

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادره تعليم جازان

عبدالله يحيى محمد علواني

ماجستير - توجيه وإرشاد تربوي

aya7731@gmail.com

ملخص البحث :

هدف البحث إلى التعرف على علاقة التفاؤل بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان، وإمكانية التنبؤ بالتكيف المدرسي من التفاؤل. استخدم المنهج الوصفي، تكونت عينة البحث الأساسية من (٤٣٢) طالباً من طلاب الصف الأول المتوسط تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية من جميع مدارس مكاتب التعليم التابعة للإدارة العامة للتعليم بمنطقة جازان والبالغ عدد طلابها (٨٥٨٨) طالباً عام ١٤٤٤/١٤٤٥ هـ، واختيرت عينة الخصائص السيكومترية لمقاييس البحث بالطريقة العشوائية البسيطة، والمكونة من (١٠٠) طالباً من مجتمع البحث للتأكد من ثبات وصدق أدوات البحث والمكونة من: مقياس التفاؤل ومقياس التكيف المدرسي (من إعداد الباحث). وبعد معالجة البيانات توصل الباحث إلى النتائج التالية: جميع مستويات التفاؤل (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب الصف الأول المتوسط توجد في المستوى المتوسط، وأن جميع مستويات التكيف المدرسي (للأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان توجد في المستوى المرتفع. وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين درجات مقياس التكيف المدرسي (الأبعاد والدرجة الكلية) ودرجات التفاؤل (الأبعاد والدرجة الكلية)، وأنه يمكن التنبؤ بالدرجة الكلية للتكيف المدرسي من الدرجة الكلية للتفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان،

الكلمات المفتاحية: التفاؤل- التكيف المدرسي - طلاب الصف الأول المتوسط -
مدارس إدارة تعليم جازان.

مقدمة البحث:

المدرسة هي المكان الرسمي الأول الذي يتلقى فيه الطالب التعليم ، وذلك من أجل إكسابه المعارف والخبرات التي تساعده وتمكنه من التنافس وبناء مستقبل ناجح ، وبما أن الانسان يعيش في عالم متغير وعليه أن يتفاعل معه لكي يستطيع التكيف مع المواقف والخبرات التي تصادفه في حياته اليومية ، فالتكيف يعتبر أحد العوامل الأساسية التي يطرح من خلالها الانسان إلى تلبية مطالبه وحاجاته ، وباعتبار أن المدرسة وجدت من أجل مساعدة الطالب للتكيف مع محيطه لكونه أحد أفراد هذا المجتمع له دوافعه وحاجاته العقلية الجسمية والنفسية والاجتماعية التي يسعى إلى إشباعها، ويتحقق مدى تكيفه على درجة إشباعه لهذه الحاجات، وعدم إشباعها يؤدي إلى الفشل في التكيف مع الجو المدرسي ، وباعتبار أن الطالب محور العملية التعليمية يجب على المدرسة أن تقوم بدورها في مساعدته من أجل الوصول إلى التوافق وتحقيق التكيف المطلوب مع المحيط المدرسي .

تعتبر مرحلة التعليم المتوسط من أهم المراحل التي يمر بها التلميذ ، حيث ينتقل التلميذ من مرحلة الابتدائي إلى مرحلة المتوسط ، التي يكتسب فيها كل ما هو جديد، فالتلاميذ من خلال تفاعلهم داخل المدرسة بمختلف مجالاتها في حاجه للاستفادة من جميع أفراد المنظومة التربوية ، لإكسابهم المعارف والمهارات وإثارة دافعيتهم نحو التعلم ، دون إغفال الجانب النفسي والاجتماعي ، حتى يستطيعوا التعامل مع مختلف السلوكيات التي يواجهونها في المدرسة وخاصة التلاميذ الجدد في مرحلة المتوسط باعتبار المناخ المدرسي جديد بالنسبة لهم ، وهذا يتطلب تقديم المساعدة والدعم النفسي والاجتماعي من أجل الوصول بهم إلى تحقيق التكيف المدرسي (يونسي وعبروج، ٢٠٢١).

