونون اكثر جرأة وسعادة وثقة بالنفس من اولئك الذين يحاولون دائماً كبت مشاعرهم وافكارهم وعدم الكشف عنها امام الاخرين لذلك اوصت هذه الدراسة بضرورة التوسع بإجراء الدراسات حول هذا الموضوع وربطه بمتغيرات نفسية وتربوية مختلفة لماله من تأثير على الصحة النفسية للفرد (Joseph,2011:449-461)

ولقد بينت كل من دراسة جردات (1995) ودراسة ذياب (2005) الى وجود انخفاض في مستوى كشف الذات لدى طلبة الجامعة مما دفعهم الى تقديم توصيات تحث على ضرورة التوسع في دراسة هذا الموضوع المهم الذي يؤثر انخفاضه على صحة الفرد النفسية والجسمية (جرادات,1995: 27) (ذياب,2005: 106)

ان العديد من الاضطرابات النفسية سببها ضعف التفكير الايجابي لدى الافراد في المواقف المختلفة وان العوامل الفكرية المسببة للاضطراب تكون اما على هيئة معتقدات او وجهات نظر خاطئة يتبناها الشخص عن نفسه او عن الاخرين او عن كليهما، مما يسبب له التعاسة والهزيمة الذاتية وسوء التوافق ووقوعه تحت وطأة اساليب سلبية خاطئة عند تفكيره في الامور من قبل التعميم ووجود التفكير الخاطي والتشاؤم والتشويهات المعرفية (ابراهيم، 2008: 91) .

ولقد اشار (الفقي 2011) الى ان خطورة ضعف التفكير الايجابي لدى الافراد تكمن في انه يجعل حياة الانسان سلسلة من المتاعب والاحاسيس والافكار

والسلوكيات السلبية وكذلك يدفع بالفرد الى العديد من النتائج السلبية مثل الامراض النفسية والعضوية والشعور بالخوف وعدم الرضا، كما اشار الفقي ايضا الى ان ضُعب التفكير الايجابي يضع كل اعضاء الجسم في حالة تأهب فالتفكير الايجابي ينعش العمليات النفسية والفيولوجية لأجهزة الجسم كافة(الفقي،2011: 63-64).

فالمُشكلة التي تواجهنا جميعاً هي كيف نختار الافكار الصّحيحة السّديدة الايجابية ؟ فاذا استطعنا حل هذه المُشكلة حُلت سائر مشكلاتنا، وزالت الواحدة تلو الاخرى، فنحن اذا راودتنا افكاراً سعيّدة كنا سعداء، واذا تملكنا افكارٌ تعيسة اصبحنا تعساء، واذا سادتنا افكار مزعجة اصبحنا خائفين جبنا، واذا سيطرت علينا افكار السقم والمرض، فالأرجح ان نُصبح مرضى سقماء واذا فكرنا بالفشل اتى الينا الفشل من غير إبطاء، واذا جعلنا نرثي لأنفسنا اعتزلنا الناس، وتجنبوا عشرتنا واذا فكرنا بالصحة والشباب والنعمة والنجاح تمتعنا بالصحة والشباب والنجاح الذي يأتينا من قوه الايمان بالله (توفيق، 2011: 40-41).

كما ان بوربا (Borba, 2001) اشارت في كتابها بناء الشخصية (Character Builders) الى ان ضعف التفكير الايجابي من شأنه ان يكون مُدمراً للطالب فالطالب الذي يعاني انخفاضاً في تفكيره الايجابي (مفكراً سلبياً) غالباً ما يكون ذلك ظاهراً في تقديره لذاته مما يؤدي الى ان تتكون لديه عادات تشاؤمية ومنها حديث الذات السلبي إذ اوضحت نتائج الابحاث الخاصة بهذا الموضوع الى ان الطالب يستمر في ارسال رسائل داخلية لنفسه تتضمن احباطاً للذات وهذا بدوره يقف عائقاً امام نمو تقدير الذات الايجابي لديه لذلك يجب التخلص على الفور من العادات السلبية التي تضعف التفكير الايجابي (Borba, 2001: 53).

ولقد توصلت بعض الدراسات التي بحثت في موضوع التفكير الايجابي الى وجود ضُعب لدى طلبة الجامعات في التفكير الايجابي في ظل الاوضاع الصعبة التي تعاني منها العديد من الدول العربية ومن تلك الدراسات دراسة (بركات2006) التي هدفت الى التعرف على مستوى التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة وكان من ابرز النتائج التي توصل اليها هو ان النسبة الاكبر من طلبة الجامعة

يظهرون تفكيراً سلبياً اذ بلغت نسبة الطلبة الذين يظهرون تفكيراً سلبياً (59,5%) من طلبة الجامعة والنسبة الاقل من الطلبة البالغة (40,5%) يظهرون تفكيراً ايجابياً(بركات, 2006: 3).

كما اشار (بكار 2007) في دراسته التي اجراها ايضاً على طلبة الجامعة الى ان اكثر من (50%) من طلبة الجامعة يظهرون تفكيراً سلبياً ويعود ذلك الى عوامل متعددة من اهمها تصوراتهم حول عمليه التعلم وفعالية الذات لديهم (بكار, 2007: 23) كما اوصت دراسات اخرى ومنها دراسة (Lennings2000) بأهمية التوسع بدراسة متغير التفكير الايجابي لما لضعفه لدى الطلبة الجامعيين اثاراً سلبية هدامة إذ توصلت هذه الدراسة الى ان ضعف التفكير الايجابي لدى الطلبة يؤدي الى الكثير الاصابة بضعف في جهاز المناعة (Lennings,2000:167-181) ويمكن بلورة المشكلة الاساسية للدراسة الحالية هو في خطورة تحديات المتغيرات التي تناولتها وانعكاساتها على الفرد وعلى المجتمع، لذلك فان الدراسة الحالية تسعى للإجابة عن التساؤلات الآتية: ما مستوى توافر الذكاء الروحي (Spiritual Intelligence) لدى طلبة جامعة ديالى؟ وهل يوجد كشف ذات وتّفكير ايجابي لدى طلبة جامعة ديالى؟ وما مدى العلاقة بين كل من الذكاء الروحي وكشف الذات و التفكير الايجابي لدى طلبة جامعة ديالى؟ وهل يسهم الذكاء الروحي وكشف الذات في التفكير الايجابي؟.

اهمية البحث The Important of the Research

ان تقدم اي بلد في الوقت الحاضر لا يعتمد على مواردها الاقتصادية والاجتماعية من (ارض وامكانات زراعية وصناعية وعلم وتكنولوجيا واجتماع وسياسة واقتصاد....الخ) وغير ذلك مما قل او اكثر اذ كل هذه الموارد انما هو تحصيل حاصل وكلها تتبع الانسان الذي هو محور الحضارة فهو مطلقها ووسيلتها وهدفها, والنهوض بهذه الامة يقع على الانسان الذي يمتلك مواصفات الايمان والامانة والقوة بكل جوانب شخصيته (عقلاً وروحاً ونفساً وبدناً) لتصبح شخصيته قوية قادرة على تحمل اعباء الحياة التي تواجهه فهو الهدف وهو الوسيلة (بكار, 2011: 5), ولكي

نتمكن من اعطاء اهتماماً أكبر لثروتنا البشرية لابد من اعطاء اولويه لشريحة الشباب من طلبة الجامعة فهم عماد الامة وهم امانة في اعناق المجتمع والدولة فالشباب في نظر الاسلام طاقة وثروة وطلبة الجامعة هم رأس مال لا يقدر بثمن ومن المعروف ان لكل مرحلة من مراحل النمو حاجات ومتطلبات نفسية ومادية ومرحلة الشباب التي يمر بها طلبة الجامعة هي مرحلة من هذه المراحل التي لها حاجاتها ومطالبها والتي تتأمل من المجتمع تحقيقها لها وغالباً ما تنشأ المشكلات بسبب عدم تلبية تلك الحاجات والمتطلبات (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، 2001: 5)

