

الجمهورية الديمقراطية الشعبية
وزراء التعليم العالي و البحث العلمي



جامعة محمد بوضياف – المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم : علم النفس

الرقم التسلسلي :

التفكير الإيجابي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى طلبة جامعة مسيلة

(دراسة ميدانية لطلبة سنة ثانية توجيه وإرشاد)

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في شعبة علوم التربية تخصص : إرشاد و توجيه

إشراف الدكتورة :

إعداد الطالبات

* د. لمين نصيرة

❖ خير منى

❖ بوشعالة سارة

❖ زرفاوي يسرى

السنة الجامعية : 2019/2018

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

((كذلك نفصل الآيات لقوم يتفكرون))

سورة يونس الآية 24

((الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خُلُقِ السَّمَاوَاتِ

وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ))

سورة آل عمران الآية 191

إهداء

لابد لنل و نحن نخطو خطواتنا الأخيرة في حياتنا الجامعية من وقفة نعود إلى أعوام قضيناها في رحاب الجامعة مع أستاذتنا الكرام ، الذين قدموا لنا الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في بناء جيل الغد ، وقبل أن نمضي تقدم أسمى آيات الشكر و الامتنان و التقدير و المحبة إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة ، و إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم و المعرفة وإلى جميع أساتذتنا الأفاضل في كلية علوم التربية ، و نتوجه بالشكر إلى الدكتورة- لمين نصيرة - التي تفضلت بالإشراف على هذه الرسالة فلها منا كل التقدير و الاحترام و إلى كل من ساعد على إتمام هذه الأطروحة و قدم لنا يد العون و المساعدة وكانوا عوننا لنا في الرسالة ونورا يضيء الظلمة التي كانت تقف أحيانا في طريقنا ، إلى من زرعوا التفاؤل في قلوبنا و إلى الذين قضوا حياتهم دفاعا على هذه الأمة فغرسوا فينا الهمة .

قائمة المحتويات :

-الإهداء

-الشكر

-قائمة المحتويات

-قائمة الجداول

-قائمة الملاحق

-ملخص الدراسة بالعربية7

-ملخص دراسة بالفرنسية8

-مقدمة 9

الفصل الأول : الإطار العام للإشكالية

1.إشكالية البحث..... 11

2. فرضيات البحث..... 12

3.أهمية البحث.....13

4.أهداف البحث 13

5.تحديد مفاهيم البحث.....13-14

6.الدراسات السابقة..... 14-17

القسم النظري

الفصل الثاني: التفكير الایجابي

تمهید

1.تعريف التفكير الایجابي..... 20-21

2.مصادر التفكير الایجابي.....21-24

3.أهمية التفكير الایجابي.....25.

4.العوامل التي تؤثر في التفكير الایجابي.....26-28

5.الوصايا العشر للتفكير الایجابي.....28

6. وجهات النظر حول التفكير الإيجابي..... 30-29
7. الاستراتيجيات المستخدمة في التفكير الإيجابي..... 32-31

خلاصة الفصل

الفصل الثالث: الطموح الأكاديمي

تمهيد

1. تعريف مستوى الطموح..... 35.
2. سمات الشخص الطموح..... 35.
3. نمو مستوى الطموح..... 36.
4. أنواع الطموح..... 37.
5. مستويات الطموح..... 38.
6. النظريات التي فسرت مستوى الطموح..... 39-38.

خلاصة الفصل

القسم المدني

الفصل الرابع: الجانب التطبيقي

1. مجتمع عينة الدراسة..... 41.
2. منهج الدراسة..... 41.
3. أدوات الدراسة..... 45-41.
4. خطوات الدراسة..... 45.

الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة و مناقشتها وتحليلها

1. عرض نتائج الفرض الأول و تحليلها و تفسيرها..... 48-47.
2. عرض نتائج الفرض الثاني وتحليلها و تفسيرها..... 51-49.

الفصل السادس :

1. توصيات الدراسة..... 54.
4. قائمة المصادر و المراجع..... 56-55.

الجداول :

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
41	إعداد عينة البحث على وفق متغير الجنس	01
42	معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي	02
44	معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية لمقياس الطموح الأكاديمي	03
45	معامل ارتباط الفاكرومباخ لمقياس التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي	04
47	معامل ارتباط بيرسون لمقياس التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي	05
49	يوضح الفروق بين أفراد العينة في التفكير الايجابي تعزى لمتغير الجنس	06
50	يوضح الفروق بين أفراد العينة في الطموح الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس	07

الملاحق :

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
57	مقياس التفكير الإيجابي	01
61-60	مقياس الطموح الأكاديمي	02

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي و الطموح الأكاديمي لدى طلبة جامعة مسيلة سنة ثانية تخصص علوم تربية وتكونت عينة الدراسة النهائية من 60 طالب و طالبة وتم الاعتماد الدراسة على المنهج الوصفي

و استخدمت الدراسة الأدوات التالية :

- مقياس التفكير الإيجابي (لحسام محمد منشد 2013)

- مقياس الطموح الأكاديمي (لمحمد بوفاتح 2005)

و توصلت الدراسة بالاستعانة بالحقيبة الإحصائية spss إلى النتائج التالية :

- وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين التفكير الإيجابي و الطموح الأكاديمي
- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين التفكير الإيجابي و الطموح الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس .

Résumé de l'étude

La présente étude vise à identifier la relation entre la pensée positive et l'ambition académique parmi les étudiants de l'Université de Mesila. La deuxième année est consacrée à la spécialisation en sciences de l'éducation, l'échantillon final étant composé de 60 étudiants.

L'étude a utilisé les outils suivants:

- Échelle de pensée positive (Hussam Muhammad Manshid 2013)
- Échelle d'ambition académique (Mohammad Boufhat 2005)

L'étude, à l'aide du fichier statistique spss, a abouti aux résultats suivants:

- Il existe une corrélation positive entre la pensée positive et l'ambition académique
- Il y avait des différences statistiquement significatives au niveau de signification 0,05 entre la pensée positive et l'ambition académique en raison de la variable de genre.

مقدمة :

يعد التفكير عاملاً من العوامل الأساسية في حياة الإنسان فهو يساعد على توجه الحياة و تقدمها كما يساعد على حل المشكلات و تجنب الكثير من الإخطار و به يستطيع الإنسان السيطرة و التحكم على أمور كثيرة و تسييرها لصالحه، و الإنسان يولد ولديه عالة التفكير و هي العقل ولو أردنا التسمية البيولوجية العلمية فهو المخ Brian، وان هذا العقل البشري يركز على شيء معين فهو يحاول أن يلغي الفشل والتعاسة من حياته ليفكر بسعادة، فالعقل يعطي أوامر مباشرة من الأحاسيس و الحركات الداخلية و الخارجية لإبقاء على الخبرات السارة وإلغاء الخبرات غير سارة (زياد بركات 2006ص4).

و من هنا ظهر الاهتمام بالتفكير الايجابي من حيث انه نمط من أنماط التفكير يرتقي بالفرد و يساعده على الاستثمار عقله و مشاعره وسلوكه واكتشاف قواه الكامنة و تغيير حياته على نحو أفضل باستخدام أنشطة و أساليب ايجابية (سامية الأنصاري 2012 ص5-6).

و يشير ميشيل و كار فال michel et carver 1993 إلى التفكير الايجابي هو احد المرادفات للتوجه التفاؤلي في الحياة والتوجه التفاؤلي يؤدي إلى النجاح بما يتضمنه من توقعات ايجابية للنجاح و السعادة و الانجاز و الطموح .

لذلك لزم على الإنسان أن يكون ايجابيا في تفكيره و منطقيا و واقعيًا و في حالة استنفار دائم يتطلع إلى المستقبل قادر على الكفاح و مواجهة الصعاب من اجل إثبات الذات والنفس و يطمح إلى الوصول إلى أهدافه بدقة و عناية متجاوزا الصعاب المحن دائم الطموح إلى مستوى أرقى من المستوى الذي وصل إليه فالطموح هو سر النجاح و أساسه و هو من أهم مميزات الشخصية السوية وبقدر ما يكون الطموح مرتفعا بقدر ما تكون الشخصية متميزة و كما أن لسمات الشخصية درجات و القدرات العقلية درجات فان للطموح درجات . فالشخص الطموح الذي يتصف بنظرة متفائلة بالحياة و الاتجاه نحو التفوق و تحديد الأهداف و الميل إلى الكفاح و تحمل المسؤولية و الاعتماد على النفس المسؤولية و عدم الرضا بالوضع الراهن و عدم الإيمان بالحظ هي سمات التي تدفع به إلى الصمود و المزيد من التفوق و الامتياز . إذا نجح الفرد في حياته لاسيما الدراسية يعتمد بالضرورة على مستوى طموحه .

و تأسيسا على ما سبق تأتي الدراسة الحالية للكشف عن العلاقة الارتباطية بين التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي لدى طلاب جامعة مسيلة (سنة ثانية تخصص إرشاد و توجيه)

الفصل الأول

- إشكالية الدراسة
- فرضيات الدراسة
- أهمية الدراسة
- أهداف الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة
- الدراسات السابقة

- الإشكالية :

يعتبر التعليم العالي الأكاديمي محط اهتمام المتعلمين، حيث يراه البعض منهم هدف ممكن تحقيقه ، كما يراه الآخرون علم صعب الوصول إليه ، وقد يرجع هذا إلى الفروق الفردية بينهم ، بحيث يظهر من الاختلاف فيه بينهم سواء من حيث

تحقيق مستوى ما من الطموح ،أو من حيث ما لديهم من قدرة على تحقيق الذات على المستوى الطموح دورا هاما في حياة الفرد والجماعة على حد سواء ،إذ يهل بمثابة حافز يدفعه الفرد للقيام بسلوكيات معينة فلكل منهم طموح معين يضعه أمامه ويجتهد في تحقيقه وقد ينجح أو يفشل في ذلك وهذا يعتمد على مدى كفاءته وقدراته وتقديره للذاته ، وتبعا لخبرات الفشل والنجاح التي أكتسبها الإنسان من ألفاظ التفاعل الدينامي بينه وبين واقع الحياة ، إذ لكل منهم طموحات متعددة في مختلف نواحي الحياة وبطبيعة الحال فالطالب الجامعي سوف يكون طموحه مرتبط بما يتعلق بالمجال الأكاديمي فأغلب الطلبة تكون لديهم رغبة في النجاح والتفوق والوصول لتحقيق الأهداف المسطرة سلفا وحيث يشير إليه صلاح الدين أبو ناهية أن الطموح الأكاديمي هو هدف الذي يضعه الفرد لنفسه في المجال الأكاديمي ويتطلع إليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه في عقبات ومشكلات تنمي إلى هذا المجال ويتفق هذا الهدف والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي ويتحدد حسب الخبرات والنجاح والفشل التي يمر بها (صلاح الدين أبو ناهية ص 981) ولقد أشارت العديد من الدراسات أن خبرات النجاح تؤثر إيجابا في رفع مستوى الطموح فالإنسان عندما ينجح في أمر فإن ذلك يزيد من ثقتة و يفعله من مستوى طموحه ولقد ابتكر هذا اللفظ العالم Houppé ليدل العلاقة التي يضعها الفرد لنفسه ولخبراته مع النجاح أو الفشل عموما تؤيد التجارب إلى أن تكرار مرات النجاح تميل إلى زيادة ورفع مستوى الطموح كما يميل تكرار الفشل إلى حفظ هذا المستوى (دسوقي 1990) وتعتبر دراسة مستوى الطموح مقياسا لشخصية الفرد أو الطالب حيث تفيدنا في معرفة التجارب والخبرات التي مر بها والنماذج والمثل العليا التي أحاطت بالطالب كما تساعده في تخطيط للحياته في جميع المجالات الاجتماعية والتعليمي والوضعي والأهم من ذلك تفيدنا في معرفة أسلوب تفكيره (كاميليا عبد الفتاح 1984)، وللوصول إلى مستوى علا من الطموح الأكاديمي وتحقيق النجاح لابد أن يكون تفكير الطالب إيجابيا لأن التفكير الإيجابي يرتبط ارتباطا وثيقا بالنجاح لما يؤدي إلى الأعمال الإيجابية في معظم شؤون الحياة وترى "عفراء العبيدي " أن التفكير الإيجابي هو المعتقدات والآراء والأساليب المتبعة في كل أمور الحياة والتي من شأنها حل كل ما يواجه الفرد من مشكلات ومواضيع بصورة متفائلة إيجابية ناجحة.