لذلك فإن مرحلة التعليم المتوسط من أهم المحطات التي يمر بها الفرد في حياته الدراسية كونها مرحلة المراهقة والتي تتميز بحدوث تغيرات تمس مختلف جوانب حياة الطالب، هذا ما يجعل المدرسة بجميع عناصرها أمام تحدي كبير اتجاه طلاب المرحلة المتوسطة، من أجل مساعدتهم على تحقيق التكيف مع متطلبات الواقع المدرسي الجديد .

تواجه المرحلة المتوسطة تحدي كبير من خلال ما يحدث فيها من تغيرات نفسية ومزاجية واضطرابات سلوكية واجتماعية ناتجة عن دخول مرحلة المراهقة ، وتحرص المدارس على اكتساب الطلاب المعارف والخبرات الاساسية وفي نفس الوقت التمتع بحياة اجتماعية سليمة

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرة تعليم جازان

وتعزيز الشعور بقيمة الحياة ، وذلك من خلال تفهم اهتماماتهم وحاجاتهم ، وان قدرة الطالب الاكاديمية لا تقتصر على المعلومات المكتسبة بل يجب ان تمتد الى تمكين الطالب من التفكير المستقل وتحقيق التفاؤل والتكيف المدرسي .

يتوقف التكيف المدرسي على بعدين أساسيين بعد عقلي وبعد اجتماعي ، ويتمثل البعد العقلي في قدرة التلميذ على استيعاب المواد الدراسية و ذلك من خلال تحصيله ، واتجاهاته نحوها وتنظيم وقته ومراجعتة ، أما البعد الاجتماعي يتمثل في قدرة التلميذ على التلاؤم مع معلميه وزملائه ، والتكيف المدرسي يعتمد بالأساس على التكيف النفسي للفرد وسماته الشخصية ، ويعد الفرد متكيفا دراسيا إذا كان في حالة رضا عن إنجازه الأكاديمي مع رضاه عن المدرسة سواء في أدائه الأكاديمي أوفي علاقاته المدرسية مع المدرسين، الزملاء، العاملين (ملال، ٢٠١٦: ٥٣) .

يعد التفاؤل جانبا مهما من الجوانب الإيجابية في الشخصية، تلك الشخصية التي يتناولها علم النفس الإيجابي، وهو العلم الذي يعني بالدراسة العلمية للخبرات الإيجابية والسمات الفردية الإيجابية، كما يهتم بالوجدان أو الانفعالات الإيجابية، ويتضمن الانفعال الإيجابي حول المستقبل التفاؤل والأمل والاحلاص، فالحياة السعيدة من وجهة نظر علم النفس الإيجابي هي الحياة التي تعظم شأن الانفعالات الإيجابية، وتقلل من شأن الألم والانفعالات السلبية (الصبوة، ٢٠٠٧: ١٧).

وقد ركزت بعض البحوث على الخصائص الشخصية التي تساعد الطلاب على التكيف بشكل أفضل ، وتجعلهم قادرين على التعامل الإيجابي مع الحياة ، ومن بين هذه الخصائص التفاؤل (Alarcon et al., ٢٠١٣: ٨٢١).

يعد التفاؤل أحد المتغيرات الإيجابية الفعالة لتنمية قدرات الفرد ونظرتة للحياة، وإيجابيته في حل مشكلاته الحياتية، وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة (أبو الديار، ٢٠١٠: ٥٨).

والشخصية المتفائلة تمتلك توقعات إيجابية نحو الأشياء التي تمر بها، فالتفاؤل يعتبر بمثابة مكانزم نفسي يساعد على مقاومة الكآبة والفشل واليأس (بركات، ١٩٩٨: ٢).