وتتجلى اهمية المرحلة الجامعية وحيويتها في حياة الطالب الى اعتبارات عدة فهي مرحلة بالغة الحساسية لان الطالب يدخل الى الجامعة وهو يحمل في تكوينه تأثيرات العوامل البيئية والاجتماعية والاقتصادية وهو في هذه المرحلة العمرية يكون عرضة لنوازع عديدة تتراوح ما بين الطموح والاقدام والتردد والاحجام والتطلع الى تجربه حياتية جديدة يحققها له الوسط الجامعي من خلال الاختلاط والتفاعل بمجتمع جديد يتميز بوجود الجنس الاخر من جهة والجو العلمي والثقافي من جهة اخرى، كما ان الجامعة هي ملتقى للطلبة القادمين من بيئات اجتماعيه وثقافيه مختلفة (عبيدات وابو السميد، 2012: 24)، كما ان المرحلة الجامعية تعد المؤسسة التعليمية الجديدة بمعاييرها وقواعدها وانظمتها، وهي المؤسسة العلمية والتربوية والاجتماعية ذات المستوى الرفيع التي تركز مهامها الاساسية في اعداد الكوادر المؤهلة لشغل مواقع مهمة في مختلف مجالات الحياة، وانها تمثل قمة الهرم التعليمي، فهي المساهم الاول في بناء المجتمع من خلال ما تنتجه من كوادر متخصصة والتي تباشر دورها في عملية التنمية في المجتمع (جربو، 2012: 15-18)، فالتعليم الجامعي يَختلف عن نمط المدارس في التعليم العام من حيث طبيعة الدراسة ونوعية التخصصات وانماط التفاعل مما يساعد على نمو شخصيه الطالب الجامعي وتعزيز قدراته الذاتية في التعليم وابرار مواطن القوة في تفكيره وذكاءه وكذلك في قدرته على اتخاذ القرارات المختلفة وتحمل المسؤولية (ال مشرف، 2000: 172)

ويلقى متغير الذكاء بصفته من المتغيرات الشخصية اهتماماً كبيراً لدى كثير من المتخصصين والباحثين وذلك لأثره في سلوك الفرد في المواقف المختلفة، وقد تطور استخدامه كمفهوم يتضمن عمليات متعددة مثل التفكير وحل المشكلات نحو الاستدلال والاستنباط وعمليات عقلية أخرى (قطامي، 2009:207).

اذ ان مفهوم الذكاء من اكثر الموضوعات النفسية بحثاً في العصر الحديث وذلك لارتباطه الحيوي بكافة ميادين الحياة الأكاديمية والمهنية والفنية والاجتماعية وان المسح لمجالات الابحاث في التربية بين ان مفهوم الذكاء يستخدم بوصفه متغيراً تجريبياً او ضابطاً في اكثر من 50% من الدراسات المنشورة (كرمة، 1994: 20).

والذكاء هو نتاج لعوامل تتناول خصائص الفرد السيكولوجية وما يمتلك من مواهب وقدرات وخصائص سلوكية تشكل شخصيته ويتأثر جميع ذلك بمدى التفاعل بين هذه الخصائص الوراثية والبيئية التي يعيش فيها الفرد (قطامي، 2009:208).

لقد بقي الجانب الروحي بمعزل عن العالم وعن التقصي العلمي لفترة طويلة الا ان علم النفس بوصفه علماً لا يمكن ان يهمل تأثير الجانب الروحي على الجوانب المعرفية والسلوكية والاجتماعية والوجدانية المؤثرة على الوجود الانساني لذلك اهتم علم النفس الحديث بدراسة هذا الجانب المهم في حياة الفرد والذي يؤثر على سلوكه في المواقف المختلفة فالذكاء الروحي هو الذكاء الذي يتصل بالقيم الروحية المرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالأسئلة الوجودية للحياة البشرية ويُعدُّ الذكاء الروحي القدرة على تطوير طريقة جديدة لتفسير معاني الاحداث التي تمر بحياة الفرد الخاصة فهو يمثل الوعي بالجوانب المعنوية بعيداً عن الجوانب المادية (Rapheal,2013:1)

ان الذكاء الروحي هو نكاء الروح الذي يساعدها في علاج نفسها من الالم والمعاناة والضلال في هذه الحياة وبواسطة هذا الذكاء يصبح الانسان شاملاً كلياً، وبتدني مستوى هذا النوع من الذكاء لدى الافراد يسيطر على الانسان الالم والمعاناة والضلال (عبد المحسن ، د.ت:370)، فالذكاء الروحي لدى الافراد من شأنه ان يقوي

وعى الشخص بذاته واتساع دائرة اتصاله بمحيطه فهو يساعد الفرد بالتعمق في نوعية مشاعره وماهية وجوده وهذا الوعي بدوره يقوده عاجلاً ام اجلاً الى الاعتزاز بالنفس وتقديرها والى قوة الشخصيه وتلك هي الصفات التي يتمتع بها الاشخاص البارزين في المجتمع في المجالات كافة (هلال، 2011:23)، كما اشار (كوفي 2006) في كتابه العادة الثامنة الى ان الذكاء الروحي لدى الافراد من شأنه ان يساعد الناس ويزيد من قدرتهم على التحكم في مشاعرهم وعلى فهم الاخرين والتعاطف معهم ويمنحهم راحة البال ويحدث عكس ذلك في حالة ضعف الذكاء الروحي لدى الافراد (كوفي، 2006: 471).

ان الذكاء الروحي احد انواع الذكاءات المتعدد التي اقترحها مؤخراً (جاردنر) في نظريته التي تحدى فيها فكرة التعامل مع الذكاء بوصفه قوة واحده وذكر ايضاً الى ان حصر الذكاء بعددٍ محددٍ من القدرات يُعدُّ امراً غير منطقيّاً وليس له اساس او ضرورة علمية (ابوالسميد، 2007: 690)

ان الذكاء الروحي (Spiritual Intelligence) هو الذكاء المَرَكِزي والاساس لجميع انواع الذكاءات الاخرى وذلك لأنه يُعدُّ مصدر التوجه للأفراد فهو يربط بين الذكاء العقلاني المعرفي والذكاء العاطفي فالأشخاص الذين يتمتعون بنسبه عاليه من الذكاء الروحي لا يستجيبون للأحداث بشكلٍ مناسب فقط بل انهم يقوموا بتحليل الاحداث والمواقف التي يتعرضون لها ويحاولون دائماً البحث عن الطرق التي من شأنها ان تحسن الاوضاع المحيطة بهم (2: Sinha, 2013)

وانه بخلاف الذكاء العقلي ((IQ)) الذي تمتلكه اجهزة الكمبيوتر والذكاء العاطفي (EQ) الذي تمتلكه الثدييات العليا فان الذكاء الروحي يتميز به الانسان فقط وهو الاهم من بين كل انواع الذكاءات الاخرى اذ انه مرتبط بحاجه الانسان الى المعنى وهو يأتي بمقدمة اهتمامات العقول البشرية الذي يجعل منا بشراً هو الذكاء الروحي(كوفي، 2006: 91)

كما ان الذكاء الروحي هو الذكاء الذي انبثق اساساً من الذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي فالذكاء الشخصي هو معرفته المرء وتقديره وفهمه لذاته بينما الذكاء الاجتماعي هو معرفة المرء وتقديره وفهمه للآخرين, ثم ينتهي الحال بتقدير وفهم كل اشكال الحياة الاخرى والكون كله ، كما ان اهم العناصر التي يعتمد عليها انماء الذكاء الروحي يكمل في الاتصال بالطبيعة وتقديرها وفهمها (بوزان،2007: 10).

كما يرتبط الذكاء الروحي (Spiritual Intelligence) بالذكاء العاطفي ايضاً الذي يُعدُّ جزءاً من الذكاء الاجتماعي إذ يشمل الذكاء الروحي الممارسة الروحية النامية داخل الشخص نفسه, وان التأكيد على الافكار والمشاعر الذاتية وتنمية التعاطف هو جزء من زيادة الوعي والحياة الروحية الداخلية (vaughan,2003:19) لقد اشار ايمونز (Emmons,2000a) الى ان الذكاء الروحي (Spiritual Intelligence) يَختلف عَن السمات التقليدية وَعَن القُدرات العَقلية العامة فهو بناء ذات مغزى يمكن استخدامه لشرح مختلف الظواهر النفسية والعقلية والادارية (Emmons,2000a :8)

كما ان فوجان (vaughan,2003) عدّ الذكاء الروحي بأنه اكثر من مجرد قُدرة عَقلية فردية، فهو يربط الحياة الداخلية للعقل والروح بما يجري في العالم الخارجي فهو يقوم بربط الشخص بالخالق والذات بالروح, ويتجاوز الذكاء الروحي النمو السيكولوجي التقليدي، فهو يفتح القلب وينير العقل ويوحى الى الروح ويستطيع الانسان من خلاله التمييز بين الواقع والخيال، ويمكن من خلاله فهم العديد من الاسئلة الوجودية مثل "لماذا ان هنا " و"من انا" وغيرها من الاسئلة كما يمكن من خلال الذكاء الروحي اكتشاف مواطن الحب والفرح حتى في حالات الضغط والتوتر والمشاكل والاضطرابات الحياتية (vaughan,2003 : 17).