كما تشير العديد من الدراسات العربية والأجنبية حول تنمية التفكير الإيجابي لذا نرى أن الاهتمام بهذه الجوانب مهم لماله أهمية في تشكيل نمط حياة الفرد وتوجيهه وحل الكثير من المشاكل ، حيث يشير معمرى 2011، أن علم النفس الإيجابي ليس تخصصا جديدا بل توجيه ظهر حديثا يبحث ويركز على دراسة المشاعر الإيجابية في الإنسان وقدم علم النفس الإنساني psychology .Humauntic كذلك إسهاماته من خلال تأكيده على أن الإنسان كائن إيجابي بطبعه وأقوى دافع لديه هو تحقيق الذات ، وهو دافع التفوق والنجاح (معمرى 2011، ص103).

ويتضح لنا من العرض السابق وجود ندرة في الدراسات التي إهتمت بدراسة علاقة التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي خاصة الدراسات العربية حيث أنه في حدود الإطلاع لا توجد أي دراسة عربية إهتمت ببحث عن هذه العلاقة ، مما يعطي مؤشرا قويا إلى إجراء المزيد من الدراسات حول هذه العلاقة ونظرا لما يمثله التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي من أهمية في فهم التوافق الدراسي للطلاب وتحسين وتطوير العملية التعليمية فقد تحددت مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي ؟

الأسئلة الفرعية :

- 1-هل توجد علاقة إرتباطية بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي ؟
- 2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس ؟

الفرضيات :

- 1-توجد علاقة إرتباطية بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي .
- 2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابي ومستوى الطموح الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس .

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي :

1. تنفيذ نتائج الدراسة في إعداد دورات تدريبية وبرامج تهدف إلى تنمية التفكير الإيجابي لدى طلاب جامعة المسيلة لتبصيرهم بمكامن القوة في الشخصية وتنمية هذه الجوانب الإيجابية.

2- تسهم نتائج الدراسة الحالية في توجيه نظر المسؤولين في مجال الإرشاد النفسي إلى أهمية التفكير الإيجابي في حياة الفرد والطموح الأكاديمي.

أهداف الدراسة:

1- معرفة العلاقة بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي لدى طلاب جامعة المسيلة.

2- الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي.

3 - الكشف عن إمكانية التنبؤ بالطموح الأكاديمي من خلال مستوى التفكير الإيجابي

مصطلحات الدراسة :

1- التفكير الايجابي **positive thinking** : *حسب (إبراهيم 2005)

هو قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره ومعتقداتها و التحم فيها و توجيهها تجاه تحقيق ما توقعه من نتائج ناجحة و تدعيم حل المشكلات ومن خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي تسعى للوصول إلى حل مشكلة (إبراهيم، 20015: ص 5)

• حسب العريفي 1978 : بأنه الوعي باستعمال العق البشري بكل طاقاته و إمكاناته دون وضع أي إعاقات سلبية من الأفكار أو شعور أو تصرف (العريفي، 1978: ص 15)

• التعريف الإجرائي : أنه أسلوب متكامل في التفكير يختبره الطالب و يعكس توقعاته الايجابية نحو حياته اليومية و المستقبلية و قناعاته بالقدرة على تحقيق النجاح

2- مستوى الطموح الأكاديمي : *تعريف فرج طه 2005

هو الذي يطمح الفرد أن يصل إليه أو يتوقعه لنفسه سواء في تحصيل الدراسي أو انجازه العلمي أو في إنتاجه أو في مهنته ويجتهد لتحقيقها معتمدا في ذلك على قدراته و كفاءاته و على ملائمة الظروف الخاصة به و بالبيئة حوله (عبد الواحد 2010 : ص291.292)

• تعريف أمال عبد السميع أبازلة 2004

على أنه الأهداف التي يضعها الفرد لذاته في المجالات التعليمية أو المهنية أو التعليمية أو الأسرية أو الاقتصادية ويحاول تحقيقها و يتسم العديد من المؤثرات الخاصة بشخصية الفرد أو القوى البيئة المحيطة به و إذا تناسب مستوى الطموح مع إمكانيات الفرد و قدراته الحالية والمتوقعة كانت سوية و إذا لم يتسم معها ظهرت التفككية و الاضطراب (رزيقة ، 2014 : ص 96)

● التعريف الإجرائي : الطموح سمة مميزة لكل فرد تتأثر بعوامل عديدة منها الذات و خبرات النجاح و الفشل و القدرات العقلية و الإمكانيات و المجتمع المحيط كما تعتبر موجهها لسلوك الفرد نحو بلوغ هدف معين

حدود الدراسة :

-الحدود البشرية : تكونت العينة البحث من 60 طالب

-الحدود المكانية : تم إجراء و تطبيق الدراسة في جامعة محمد بوضياف مسيلة و بالضبط كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس تخصص علوم التربية سنة ثانية توجيه و إرشاد

- الحدود الزمنية : أجريت هذه الدراسة بتحديد تطبيقها في شهر أبريل من سنة 2019

الدراسات السابقة : الدراسات السابقة هي مجموعة من الدراسات التي تحدثت عن الموضوع الذي يقوم الباحث بالبحث عنه، وتقدم هذه الدراسات معلومات عديدة للباحث حول موضوع الدراسة الذي يقوم به.

ومن خلال الدراسات السابقة يقوم الباحث بإغناء البحث العملي الذي يقوم به بالمعلومات المتعلقة بمجال الدراسة

1/ الدراسات الأجنبية :

- متغير الأول (التفكير الإيجابي)

*دراسة ريكا Rebecca (2003):

هدفت إلى معرفة تأثير التفاعل المشترك بين نمطي التفكير الإيجابي والسلبي و بين متغيرات الجنس و التخصص و المستوى الدراسي وتكونت عينة الدراسة من 284 طالب و طالبة وخرجت الدراسة بأن هناك تأثير جوهري لنمط التفكير الإيجابي لتعلم المفاهيم كما أظهرت النتائج أن هناك ميل لدى الأفراد العينة نحو التفكير الإيجابي بينما أظهرت النتائج عدم وجود لمتغيرات الجنس و التخصص و المستوى الدراسي في نمط التفكير الإيجابي و السلبي

* دراسة Haveren (2004) :

هدفت الدراسة إلى دراسة اثر مستوى التفكير السلبي والإيجابي في التحصيل لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الجنس ومستوى التعليم وبلغ عدد أفراد العينة 200 طالبا وطالبة الملتحقين في إحدى الجامعات الأمريكية ومن مستويات مختلفة وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة سنة أولى والسنة الأخيرة من حيث مستوى التفكير السلبي والإيجابي بينما أظهرت النتائج وجود فروق دالة في مستوى التفكير حسب النوع لصالح الذكور حيث اظهروا مستوى أفضل في التفكير الإيجابي.

-المتغير الثاني (الطموح الأكاديمي)

* دراسة ماركوريبانكس margoribanks (2004):

بهدف التعرف على العلاقة بين القدرة العقلية و سمات الشخصية و مستوى الطموح و تكونت عينة الدراسة من 1500 طالب و طالبة من مراحل التعليم الثانوي و الجامعي وقد خلصت النتائج إلى وجود ارتباط دال و موجب بين القدرة العقلية و التحصيلية وبعض السمات الشخصية و مستو الطموح كما بينت النتائج وجود فروق في مستوى الطموح وكل من متغير الجنس و تخصص الدراسي لصالح الذكور و الطلاب من تخصصات العلمية والمهنية

* دراسة باندي bandé (2002):

والتي هدفت إلى معرفة مستوى الطموح لدى الطلاب العلوم والآداب و علاقته بالانبساطية والعصابية و تكونت عينة الدراسة من 100 طالب و طالبة نصفهم من كلية العلوم ونصفهم كلية الآداب وقد أظهرت النتائج

وجود فروق دالة في مستوى الطموح تعزى لنوع الكلية لصالح طلاب الكلية العلوم كما بينت النتائج عدم وجود فروق في مستوى الطموح تبعاً لمتغير الجنس كما بينت النتائج أن مستوى الطموح كان مرتفعاً لدى الطلاب

2/ الدراسات العربية :

- المتغير الأول (التفكير الإيجابي)
- *دراسة غانم 2005 :
- العنوان : التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة جامعة القدس في ضوء بعض المتغيرات
- الهدف : التعرف على مستوى التفكير الإيجابي و السلبي لدى الطلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديمقراطية
- الأدوات : مقياس التفكير الإيجابي و السلبي لدى طلبة في جامعة القدس
- النتائج : توصلت الدراسة إلى أن درجة من أظهروا نمطا من التفكير الإيجابي من أفراد الدراسة كان متوسطا و كذلك وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختيار التفكير الإيجابي و السلبي تعزى لمتغير الجنس و عدم وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختيار التفكير السلبي و الايجابي تعزى لمتغيرات التحصيل الدراسي و الأكاديمي و مكان السكن و عمل الأب و مستوى التعليم
- *دراسة منتهى مطرش و سوزان دريد 2013 :
- العنوان : التفكير الإيجابي و علاقته بالدافعية الأكاديمية و الاتجاه نحو مهنة التدريس لدى الطلبة بكليات التربية بجامعتي بغداد و المستنصرية
- الهدف : التعرف على العلاقة القائمة بين المتغيرين و معرفة الفروق في التفكير الايجابي حسب النوع و التخصص
- الأدوات : تطبيق مقياس التفكير الإيجابي و مقياس الأكاديمية الذاتية
- النتائج : وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة بين التفكير والدافعية، ووجود مستوى مرتفع في التفكير الإيجابي لدى الطلبة ووجود فروق دالة إحصائيا في التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير النوع والتخصص لصالح الذكور.
- المتغير الثاني (الطموح الأكاديمي)
- *دراسة كاميليا عبد الفتاح 1971 :

-العنوان : الفروق بين الجنسين في مستوى الطموح

- الهدف : التعرف على دلالة الفروق بين الذكور و الإناث في مستوى الطموح

- الأدوات : مقياس مستوى الطموح

- النتائج : أظهرت نتائج الدراسة مستوى طموح الطلبة أعلى من مستوى طموح الطالبات

* دراسة زياد بركات 2008 :

- العنوان : علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس

- الهدف : التعرف على العلاقة في ضوء متغيرات الجنس و التحصيل الأكاديمي و التخصص

- الأدوات : تطبيق مقياس الذات و مستوى الطموح

- النتائج : كانت النتائج عدم وجود فروق جوهرية دالة تبعا لمتغير الجنس

دراسة مشابحة :

إكرام عبد العظيم احمد محمود 2017 :

-عنوان : التفكير الايجابي و علاقته بمستوى الطموح و الانجاز الأكاديمي

-الهدف : هدفت إلى كشف عن العلاقة بين التفكير الايجابي و وكل من الطموح والانجاز الأكاديمي لدى المراهقين ذوي

الكف البصري و الأسوياء من الجنسين

-الأدوات : تطبيق مقياس التفكير الايجابي و مقياسي الطموح و الانجاز الأكاديمي

-النتائج : توصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين التفكير الايجابي و الطموح من ناحية و الانجاز الأكاديمي من ناحية

أخرى

التعقيب على الدراسات :

من خلال عرض الدراسات السابقة يتضح أن هناك اختلافات فيما بينها، هذه الاختلافات التي تظهر جليا في أهداف كل دراسة ، ومتغيراتها و البيئة التي تم فيه تطبيق الدراسة ، وفي حجم العينة وطبعا في الأساليب الإحصائية ، وبالتالي من المنطقي أن تكون النتائج مختلفة و متنوعة .

الفصل الثاني

تمهيد

- تعريف التفكير الايجابي
- مصادر التفكير الايجابي
- أهمية التفكير الايجابي
- العوامل التي تؤثر في التفكير الايجابي
- الوصايا العشر للتفكير الايجابي
- وجهات النظر حول التفكير الإيجابي
- الاستراتيجيات المستخدمة في التفكير الإيجابي

خلاصة الفصل

التفكير الإيجابي:

ليس المهم أن نفكر، لكن المهم أن نمتلك قوة التفكير، ليس المهم أن نفكر، ولكن المهم أن نمتلك التفكير الإيجابي ، ليس المهم أن نفكر، ولكن أن يقدونا تفكيرنا إلى التميز، ولذلك فإننا نتحدث سوياً عن قوة التفكير، كيف نمتلك قوة التفكير، ويصبح

تفكيرنا إيجابيًا لنتقّي ونتميز، هذا هو بيت القصيد وكما قيل في الفلسفة النهدية القديمة: (أنت اليوم حيث أتت أفكارك، وستكون غدًا حيث تأخذك أفكارك). (وإذا كان (الإنسان يستقبل في اليوم أكثر من 60000 ألف فكرة! فإن كل ما تحتاجه هذه الكمية الهائلة من الأفكار هو اتجاه، فلو كان الاتجاه سلبيًا أخذ معه ملفات وأفكارًا من مخازن الذاكرة تعادل 60000 فكرة من نفس نوعها، ولو كان إيجابيًا أخذ معه نفس العدد من ملفات وأفكار إيجابية من مخازن الذاكرة من نفس نوعها) [جاك كان فيلد ومارك فينسون هان سون، عامل آلا دين، بتصرف يسير . ولعل الدهشة ستتأبك حينما تعلم أن أحد الأبحاث في كلية الطب في سان فرانسيسكو عام 1986م ذكرت (أن أكثر من 80% من أفكار الإنسان سلبية وتعمل ضده، وهذا يدعم ما نعرفه عن النفس وأنها أمانة بالسوء .. ولو قمنا بحسبة بسيطة وأخذنا نسبة الـ 80% من الستين ألف فكرة . التي أشرفنا إليها سابقًا . نجد أن محصولنا اليومي من أفكارنا هو 48000 فكرة سلبية كل منها تسبب أحاسيس وسلوكًا وأمراضًا نفسية وأيضًا عضوية! ألا يستحق ذلك منا أن نكون حريصين كل الحرص قبل أن نضع أي فكرة في أذهاننا؟! (قوة التفكير، إبراهيم الفقي، بتصرف)

ما هو التفكير الإيجابي:

من حيث اللغة : "فَكَرَّ في الأمر ، يفكر فكرًا : أعمل عقله ، ورتب بعض ما يعلم ليصل به إلى المجهول ، وفكر مبالغة في الفكر.