كما أشارت دراسة مخيمر؛ وعبد المعطي (٢٠٠٣)؛ ودراسة إيمان عبدالكريم؛ وريا الدوري (٢٠١٠) إلى تعدد الصفات التي يتسم بها الفرد المتفائل، ومنها: تقدير الذات المرتفع، والقدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، والذكاء، والصلابة النفسية، والتكيف ، والشعور بالرضا

والهناء النفسي، والشعور بالدعم الوجداني والمساندة الاجتماعية، والكفاءة الذاتية، والدافعية للإنجاز، وجودة الحياة، والتوجه الإيجابي نحو الحياة.

تؤكد منظمة الصحة النفسية أن التفاؤل يشير إلى عملية نفسية إرادية تؤدي إلى مشاعر الرضا والتحمل والأمل والثقة والأفكار الدالة على ذلك، وتستبعد في نفس الوقت أفكار ومشاعر اليأس والعجز، فالشخص المتفائل يفسر الأزمات بطريقة حسنة، ويبعث ذلك في النفس الأمن والطمأنينة، كما أن التفاؤل ينشط أجهزة المناعة النفسية والجسمية (عمر، ٢٠٠٦).

والتفاؤل الأكاديمي لا يخرج عن مفهوم التفاؤل، إلا أن التفاؤل الأكاديمي يقتصر على الحياة الأكاديمية مثل الدراسة، ويشكل التفاؤل الأكاديمي الشعور بالقبول والانتماء ويعد عاملاً حاسماً في جميع مراحل الحياة، ويحتل أهمية خاصة عندما يكون في المؤسسات التربوية، بحيث يكون الاهتمام في هذه المؤسسات منصبا على السلوك المتبادل بين المعلمين والطلبة (عوض، ٢٠٢١). والتفاؤل الأكاديمي هو بناء وضعه هوى وتارتر و ولفولك (Woolfolk & Tartar, Hoy، ٢٠٠٦) وارتبط بالتحصيل الدراسي من منظور المكانة الاجتماعية والاقتصادية للطالب (SES) وهناك ثلاثة مجالات في المدرسة تشكل التفاؤل الأكاديمي، وهي: التأكيد الأكاديمي و الفاعلية الجماعية وثقة أعضاء هيئة التدريس بأولياء الأمور والطلبة، إذ أن هذه المجالات تتحد معا لتنتج ثقافة التفاؤل الأكاديمي داخل البيئة المدرسية (في عوض، ٢٠٢١).

إن طلاب المرحلة المتوسطة كغيرهم من أفراد المجتمع لهم دوافعهم وحاجاتهم الجسمية والنفسية والاجتماعية، ويتوقف مدى تكيفهم على درجة تعاملهم معها، ولعل التفاؤل له دور في ذلك، لذا يجب على المدرسة أن تأخذ دورها في مساعدتهم من أجل الوصول إلى مستويات أفضل من التكيف، لأن فشلهم في التكيف مع جو المدرسة يؤثر عليهم نفسياً وتربوياً. كما أن المرحلة المتوسطة يتميز فيها الطلاب عن بعضهم البعض في القدرات والتكيف والتفاؤل، وعليه أصبحت المطالبة بالاهتمام بهم أكثر لتحقيق مستوى أفضل من التكيف المدرسي.

ومن خلال نتائج بعض الدراسات السابقة، حيث أوضحت دراسة (Johnson & Endler، ٢٠٠٢) أن الأفراد المتفائلين لهم قدرة عالية على التكيف من خلال مقدرتهم على السيطرة على انفعالاتهم، كما أنه يزيد من قدرتهم على الانتباه لما يجدونه من مشاعر (في سالي قاسم، ٢٠١٧: ٢٦٧)، ووجدت دراسة ابوالعلا (٢٠١٠) علاقة موجبة بين التفاؤل والتوافق