كما اشار العالمان(زوهار و مارشال) في كتابيهما عام 2000 (الذكاء الروحي...الذكاء النهائي) الى انه عن طريق هذا النوع من الذكاء تكتمل الصورة النهائية للذكاء الانساني الذي اطلق عليه (Spiritual Intelligence) إذ يستطيع الانسان

بهذا النوع من الذكاء ان يحل العديد من مشاكل المعاني الإنسانية والقيم العليا وفيه يتم وضع افعالنا وحياتنا في اطار اوسع واكثر شمولاً (عبد المحسن، د.ت : 368) ان الذكاء الروحي يُعدُّ موجهاً لنا في حياتنا يساعدنا في التعرف على الفرق بين الاشياء الجيدة والاشياء السيئة وخاصة للأفراد الذين يمتلكون توازناً ويستطيعون السيطرة على انفسهم ويمتنعون عن عمل اي شيء مخالف للمعايير والقواعد السائدة وقد اشار (Zohar&Marshall, 2000) و (Edwards,2003) الى ان الذكاء الروحي يتصل بالتفكير الاخلاقي وهو يزودنا بالإحساس الاخلاقي إذ ان الذكاء الروحي يستخدم كحد فاصل بين الخير والشر, لأنه يساعد على تكوين اخلاق الفرد ويساعد على تغيير قواعد السلوك غير المرغوب وتغيير حالاته المختلفة فهو الذي يساعدنا على التعامل مع القضايا الاخلاقية والطبيعة الوجودية فهذا النوع من الذكاء يساعدنا في حل المشكلات غير الاخلاقية والروحية و يساعدنا على التعلم من اخطائنا و على اتخاذ خيارات حكيمة (Zohar&Marshall, 2000 :20) (Edwards,2003 :18), اي من خلال الذكاء الروحي نستطيع ان نحدد ونفاضل اي الطرق ذات المعنى التي نسلكها في حياتنا، فالذكاء الروحي يُعدُّ القاعدة الأساسية اللازمة لكي يعمل كل من حاصل الذكاء العقلي (IQ) وحاصل الذكاء العاطفي (EQ) بطريقة فعالة وهو بذلك يُعدُّ ذكاءً نهائياً للإنسان وان كل من الذكاء العقلي والذكاء العاطفي منفردين او مجتمعين لا يمكنهما التوضيح بكفاءة الصورة الكاملة للإنسان ولا يمكنهما من ظهور الثراء الواسع للروح الإنسانية من دون توافر الذكاء الروحي (عبد المحسن، د.ت : 368).

ان اهمية الذكاء الروحي تبرز ايضاً بامتلاكه القوة القادرة على تغيير حياة الفرد بل وتغيير وجهة الحياة ومجرى التاريخ إذ ان الذكاء الروحي هو الذي يميز الانسان ويجعل منه مبدعاً ومبتكراً وعندما نمتلك الذكاء الروحي او نسعى الى تنميته نستطيع ادراك الصورة الكاملة لأنفسنا وللكون بشكلٍ اوسع وبقيمنتنا وهدفنا في هذا الكون، إذ ان الذكاء الروحي يساعد على رؤية الجانب المرح الايجابي السعيد من الاشياء ويشحن النفس بمشاعر الحماس والطاقة والعزيمة والاصرار ويمكن من خلاله ايضا

تحقيق السلام الداخلي والسيطرة على الذات والتخلص من اثار الضغوط والايقاع السريع لحياتنا (Buzan,2001:121)(بوزان ,2007: 3)

واشارت دراسة سيبالد وهيل (Seybold & Hill 2001) الى ان الذكاء الروحي يستند على القدرات التي من شأنها ان تنتج نتائج ذات قيمة إذ اشارت هذه الدراسة الى وجود علاقة بين الذكاء الروحي وكل من الصحة ومعنى الحياة والرضا عن الحياة والرفاه والتفكير المتفائل الايجابي وتوصل الى ان المعتقدات الروحية لها علاقة ايجابية مع الخصائص النفسية والصحة البدنية وتحسين نوعية الحياة واداء الشخصية الايجابية في الفكر وفي العمل وفي العلاقات (Edwards,2003:25).

فالذكاء الروحي من شأنه ان يعمق علاقات الحب بين الافراد فهو يعمل على تحسين العلاقات على نطاق الاسرة وبين الاصدقاء والزملاء فالذكاء الروحي يرتبط بكل من النجاح والحب وهو يُعدُّ دافعاً اساسياً وقوة محركه لهما فهو يحمل في ثناياه الحب ويجعل العالم اكثر اشعاعاً وحناناً وبالتالي يوصلنا الحب الى النجاح الذي يكون دائماً في خدمة الجماعة وشفاء الكل من جميع الآفات الاجتماعية التي من الممكن ان يتعرضوا لها وبالتالي يحررنا الذكاء الروحي الذي اساسه الحب من التفكير السلبي ومن اصدار الاحكام المسبقة الخالية من المحبة والافكار التي لا احد يسال عنها والعقائد المتحجرة فالذكاء الروحي من شأنه ان ينمي التفكير ويقودنا الى التفكير الايجابي السليم الحقيقي (ايشباخر،2006: 250-251)

ان الذكاء الروحي يقوم اساساً على الادراك (ادراك العقل) وهو الطريق الذي يوصلنا الى الحب والصحة والى الحيوية والى المعرفة الكلية والقيم السامية والرؤيا الواضحة وكلما تمتع الافراد بالذكاء الروحي كلما استطاعوا ان يتولوا القيادة التي من شأنها ان تؤدي بهم الى الشفاء (شفاء الجسد من الظواهر المرضية ، وشفاء العقل من الشعور غير الصادق والاحكام المسبقة والتفكير السلبي)(ايشباخر،2006: 253).

كما توصلت دراسة حسيني(Hosseini,2010) الى ان الذكاء الروحي يمتد مفهومه ويرتبط بالطب النفسي إذ توصل من خلال دراسته الى ان الذكاء الروحي

يؤثر على نوعية الحياة ويساعد الناس على التكيف ويقدم للفرد القدرات التي تُساعده على حل المشكلات وتحقيق الاهداف (Hosseini,2010:1)

فالنكاه الروحي كما اشار كل من زوهار ومارشال (Zohar&Marshal,2000) وولمان (Wolman,2001) وفوغان (Vaughan, 2002) يُعدُّ وسيلة من وسائل تحقيق التكيف مع احداث الحياة المجهدة وحل المشكلات وهذا يتأتى من كونه يسهل عملية اتخاذ القرار واتخاذ الخيارات الاكثر وضوحا (Vaughan, 2003: 6) .

كما اكدت العديد من الدراسات وجود علاقة بين النكاه الروحي والصحة النفسية ومن تلك الدراسات دراسة (Saidy 2009) التي اشارت الى ان النكاه الروحي يساعد الافراد على حل مشاكلهم وتفادي الاتجاهات السلبية ويساعد في التحكم بالخمول والكسل في التعليم ويمنع جميع الانفعالات التي تشوش تفكير الطلبة، فالنكاه الروحي يرتبط بقوة مع انفعالات الفرد وتفكيره ولا ينفصل عنها وبزيادته تزداد الصحة النفسية والتوازن لدى الفرد وبالعكس وجود مستوى متدني منه يؤدي الى عدم قدرة الافراد على التكيف واختلال التوازن في انفعالات الفرد وتفكيره (Saidy,2009:10), وقد اشار نوبل (nobel, 2000) الى ان النكاه

الروحي (Spiritual Intelligence) لدى الافراد يساعدهم على تحقيق المرونة النفسية وذلك لان النكاه الروحي (Spiritual Intelligence) يزيد من قدرة الفرد في التركيز على نقاط القوة الايجابية التي بداخله (Nobel, 2000:24) فالأشخاص الذين لديهم ذكاءً روحياً يمكنهم التعامل بشكلٍ افضل مع الازمات والصدمات ولديهم قدرة اكبر على تحسين حالتهم الصحية ويمكنهم ادارة المواقف العصيبة التي يتعرضون لها فالفرد مع النكاه الروحي تزداد لديه المرونة والوعي والقدرة على الالهام والحدس ويكون متمتعاً بنظرة شمولية للعالم وتكون لديه القدرة على الاجابة عن الاسئلة الاساسية للحياة والقدرة النقد والتقييم إذ بينت تلك الدراسات الى ان الاشخاص الذين يتمتعون بذكاء روعي عالي هم الاكثر قدرة للتعامل مع الضغوط والصدمات (Moallemi,2013:1- 2), اما ماكدونالد (Macdonald,

(2002) فقد توصل الى ان الذكاء الروحي يؤدي الى التقليل من مُعدلات الاكتئاب وزيادة السعادة ويحدث العكس عند ضعف معدل الذكاء الروحي الذي يؤدي الى زيادة في مُعدلات الاكتئاب وقلّة السعادة لدى الفرد (Macdonald, 2002:28)