والتفكير : إعمال العقل في مشكلة للتوصل إلى حلها ، وهذا قصرٌ للتفكير على نوعٍ من أنواعه، وهو حل المشكلات (المعجم الوسيط 2/205)

"يقول إدوارد ديونو، أحد أشهر الخبراء في علم التفكير : " لا يوجد هناك تعريف واحد مرضٍ للتفكير ، لأن معظم التعريفات مُرضية عند أحد مستويات التفكير ، أو عند مستوى آخر .

وتعريف التفكير الذي اعتمده في كتابه : هو التقصي المدروس للخبرة من أجل غرض ما " .

ويعرف التفكير بوصفه مهارة بأنه : " المهارة الفعالة التي تدفع بالذكاء الفطري إلى العمل " (تعليم التفكير، د. إدوارد ديونو، ص41).

التفكير الإيجابي :

نسبة إلى الإيجابية وهي : المحافظة على التوازن السليم في إدراك مختلف المشكلات ، وهي : أسلوب متكامل في الحياة ، ويعني التركيز على الإيجابيات في أي موقف بدلاً من التركيز على السلبيات ، إنه يعني أن تحسن ظنك بذاتك ، وأن تظن خيراً في الآخرين ، وأن تتبنى الأسلوب الأمثل في الحياة ، وأما باعتبار التركيب فتقول فيرا بيفر : " التفكير الإيجابي هو : الانتفاع بقابلية العقل اللاواعي للاقتناع بشكل إيجابي " (التفكير الإيجابي ، فيرا بيفر ص 12).

وتقول وفاء محمد مصطفى : "هو أن تستخدم قدرة عقلك الباطن (عقلك اللاواعي) للتأثير على حياتك العامة بطريقة تساعدك على بلوغ آمالك ، وتحقيق أحلامك " (حقق أحلامك بقوة التفكير الإيجابي ، وفاء مصطفى ص 29).

ويقول سكوت ديليو : " هو قدرتنا الفطرية للوصول إلى نتائج أفضل عبر أفكار إيجابية " (قوة التفكير الإيجابي في الأعمال ، سكوت ديليو ص 49).

إن كثيراً ممن أعرفهم . خاصة من الشباب . تأثرت حياتهم وصحتهم تأثيراً سلبياً للغاية بسبب تلك الأفكار السامة التي سمحوا بعبورها ونفاذها إلى عقولهم ومن ثم إلى قلوبهم ومشاعرهم، هناك من أصيب بالأمراض النفسية، وهناك من أصيب بالأمراض العضوية، وهناك من فشل في حياته الأسرية وآخرين في حياتهم العملية، وإذا توقفت لتسأل لماذا يحدث كل ذلك؟؟ فإن الجواب في معظم الأحيان يكون بسبب تلك الأفكار السامة التي تتوارد على أذهانهم فيسمحوا بقبولهم ويتركزوا عليها ثم تتحول إلى مشاعرهم وأحاسيسهم، وهي كفيلة حقاً أن تدمر حياتهم أو على الأقل تصبغ الكثير منها بالصبغة السلبية، وفي أحيان كثيرة يكون مصدر أفكارنا السلبية، هي البيئة المحيطة، سواء كانت الأسرة، أو الأصدقاء، أو الإعلام الذي يمارس في كثير من الأحيان أدواراً سلبية، ويث أفكاراً سلبية ويعمل على ترسيخها.

الفكر والبرمجة: هناك أفكار كثيرة، وقد لا تأخذ الفكرة الواحدة سوى دقائق معدودة، لكن انتبه!! مع كون الكثير من الأفكار لا تأخذ وقتاً كبيراً، إلا أن للفكر قوة جبارة على البرمجة والسيطرة. يقول الدكتور إبراهيم الفقي: (فمع أن الفكر قد يكون بسيطاً ولا يأخذ من الوقت أكثر من لحظات إلا أن له برمجة راسخة مكتسبة من عدة مصادر جعلوا منه قوة راسخة ومرجعاً للعقل يستخدمه الإنسان داخلياً وأيضاً خارجياً) .

وسنعرض لأهم المصادر المؤثرة على عملية التفكير، والتي تعمل على برمجة العقل اللاواعي دون أن نلتفت إلى أهمية الالتفات إليها:

مصادر التفكير الإيجابي :

المصدر الأول: الوالدين: أول برمجة اكتسبناها في حياتنا كانت من الأب والأم، وقد قالت في ذلك الملكة إليزابيث الثانية (لقد تعلمت كما يتعلم القرد، من مشاهدة الأب والأم وتقليدهما تماماً!)، فمنذ نعومة أظفارنا ونحن نتعلم من الوالدين الكلمات

ونشاهد تعبيرات وجوههم فنقلدها وكذلك والسلوكيات والقيم والاعتقادات الدينية؛ ولاشك أن كون هذه البرمجة هي الأولى التي نتلقاها في عالمنا فقد أصبحت راسخة ومرجعاً أساسياً في التعامل مع أنفسنا أو العالم الخارجي.

ومن المهم أن نعلم أن فترة ترسيخ المبادئ والقيم الأساسية تكون في مرحلة الطفولة، والوالدان هما اللاعب الأكبر في البرمجة الشعورية للطفل.

فمن المهم أن نراجع أنفسنا ونتأمل في أبرز وأهم القيم والمعتقدات والسلوكيات، وبشكل عام الأفكار التي تم برمجتها عليها من خلال الأفكار التي تلقيناها من الأب والأم خلال المرحلة الأولى، وقد يكون أثرها ما زال قائماً حتى الآن وهذا في الغالب الأعم.

المصدر الثاني: المجتمع: إن كانت الأسرة وبالأخص . الوالدان . هي البيئة الأصغر، فإن المجتمع هو البيئة الأكبر، ويلعب دوراً كبيراً بلا شك دوراً مؤثراً إذ يعد من أهم مصادر التأثير على الأفكار، وهذا المجتمع يشمل أشياء عديدة نحتك بها في يومياتنا، فيدخل فيه: السائق الذي نتعامل معه بصورة شبه يومية، والجيران من حولنا والذين نراهم صباح مساء، والعامل بالسوبر ماركت الذي نشترى منه أغراضنا، و توضع هذه الدائرة لتشمل كل (ما يقوله الناس في المحيط الاجتماعي . ويؤثر في تفكيرنا . الذي نعيش فيه ويستمر العقل بربط المعلومات التي يتلقاها من أي مصدر خارجي إلى أساس البرمجة المخزنة في العقل اللاواعي وبذلك تزداد البرمجة قوة) [قوة التفكير الإيجابي، إبراهيم الفقي، بتصرف.]

المصدر الثالث: العائلة: وهذه أيضاً تعد من مصادر التأثير على أفكارنا، وفي كثير من الأحيان نرى أناساً متأثرين تماماً بتقاليد العائلة أو ثقافتها أو ردود أفعالها حيال بعد المواقف، أو توجهاتها الثابتة حيال أناس معينين، فهذا المحيط العائلي (سواء كان من الأخوة والأخوات أو من الحد والجدة أو من العم والخال والمن أولادهم. وهنا يربط العقل المعلومات التي يتلقاها من المحيط العائلي بما تبرمج به من قبل وبذلك أصبحت البرمجة أقوى من ذي قبل) (قوة التفكير الإيجابي، إبراهيم الفقي).

المصدر الرابع: المدرسة: المدرسة من أبرز مصادر التأثير على أفكارنا، إذ أن الطفل أو الشاب يقضي بها سنوات طويلة بصورة متكررة يومياً تقريباً، ويحتك بقدر هائل من المعلومات والأفكار الصادرة من المدرسين بالأساس، (فأسلوب المدرسين المسؤولين في المدرسة من كلمات وتعبيرات وأخلاق وسلوكيات وفعل وبسبب أن المدرسة مؤثر قوي في برمجتنا التعليمية كان من السهل أن نأخذ بعض هذه السلوكيات سواء كانت سلبية أو إيجابية ونضيفها على برمجتنا السابقة فأصبحت راسخة بقوة في العقل الباطن) (قوة التفكير، إبراهيم الفقي).

المصدر الخامس: الأصدقاء: هذا المصدر يعتبر من أخطر مصادر برمجتنا بعد الوالدين. يعتبر الأصدقاء هم أو إنجاز شخصي في حياتنا؛ لأن الاختيار كان من أنفسنا بدون أي تأثير من الوالدين، وأيضاً للشعور بالاستقلال وللتقبل الاجتماعي، فمن الممكن أن نتعلم سلوكيات سلبية مثل التدخين أو المخدرات أو الكحول أو الهروب من المدرسة أو عادات سيئة من شتي

الأنواع، ثم أثر ذلك على برمجتنا الأساسية وبذلك أصبحت البرمجة لها معانا متنوعة وملفات مختلفة في مخازن الذاكرة. يقول الدكتور عوض مرداح: (المشاعر السلبية إما إحباط أو توتر أو خوف وقلق يصيب الإنسان نتيجة تعرضه لموقف معين في الصغر، أو تعرضه لفشل في فترة سابقة سواء في علاقة زوجية، تعرض لخيانة أو تحرش، خسارة أو فشل في تجارة أو مشروع). وتتولد المشاعر سواء كانت سلبية أو إيجابية من أربعة مسارات، البيئة. العمل، الحي، أو بيئة المجتمع، الوالدين، الإعلام بمختلف وسائله، وأخيرًا الأصدقاء). (حياتنا من صنع أفكارنا، د. عوض مرداح).

المصدر السادس: وسائل الإعلام: إن معظم الشباب يشاهدون التلفاز لفترات طويلة قد تصل إلى خمسين ساعة في الأسبوع الواحد؛ لذلك فهو يتأثر بأحداثه سواء كان سلبياً أو إيجابياً. فلو وجد الشاب أو الشابة مثله المفضل أو مغنيه المفضل يدخن، فمن الممكن أن يتأثر به ويدخن وهو الآخر!!

إن الطفل العادي قبل أن يصل إلى الثانية عشرة قد شاهد ما يعادل 12000 جريمة قتل في البرامج والأفلام على شاشة التلفاز مما أدى إلى أن واحداً من كل اثني عشرة من الأطفال تحت الثانية عشرة يمتلك مسدساً.