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

مع الحياة الجامعية ، كما وجدت دراسة عبدالكريم والدوري (٢٠١٢) علاقة موجبة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى طلاب الجامعة ، واطهرت دراسة محمدي (٢٠١٨) علاقة موجبة بين التفاؤل وجودة الحياة لدى طلاب الثانوي العام ، وكشفت دراسة زيادة (٢٠١٩) عن انخفاض مستوى التكيف المدرسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، ووجدت دراسة زقاوة وآخرون (٢٠٢٠) علاقة موجبة بين التفاؤل والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة ، واطهرت دراسة شاهين (٢٠٢١) علاقة موجبة بين التكيف الأكاديمي والتفاؤل لدى طلبة الدراسات العليا ، ووجدت دراسة عوض (٢٠٢١) علاقة موجبة بين التفاؤل الأكاديمي والرضا عن الدراسة وامكانية التنبؤ بالتفاؤل الأكاديمي من خلال السعادة النفسية لدى طلاب الثانوية العامة والثانوية الفنية ، وتوصلت دراسة السيد وآخرون (٢٠٢٢) الى وجود علاقة موجبة بين بين التفاؤل وكل من الشعور بالسعادة والتحصيّل الدراسي لدى طالبات الجامعة . نجد ان المرحلة المتوسطة لم تثل الاهتمام حيث معظم الدراسات اجريت على المرحلة الثانوية والجامعية والدراسات العليا باستثناء دراسة زيادة (٢٠١٩) والتي تناولت متغير واحد هو التكيف المدرسي ووجدت ان مستواه منخفض لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، وبناء عليه جاء هذا البحث ليتناول العلاقة بين التفاؤل والتكيف المدرسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة بادرّة تعليم جازان .

مشكلة البحث :

ان التحديات والضغوط التي تحيط بحياة الطلاب قد تنشأ بعض المشكلات لهم وقد تسبب لهم عدم التكيف المدرسي ، مما يولد صراعات بين احتياجاتهم وتكيفهم مع المحيط الذي يحيط بهم ، وهنا يأتي دور التفاؤل في مساعدتهم على التكيف نفسيا ودراسيا وتربويا . ولقد لمس الباحث من خلال عمله وجود بعض الصعوبات في التكيف المدرسي لدى بعض الطلاب في المرحلة المتوسطة وخصوصا طلاب الصف الأول المتوسط باعتبارهم جدد في هذه المرحلة ؛ مما دفعه إلى الاهتمام بهذا الجانب وتناول التكيف المدرسي وأحد متغيرات الشخصية ، وهو التفاؤل ، وتنبؤ مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

- ١- ما مستوى التفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان؟
- ٢- ما مستوى التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان؟

- ٣- هل توجد علاقة بين التفاوض والتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان؟
- ٤- هل يمكن التنبؤ بالتكيف المدرسي من خلال التفاوض لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان؟
- أهداف البحث :
- ١- معرفة مستوى التفاوض والتكيف المدرسي لدى تلاميذ الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان.
- ٢- الكشف عن العلاقة بين التفاوض والتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان.
- ٣- الكشف عن إمكانية التنبؤ بالتكيف المدرسي من خلال التفاوض لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان .

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

تبرز الأهمية النظرية من خلال إضافة إطار نظري لمتغيرات البحث قد يثري المكتبة العربية في هذا الموضوع ويستفيد منه الباحثون ، بالإضافة لتناوله فئة مهمة هم طلاب الصف الأول بالمرحلة المتوسطة .

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- ١- زيادة الوعي لدى الطلاب بأحد خصائص الشخصية الإيجابية وهي التفاوض والتي من شأنها أن تساعد في حدوث التكيف المدرسي لديهم .
- ٢ - زيادة وعي معلمي ومرشدي وقائدي المدارس المتوسطة بأهمية التفاوض في المساهمة في تحقيق التكيف المدرسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة .
- ٣- يمكن أن تعيد نتائج البحث الحالي في توجيه انتباه المسؤولين في وزارة التعليم إلى الاهتمام بإعداد وتدريب طلاب الصف الأول المتوسط على التكيف المدرسي من خلال الندوات والتدريب عند التحاقهم بالمرحلة المتوسطة ، وتزويدهم بالإرشادات التي من شأنها أن تحقق التكيف لديهم.
- ٤- إعداد مقياسين لمتغيري البحث يستفاد منهما في البحوث المستقبلية.