ان الذكاء الروحي هو احد انواع الذكاء الذي يمكن تطويره بشكلٍ مستقل نسبياً , والذكاء الروحي يمكن ان يتحقق من خلال احداث توازن بين الحياة الداخلية للعقل والروح والحياة الخارجية من خلال الاتصال والتفاعل بالعالم الخارجي ويمكن زراعة وتنمية هذا النوع من الذكاء من خلال التدريب والممارسة, ويصل الفرد الى النضج الروحي من خلال طرق تعامله مع المحيطين به في العالم الخارجي المتمثلة بالحكمة والعطف والرأفة والحب، فالنضج الروحي يعنى ضمناً ممارسة الحكمة والرحمة في العلاقة مع الناس الاخرين بغض النظر عن الجنس او العقيدة او السن او الاصل العرقي وكذلك يتضمن تقديسها واحترامها لجميع اشكال الحياة (Vaughan, 2003: 5), ويتميز الذكاء الروحي بالسماحة والرحمة والعفو عند المقدرة وتجنب الانتقام وتطهير النفس من الحقد والكراهية والابتعاد عن التعصب والاستعداد لتحمل افكار الاخرين واحترامها والتفاعل الايجابي لتفهمها والاستفادة منها (بوزان، 2007: 8) (هلال، 2011: 8).

ولأهمية الذكاء الروحي لدى طلبة الجامعة وفي المجال التربوي فقد تناولته عدداً من الدراسات الاجنبية والعربية ومن هذه الدراسات (احمد 2004) ودراسة (ارنوط 2007) ودراسة (كنك 2008) ودراسة جوبتا (Gupta,2012) ودراسة ابراهيمي (Ebrahimi&Bagherian2011) ودراسة (الصميدعي 2013) ودراسة (Pourfarokh 2014), إذ عنيت هذه الدراسات بالتعرف على مستوى الذكاء الروحي لدى طلبة الجامعة وبحثت ايضاً عن علاقة الذكاء الروحي بمتغيرات اخرى ومنها (التوافق النفسي والاجتماعي, سمات الشخصية, التدين والرضا عن الحياة, فاعلية الذات والتنظيم الذاتي, التحصيل الاكاديمي, أساليب التفكير, الضغوط النفسية), كما بحثت ايضاً بعض من هذه الدراسات عن الفروق بين الجنسين في

الذكاء الروحي وتوصلت البعض منها الى وجود فروقٍ في الذكاء الروحي البعض منها لصالح الذكور والآخرى لصالح الاناث ودراسات اخرى اظهرت عدم وجود فروقٍ ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - اناث).

وبالرغم من اهمية موضوع الذكاء الروحي الا ان هذا المتغير الحديث لم يأخذ بعد فرصته في البحث في البيئة العربية (على حد اطلاع الباحثة) مقارنةً بالبيئات الأجنبية وهذا يشكل جانباً من جوانب اهمية الدراسة الحالية كما ان اهمية الذكاء الروحي تبرز من خلال ارتباطه بالعديد من المتغيرات الاجتماعية والمتغيرات المرتبطة بالتربية والتعليم والقيادة و... غيرها اما عن اهميته لطلبة الجامعة فإنها تتمثل في انه من الخطوات الاولى لتحقيق النجاح في حياتهم وبمختلف جوانبها, ان الذكاء الروحي من الممكن ان يساعد الطالب الجامعي على استثمار كافة امكانياته وتوظيفها في حياته العملية فالذكاء الروحي يعد مؤشراً من مؤشرات الصحة النفسية السليمة التي تساعد في اطلاق طاقات الفرد وتحفيزها وتوجيهها الوجهة المناسبة .

ويُعدُّ كَشَفُ الذات احد المهارات المستخدمة لتحقيق التفاعل الاجتماعي والذي يهتم بدراسة العلاقات الاجتماعية التي تنشأ بين الناس حين يتباينون وذلك عن طريق تبادل الافكار والمشاعر والتعرف فيما بينهم الامر الذي ينتج عنه تصحيح مسار السلوك لاحدهم لتحقيق اكبر قدر من التشابه بينهم مما يسهل عملية اداء الواجبات والوظائف (الشناوي، 2001: 65).

ان الكَشَفَ عَن الذات هو عملية تقاسم المعلومات الشخصية مع شخص اخر وتعد من اهم العوامل المؤدية الى تطوير وترسيخ العلاقات بين الافراد, وأشار جورارد (Jourard 1971) الى ان كَشَفَ الذات يعني اخبار الاخرين عَن نفسك. وهو يتضمن جميع انواع المعلومات من توقعات الحياة، والظروف الشخصية والمشاعر، والاحلام والآراء وغيرها, والاهم من ذلك ان كَشَفَ الذات يعني مشاركة رد فعلك حيال الشخص الاخر والموقف الجاري, وهو يتضمن كذلك اخبار الحقيقة، وليس فقط عرض الجانب الحسن من الشخصية او القناع الاجتماعي امام الاخرين (Jourard ,1971:1-2), وان الظروف المهمة لتطوير

الكشف عن الذات تتمثل بتطوع الفرد من تلقاء نفسه على كشف ذاته، فالكشف الصريح واحد من السبل المهمة في تقليل المسافة الشخصية بين الافراد وشرط أساس في تطوير العلاقات الحميمة بينهم (Waring &Chelune, 1983 : 184)

ويُعدُّ الكَشَفُ والتعبير عن الذات احدى مظاهر الصحة النفسية اذ يساعد على تجنب كثير من مواقف الاحباط او سوء التكيف وعَندما تتحقق للإنسان صحته النفسية تزداد فرص نجاحه في اعماله ونشاطاته، ويبدو اكثر سعادة بعمله وبالعلاقاته متمتعاً بالقدرة على التعامل مع الآخرين وقادراً على العمل بمفرده أيضاً بالإضافة الى تمتعه بمفهوم ايجابي عن الذات، وهذا كله يسمح له بتقبل التغيير والتوافق معه (القذافي، 1989: 259)، كما اشار (جورارد 1971 Jourard) الى ان كَشَفَ الذات اذا ما جرى بصورة صحيحة يكون علامة من علامات الصحة العقلية، وقد اثبتت الدراسات ان الافراد الذين يكشفون عن ذواتهم يكونون اكثر رضا عن ذواتهم، واكثر تكيفاً وكفاءةً، واكثر ادراكاً، واكثر انبساطاً، واكثر ثقةً وايجابية نحو الآخرين من الاشخاص الذين لا يكشفون عن ذواتهم، ويقود كَشَفَ الذات المناسب الى الود، ويقود الود الى كَشَفَ الذات ايضاً، وان كَشَفَ الذات الخاص لمشاعرنا الحقيقية ومشاركة انفعالاتنا مع الآخرين يحسن من صحتنا العقلية والبدنية ويساعد على منع الامراض، ويُقلل من مشكلاتنا النفسية البين شخصية وهو مهارة مهمة عند الشخص في الحياة الاجتماعية (1-4 : 1971 Jourard)، وهذا ما توصل اليه (بينياكر 1990) إذ استخلص من خلال دراسته الى ان الانفتاح للآخرين والثقة بهم وكَشَفَ الذات لهم يُعدُّ قوة علاجية كبيرة (برافين، 2010: 314).

وقد اشار جورارد (Jourard,1971) الى ان العلاقات الشخصية تحتاج الى الانفتاح والثقة والامانة وان الشخصية السليمة هي التي تُظهر القدرة لتكون معروفة تماماً لإنسان اخر، كما يؤكد ان الانغلاق يؤثر على نحو كبير في امكانية تحقيق الانجاز الذي يريده الفرد، كما ان كَشَفَ الذات مهم وصعب، فحتى التعبير عن شعور ايجابي يكون احياناً صعباً بالنسبة لبعض الافراد فمشاركة ذواتنا الحقيقية تكون

امراً صعباً إذ ان بعض العائلات لا تتحدث عن مشاعرهما الشخصية، لذا يكون كشف الذات طريقة مخيفة وجديدة في التفاعل لدى بعض الناس، ويخشى بعضهم الرفض او النقد ويخاف بعضهم الآخر من المودة، والبعض الآخر يصاب بالخجل من افكارهم ومشاعرهم (Jourard, 1971:32-35)، ويرتبط الخوف والخجل في الكشف عن المشاعر والافكار الى المحددات الوراثية والى خبرات الطفولة تلك التي يعاقب بها الطفل عند الكشف عن ما يفكر او يشعر به لذلك يعتمد الى كبت تلك الافكار والمشاعر وعدم الكشف عنها فيما بعد (برافين، 2010: 319)

كما اشار كوزبي (Cozby, 1973) ان كشف الذات يجب ان يتم بشكل معتدل اي ان الفرد الذي لا يكشف ذاته لا يكون قادراً على توطيد علاقات حميمة مع الاخرين، كما ان الذي يكشف كثيراً عن ذاته، يعده الاخرون غير متوافق وغير قادر على الارتباط بهم، اما الذي يكشف ذاته بشكل معتدل على وفق ما تحدده طبيعة العلاقة فانه يحافظ على علاقة وثيقة مع الاخرين إذ يُعدُّ مستوى كشف الذات المتوسط والمناسب والمقبول اجتماعياً مرتبطاً بشكل وثيق بالشخصية السليمة اكثر من كشف الذات العالي جداً والواطي (Cozby, 1973: 77).