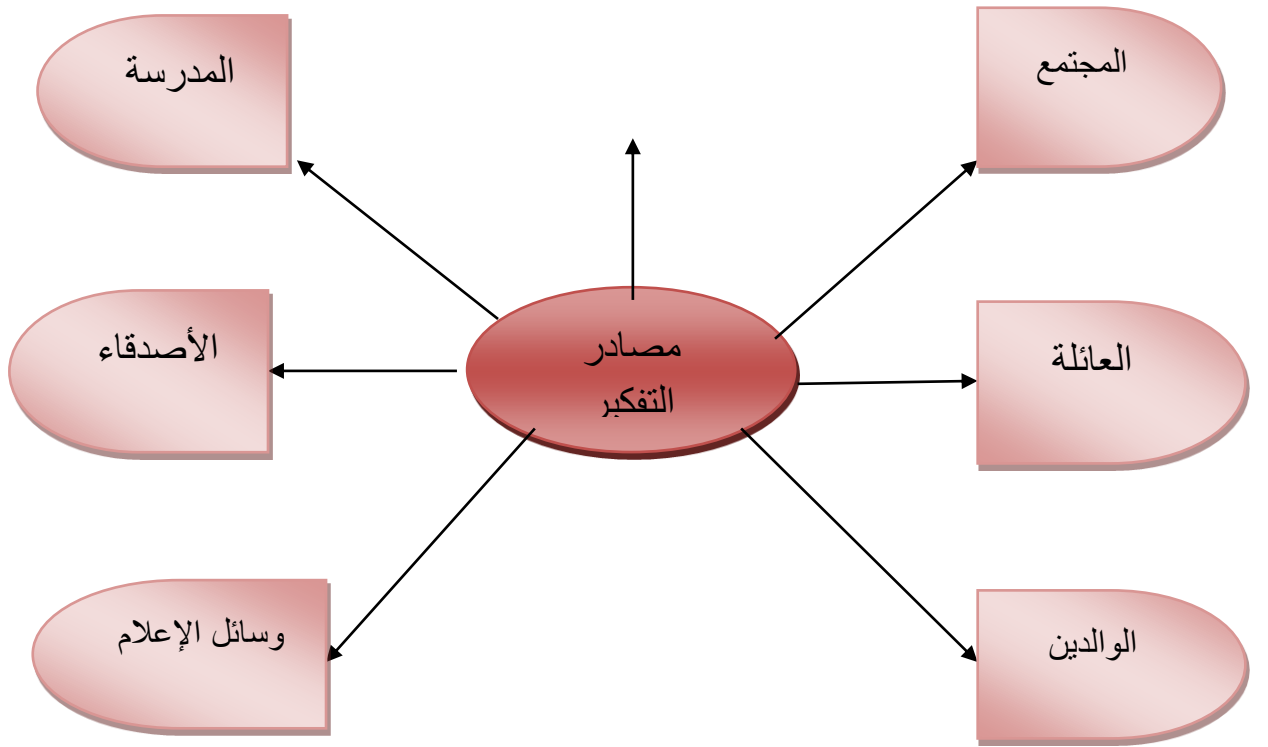
وقد أكد معهد الأبحاث النفسي والفسولوجي في نيوزيلاند أن أكثر من 60% من حالات الاكتئاب يرجع السبب فيها إلى وسائل الإعلام التي تركز على السلبيات والصعوبات، التركيز على الأخبار السلبية والأغاني الخليعة التي لا تمت إلى قيمنا بأية صلة منتشرة وتزداد انتشاراً في عالمنا وتؤثر في أخلاقيات شبابنا بعمق، وهذا المؤثر الخطير يضيفه الناس على برمجتهم فتصبح أقوى وأعمق من ذي قبل (قوة التفكير، إبراهيم الفقي).

المصدر السابع: أنت!

كل ما سبق هي أفكار واردة إلينا من العالم الخارجي، وصلت إلينا بكثافة فتمت برمجة العقل اللاوعي عليها، وتحولت لقيم ومعتقدات ثابتة وراسخة، ولقد أصبحت عندنا القدرة على إضافة سلوكيات جديدة من الممكن أن تكون سلبية أو إيجابية، ويربطها العقل بالمعلومات السابقة فتصبح برمجتنا راسخة وعميقة ويصبح لدينا تكيف عصبي وعادات نقابل بها العالم الخارجي وتكون السبب في نجاحنا أو فشلنا وفي سعادتنا أو تعاستنا (قوة التفكير، إبراهيم الفقي).

وكثر من الأفكار السلبية نضعها بأيدينا في بؤرة شعورنا حينما نركز عليها ونتفاعل معها، ولو رددناها لما تسببت في إشكاليات كثيرة حادثة في حياتنا، يقول الدكتور إبراهيم الفقي رحمه الله: (ومن جولاتي حول العالم وتدريب أكثر من مائة ألف شخص سنوياً بفضل الله عز وجل أزداد يقيناً بأن نتائج الإنسان سببها أفكاره المتكررة التي يربطها بأحاسيسه حتى تصبح اعتقاداً وعادة يتصرف بها تلقائياً بدون تفكير وتكون السبب في فشله أو نجاحه وسعادته أو تعاسته).

الشكل (1):



أهمية التفكير الإيجابي:

يسعى الإنسان مهما كان عمره ، ومهما كان الزمان أو المكان الذي يعيش فيه إلى أن تكون حياته وحياة من حوله مليئة بالسعادة ، والرفاهية ، والنجاح المتواصل في شتى مجالات الحياة ، ولذلك يحاول جاهداً أن يجلب لنفسه ولغيره الخير والمصالح المادية والمعنوية ، وأن يدفع عن نفسه الضرر والمفاسد ، وإن مما يمكن الإنسان من الوصول إلى مراده أن يقوم بادئ ذي بدء بتحسين مستوياته الفكرية وذلك بتبني منهج فكري سليم عن نفسه وعن مجتمعه وعن الحياة بصفة عامة ، وأن يدرب نفسه على التخلص عن الأفكار السلبية التي تحد من قدراته ، والتي تضع جهوده في سبيل تحقيق ما يصبو إليه من أهداف في حياته.

"ومن هنا ندرك أهمية التفكير الإيجابي فالإنسان يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره فإذا اخترت أن تفكر بإيجابية تستطيع أن تزيل الكثير من المشاعر الغير مرغوب بها والتي ربما تعيقك من تحقيق الأفضل لنفسك⁽¹⁾ تنظيم وتفعيل الذات ، كيت كينان ص 51.

"ويرتبط الاتجاه العقلي الإيجابي ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في كل مجال من مجالات الحياة(غير تفكيرك غير حياتك ، باريان ترسي ص 230) .

" وإن معرفتنا لتفاعل العقل الواعي والعقل الباطن سوف تجعل الإنسان قادراً على تحويل حياته كلها ، فعندما يفكر العقل بطريقة صحيحة ، وعندما يفهم الحقيقة ، وتكون الأفكار المودعة في بنك العقل الباطن أفكاراً بناءً وبينها انسجام وخالية من الاضطراب فإن القوى الفاعلة العجيبة سوف تستجيب وتجلب أوضاعاً وظروفاً ملائمة والأفضل في كل شيء ، ولكي يغير الإنسان الظروف الخارجية فإنه يتعين عليه أن يغير السبب ، والسبب هو الطريقة التي يستخدم بها الإنسان عقله وهو الوسيلة التي يفكر بها الإنسان ويتصورها في عقله (قوة عقلك الباطن ، د. جوزيف ميرفي، ص 8).

وصدق الله العظيم حيث يقول : " إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم سورة الرعد آية (11) ، قال سيد قطب رحمه الله " فإنه لا يغير نعمة أو بأسى ، ولا يغير عزاً أو ذلة ، ولا يغير مكانة أو مهانة . . . إلا أن يغير الناس من مشاعرهم وأعمالهم وواقع حياتهم ، فيغير الله ما بهم وفق ما صارت إليه نفوسهم وأعمالهم . وإن كان الله يعلم ما سيكون منهم قبل أن يكون . ولكن ما يقع عليهم يترتب على ما يكون منهم ، ويجيء لاحقاً له في الزمان بالقياس إليهم ، وإنها الحقيقة تلقي على البشر تبعة ثقيلة ؛ فقد قضت مشيئة الله وجرت بها سنته ، أن تترتب مشيئة الله بالبشر على تصرف هؤلاء البشر ؛ وأن تنفذ فيهم سنته بناء على تعرضهم لهذه السنة بسلوكهم ، والنص صريح في هذا لا يحتمل التأويل ، وهو يحمل كذلك - إلى جانب التبعة - دليل التكريم لهذا المخلوق الذي اقتضت مشيئة الله أن يكون هو بعمله أداة التنفيذ لمشيئة الله فيه(في ظلال القرآن 4 / 2042)

" ولكي تحقق النجاح وتعيش سعيداً وتحبى حياة متوازنة يجب أن يشمل التغيير طريقة تفكيرك ، وأسلوب حياتك ، ونظرتك تجاه نفسك ، والناس ، والأشياء ، والموقف التي تحدث لك ، والسعي الدائم إلى تطوير جميع جوانب حياتك (حقق أحلامك بقوة تفكيرك الإيجابي ، وفاء محمد مصطفى ص 23)

"ويجب عليك أن تعلم أن أي تغيير في حياتك يحدث أولاً في داخلك ، في الطريقة التي تفكر بها ، والتي ستسبب لك ثورة ذهنية كبيرة قد تجعل حياتك سعادة أو تعاسة (قوة التحكم في الذات ، د. إبراهيم الفقي ص 17).

العوامل التي تؤثر في التفكير الإيجابي والسلبي:

التنشئة الاجتماعية :

تواجه التنشئة الاجتماعية في عالمنا العربي والإسلامي اليوم نوعين من التحديات: أحدهما داخلي بمعنى أنه نابع من المجتمع ذاته وأنظمتها ومعاييرها ونسقه المختلفة، والآخر خارجي، بمعنى أنه مصدره خارج حدود المجتمع المتمثل بالمتغيرات التي تدخل على ثقافة المجتمع من الثقافات الأخرى نتيجة للتفاعل السلبي أو الإيجابي (الحمادي ، 2003). لقد كانت التنشئة الاجتماعية في المجتمعات التقليدية محصورة في عدد قليل ومحدود من المؤسسات التربوية والاجتماعية، كالأسرة والمدرسة والجماعة والمسجد والجيرة، بحيث تساند هذه المؤسسات بعضها البعض لتحقيق تنشئة متوازنة سليمة، بعيداً عن التناقض والتصارع والمنافسة فيما بين أهدافها، ولكن مع تطور المجتمعات وهجرة الأسر أو بعض أفرادها من الريف إلى المدن الكبيرة تعددت وسائط التنشئة الاجتماعية، لتشتمل إضافة إلى ما هو موجود، الفيديو والتلفزيون والإذاعة والسينما والمسرح والصحافة والكمبيوتر والانترنت والقنوات الفضائية، والتي تتعارض فيما بينها من حيث الأهداف والأساليب والوسائط، وينعكس هذا التناقض والتصارع بين هذه المؤسسات على عملية التنشئة الاجتماعية فتصبح مشوشة، فينعكس كل ذلك على شخصية الفرد ونفسيته فيصاب بالاضطرابات النفسية المختلفة (حبيب 1996).

الحروب:

لعل القول المشهور في هذا المجال بأن الحروب يصنعها الكبار ويقع ضحيتها الصغار هو أكبر تعبير عن مدى التأثير المعنوي والنفسي لهذه الحروب على الأطفال، حيث تؤكد كثير من الدراسات والبحوث النفسية على أن أخطر آثار الحروب هي التي تظهر على الأطفال من حيث فقدان التوازن النفسي لديهم، وظهور الكثير من المشكلات النفسية كالقلق الشديد والفرع والتعاسة والعدوانية و العاصب النفسي وغير ذلك، ومن أهم الحالات النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها الطفل والشاب خلال الحرب: سوء التغذية، المرض، التشرد، اليتيم، الفواجع بسبب المشاهدة العنيفة، ارتكاب أعمال العنف، العجز و الاتكالية.

المناخ الأسري:

لا يوجد هناك من المؤسسات أو الهيئات التي تستطيع أن تلعب الدور الذي تلعبه الأسرة في حياة الأفراد، ومن أهم السمات المميزة لهذا المناخ الأسري (الطواب، 1991؛ البدرابي 2003)، تشجيع الأبناء على الاستقلالية في التفكير وإتباع أسلوب الحوار والنقاش والتفاهم وليس أسلوب إلقاء الأوامر وأسلوب الطاعة العمياء، وذلك من خلال ما تقدمه من شعور بالأمن والاطمئنان للطفل.

التخلص ما أمكن من أساليب التربية غير السوية كالقسوة والتهديد والتوبيخ، والسخرية والعقاب البدني والمعنوي، أو التدليل الزائد، والنبذ والإهمال، أو التذبذب وعدم الثبات في أسلوب معاملة الأبناء. توفير مثيرات متنوعة ومختلفة وعديدة أمام الأبناء لإتاحة الفرصة لديهم للاختيار من بينها ما يناسب قدراتهم وميولهم واتجاهاتهم و تنمية حب الاستطلاع عند الأبناء وتعزيزه لديهم من أجل تطوير قدراتهم العقلية والإبداعية.

المدرسة:

المدرسة مؤسسة اجتماعية وتربوية تقوم بعمليات التعليم والتربية معاً وهي تقوم بوظيفتين تكادان تكونان متناقضتين هما: الأولى تتعلق بنقل التراث والحفاظة عليه، والثانية تتعلق بالتغير ومواكبة التطور، والنظام التعليمي الجيد هو الذي يستطيع التوفيق بين هذين الجانبين، ولقد نشأت المدرسة عندما تطورت المجتمعات وتعددت المعارف وتعددت الأسرة غير قادرة على تحمل أعباء هذه الوظائف بمفردها، وتمشياً مع سياسة ديمقراطية التعلم والتعليم عمدت معظم المجتمعات المتقدمة منها والنامية إلى توفير مؤسسات تعليمية رسمية يتلقى فيها أبنائها العلوم والمعارف المختلفة والمتطورة، وبالرغم من أن قيام المدرسة قد سلب المؤسسات التربوية التقليدية كثيراً من مهامها لكنها لا يمكن أن تحل محلها بأي حال من الأحوال، وبقيت تلك المؤسسات وبخاصة الأسرة تعمل في خط متوازن مع المدرسة (غانم 1995).