مصطلحات البحث:

التفاؤل. **optimism** :

يعرف الباحث التفاؤل اجرائيا بأنه استعداد للاستجابة الايجابية نحو الاخرين والمواقف والنظر للجانب الشروق من الأشياء. ويحدد إجرائيا في البحث الحالي بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التفاؤل المستخدم في هذا البحث.

التكيف المدرسي: School adjustment

وينقسم التكيف المدرسي إلى:

١- التكيف الدراسي :

ويعرف بأنه انتباه الطالب للأنشطة الدراسية الصفية وتنظيمها والاهتمام بالعمل الأكاديمي (Kim et al، ٢٠١٠: ٥).

ويعرفه الباحث اجرائيا بأنه اهتمام الطالب بالمقررات والأنشطة الدراسية والانجاز الدراسي .

٢- التكيف النفسي :

ويعرف على أنه السعادة الانفعالية الوجدانية والمعرفية التقييمية والرضا الذي يشعر به الطالب عن الذات (Lent، ٢٠٠٤: ٤٨١).

ويعرفه الباحث اجرائيا بأنه الشعور بالارتياح والرضا عن جودة بالمدرسة.

٣- التكيف الاجتماعي :

ويعرف بأنه نجاح الطالب في إقامة علاقات إيجابية داخل المدرسة مع القيادات والمعلمين والزملاء والعاملين (بطرس، ٢٠٠٨: ١٠).

ويعرفه الباحث اجرائيا بأنه حرص وفاعلية الطالب لاقامة علاقات ايجابية مع الزملاء والمعلمين والادارة المدرسية .

ويحدد التكيف المدرسي إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في أبعاد التكيف المدرسي المحددة في هذا البحث وهي: (التكيف الدراسي، التكيف النفسي، والتكيف الاجتماعي).

طلاب الصف الأول المتوسط :

الطلاب المنتظمون بالسنة الأولى من المرحلة المتوسطة في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥هـ، بالمدارس الحكومية (بنين) التابعة لإدارة تعليم جازان.

حدود البحث:

- ١- الحدود الموضوعية: يتناول البحث علاقة التفاوض بالتكيف المدرسي.
 - ٢- الحدود البشرية: يختص البحث بطلاب الصف الأول المتوسط .
 - ٣- الحدود المكانية: يطبق البحث على المدارس المتوسطة بإدارة تعليم جازان.
 - ٤- الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ١٤٤٤ / ١٤٤٥ هـ.
- الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة :

أولاً: التفاؤل : Optimism

- تمهيد:

ركز الإسلام على التفاؤل ونبذ التشاؤم، وأمرنا الله تعالى بالتفاؤل؛ لأن ذلك يعني حسن الظن بالله والتوكل عليه لأنه يجلب الراحة والطمأنينة للمؤمن، وأمرنا بالصبر على البلاء، وأمرنا بعدم التشاؤم لأن هذا من سوء الظن بالله وجلب الشر للإنسان (القحطاني، 2013: 26).

وعلى الرغم من أهمية التفاؤل في الحياة الإنسانية، إلا أنه لم يحظ بالاهتمام الكافي في الدراسات النفسية، حيث أن التفاؤل والمزاج الإيجابي يعتبران أساسيان للصحة العامة للأفراد وتحسين التوافق الاجتماعي لديهم، فالمتفائلون لديهم إحساس بقيمة الذات والقدرة على تقييم أدائهم بصورة أكثر إيجابية، ولهذا تعد الدراسات النفسية للتفاوض دراسات حديثة (عبدالخالق، ٢٠٠٠: ٦).

لقد نظر تايجر للتفاوض على أنه خاصية يتميز بها بنو البشر لها أساس بيولوجي، وتعد عاملاً يساعد الفرد في البقاء، وتمكنه من التغلب على الصعوبات والمحن التي قد تواجهه في الحياة من خلال اعتقاده بأن الأشياء ستصبح أفضل في المستقبل (آمال جودة، ٢٠١٠: ٦٤٠).