كما اشارت الدراسات الى وجود علاقة بين كشف الذات وبين توكيد الذات إذ ان الافراد الذين يعجزون عن الكشف عن ذواتهم في المواقف السلبية التي تستوجب ذلك يعانون من تدني في توكيد الذات، وينتج عن ذلك عادةً بعض الآثار السلبية كان يزداد احساسهم بالوحدة والشعور بالقلق (Callejas, 2001:29).

ويُعدُّ الكشف عن الذات امراً مهماً في تطوير الذات والوصول الى شخصية متوازنة خالية من الاجهاد والتوتر وتكوين علاقات وثيقة صحية مع الاخرين وذلك من شأنه ان يكون مفيداً للمجتمع، وهو كذلك يعمل على بناء العلاقات الاجتماعية ويقوي الثقة المتبادلة بين الناس (Mudita & Suman 2012: 59) إذ اشار كل من (التمان وتايلور 1973) ان الثقة المتبادلة بين الاشخاص ترتبط ارتباطاً ايجابياً مع احتمالية حدوث كشف الذات إذ تشكل شرطاً اساسياً لحدوث الكشف (Altman & Tayler, 1973:80).

كما اشارت (فيرابيفرا 2011) الى اهمية كَشَفِ الذات بوصفه من المراحل الاولى لإقامه العلاقات الاجتماعية ومنها الصداقة إذ ان الافراد في بداية تكوين علاقاتهم الاجتماعية يكونون اكثر حذرا عند كَشَفِ ذاتهم للآخرين في بداية العلاقة ومع تطور العلاقة ينتقل الفرد الى مرحلة جديدة من كَشَفِ الذات يتوسع فيها بكَشَفِ اجزاء اخرى من ذاته وتحدث في هذه المرحلة عملية تبادل الثقة بين شخصين وان لم يحدث تبادل الثقة فانه من المتوقع ان تتوقف العلاقة بسبب فقدان الثقة المتبادلة (فيرابيفر، 2011: 146).

ان كَشَفِ الذات له اهمية بالغة إذ انه والى فترة قريبة جدا يُعدُّ اساساً لعمليات التحليل النفسي، فعند توفير الاجواء الامنة للفرد واشعاره بالأمن والثقة من قبل الشخص المقابل يدفعه الى التحدث عن مشكلاته وخبراته دون حذر او تردد الامر الذي يزيد من اللفة، كما ان قيام الافراد بتبادل الكَشَفِ ذاتهم فيما بينهم بالتحدث عن بعض جوانب شخصيته او حياته كلما وجد ذلك ملائماً مما يزيد من شعور المقابل بالارتياح (ذياب، 2005: 8).

ان كَشَفِ الذات يعمل على التنظيم المعرفي وتكامل الخبرات خاصة الخبرات الصدمية التي قد يتعرض لها الفرد، إذ انه من الممكن ان يكون الكَشَفِ عن الذات المفتاح الرئيس للتخلص من الصدمات (برافين، 2010: 314)، اذ يُعدُّ كَشَفِ الذات والتعبير عنها بجانبيه السلبي والايجابي من اهم مستلزمات حسن التكيف وتتم الاستفادة من كل من التفكير الايجابي والتفكير السلبي وذلك عند استخدامهما بالموقع الصحيح والوضعية المناسبة وتجاوز النظرة الأحادية ولقد اثبتت الابحاث ان التوازن بين كَشَفِ الذات السلبي و كَشَفِ الذات الايجابي عن الانفعالات والمشاعر هو الاستجابة الاكثر فاعليه في مواجهة المحن فكما اشتدت المحنه اصبح لتوازن كَشَفِ الذات عن الانفعالات اثر افضل على الصحة النفسية، ولقد ثبت من تجارب اجريت على عينه ممن تعرضوا للشدائد والمحن ان الاشخاص الذين كَشَفُوا انفعالاتهم وافكارهم السلبية والايجابية

امكنهم التعامل ومواجهة الشدائد وابدو المزيد من الحصانة تجاه المواقف السلبية المختلفة ان الكشف عن المشاعر والافكار بجانبها السلبية والايجابي يُعدُّ مدخلا سليما للتعامل مع الظروف بدلاً من الاستسلام للمشاعر (برافين، 2010: 315).

حتى ان الاطباء النفسيين يستخدمونه بكثرة وذلك للحصول على المعلومات حول التوجهات الروحية والقيم وكافة الاحداث التي مرت في حياتهم والتي من شأنها ان تُساعد الطبيب المعالج الى الوصول الى اساس الحالة المرضية للشخص المريض (Zur,2011:2-3).

كما انه بالإضافة الى ان لكشف الذات اهميته للمحافظة على الصحة النفسية والعقلية فان له ايضا آثاراً على الصحة البدنية فقد وجدت الدراسات الى ان الاشخاص الذين يكشفون عن افكارهم ومشاعرهم للآخرين فانهم يكونون اقل عرضة للإصابة بالمشاكل الصحية مثل الصداع وتغير الوزن وارتفاع ضغط الدم (Greene &Derlega,2006:421)

ويتبين للباحثة بان اهمية كشف الذات تبرز من خلال ارتباطه وتأثيره على الصحة النفسية بوصفه مهارة من مهارات مواجهة الضغوط والاجتماعية وبوصفه مهارة من مهارات التفاعل الاجتماعي لذلك فهو يعد من الامور المهمة التي تعمل على تحقيق الصحة النفسية السليمة التي بدورها تؤثر على الصحة الجسمية والعقلية التي تساعد الطالب الجامعي على حسن التكيف مع الظروف الحياتية المختلفة وبالتالي تحقيق النجاح .

ولأهمية كشف الذات لدى طلبة الجامعة وتأثيره الكبير على الصحة النفسية للطالب الجامعي فقد تناولته العديد من الدراسات الاجنبية والعربية ومن هذه الدراسات (جاسم 1994) ودراسة (جردات 1995) ودراسة نايرزويدويسكي (Niebrzydowski,1996) ودراسة (ذياب 2005) ودراسة سليمان والدحادحة (2006) ودراسة العزام (AL-Azzam2013) إذ عُينت هذه الدراسات بالتعرف على مستوى كشف الذات لدى طلبة الجامعة وبحثت ايضاً عن علاقة

كشف الذات بمتغيرات اخرى ديموغرافية ونفسية واجتماعية ومنها (الاكتئاب والجاذبية الشخصية، الجنس التخصص، الاسرة....)، كما بحثت ايضاً بعض من هذه الدراسات عن الفروق بين الجنسين في كشف الذات وتوصلت اكثر الدراسات الى وجود فروق في كشف الذات البعض منها لصالح الاناث واخرى لصالح الذكور ودراسات اخرى اظهرت عدم وجود فروقاً ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير الجنس (ذكور - اناث)

لقد اشارت الابحاث التاريخية الى ان نجاح الفرد لا يقرر بحجم الدماغ وانما يقرر بحجم تفكيره فقد اثبتت الحقائق التاريخية ان حجم رصيد الانسان المادي، وسعادته وصحته يقررهما حجم تفكيره الايجابي وبدون ان ندرك ذلك فإننا جميعا ثمره وانتاج الفكر المحيط بنا، ويبدو ان كثيراً من هذا الفكر صغير الحجم وسلبى الاتجاه، كما ان البيئـة من حولنا تحاول جـرنا الى السلبية واليأس والاحباط نسي هؤلاء بانه لا شيء مكتوب لا يتغير او نهائياً لا يتبدل وانما يحو سبحانه وتعالى مقادير ويثبت اخرى ويغير فيها ويبدل، ويقول سبحانه وتعالى في اية اخرى ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ (سورة الرعد: 11) فالحقيقة الكونية تنبع من وجود احتمالات متعددة امام كل فرد وجماعة، وبناء على ما يتخذه الفرد من قرارات وما تتبعه الجماعة الإنسانية من اتجاهات تتجدد المصائر وتقع المقادير (حجازي، 2009: 11).