والمدرسة هي المؤسسة التربوية الرسمية الوحيدة التي يمكنها تقديم خدمات تربوية متوازنة للأفراد.

شعور الفرد بالنقص والدونية :

ويعتبر هذا العامل من العوامل المهمة التي تؤثر في نمط وأسلوب التفكير لدى الفرد فتجعله تفكيراً إيجابياً أو سلبياً، وهناك عدة أسباب تؤدي إلى إحساس الفرد بالنقص والدونية أهمها:

1- التربية غير السوية: يؤكد معظم علماء النفس على أن التربية والتنشئة الخاطئة لها تأثير خطير في تكوين الفرد النفسي والاجتماعي وتوجيه سلوكه توجيهاً سوباً، فإن قامت التربية والتنشئة على الخوف والتوتر والانفعال والصراع الدائم والمتكرر،

فإنها تؤدي إلى بلورة شخصية مضطربة لدى الأفراد وهذا ينعكس في سلوكه وفي استعداده للإصابة بالأمراض النفسية والعقلية، لذا، فإنه لا بد من توفير أساليب تربوية يسودها التعاطف والحنان بين أفراد الأسرة، وتوفير تربية تحترم الفرد وتتقبل مشاعره واتجاهاته .

2- الحرمان والقيود الاجتماعية:

وتتمثل بمعاملة المجتمع للفرد بحرمانهم أو منعهم عن أمر معين , فبعض الأهل يعاملون أبنائهم إذا قاموا بشيء غلط يحرمهم من أمور يحبونها دون إفهام الطفل ما هو الغلط وما هو الأصح ولا يمنعونهم عن طرق إعطاء مكافئة لهم مقابل عمل الصحيح فهذا يؤثر جدا عليهم.

– أنماط التفكير الإيجابي :

يمكن إجمالها كالآتي: التفاؤل، الضبط الانفعالي، والتحكم في العمليات العقلية، حب التعلم والتفتح على الخبرة، الشعور بالرضا، الرصيد المعرفي الصحي، التسامح مع الاختلاف عن الآخرين، تقبل المسؤولية الشخصية، تقبل الذات غير المشروط، المسامحة والأريحية، الذكاء الاجتماعي. (قاسم، 2010، 733)

الخصائص التي تتميز بها الشخصية الإيجابية:

هناك عشرة خصائص تساعد في تحقيق أهداف الفرد والشعور بالسعادة والهدوء النفسي وراحة البال هي:

الإيمان بالله سبحانه وتعالى والاستعانة به والتوكل عليه. . الرؤيا الواضحة التي تساعد الفرد على التعرف على ما يريد على المدى القريب والمتوسط والبعيد ،وكيف يخطط لتنفيذه بمرونة تامة حتى يحصل على أهدافه. . القيم العليا والتي تجعل الفرد يعيش بعيدا عن السلوكيات السلبية بل يتمتع بكل الصفات الإيجابية مثل الصدق والأمانة والعطاء والكرم وهي خصائص تميز الشخصية التي تفكر تفكيراً إيجابياً.

– التوقع الإيجابي للأحداث والتركيز على الحلول عند مواجهة الصعوبات. . الاستفادة من التحديات والصعوبات، حيث لا يدع التحديات والصعوبات تؤثر على أركان حياته.

– الثقة بالنفس وحب التغيير وخوض المخاطر يعيش بالأمل، والكفاح والصبر، والمهارات الاجتماعية الإيجابية، وحب الآخرين ومساعدتهم.(الفقي، 2000، 101)

كما تذكر سعيد (2012)، صاحب التفكير المرن Flaxible Thinking الإيجابي يدعن للحق ويتوق إلى معرفة الجديد من المعلومات سواء كان موافقا أو مخالفا لها، صاحب التفكير الإيجابي لغته ومفرداته تتمتع بالمرونة قابلة للأخذ والعطاء، قادر على الحوار والمناقشة العلمية، قادر على الدخول في مناقشات وحوارات مثمرة ومفيدة بالنسبة له وللآخرين، يحاول صاحب الوصايا العشرة للتفكير الإيجابي:

تتمثل هذه الوصايا حسب الفقي، (2007) في: الرغبة المشتعلة، القرار القاطع، الاهتمامات الشخصية والنشاطات اليومية، السكون والتأمل اليومي، التنمية الذاتية، التأكيدات المتضامنة، الوقت الإيجابي، تحديد الأهداف، الإدراك الواعي، تحمل المسؤولية كاملة. (الفقي، 2007)

وجهات النظر حول التفكير الإيجابي: Positive Thinking Perspectives:

1- نظرية Freud: حيث يرى أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة وأن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، والعقدة النفسية ارتباط وجداني سلبي شديد التعقد والتماسك حيال موضوع ما من الموضوعات الخارجية أو الداخلية، فالفرد متفائل إذا لم تقع في حياته حوادث تجعل نشوء العقدة النفسية لديه أمرا ممكنا أي الذي يشيع بشكل مفرط في طفولته سيكون عرضة للتفاؤل المفرط والاعتماد على الآخرين أما إذا أحبطت اللذة الفردية فإن الشخصية الفمية ستتم بالسلوك الذي يميل إلى إثارة الجدل والتناقض الوجداني.

2- المنظور المعرفي Cognitive: وتقوم المدرسة المعرفية على فكرة القائلة بأن ما يفكر فيه الناس وما يقولونه عن أنفسهم وكذلك اتجاهاتهم وآرائهم ومثلهم، إنما هي أمور مهمة وذات صلة وثيقة بسلوكهم الصحيح والمريض ومن بين النماذج ما يلي:

أ- ألبرت أليس Ellis: حيث يرى أن التفكير والانفعال الإنسانيين ليسا بعمليات متباينتين وإنما يتداخلان بصورة ذات دلالة، وأن المعرفة والعاطفية يرتبطان على نحو وثيق جدا وأن السيطرة على أفكار الفرد هو توفير السيطرة على عواطفه. - نموذج كبير كجارد 2005

Erin Kinlegaard حيث قسم التفكير الإيجابي إلى ثلاث مجموعات متشابكة هي:

1 المعرفة الداخلية Internal cognition: ذلك أن ما يقود عملية الفكر الداخلية إلى فعل خارجي، هو امتلاك الفرد غرض ما يحكمه ويقود عملية صحيفة فكرة اليومية، وأن معرفته الداخلية تبقى مركزا على الهدف، ومع الهدف ينجى الغرض.

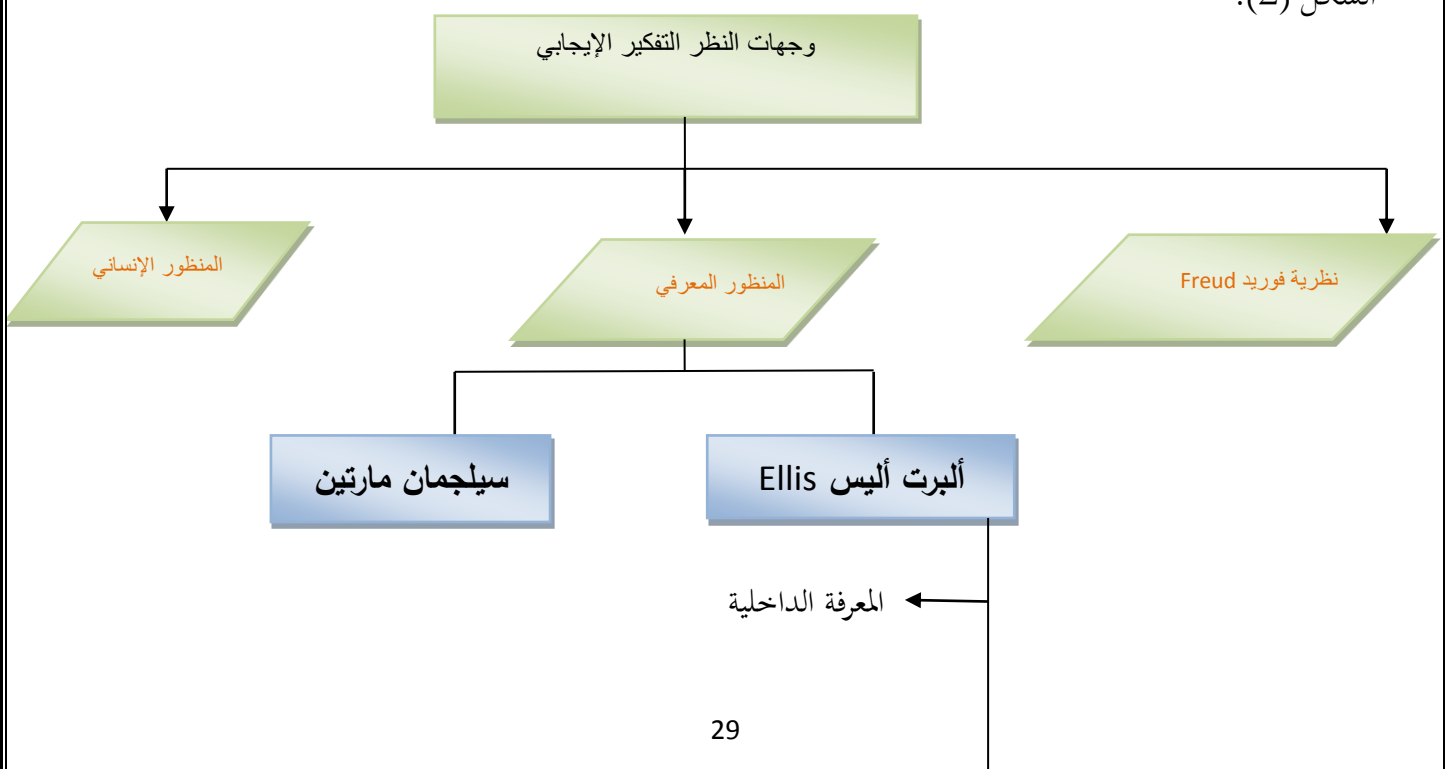
2- الإيمان Faith: ويعرف بأنه امتلاك ثقة واعتقاد في ظاهرة بدون دليل تجريبي فالمفكر الإيجابي عنده ثقة في الطبيعة والعالم والإله، والروحانية هي تجربة الشخصية لشيء مقدس ويشفق الناس في أغلب الأحيان الإحساس بالغرض والمعنى من إيمانهم.

3- العلاقات الشخصية المؤثرة Influential personale relationships: بحيث التفكير الإيجابي مدعوم عبر علاقة الفرد بنفسه وبالله وبالمقربين سواء كانوا أصدقاء (تركي، 2012، 260).

ب- سيلجمان مارتين: حيث افترض أنه إذا كنت تفكر أفكارا إيجابية، فإن حياتك ستصبح ايجابية أليا وإذا كنت تريد الفوز فانه يجب عليك أن تتصرف كالفائز، ولهذا يمكن القول أن النظرية تقوم على الإيحاء الذاتي auto suggestion، إذ أنك إذا أردت شيئا فانك يجب أن تعتقد داخليا بأنه يمكنك أن تحصل عليه. (الموسوي، 2016، 60).