ويعتبر التفاؤل عامل أساسي لاستمرار الحياة، ومن خلاله يمكن التنبؤ بالمستقبل وبالأفكار الخاصة بالتطور الاجتماعي والاقتصادي، كما يساعد الأفراد على فهم أهدافهم المحددة وطرق التغلب على الصعوبات التي تواجههم والتي قد تؤثر في المجتمع (الأنصاري، ١٩٩٨: ١٩).

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

ان الشعور الجيد المملوء بالمشاعر الإيجابية والتي تظهر الصورة الجيدة للإنسان عن العالم تجعل جميع ما يصيبنا من نجاح وما نضطلع به من مهام إنما يعتمد على مدى إحساسنا بالتفاؤل المستمر، والذي بدوره ينمي تقدير الذات والثقة بالنفس، وهذه العوامل والسمات النفسية تزيد من الصلابة النفسية تجاه الصدمات والأزمات النفسية (إيمان عبدالكريم؛ وريا الدوري، ٢٠١٢: ٣٤٥).

- مفهوم التفاؤل:

أ- التفاؤل لغة:

التفاؤل من الفأل، وهو قول أو فعل يستبشر به، وتسهل الهمزة، فيقال: الفأل، وتفاءل بالشيء: تيمن به. قال ابن السكيت: الفأل أن يكون الرجل مريضاً فيسمع آخر يقول: يا سالم، أو يكون طالب ضالة فيسمع آخر يقول: يا واجد، فيقول: تفاءلت بكذا، ويتوجه له في ظنه كما سمع أنه سيبرأ من مرضه، أو سيجد ضالته. ويقال: لا فأل عليك: أي لا ضير عليك. ويستعمل في الخير والشر. والفأل ضد الطيرة، وتفاءل ضد تشاءم (ابن منظور، ١٩٩٨: ٣١٧). وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول (لا عدوى ولا طيرة وخيرها، الفأل) قيل: يا رسول الله وما الفأل؟ قال: الكلمة الصالحة يسمعها أحذكم (جامع السنة وشروحها، صحيح مسلم، رقم: ٤٢٤٠).

ب- التفاؤل اصطلاحاً:

عرف الدسوقي (١٩٨٨: ٩٢) التفاؤل بأنه ميل يحمل الشخص طبيعياً إلى الشعور بالسعادة الدائمة المتجددة، بحيث يعيش في أمل مستمر مهما كانت الظروف، ويتدرج من الرضا إلى الانشراح.

والتفاؤل عند مارشال وآخرون (١٩٩٢) استعداد شخصي للتوقع الإيجابي للأحداث يرجع إلى الاعتقاد بأن المستقبل عبارة عن مخزن الرغبات المطلوبة، بغض النظر عن قدرة الفرد على السيطرة عليها أو تحقيقها (Marshal et al، ١٩٩٢: ١٠٦٧).

وعرف (Scheier & Carver، ١٩٩٤) التفاؤل بأنه: النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة، والاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء، بدلاً من حدوث الجانب السيئ. كما أن التفاؤل استعداد يكمن داخل الفرد الواحد، يتركز في التوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية، أي توقع النتائج الإيجابية للأحداث القادمة.

وعرفه الأنصاري (١٩٩٨ : ٤٠) بأنه النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، واحتمال حدوث الخير في الأشياء بدلاً من حدوث الشر.

كما عرفت مايسة شكري (١٩٩٩) التفاؤل بأنه استعداد كامن داخل الفرد يحدد توقعاته الإيجابية العامة إزاء المستقبل، ويرتبط إيجابياً بالصحة النفسية والجسمية وحسن التكيف والشعور بالسعادة.

وعرفه عبد الخالق (٢٠٠٠ : ٢٨) بأنه نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح.

كما عرفته وجدان الحكاك (٢٠٠١ : ٩) بأنه نزعة منظمة لدى الفرد لتكوين توقعات مهمة لنتائج سارة في المجالات المهمة من حياته.