ولقد بين كل من شيلي وتايلور (Shely – Taylor) في كتابهما التصورات الايجابية الى ان ما يميز الانسان عن باقي الكائنات هو نزعته القوية للتفكير الايجابي خصوصاً الاصحاء منهم فملكات العقل تعد من وسائل للتفكير الايجابي المنطقي (Carry, 2004: 77)، فالإنسان يسعى مهما كان عمره، ومهما كان الزمان او المكان الذي يعيش فيه الى ان تكون حياته وحياته من حوله مليئة بالسعادة، والرفاهية، والنجاح المتواصل في شتى مجالات الحياة، ولذلك يحاول جاهداً ان يجلب لنفسه ولغيره الخير والمصالح المادية والمعنوية، وان يدفع عن نفسه الضرر والمفسدة، وان مما يمكن الانسان من الوصول الى مراده ان يقوم بادئ ذي بدء بتحسين مستوياته الفكرية وذلك بتبني منهج فكري سليم عن نفسه وعن مجتمعه وعن

الحياة بصفة عامة، وان يدرب نفسه على التخلي عن الافكار السلبية التي تحد من قدراته، والتي تضيع جهوده في سبيل تحقيق ما يصبو اليه من اهداف في حياته(رقيب،2008: 7).

ولقد اثبتت الدراسات والبحوث الى انه بالإمكان تعديل اساليب التفكير السلبية الخاطئة واستبدالها بأساليب تفكير ايجابية سليمة تُساعد الفرد بالتخلص مما يصيبه من توتر واضطراب ومعاناة (ابراهيم، 2008: 100)، فالتفكير الايجابي يُعدُّ من اساليب التفكير السليمة والتي تقوم على اساس تعزيز الامكانيات بدلاً من التوقف عند المعوقات وعلى الفرص بدلاً من الاخطاء اي ان هذا النوع من التفكير يركز على اوجه القوة لدى الانسان بدلاً من التركيز على اوجه القصور فهو يهدف الى تنشيط الفاعلية الوظيفية والكفاءة والصحة الكلية للإنسان بدلاً من التركيز على الاضطرابات وعلاجها ان التفكير الايجابي هو الاداة الاكثر فاعلية في تفاعل الفرد مع مشكلات الحياة التي تواجهه (حجازي، 2005: 327).

فأن كل ما يميز الانسان في ابتكاراته وانجازاته يكمن في نظام واداء التفكير لديه، فالإنجازات الراقية للإنسان تكمن في الافكار، ولولا الافكار الايجابية لانهارت البشرية منذ زمن بعيد... فان كل ما ينتبه اليه الفكر ويحركه في الاتجاه الايجابي سيطرحة العقل بصورة حقيقية يمكن رؤيتها في الاداء والاعمال، فالعقل الواعي عبارة عن جهاز استشعار رائع يعمل بشكلٍ منفصل وارادي وفطري نحو كل ما نفكر به (عبد العزيز، 2011: 9).

قال العالم ايمرسون (نبئني بما يدور في ذهن الرجل، انبئك اي رجل هو)، فحياة الافراد هي من صنع افكارهم والافكار التي تسيطر على الافراد لها تأثير كبير في تكييف حياتهم، فالأفكار هي التي تحركنا، واتجاهنا الذهني وما يجول في عقولنا من افكار هي العامل الاول في تقرير مصائرنا، فتغيير الوعي داخل النفس البشرية شرط للتطور وتغير الظروف والاحوال التي تحيط (توفيق، 2011: 40)، من هنا ندرك اهمية التفكير الايجابي فالإنسان يستطيع ان يقرر طريقه تفكيره فاذا اختار ان يفكر بإيجابية يستطيع ان يزيل الكثير من المشاعر غير المرغوب بها والتي ربما تعيقه من

تحقيق الأفضل لنفسه، ان اي تغيير في حياتنا يحدث اولاً في داخلنا ، في الطريقة التي نفكر بها، والتي بدورها ستسبب لنا ثورة ذهنية كبيرة قد تجعل حياتنا اما سعيدة او حزينة (رقيب،2008 : 8).

وقد اشار سيشيل وكارلس (Scheier,Charles 1993) ان التفكير الايجابي هو احد المرادفات للتوجه التفاؤلي Optimism Orientation في الحياة، وان التفكير السلبي هو احد مرادفات التوجه السلبي Passimism Optimism ويرى أنّ التوجه الايجابي للحياة يؤدي الى النجاح، وذلك بما يتضمنه من توقعات ايجابية للنجاح والسعادة والانجاز اما التوجه السلبي فانه يؤدي الى فقدان الثقة في امكانيه مواجهة وتخطي المواقف الاعتيادية والصعبة مما يؤدي الى الفشل(العنزي،2008 :1)، هذا وقد اكد سيلجمان (Seligman2002) على ان تنمية الافكار والخصال الايجابية لدى الانسان تعد امراً ضرورياً فهي تعد حصناً قوياً وقائياً ضد الضغوط ونواتجها السلبية كما ان لهذه الخصال الايجابية دوراً في استثارة السعادة الحقيقية فهي افضل السبل للوصول الى السعادة والهناء النفسية وتخطي الفشل وتحمل الفرد لقسوة الحياة (8: Seligman,2002)، كما اشارت (مصطفى ، 2003) الى ان تحقيق النجاح والسعادة والاستمتاع بحياة متوازنة، انما يتطلب تغيير في طريقة تفكير الفرد واسلوب حياته، ونظرته اتجاه نفسه واتجاه الاخرين، واتجاه الاشياء ، والمواقف التي تحدث له، والسعي الدائم الى تطوير جميع جوانب الحياة (مصطفى ، 2003 : 23).

ان اهتمام علم النفس الايجابي بالتفكير الايجابي والتمكين الشخصي وحسن الحال والشعور بالسعادة لا يعني انه يهمل التفكير السلبي التشاؤمي بل يسعى علماء علم النفس الايجابي الى التعرف على اهم مسببات التفكير السلبي في محاوله لتعظيم الجوانب الايجابية لدى الفرد والتي تدفع به الى التخلص من التفكير السلبي (Conoley,2008:67-70)، اذ ان الافكار والمشاعر السلبية لا يتم حلها عندما نتجاهلها ونكتبها او نقلل من قيمتها ،ان المفكرين الايجابين يجب عليهم ان يعترفوا ويحترموا السلبية كتعبير اصيل عن الواقعية، عندما نلاحظ اننا نبحت

عَن الأخطاء ونقلق من بعض الأشياء علينا ان نتقبل وجهات نظرنا السلبية ونسعى لفهمها والبدء فوراً في طرح عدداً من الأسئلة البناءة من اجل ايجاد افضل الحلول، هذا هو الطريق البسيط الذي يجب علينا ان نسلكه كي نُصبح شخصيات واعيه ومدركه لحقائق الامور، فالمفكر الايجابي يجب ان لا يضع طلاء على الصداً لأنه سيتقشر عاجلاً ام اجلاً ويظهر السطح الصداً مرة اخرى بل يجب عليهم ان يعترفوا بوجود الصداً وان يسعوا الى معالجته ثم بعد ذلك يقوموا باستخدام افضل طلاء، ان كبت الافكار السلبية عَن طريق التفكير الايجابي قد يكون غاية بالخطورة، وكثير من المفكرين الايجابيين يعانون من مشاكل مالية وعاطفية شديدة لانهم يتجاهلون اشارات التحذير السلبية (جليكمان، 2008: 19-20)، ان التفكير الايجابي لا يعني ان نتغاضى عَن سلبيات الحياة الفعلية فهذا ليس من الايجابية في شيء، ان التفكير الايجابي على العكس ذلك، فهو ينظر الى سلبيات وضعيه ما وايجابياتها بشكلٍ جدلي: ماهي سلبيات وضعيه ايجابية، وما هي ايجابيات وضعيه سلبية، وكيف يمكن تعظيم الايجابيات في هذه المعادل الحاكمة لكل وضعيه، وبالتالي فالتفكير الايجابي لا يفرط في تعميم النظرات الايجابية التي قد تؤدي الى تجاهل الواقع في غناه وتعقيده وخطاره (حجازي، 2005: 331) .