ج- المنظور الإنسانية: من منظري التيار الإنساني (ماسلو وروجرز) يؤكدون على أن الطبيعة الإنسانية طبيعة ايجابية خلافة تسعى للنمو، فالإنسان يولد مزود بالحب والارتقاء، ولديه قوة لتوجيه حياته وتحقيق الأمل والسعادة. (مطرش، 2014، 120)

الشكل (2):



← الأيمان

← العلاقات الشخصية المؤثرة

الاستراتيجيات المستخدمة في التفكير الإيجابي:

- 1- إستراتيجية التحدث الذاتي: Self - talk Strategy : يرى المحارب (2000) أن للحوار الداخلي أهمية كبيرة في تعديل السلوك والأفكار، وتشير (Bresha Mike) أنه: قد ظهر في الآونة الأخيرة العديد من البرامج التي تساهم في رفع كفاءة الأفراد، كاستخدام هذه الاستراتيجيات، وقد درجت تحت عناوين مختلفة منها برامج القوة الداخلية، والتي من خلالها يشعر الفرد بالفاعلية والسعادة، وتشير إبراهيم (2005) إلى أن إستراتيجية التحدث الذاتي تعبر عن الحوارات العقلية mental dialogues كما يشير مجدي حبيب أن إستراتيجية المقارنة comparing strategy تتطلب الوقوف على أوجه الشبه والاختلاف، بين الأشياء والظواهر والعلاقات، ويضيف جابر (2005) بأنه حين نطلب من الطلبة أن يقارنوا، فإننا نطلب منهم الالتفات إلى خصائص محددة لنقاط المقارنة، ونحن نلفت الانتباه إلى ضرورة زيادة حدة التمايزات، وتعلم الوعي الحيوي بنواحي التشابه ونواحي الاختلاف وهذا يزيد من قاعدة البيانات التي تستخدم لإصدار الأحكام.
- 2- حل المشكلات Problem Solving يرى جابر (2005) أن حل المشكلات نوع من التفكير الذي يتطلب مهارة ويمكن تعلمه، ويستطيع الناس أن يحسنوه عن طريق الممارسة، وهذا يمكن تدريسه في المدارس ولكي يعمل المدرسون ذلك، فإنهم يعرضون المشكلات على الطلبة ويوجهون انتباههم إلى طريقة التفكير في المشكلة، بدلا من تركيزهم على مادته، إنهم يستخدمون رغبة الطلبة الطبيعية في الاكتشاف، كدافع وهم يساعدون الطلبة على تفسير المشكلة بطريقة تجعل لها معنى عندهم، وتنمية التخمينات أو الفروض التي تتعلق بالحلول، واختبارها وتقويم النتائج.
- 3- اتخاذ القرار Decision Making: يرى حسين (2003) أنه القدرة على التفاعل مع الموقف الحالي ورؤيته بشكل أوسع من أجل الوصول إلى قرار سليم وهناك متطلبات قبلية لتعلم مهارة اتخاذ القرار تتمثل في: (القدرة على التخيل، القدرة على الربط، القدرة الاستنتاج، القدرة على حل المشكلات، القدرة على جمع المعلومات).

4- إستراتيجية التخيل (Hodgson imagining strategy Rachman) 1979

يرى أنه كلما زاد تكرار ممارسة هذا التخيل زادت معه سيطرة الفرد على جوانب الموقف الضاغطة، لأنه يكون قد خبره أكثر من مرة ويضيف حسين (2003) أن تطبيق مهارة التخيل، تتمثل في استخدام الخيال والصور العقلية، لتوسيع المدارك، وأساس التخيل الناجح، هو أن تضيف أكبر قدر ممكن من العاطفة إلى الصورة ثم قم بإثارة رغبة داخلية عميقة، وكن متحمسا واستمر

في تخيل الصورة مرارا وتكرارا، لأن أفكارك ومعتقداتك الحالية تشكلت من خلال التفكير والعاطفة، فالأفكار الجديدة المبرجة من خلال التكرار والتخيل، تصبح الأفكار المسيطرة، والأفكار والمعتقدات المسيطرة تتحكم في سلوكياتنا. (جوفيتال، 2005، 67)

5- إستراتيجية النمذجة: **Modeling Strategy**: وتفيد هذه الإستراتيجية في إكساب سلوكيات جديدة، وأيضا في تقليل أو زيادة بعض السلوكيات الموجودة لدى الفرد، ومن الأنواع الشائعة للنمذجة: - النمذجة الحية حيث يقوم النموذج بالأداء بوجود المتدرب. - النمذجة المصورة حيث يشاهد المتدرب النموذج وهو يقوم بالأداء من خلال وسائل إيضاحية مثل الأفلام.

- النمذجة من خلال المشاركة حيث يقوم النموذج بالأداء أمام المتدرب، ويقوم المتدرب بمراقبة النموذج ثم يقوم بتأدية نفس الأداء بمساعدة النموذج. (الخولي، 2014، 205) ذكرت (بنت يوسف، 2007، 27) أن بعض المفكرين قد صنفوا التفكير على أساس الأزواج المتناظرة هي: التفكير ألتباعدي، والتفكير ألتقاري، والتفكير ألاستقاري، والتفكير الاستنباطي، والتفكير القائم على الجانب الأيسر من الدماغ، والتفكير القائم على الجانب الأيمن من الدماغ، والتفكير الإبداعي والتفكير الناقد، والتفكير العلمي، أي القدرة على حل المشكلات، أو اتخاذ القرارات بطريقة علمية من خلال التفكير المنظم المنهجي.

خلاصة الفصل :

من خلال هذا تم تناول مفهوم التفكير الايجابي مهارة فعالة تدفع الذكاء الفطري إلى العمل مع وجود عدة تعريفات مرضية للتفكير ، كما تناولنا مصادر التفكير الايجابي و العوامل المؤثرة عليه ثم وجهات النظر للتفكير الايجابي و بعض الاستراتيجيات له .

الفصل الثالث

تمهيد

- تعريف مستوى الطموح
- سمات الشخص الطموح
- نمو مستوى الطموح
- أنواع الطموح
- مستويات الطموح
- النظريات التي فسرت مستوى الطموح

خلاصة الفصل

الطموح الأكاديمي:

تمهيد: يعد مستوى الطموح من المتغيرات التي لها تأثير مهم في حياتنا اليومية ويلعب دوراً بارزاً في التوافق والتكيف النفسي والاجتماعي (المصري، 2011.68). فالفرد الطموح يتميز بالتفاؤل تجاه مستقبله ويستطيع التغلب على ما قد يقابله من عوائق (هناء، 68-2012). (ويعود من أهم السمات التي أدت إلى التطور السريع الذي شهده العالم في الآونة الأخيرة، للارتقاء بمستوى الحياة من مرحلة إلى أخرى متقدمة ومادام الطموح موجوداً عند الإنسان فلا يوجد سقف للتطور العلمي والحضاري. ويقاس تقدم الأمم بما لدى أفرادها من طموح (البادري، 2011.402)

سمات الشخص الطموح:

اتفق العديد من الباحثين على أن الشخص الطموح أكاديمياً يمتاز بعدة خصائص من أهمها :

-النظرة إلى الحياة بتفاؤل

-يحدد أهدافه وخطته المستقبلية بشكل مناسب

-يحدد أهدافه بشكل دقيق

-يميل إلى التفوق

-لا يرضى بمستواه الراهن

-يعمل على النهوض بمستواه إلى الأفضل

-المثابرة على الأعمال التي يقوم بها .

-يتحمل الصعاب في سبيل الوصول إلى الهدف

-لديه القدرة على تحمل المسؤولية

-يؤمن بأن جهد الإنسان هو الذي يحدد نجاحه -لا يؤمن بالحظ

-لا يعتقد بأن المستقبل محدد لا يمكن تغييره .

نمو مستوى الطموح :

ينمو مستوى الطموح ويتطور ويتقدم العمر ، وهذا النمو قد يكون عرضه للتغيرات إذ أعاقته الظروف كما يكونك عرضة للتطور السريع ،إذا ساعدته الظروف على ذلك ، كما أنه يكون أيضا عرضة للنكوص و الارتداد إذا ما دعا الموقف إلى ذلك (محمد، 1980:28) ويضيف ليكن كيفية بزوغ الطموح عند الطفل منذ الصغر في محاولات عشوائية متكررة فيقول "إن مستوى الطموح يظهر عند الأطفال في مرحلة مبكرة من العمر وهو يظهر في رغبة الطفل تخطي الصعوبات ، مثل محاولته أن يقف على قدميه غير مستعين بأحد ، وأن يمشي وحده ،أو محاولة الجلوس على كرسي ،أو جذب قطعة من الملابس ، ويعتبر ليفن ذلك دليلا على بزوغ مستوى الطموح وهو في ذلك يفرق بين مستوى الطموح والطموح المبدئي فيقول "إن رغبة الطفل في عمل أي شيء بنفسه دون الاستعانة بأحد تعتبر مرحلة تسبق مستوى الطموح الناضج (عبد الفتاح ، 1984:15) فالفرق بين الطموح المبدئي ومستوى الطموح هو :اختلاف في الدرجة فالطفل الصغير يعبر عن طموحه ، برفض مساعدة الآخرين له ، وإصراره على تنفيذ ما يريد بنفسه وهنا يأتي دور الأسرة والمجتمع في تعزيز هذه الرغبة عند الطفل ، فالطفل الذي يتجلى تدريجا في مهارة معينة ،أو تعزيزا في موقف ما ، يكون أكثر رفضا لمساعدة الآخرين له ، لأنه يشعر هنا بالثقة في نفسه وبقدرته على القيام بهذا الأمر بنفسه لاسيما ،إذا كان هذا الأمر لا يشكل خطرا على حياته ، وهذا ما يسميه ليفن بالطموح المبدئي ، هذا شكل الطموح المبدئي عند الطفل ، ولكن هذا الطموح يتميز وينمو بنمو الطفل ، ففي مرحلة الشباب يطمح الأفراد إلى بناء بيت ،أو إنشاء دراسة ،أو تكوين أسرة ،أو الحصول على وظيفة مرموقة ، حتى أن مستوى الطموح في مرحلة الرشد نفسها يختلف من

عام إلى عام آخر لاسيما ، لو كان العام الجديد زائرا بالأحداث السارة ، وملئنا بخبرات النجاح ، فالإنسان يمر بخبرات جديدة ،أحداث ووقائع جديدة وهذا ما يعرف على مستوى طموحه (البشراوي 4:1981).

أنواع الطموح:

1-الطموح الاجتماعي:تختلف طموحات الشعوب المتقدمة عن طموحات الشعوب الفقيرة والنامية بشكل واضح. فالشعوب المتقدمة يسعون إلى تحقيق مستويات عالية من الطموح تتميز بالسعي نحو مزيد من الرفاهية والرقى بينما تجد الشعوب الفقيرة تسعى إلى تحقيق قدر محدود من العيش. فكلما تقدمت المجتمعات وازدهرت نشأت طموحات جديدة تتماشى مع الواقع الجديد. كما يتأثر مستوى الطموح بحالة الاستقرار التي تعيشها الشعوب فإذا كانت تعيش أزمات اقتصادية وسياسية واجتماعية فانه يؤدي إلى ظهور مشاعر اليأس والاغتراب والإحساس بانعدام الطموحات أو زوالها .

2-الطموح الفردي: وهو ذلك الطموح الخاص بفرد واحد سواء كان طموحاً أكاديمياً أو سياسياً أو مهنيّاً أو رياضياً الخ. فكل فرد يتبنى ما يناسبه من مستويات الطموح التي تتناسب وقدراته وإمكانيات واقعه والبيئة التي يعيش فيها. وتختلف إشكال الطموح باختلاف المراحل العمرية التي يمر بها الفرد. (شكور، 1989:327).

مستويات الطموح :

- 1-مستوى الطموح الواقعي أو السوي:** ويكون فيه الطموح معادلاً للإمكانيات. حيث يأتي الطموح بعد عملية الإدراك والتقييم التي يقدر بها الفرد وإمكانياته واستعداداته ويقف على حقيقة مستواه وقدراته ثم يطمح مع ما يتناسب وهذه الإمكانيات. أي أن بناء مستوى الطموح يسير وفق إمكانيات الفرد.
- 2-مستوى الطموح الغير سوي:** وفيه يكون مستوى طموح الفرد اقل من إمكانياته. حيث يملك الفرد إمكانيات عالية وكبيرة لكنه لا يستطيع بناء مستوى من الطموح يعادلها ويتناسب معها.
- 3-مستوى الطموح الغير الواقعي:** وفيه يكون مستوى طموح الفرد أعلى من إمكانياته. أي أن هناك تناقض بين الطموح والإمكانيات

الشكل (3) :



مستوى الطموح الغير سوي

مستوى الطموح الواقعي و السوي

النظريات التي فسرت مستوى الطموح :

لقد اختلفت النظريات النفسية في تفسير مستوى الطموح. بحسب الجانب الذي ركزت عليه هذه النظريات ومن أهم هذه النظريات فيما يلي :

1- نظرية القيمة الذاتية للهدف: وضعت اسكالونا Escalona 1940. أسس هذه النظرية . حيث ان الاختيار يتقرر على أساس القيمة الذاتية للهدف حيث أن الفرد يحدد ويضع توقعاته ضمن حدود قدراته وإمكانياته فضلاً لاحتمالات النجاح والفشل. وتقوم النظرية على ثلاث حقائق هي:

-ميل الأفراد للبحث عن مستوى طموح مرتفع نسبياً.

-ميل الأفراد لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه إلى حدود معينة.

-وجود فروق كبيرة بين الناس فيما يتعلق بالميل الذي يسيطر عليهم للبحث عن النجاح والابتعاد عن الفشل.