وعرف إسماعيل (٢٠٠١ : ٥١) التفاؤل أنه استعداد انفعالي ومعرفي معمم، ونزعة للاعتقاد أو للاستجابة انفعالياً تجاه الآخرين وتجاه المواقف والأحداث بطريقة إيجابية وواعده، وتوقع نتائج مستقبلية جيدة ونافعة.

وعرف مراد؛ ومحمد (٢٠٠١ : ١٥) التفاؤل بأنه استعداد انفعالي ومعرفي ونظرة للمستقبل أو المواقف والأحداث بطريقة إيجابية.

والتفاؤل كما حدده الدسوقي (٢٠٠٢) أنه استعداد أو توجه لدى الفرد يجعله يدرك بطريقة إيجابية، ومن ثم يكون توجهه إيجابياً نحو ذاته وحاضره ومستقبله.

كما عرف التفاؤل بأنه الشعور بالرضا والفرح والسرور ثم السعادة، وما ينعكس عنه من أثر إيجابي على كسب الإنسان وعلى عملة وتوجهه نحو فعل الخير (قضاة، ٢٠٠٣ : ٤١).

وعرف مخيمر؛ وعبد المعطي (٢٠٠٣ : ١٧) التفاؤل بأنه صفة تجعل للفرد توقعات وتوجهات إيجابية نحو الحياة بصفة عامة، يستبشر بالخير فيها، ويستمتع بالحاضر، ويحدوه الأمل في مستقبل أكثر إشراقاً.

وعرفت منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٤) التفاؤل بأنه: عملية نفسية إرادية تولد أفكاراً ومشاعر للرضا والتحمل والثقة بالنفس، وهو عكس التشاؤم الذي يميز الجوانب السلبية للأحداث فقط مما يستنزف طاقة المرء ويشعره بالضعف والنقص في نشاطه.

وعرف الأنصاري؛ وكاظم (٢٠٠٧ : ١٩) التفاؤل بأنه نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير، ويدنو من النجاح ويستبعد ما دون ذلك .

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرة تعليم جازان

وعرفه قاموس " اكسفورد " للغة الانجليزية: أنه تلك النزعة التي تنتظر إلى الجانب المشوق من الأوضاع وتوقع أفضل النتائج، والتفاؤل يشكل دافعية قوية كما يعتبر أحد أحجار زاوية النجاح والرقى (في حجازي، ٢٠١٢: ١١٤).

وعرفه (Ahmed، ٢٠١٢: ١٢١) على أنه: الأمل والثقة في المستقبل أو النتائج الناجحة في شيء ما، وهو الميل إلى تبني رؤية مفعمة بالأمل، والنظر إلى الجانب المستحب من الأحداث أو الظروف، وتوقع النتائج المستحبة.

وعرف عيد وآخرون (٢٠١٥: ٥٣٩) التفاؤل بأنه: توجهات الأفراد الإيجابية نحو المستقبل والرضا عن الحياة والإقبال عليها والرغبة في تحقيق الآمال والطموحات في المستقبل بالإضافة إلى رؤية الجانب المضيء من الحياة.

والتفاؤل عند سالي قاسم (٢٠١٧: ٢٢٩) هو تعامل الفرد مع المواقف والمشكلات والأحداث بإيجابية، ومعالجة المواقف بمرونة.

وعرف الشلاش (٢٠١٩: ١١٩) التفاؤل بأنه استعداد انفعالي ومعرفي معمم، ونزعة للاعتقاد أو الاستجابة انفعاليا تجاه الآخرين وتجاه المواقف وتجاه الأحداث بطريقة إيجابية، وتوقع نتائج مستقبلية جيدة ونافعة، والميل للاعتقاد بأن الأمور الطيبة ستحدث، وستكون مبهجة وسارة وستستمر لتسعده؛ بالإضافة إلى أن التفاؤل هو الشعور بالرضا والفرح والسرور والسعادة وما ينعكس عنه من أثر إيجابي على كسب الإنسان وعلى عمله وتوجهه نحو فعل الخير.