ويُعدُّ الشخص الايجابي واقعياً متفائلاً بطريقة تفكيره، يُفكر بطريقةٍ منطقية فهو لا يخلط بين ما يتمناه وبين ما هو حقيقي فهو شخص يُسائر الواقع ويعمل على اساسه ويعمل من خلال هذا الواقع على تطوير ذاته (سليجمان، 2005: 35)، فالمفكرون الايجابيون يحققون نتائج جيدة في كافة المجالات فهم يسعون الى ان يكونوا منتجين على الدوام كما انهم يستخدمون طرقاً ذكية لتحقيق اهدافهم المهمة وهم يسعون دوماً الى ان ينظموا ويستغلوا مواردهم ويحسنوا من ادائهم (جليكمان، 2008: 8)

ان المفكر الايجابي لديه رغبة بتطوير ذاته والانتقال الى ذات افضل فقد بينت دراسات عدة ان الاشخاص المفكرون ايجابياً عموماً اقل ميلاً لإلقاء اللوم على انفسهم لأي فشل يواجههم، لذلك فهم اقدر على المواجهة ولا يستسلمون في مواجهة

الفشل وهذا ما يدفعهم للكفاح بإصرار للتغلب على ما فاتهم في نهاية الامر (Albery, 1998:73-81), ان التفكير الايجابي يُعدُّ عاملاً محفزاً لمواصلة العمل والجهد للتطلع الى مستقبل وحياءٍ افضل وذلك بتحقيق اهداف يجعلها امام عينه ويسعى لتحقيقها من خلال النظرة الايجابية التي تعد العامل الدافع لتحقيق اهدافه (kirkegaard,2005:62), فقد اشارت الابحاث الحديثة الى ان هنالك تلازم بين التفكير الايجابي والعواطف الايجابية وبين تحقيق الاهداف ان السعي المتواصل والحماس يُعدان اساساً للإيجابية، اذ ان السعادة لا تنمو من مجرد الخبرة السلبية المتلقية لما تحمله الظروف بقدر ما تنمو من خلال الانخراط في انشطه ذات قيمه وذلك بالتقدم نحو الاهداف الذاتية او الجماعية (حجازي,2005: 341).

ان التفكير الايجابي يزيد من مستوى الثقة بالنفس واحترام وفهم وادراك الذات, فقلة احترام الذات والثقة بالنفس لهما علاقة بالشعور بالعجز, فالأشخاص الذين يتمتعون بثقة عالية بالنفس واحترام للذات تكون نظرتهم الى ذواتهم مستقرة وامنة بعيدا عن الشعور بالقلق المتزايد وبعيداً عن النظرة السلبية المتدنية للذات, فهؤلاء الأشخاص لديهم القدرة على التعامل مع احداث الحياة المختلفة بطريقة ايجابية وتكون لهم علاقات افضل مع انفسهم ومع الاخرين على عكس الأشخاص الذين يعانون من تدني احترام الذات وقلة الثقة بالنفس فهم يجدون صعوبة في التعامل مع احداث الحياة المختلفة وتسوء علاقاتهم بأنفسهم وبالآخرين, ان الثقة بالنفس هي ايمان الفرد بأهدافه وقدراته وقراراته وامكانياته وتتمثل بالحب والعطف والتفكير الايجابي والصبر والمثابرة والاصرار واستثمار الوقت (الويس، 2005، 7).

ولأهمية التفكير الايجابي فقد تناوله عدداً من الباحثين بالدراسة ومنها دراسة بيترسون وبوسيو (Peterson,C&Bossio 2000) التي توصلت لدراستهما الى ان هنالك علاقة بين التفكير الايجابي وصحة الجسد, إذ اشارت تلك الدراسة الى ان العواطف الايجابية والتفكير الايجابي دوراً هاماً في حمايه ضغط الدم وامراض القلب والامراض السرطانية على عكس التفكير السلبي الذي من شأنه ان يؤثر على ضغط الدم ويسبب امراض القلب إذ اشارت هذه الدراسات الى ان المفكرين

ايجابيا تكون نوعيه الحياة لديهم افضل وقُدرة تحملهم للمرض تكون اكثر مقارنةً بالمفكرين سلبياً فيزداد لديهم الشعور باليأس وعدم القُدرة على تحمل المرض (Peterson & Bossio, 2000:127) وفي دراسة اجريت على مائة طالب من جامعة هارفورد، اتضح ان اتجاه الفرد الفكري وتوقعاته للحياة في سن الخامسة والعشرين يؤثر تأثيراً على حالته الصحية في الكهولة، فقد اشارت نتائج الدراسة الى ان الطلبة من ذوي التفكير السلبي التشاؤمي هم الاكثر عرضة للإصابة بالضعف في جهاز المناعة، وهذه العوامل جميعها ذات علاقة كبيرة بتعرض الانسان للمرض (Lennings,2000:167-181).

اما دراسة (Lyubomirsky & King, 2005) فقد بحثت عن فوائد التفكير الايجابي وتوصلت الى ان هناك فوائد عدة للتفكير الايجابي ومنها تأثيره على كل من التفاؤل والسعادة والارتياح وكذلك تأثيره الكبير على توليد النجاح في مختلف جوانب الحياة بما في ذلك العمل والاداء والعلاقات الاجتماعية وكذلك فهم واحترام الذات والآخرين والنشاط والرفاهية والقُدرة على التعامل مع المشكلات ومهارة حلها وكذلك للتفكير الايجابي تأثير كبير على الابداع والصحة وغيرها الكثير (Lyubomirsky & King, 2005 :840), كما بينت دراسة اونج (Onh) 2006 (2006), ونسيم وخالد (Naseem & Khalid, 2010) وجود علاقة بين التفكير الايجابي والاجهاد في الحياة اليومية، إذ توصلت هذه الدراسات الى ان المفكرين الايجابيين يتمتعون بقُدرة كبيرة على مواجهه مصاعب وضغوط الحياة والى وجود ارتباطا عاليا بين المرونة والتفكير الايجابي، إذ توصلت هذه الدراسة الى ان الافراد ذوي المستويات العالية من المرونة يتصفون بتفكيراً ايجابياً مقارنةً بالافراد ذوي المرونة الاقل مع انفعالات سلبية، وان الافراد ذوي المرونة المنخفضة يظهرون صعوبات في تعديل افكارهم وانفعالاتهم السلبية ويظهرون رد فعل حساس لضغوطات احداث الحياة اليومية وهؤلاء يعتقدون انه ليس هناك نهاية للتجارب الاليمة ولضغوطات الحياة المختلفة (Onh,A et al 2006 :730-749).

وقد اشارت (الانصاري 2012) الى وجود حاجة ملحة وموجة ضخمة في مجال الاهتمام بالتفكير الايجابي وذلك من اجل تنمية الطاقات القصوى لدى ابناء المجتمع ولاسيما الشباب منهم اذ ان التفكير الايجابي يسموا بحياة الانسان ويجعلها اكثر جودة ويساعد الفرد في حل مشكلاته في شتى مجالات الحياة(الانصاري, 2012: 20).

من هذا كله يتبين للباحثة بان اهمية التفكير الايجابي تبرز من خلال دوره في توجيه التفكير وتحسينه كما انه يُعدُّ من اكثر الموضوعات التي لها علاقة بمجال التنمية البشرية ومن اكثر المواضيع المثيرة للبحث والدراسة فالفرد في مرحلة الشباب اكثر حاجة من غيره لتحسين وتطوير تفكيره وجعله تفكيراً ايجابياً واكتساب اساليب وطرق مفيدة وايجابية واساليب جديدة وراقية في التفكير لان التفكير هو عماد الصحة النفسية وهو الذي يتحكم في مجمل الجوانب الاخرى ولارتباطه بالعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية والتربوية التي من شأنها ان تؤثر على صحة الافراد النفسية والجسمية والعقلية التي تساعد الطالب الجامعي على حسن التكيف مع الظروف الحياتية المختلفة وبالتالي تحقيق السعادة والنجاح.

كما انه لأهمية موضوع التفكير في المجال التربوي فقد تناولته عدد من الدراسات العربية والاجنبية للتعرف على مستوى وجود التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة ومنها دراسة انثوني (Anthony 2002) ودراسة (بركات 2006) ودراسة (حنان 2012) ودراسة العبيدي(2013), كما عُنيت دراسات اخرى بالبحث عن علاقة التفكير الايجابي بالتفكير السلبي ومنها دراسة موريزو (Maurizio2003) ودراسة مونرو (Munro2004) ودراسة ادميدس(Admeads 2004) وبحثت ايضاً هذه الدراسات وغيرها عن الفروق بين الجنسين في التفكير الايجابي وتوصلت الى نتائج مختلفة فمنها ما أظهرت وجود فرق في التفكير الايجابي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الاناث واخرى اظهرت ان الفرق كانت لصالح الذكور واخرى لم تظهر وجود اي فرق دال احصائياً بين الذكور والاناث.