كما أن هناك عوامل أخرى لها تأثير على احتمالات النجاح والفشل في مستقبل الإنسان متمثلة بالخبرات السابقة ورغبات الفرد وأهدافه والخوف والتوقع والمقاييس المرجعية التي تقوم عليها القيمة الذاتية للمستقبل والاستعداد للمخاطرة ودخول الفرد داخل أو خارج منطقة الفشل وردة الفعل من تحصيل أو عدم تحصيل مستوى الطموح. (عبد الفتاح، 1990: 47-49).

2-نظرية كبرت ليفين: أشارت ليفين إلى وجود عوامل عديدة من شأنها أن تعمل كدافع للتعليم في المدرسة أجمعاً فيما اسماء مستوى الطموح. الذي يخلق أهداف جديدة للفرد، وكلما حقق منها شيئاً طمح إلى تحقيق آخر (الغريب، 1990:327)

كما أشارت ليفين إلى أن هناك العديد من القوى التي تعد دافعة ومؤثرة في مستوى الطموح منها: (عامل النضج، القدرة العقلية، النجاح والفشل، الثواب والعقاب، القوى الانفعالية، والقوى الاجتماعية، والمنافسة، ومستوى الزملاء، ونظرة الفرد إلى المستقبل .

3-تفسير ستنجر: يرى أن مستوى الطموح من أحسن وسائل قياس الشخصية في موقف الاستجابة. وقد رجح ان حاجة الفرد إلى أن ينسب النجاح إلى صورة الذات تدفعه إلى أن يحدد طموحه أعلى من أدائه لميله إلى ذات أكثر مثالية.

4-تفسير أيزنك: يرى أيزنك أن هناك فروق بين الأسوياء و العاصبين في مستوى الطموح مستنداً في ذلك إلى النظرية التحليلية. حيث انه في عالم المثل يتوقف الكثير على ما نسميه المسافة بين الذات الحقيقية والذات المثالية فإذا كانت الفجوة واسعة بين الواقع والمثل فأنا نشعر بعدم الارتياح والإثم والنقص. وسيؤدي الارتفاع المفرط في مستوى الطموح إلى النمو الزائد في الأنا الأعلى، أما الانخفاض فسيؤدي إلى النمو الزائد للهو (عبد الفتاح 1990: 50-51).

الشكل (4) :



خلاصة الفصل :

تناول الفصل في جزئه الثاني مفهوم مستوى الطموح الأكاديمي الذي يصب بمجمله على أنه عملية تخطيط الفرد ومع أهداف قريبة وبعيدة في ضوء قدراته وإطاره المرجعي ، كما تم عرض سمات الشخص الطموح وأنواع الطموح الفردية و الاجتماعية .

ثم تناولنا مستويات الطموح الثلاث وأشهرها إلى النظرية المفسرة للطموح منها :

نظرية القيمة الذاتية للهدف ونظرية ليفن وتفسير آيزنك وستانجر.

الفصل الرابع

- مجتمع عينة الدراسة
- منهج الدراسة
- أدوات الدراسة
- خطوات الدراسة

1-مجتمع الدراسة وعينتها :

تكون مجتمع الدراسة من طلاب جامعة مسيلة للعام الدراسي 2019/2018 أما عينتها تم اختيارها بطريقة قصديه فقد تكونت من 60 طالب وطالبة ممن يدرسون في جامعة المسيلة سنة ثانية كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية تخصص إرشاد و توجيه و الجدول يوضح ذلك :

جدول (1) إعداد عينة البحث على وفق متغير الجنس

عدد أفراد المجتمع	الجنس	
	الإناث	الذكور
60	44	16

2- منهج الدراسة : اعتمدنا في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي فهو المنهج المناسب لطبيعة المشكلة الدراسة و ذلك لأن المنهج الوصفي الارتباطي يدرس العلاقة يدرس العلاقة بين المتغيرات و يصف درجة العلاقة بين المتغيرات وصفا كميا

3- أدوات الدراسة :

- أ- مقياس التفكير الايجابي لحسام محمد منشد 2013 (الملحق رقم 1)
ب- مقياس الطموح الأكاديمي لمحمد بو فاتح 2005 (الملحق رقم 2)

*الخصائص السيكومترية للمقياس التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي :

1/الصدق :

صدق الاتساق الداخلي:

الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت أغلب الارتباطات بين عبارات المحور الأول مع الدرجة الكلية له كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (33) عبارة، ما عدا العبارات (16، 11، 24)، حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.714 **) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (31) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0.190) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (24) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموماً يمكن القول بأن مقياس التفكير الايجابي صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (2): يوضح معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	,460**	19	,415**
2	,498**	20	,401**
3	,579**	21	,488**
4	,615**	22	,531**
5	,608**	23	,511**
6	,458**	24	0,190
7	,621**	25	,622**
8	,453**	26	,567**
9	,447**	27	,557**
10	,402**	28	,632**
11	0,249	29	,583**
12	,444**	30	,600**
13	,380**	31	,714**

14	,419**	32	,634**
15	,407**	33	,550**
16	0,253	34	,544**
17	,508**	35	,643**
18	,389**		
0.01 (الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا**)			

الجدول (3): معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية لمقياس الطموح الأكاديمي

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمقياس الطموح الأكاديمي بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت أغلب الارتباطات بين عبارات المحور الأول مع الدرجة الكلية له كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وعددها (41) عبارة، ما عدا العبارات (2، 9، 10، 23، 25، 31، 35، 36، 38، 40)، حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.622^{**}) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (34) والدرجة الكلية للمحور ككل و(- 0,136) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (40) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموماً يمكن القول بأن مقياس الطموح الأكاديمي صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
1	,403^{**}	22	,534^{**}
2	0,160	23	0,105
3	,374^{**}	24	,406^{**}
4	,321[*]	25	0,220
5	,331^{**}	26	,547^{**}
6	,268[*]	27	,475^{**}
7	,459^{**}	28	,530^{**}
8	,414^{**}	29	,293[*]
9	0,203	30	,615^{**}
10	0,239	31	0,158
11	,524^{**}	32	,469^{**}
12	,529^{**}	33	,421^{**}
13	,507^{**}	34	,622^{**}
14	,360^{**}	35	0,179
15	,380^{**}	36	0,152
16	,392^{**}	37	-0,019
17	,487^{**}	38	0,219
18	,457^{**}	39	,509^{**}

19	,358**	40	-0,136
20	,276*	41	,413**
21	,453**		
(0.01) الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا**			
(0.05) الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا*			

2/ ثبات الاستبيان :

تم حساب ثبات هذا الاستبيان عن طريق التناسق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ القائمة على أساس حساب معدل الارتباطات بين عبارات الاستبيان ككل حيث بلغ 0.924 ونجد أيضا أن محاوره كذلك جاءت بنفس القيم تقريبا حيث بلغ في المحور التفكير الإيجابي 0.909 وفي المحور الثاني مقياس الطموح الأكاديمي 0.823 ومنه نستطيع القول بأن هذا الاستبيان ثابت، كما هو مبين بالجدول (4) التالي:

المقياس	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
مقياس التفكير الإيجابي	35	0.909
مقياس الطموح الأكاديمي	41	0.823
الدرجة الكلية		0.924

4- خطوات الدراسة :

- اختيار عينة الدراسة
- تطبيق مقياس التفكير الإيجابي
- تطبيق مقياس الطموح الأكاديمي
- تجميع المقاييس بعد استجابة أفراد العينة عليها
- تصحيح المقاييس وفقا لطريقة تصحيح المقاييس التي وردت في عرضهم
- رصد البيانات وترتيبها حسب متغيرات الدراسة ثم المعالجة الإحصائية لها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لاختبار صحة الفروض

- التوصل إلى النتائج و تفسيرها في ضوء الإطار النظري و الدراسات السابقة

الفصل الخامس

- عرض نتائج الفرض الأول و تحليلها و تفسيرها
- عرض نتائج الفرض الثاني و تحليلها و تفسيرها

عرض لنتائج فروض الدراسة و تفسيرها :

أولا : اختبار صحة الفرضية الأولى : والذي ينص على وجود علاقة ارتباطيه بين التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بواسطة الحزمة الإحصائية spss لحساب قيمة معامل الارتباط نتائج هذا الفرض موضحة من خلال الجدول (5) التالي :

معامل الارتباط		
الطموح الأكاديمي		
0.641**	معامل الارتباط بيرسون	التفكير الايجابي
0,000	مستوى الدلالة	
60	عينة البحث	
**الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا(0.01)		

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط مرتفع مما يدل على ارتباط موجب طردي بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي حيث بلغ معامل الارتباط (0.641**) عند مستوى دلالة (0.01) ومنه نرفض الفرضية الصفرية

(H_0) التي مفادها لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي ونقبل الفرضية البديلة (H_1) التي مفادها توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإيجابي والطموح الأكاديمي. وعليه فالفرضية محققة.

وهذا ما أكدته دراسة إكرام عبد العظيم 2017 بوجود علاقة بين التفكير الإيجابي و الطموح الأكاديمي

و من الجانب النظري يمكن تفسير النتيجة بأن التفكير الإيجابي يسير بصورة صحيحة وباتجاه كل ما هو ايجابي ونافع لذا فمن المؤكد بالطالب الذي يدفع به إلى التحصيل الأكاديمي الأفضل إذ أن أهم سمات الفرد الطموح يعمل على النهوض بمستواه إلى الأفضل و النضرة إلى الحياة بالتفاؤل وعليه يتحقق صحة الفرض .

إعتداليت البيانات :

Tests of Normality							
Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov ^a			الجنس	
مستوى الدلالة	درجات الحرية	Statistic	مستوى الدلالة	درجات الحرية	Statistic		
0,366	16	0,941	0,193	16	0,193	ذكر	مقياس_الطموح_الأكاديمي
0,660	44	0,981	0,200*	44	0,107	أثنى	
مستوى الدلالة	درجات الحرية	Statistic	مستوى الدلالة	درجات الحرية	Statistic	الجنس	
0,338	16	0,939	0,200*	16	0,175	ذكر	مقياس_التفكير_الايجابي
0,841	44	0,985	0,200*	44	0,103	أثنى	

من الجداول السابقة : يمكننا ملاحظة أن :

- قيمة مستوى الدلالة ($\alpha=0.200$) عند الذكور و الإناث و هي أكبر من ($\alpha=0.05$) لبيانات مقياس التفكير الايجابي، وهي دالة في كل من اختبارات (كولجروف و شايفرو ويلك) وبالتالي نقبل الفرض العدمي أي أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي .

قيمة مستوى الدلالة ($\alpha=0.114$) عند الذكور و ($\alpha=0.200$) عند الإناث و هي أكبر من ($\alpha=0.05$) لبيانات مقياس الطموح ، وهي دالة في كل من اختبارات (كولجروف و شايفرو ويلك) وبالتالي نقبل الفرض العدمي أي أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي .

ومن ثم يمكننا إجراء اختبار ت لعينتين تابعتين

ثانياً: اختبار صحة الفرض الثاني الذي ينص على وجود فروق دالة إحصائية بين التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس

أ-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الايجابي تعزى إلى متغير الجنس :

الجدول رقم (6) يوضح الفروق بين أفراد العينة في التفكير الايجابي تعزى لمتغير الجنس									
	الجنس	اختبار ليفين للكشف عن التجانس (F)	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (T)	مستوى الدلالة
التفكير الايجابي	ذكور	0.139	0.711	16	3.5250	0.56418	58	2.133	0.037
	إناث			44	3.8597	0.52795			
القرار									
دال عند 0.05									

من خلال الجدول رقم (6) أعلاه نلاحظ أن قيمة اختبار التجانس ليفين (F) بلغت (0.139)، وهي أكبر من ($\alpha=0.05$) وبالتالي نقبل الفرض العدمي أي أن تباينات العينات متساوية أي أن البيانات متجانسة، وهذا يستوجب استخدام اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة لعينتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية بالنسبة لأفراد عينة الدراسة في التفكير الإيجابي والتي بلغت عند الذكور (3.5250) وعند الإناث (3.8597) يمكن القول بأن هناك فروقا بينهما، كما جاءت قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (2.133) بمستوى دلالة (0.037) أصغر من مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05). ومنه الفرضية محققة

وهذا ما يتفق مع الدراسات السابقة : دراسة غانم 2005 و دراسة الأجنبية havren التي وضحت وجود فروق فردية بين الإناث و الذكور بالنسبة للتفكير الإيجابي

- و من الجانب النظري : من خلال مفهوم التفكير الإيجابي ترجع هذه النتيجة إلى العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي مثل التنشئة الاجتماعية و المناخ الأسري و إلى مصدر المؤثرة في التفكير .