ولأهمية المرحلة التي تناولتها الدراسة الحالية وهي (مرحلة الشباب) أصبح لزاماً علينا فهم هؤلاء الشباب (الطلبة) قدر الامكان فهما يتناسب مع طبيعة المرحلة التي يمر به المجتمع العراقي بشكل عام وطلبة الجامعة بشكل خاص من اجل مساعدة هذا الطالب على حل ما يواجهه من مشكلات في ظل هذه المرحلة التي تميزت بكثرة الصراعات والضغوط والتحديات, ولما كان لكل من الذكاء الروحي وكشف الذات والتفكير الايجابي كل هذه الاهمية فان جهد الباحثة سينصب في الكشف عن العلاقة التي تصل هذه الجوانب الثلاثة المهمة لدى طلبة الجامعة .

ويمكن بلورة اهمية البحث الحالي في النقاط التالية :-

اولاً: الأهمية النظرية

- 1- توفير اطار نظري يجمع بين المتغيرات الثلاث ويوفر تنظير غني لمتغيرات البحث.
- 2- قد توفر نتائج الدراسة فهماً افضل للعلاقة بين هذه الابعاد الثلاثة لدى عينة طلبة الجامعة، وايضاً مدى تأثيرها بمتغيرات اخرى كالجنس والتخصص.
- 3- قد تكون الدراسة الحالية احدي البحوث العلمية المفيدة، إذ انه لا توجد دراسة في حسب اطلاع الباحثة تعنى بدراسة الذكاء الروحي وكشف الذات والتفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .

ثانياً: الأهمية التطبيقية

- 1- قد يستفيد الباحثين والمختصين من ادوات الدراسة الحالية والتي قامت الباحثة بإعدادها في اجراء بحوث اخرى .
- 2- ان استخدام مقياس (King) للذكاء الروحي بنسخته الاصلية وترجمته الى اللغة العربية يُعدُّ بحد ذاته نقلاً لمقياس من ثقافة الى ثقافة اخرى.

اهداف البحث Aims of the Research

يهف البحث الحالي تعرف على:-

- أولاً- الذكاء الروحي لدى طلبة الجامعة.
- ثانياً- دلالة الفروق في الذكاء الروحي لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور - إناث) والتخصص (إنساني - علمي).
- ثالثاً- كشف الذات لدى طلبة الجامعة .
- رابعاً- دلالة الفروق في كشف الذات لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور - إناث) والتخصص (إنساني - علمي)
- خامساً- التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .
- سادساً- دلالة الفروق في التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور - إناث) والتخصص (إنساني - علمي)
- سابعاً- اتجاه وقوة العلاقة بين الذكاء الروحي وكشف الذات
- ثامناً_ اتجاه وقوة العلاقة بين الذكاء الروحي والتفكير الايجابي.
- تاسعاً- اتجاه وقوة العلاقة بين كشف الذات والتفكير الايجابي.
- عاشراً - مدى اسهام كل من الذكاء الروحي وكشف الذات في التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث Limits Of The Research

تحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى من كلا الجنسين (ذكور، اناث) ومن التخصص (علمي، انساني) للدراسة الاولى الصباحية، وللعام الدراسي(2013-2014) م.

تحديد المصطلحات Terms Limitation

أولاً: الذكاء الروحي (Spiritual intelligence) عَرَفَهُ كل من :-

- ايمونز (emmons,2000a):- على انه مجموعة من القدرات والاستعدادات التي تمكن الافراد من حل المشاكل وتحقيق الاهداف في حياتهم اليومية (Emmons,2000a:10).

- زوهار ومارشال (zohar & Marshal, 2000):- على انه الذكاء الذي يضع السلوك في مصطلح اوسع وهو ذكاء لتقييم اعمالنا وطريقنا للحياة مقارنة للآخرين (zohar & Marshal 2000:3-4).
 - فوغان (vaughn,2002 :19):- على انه الاهتمام بالحياة العقلية الداخلية للفرد ومزاجه, وعلاقته بالوجود في الحياة وهو يتضمن الفهم العميق للأسئلة المتعلقة بالوجود والتبصر بمستويات متنوعة من الشعور (vaughn,2002 :19).
 - بوزان (2007):- بانه طاقة الحياة، والجانب غير الجسدي وغير المادي من الفرد مثل المشاعر والاحاسيس والفتنة، كما يتضمن الصفات الحيوية للفرد كالطاقة والحماس والشجاعة والاصرار وكيفية اكتساب هذه الصفات وانمائها(بوزان ،2007: 10)
 - كنگ (king, 2008):- بانه مجموعه من القدرات العقلية التي تسهم في الوعي والتكامل والتكيف المعنوي الذي يؤدي الى نتائج وجودية عميقة منها التأمل للمعنى والاعتراف الذاتي والتمكن من الحالة الروحية (king, 2008:7).
- التعريف النظري للذكاء الروحي:**
- تَبْنَت الباحثة تعريف كنگ (king, 2008) للذكاء الروحي تعريفاً نظرياً، لاعتمادها على نموذجهِ وترجمة وتبني مقياسهِ للذكاء الروحي .
- اما التعريف الاجرائي للذكاء الروحي فهو :**
- " الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة خلال إجابتهم على فقرات مقياس الذكاء الروحي المتبنى في البحث الحالي".
- ثانياً : كَشَف الذات (Self-Disclosure) عَرَفُهُ كل من :-**
- جورارد (Jourard 1968):- عملية جعل الذات معروفة للأشخاص الاخرين عن طريق البوح بمعلومات شخصية (Jourard ,1968: 102)
 - التمان وتايلر (Altman & Taylor 1973):- عملية الكشف عن اشياء شبه سرية او سرية خاصة او صريحة تتعلق بذواتنا (Altman & Talar , 1973 : 84) .

- كورسيني (Corsini 1987):- العملية التي تتم بواسطتها قيام الفرد بالبوح طوعاً وبصورة قسدية بمعلومات حقيقية ومهمة وشخصية وسرية لشخص آخر (Corsini , 1987 :22).
 - بورغر (Burger 2000):- هو العملية التي عن طريقها يكشف فرد ما معلومات شخصية حول نفسه الى فرد آخر . (Burger , 2000 :3)
 - نياي (2005):- قدرة الفرد على كشف مشاعره وافكاره السرية او شبه السرية والاكثر خصوصية وشخصية بشكل طوعي وجعل الذات معرفة للآخرين (نياي، 2005: 11)
- التعريف النظري لكشف الذات:**

تنبت الباحثة تعريف التمان وتاييلور (Altman & Taylor 1973) لكشف الذات؛ لاعتمادها على تعريفهما ونظريتهما في كشف الذات. اما التعريف الاجرائي لكشف الذات فهو:

" الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة خلال إجابتهم على فقرات مقياس كشف الذات الذي أعدته الباحثة لهذا لغرض".

ثالثاً: التفكير الإيجابي positive thinking عَرَفَهُ كل من :-

- سيمبسون ووينر (Simpson & Weiner 1989):- بانه نتيجة خبرة او ممارسة تركيز العقل بالإيجاب على كل ما هو بناء وجيد وبالتالي القضاء على الافكار والعواطف السلبية المدمر (Simpson & Weiner 1989:166)
- (مصطفى 2003):- هو استخدام الفرد لقدرة عقله الباطن (عقلة اللاوعي) للتأثير على حياته العامة بطريقة تُساعده على بلوغ آماله وتحقيق أحلامه (مصطفى، 2003: 16).
- سيلجمان (Seligman 2004):- هو مجموعة من الخصال الشخصية الايجابية والمتضمنة ستة فضائل اساسية وهي (الحكمة والمعرفة، الشجاعة، الحب ومهارات التفاعل الاجتماعي العدالة، ضبط النفس، الروحانية والتدين Seligman (2004:604)

• كيركجارد (Kirkegaard 2005):- بأنه (التفكير الذي يقاد داخلياً بغرضه, عن طريق الايمان بان كل شيء في الحياة يحدث لسبب ما ويتحقق ذلك بمساعدة وجود عدد من العلاقات منها العلاقة القوية مع النفس ومع الله والعلاقة الثالثة مع الاسرة والعشيرة والاصدقاء المقربين)(Kirkegaard, 2005:6).

• حنان (2012):- بأنه استخدام العقل واستخدام العمليات الذهنية في المواقف التي تتطلب ذلك بطرق منطقية وعقلانية واصيلة, ومن ناحية التفسير والاستنباط والاستدلال يكون بطرق تنزع الى الايجابية (حنان, 2012: 7)

التعريف النظري للتفكير الايجابي :

لقد تبنت الباحثة تعريف كيركجارد (Kirkegaard 2005) للتفكير الايجابي, لاعتمادها على نموذج في التفكير الايجابي.

اما التعريف الاجرائي للتفكير الايجابي هو:

"فهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة خلال إجابتهم على فقرات مقياس التفكير الايجابي الذي أعدته الباحثة لهذا لغرض".