ب-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الطموح الأكاديمي تعزى إلى متغير الجنس

الجدول رقم (7) يوضح الفروق بين أفراد العينة في الطموح الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس									
	الجنس	اختبار ليفين للكشف عن التجانس (F)	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (T)	مستوى الدلالة
الطموح الأكاديمي	ذكور	0.139	0.461	16	2.1433	0.23033	58	2.321	0.024
	إناث			44	2.3010	0.23358			
القرار									
دال عند 0.05									

من خلال الجدول رقم (7) أعلاه نلاحظ أن قيمة اختبار التجانس ليفين (F) بلغت (0.139)، وهي أكبر من ($\alpha=0.05$) وبالتالي نقبل الفرض العدمي أي أن تباينات العينات متساوية أي أن البيانات متجانسة، وهذا يستوجب استخدام اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة لعيتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية بالنسبة لأفراد عينة الدراسة والتي بلغت عند الذكور (2.1433) وعند الإناث (2.3010) يمكن القول بأن هناك فروقا بينهما لصالح الإناث، كما جاءت قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت

(2.321) بمستوى دلالة (0.024) أصغر من مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05). ومنه الفرضية محققة

وهذا ما تؤكدته دراسة كاميليا عبد الفتاح 1971 عن وجود فروق دالة في مستوى للطموح تبعاً لمتغير الجنس مع وجود دراسة مخالفة لم تتفق معها دراستنا ل زياد بركات 2008 الذي توصل إلى عدم وجود فروق جوهرية بين الإناث و الذكور بالنسبة للطموح .

أما من الناحية النظرية، أكدته نظرية (القيمة الذاتية للهدف) لإسكالونا لوجود فروق كبيرة بين الناس فيما يتعلق بالميل المسيطر عليهم .

من خلال ما تم استعراضه في هذه الدراسة من تساؤلات وفرضيات تمثلت في هل توجد علاقة ارتباطيه بين التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي و هل تعزى لمتغير الجنس و أهداف وأهمية تهدف إلى تنمية التفكير الإيجابي لدى طلاب جامعة المسيلة لتبصيرهم بمكامن القوة في الشخصية وتنمية هذه الجوانب الإيجابية.

إضافة إلى الجانب النظري الذي تم فيه تقديم تعريفات و خصائص و نظريات حول التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي و الجانب التطبيقي الذي تم فيه تجسيد هذه الدراسة على أرض الواقع و تطبيقها على العينة المستهدفة وصولا إلى النتائج النهائية للدراسة بوجود علاقة ارتباطيه بين هذين المتغيرين التي تم تفسيرها بالاعتماد على ما تم عرضه سابقا من دراسات سابقة و تراث نظري و خصائص للعينة .

الفصل السادس

- توصيات و مقترحات الدراسة
- قائمة المصادر و المراجع
- الملاحق

توصيات و مقترحات الدراسة

في ضوء النتائج الدراسة التي توصلنا إليها بوجود علاقة ارتباطيه بين التفكير الايجابي و الطموح الأكاديمي لدى طلبة جامعة مسيلة فأن الباحثات يتقدمنا بالتوصيات التالية :

- عقد دورات لتعليم الطلاب أهمية التفكير الايجابي
- إجراء دراسات مقارنة بين مستوى الطموح و التفكير الايجابي في قطاعات عمل مختلفة
- الاهتمام بطرق التنمية ورفع مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطلبة
- أن يقوم أساتذة الجامعين باستخدام طرق و أساليب تساعد التفكير الايجابي ومساعدة الطلبة على التجنب من التفكير السلبي و العشوائي و التفكير السطحي و الساذج

قائمة المصادر و المراجع

- أبو ناهية، صلاح (1981): دراسة لبعض العوامل المؤثرة على مستوى الطموح أكاديمي و الدافعية و الانجاز ،الجزء الأول مكتبة الانجلو مصرية .القاهرة، مصر.
- ابن منظور، جمال الدين (1999): لسان العرب ، الطبعة الثالثة ،الجزء الخامس. بيروت .لبنان: دار إحياء التراث العربي،.
- أحمد، محمد نجيب (2010): دور علم النفس الايجابي في تفعيل إجراءات الوقاية و العلاج النفسي ،دراسات عربية في علم النفس.
- الأنصاري ،سامية (2012) : اختبار مهارات الإبداع العلمين، مكتبة الانجلو مصرية
- بنت يوسف، سهام (2007) : كيف نعلم أبنائنا التفكير الايجابي الناقد و السليم ،سلطنة عمان: وزارة التربية و التعليم دورية التطوير التربوي.
- بونو، ادوارد (2001) : قبعات التفكير الايجابي، ترجمة خليل الجيبوسي ،أبو ضبي المجتمع الثقافي .
- بيفر، فيرار (2011): التفكير الايجابي . ط8 .الرياض : مكتبة الجريد للطباعة و النشر.
- بركات ،زياد (1998): دراسة في سيكولوجية الشخصية التشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي محلية التقويم و القياس النسبي .
- تراسي، بريان (2007) :غير تفكيرك غير حياتك ،مكتبة جريد للنشر و التوزيع.

- حجازي، مصطفى (2005): الإنسان المهدور. ط1. بيروت ،لبنان: المركز الثقافي العربي.
- خطيب، رجاء (1990): الطموح المهني و الطموح الأكاديمي لطلبة جامعة الأزهر و الجامعات الأخرى، دراسة مقارنة محلية السنة الرابعة العدد السادس عشر الهيئة المصرية العامة الكتاب. القاهرة، مصر.
- طه ،عبد العظيم (2006): استجابات إدارة الضغوط التربوية و النفسية .ط1 . عمان : الأردن دار الفكر .
- عبد الفتاح ،كماليا (1972): مستوى الطموح و الشخصية. ط1 . بيروت ،لبنان : دار النهضة العربية
- العريفي، نادية محمد (1978): الأسرة و برمجة التفكير الايجابي لدى الطفل، الكويت : مطابع التركي .
- غانم، محمود (1995): التفكير عند الأطفال تطوره و تعليمه .ط1 . عمان: دار الفكر .
- الفقي ،إبراهيم (2000): التفكير الايجابي، دراسة تحليله .مصر: دار الراية.
- الفقي، إبراهيم (2007): قوة التفكير . سوريا: دار التوفيق
- كيتك ، كينان (1995): قوة التحكم في الذات، الدار العربية للعلوم ناشري السلسلة الدليل الإداري .
- معمريه، بشير (2011): علم النفس الايجابي في الاتجاه الجديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية دراسات نفسية – علم النفس الايجابي .
- مطرش، منتهى و دريد سوزان (2014): التفكير الايجابي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية بجامعة بغداد و المستنصرية ،مجلة البحوث التربوية و النفسية .

الملحق(1)

وزراء التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم : علم النفس
تخصص : توجيه وإرشاد

الجنس : ذكر () ، أنثى ()

عزيزي الطالب عزيزة الطالبة

• تحية طيبة

أضع بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن آرائك إزاء مواقف الحياتية من خلال أجابتك على فقراته بدقة و عناية ، يرجى قراءة جميع الفقرات المرفقة بعناية و الإجابة عنها بوضع علامة (x) تحت البديل الذي تراه مناسباً و الذي يمثل اختيارك ، ولا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة وان لا تترك أي فقرة من دون إجابة ، علماً أن هذه الإجابات ستكون لأغراض البحث العلمي فقط .

- مقياس التفكير الإيجابي

الرقم	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي الى حد ما	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي أبداً
1	أعتقد أن الغد أفضل من اليوم					
2	ألمي كبير في المستقبل					
3	أؤمن بالفكرة القائلة بعد العسر يسرى					
4	أتوقع الأحسن عادة في الظروف الصعبة					

5	أتوقع تزايد الشعور بالأمن و الطمأنينة في المستقبل				
6	أسعى إلى توسيع علاقات الاجتماعية في المستقبل				
7	أعتقد أنني سأكون ذو شأن مستقبلا				
8	أتوقع أن مهنتي في التعليم لا مستقبل زاهر				
9	أتصرف بمشاعر المودة مع زملائي				
10	بإمكاني أن أتحكم في غضبي بسهولة				
11	ليس من عادتي أن أفعل حتى وإن أراد أحد إثارتي				
12	أتسامح بسرعة حتى مع من يخطؤون في حق				
13	لا أسمح للخوف أن يضيع أهدافي				
14	ليس بضرورة أن أنجح في كل ما أفعله				
15	مزاجي لطيف بغض النظر عن أي ظروف خارجية				
16	أشعر براحة عندما يبدي أحدهم بمشاعر حب نحوي و أبادلهم الحب بالحب				
17	أبدي حبي بسهولة للآخرين بدون حرج				
18	أشارك الآخرين أفرانهم و أحزانهم				
19	أشعر بأنني قريب من زملائي				
20	أشعر بالرضا لأن الأمور تسير في صالحني				
21	أستمتع بأدائي عملي لأنه يتناسب مع طموحاتي				
22	أعتقد أن حياتي تسير على مايرم				
23	أشعر بطمأنينة لأنني حققت معظم أهدافي في الحياة				
24	أعيش حياة أفضل من غيري				
25	أعتقد أنني موفق في حياتي اليومية				
26	يمكنني أن أتحكم في غضبي				
27	أقبل ذاتي من دون شكوى				
28	أعتقد أنني محبوب من الآخرين				
29	أنا متسامح مع نفسي ولا ألوها كثيرا				
30	أعتقد أنني قادر على تحقيق طموحاتي				
31	أعتقد أنني موفق في ما أقوم به من عمل				
32	أعتقد أن علاقتي الشخصية تنال تقدير و إحترام الآخرين				
33	أستطيع حل مشاكلي الشخصية بالاعتماد على قدراتي الخاصة				

					أشعر أن قدراتي كافية على مواجهة الإحباطات	34
					أسعى إلى جعل حياتي فيها سعادة	35

الملحق (2)

مقياس الطموح الأكاديمي

الرقم	العبارات	تنطبق عليا تماما	تنطبق عليا أحيانا	لا تنطبق عليا أبدا
1	يعجبني الشخص الناجح في حياته العلمية			
2	الجامعة أفضل مكان لتجسيد أفكارى المستقبلية			
3	أدرس و أثار لأحقق النجاح			
4	أؤمن أن الجهد الشخصي يذلل العقبات مهما عظمت			

5	أعتبر نفسي شخص مكافح		
6	أتمنى أن أكون شخصا مهما في المجتمع		
7	أسعى للالتحاق بتخصص دراسي جامعي مهم		
8	لا أتعب أبدا من الدراسة		
9	غياب من يساعدني على الدراسة يخفضي من إرادتي		
10	معلوماتي الدراسية الحالية أقل مما يجب أن تكون عليه		
11	تحقيق طموحاتي من أهم الأهداف في حياتي		
12	الدراسة الجامعية تساعدني على تحقيق اهدافي		
13	لا ارتاح إلا اذا قمت بحل كل التمارين		
14	أملك القدرة على تحمل كل الصعاب		
15	أرى من الأصلح الانتظار دائما حتى تواتني الفرص		
16	أنظر للمستقبل بتفاؤل كبير		
17	الجامعة تضمن لي مستقبلا زاهرا و مضمونا		
18	أحب أن أحصل على أكبر العلامات في كل الفروض		
19	أعتمد على نفسي لقضاء مطالبي اليومية		
20	كثيرا ما يؤثر عليا نقد الآخرين		
21	أسعى إلى تحقيق أعمال مميزة في حياتي		
22	المستوى الجامعي يسمح لي الحصول على مركز اجتماعي		
23	رسوبي في المتحانات يقلل من طموحاتي الدراسية		
24	أقدم على العمل و أنا متأكد أن نتائجه تظهر إلا بعد فترة		
25	حصولي على معدل للانتقال يكفيني		
26	أرغب أن أسمو بحياتي إلى أعلى المراتب		

27	الجامعة تدعم معارفي العلمية و أفكاري المستقبلية		
28	أعمل للتفوق والنجاح بإمتياز		
29	المستوى الذي وصلت إليه كان نتيجة لمجهودي الخاص		
30	أميل كثيرا إلى إكتساب المزيد من المعلومات		
31	تبدو لي الحياة أحيانا بلا أمل		
32	الدراسة الجامعية تؤهلني إلى إتخاذ قرارات واقعية		
33	أسعى للالتحاق بالجامعة حتى ولو أعدت البكالوريا أكثر من مرة		
34	أميل ألى مواصلة الجهد حتى أصل بعلمي إلى مستوى عالي		
35	أخشى الفشل كثيرا		
36	أفضل الحصول على عمل بدل الالتحاق بالجامعة		
37	لا أهتم بناتئج الفروض و الامتحانات		
38	أعتمد كثيرا على الآخرين في حل فروضي الفصلية		
39	جهدي المتواصل يمكنني من تحقيق أهدافي		
40	الالتحاق بالجامعة لا يوفر أي مزايا		
41	يهمني التفوق في كل الأعمال التي أقوم بها		