على الرغم من تعدد التعريفات التي تناولت مفهوم التفاؤل، وتعدد وجهات النظر بين من يعتبره حالة ومن يعتبره سمة، فإن جميع التعريفات اتفقت على أن الشخصية المتفائلة تعبر عن امتلاك الفرد لتوقعات إيجابية عامة نحو الأشياء التي تمر به، فالتفاؤل يعتبر بمثابة ميكانيزم نفسي يساعد على مقاومة الكآبة والفشل واليأس (عيد وآخرون، ٢٠١٥: ١٠٨).

يرى الباحث من خلال تعريفات التفاؤل أنها تؤكد على ارتباطها بالصحة النفسية والسعادة، والتكيف، والمثابرة والإنجاز، والنظرة الإيجابية للحياة، والثقة بالنفس، والرضا والأمل في مستقبل مشرق، وتوقع حدوث الخير.

- العوامل المؤثرة في التفاؤل:

اهتم الباحثين بالكشف عن هذه العوامل، ومن أهمها ما يلي (الأنصاري، ١٩٩٨: ١٥؛

القحطاني، ٢٠١٣: ٤٣):

أ- العوامل البيولوجية: وتتمثل في المحددات الجينية والاستعدادات الوراثية، وقد افترض بعض الباحثين أن لهذه العوامل دور في التفاوض لدى الفرد.

ب - العوامل الاجتماعية: وتتضمن عوامل التنشئة الاجتماعية التي تسهم في إكساب الفرد القيم والعادات والتقاليد والاتجاهات السائدة في مجتمعه، وتتمثل هذه العوامل في الأسرة وما يسودها من مناخ أسري يتوفر فيه الاستقرار والود والوثام والأمن، وما تستخدمه من أساليب لتربية الأبناء بطريقة تبتث الطمأنينة والأمن لديهم، والمدرسة بما فيها من خبرات تنعكس على شخصية الفرد، ووسائل الإعلام وما لها من تأثير بالغ في تشكيل الوجدان لدى الأفراد، ومدى صبغتها بالتفاوض خلال تناولها وتحليلها للأحداث والوقائع.

ج- العوامل الاقتصادية: تتفاوت المجتمعات الإنسانية في إضفاء صفة التفاوض على أفرادها وفقا لظروف كل مجتمع، فالمجتمعات التي تعاني من الفقر والجهل تحد من التفاوض لدى أفرادها أما المجتمعات التي تتيح لأبنائها الفرصة لإشباع الاحتياجات والرغبات الضرورية فإنها تساعد أبنائها على التفاوض.

- النظريات المفسرة للتفاوض:

من خلال النظريات التي فسرت التفاوض (نظرية التحليل النفسي - النظرية السلوكية - النظرية المعرفية - النظرية التفسيرية) يتضح وجود نقاط تشابه واختلاف بين هذه النظريات في تفسيرها للتفاوض، حيث أعاد فرويد التفاوض إلى المرحلة الفمية ، واعتبر أن الفرد المشبع إشباعا زائدا في تلك المرحلة يكون متفائلا والعكس بالنسبة للمتشائم (نجوى اليحفوفي، ٢٠٠٢: ١٣٢)، ويرى أصحاب النظرية السلوكية أن التفاوض كغيره من السلوكيات يمكن تعلمه من خلال الاقتران ، أو على أساس الفعل المنعكس الشرطي ، وأن التفاوض يمكن أن ينتشر من مكان إلى آخر بالتقليد والمحاكاة للآخرين (محيسن، ٢٠١٢: ٥٩) ، يرى اصحاب النظرية المعرفية أن المتفائل يميل للتركيز على المعلومات ذات العلاقة القوية للشخصية، فيكون أكثر اقتناعا بالرسائل الإيجابية المتعلقة بالشخصية، وأقل اقتناعا بالمعلومات السلبية ، وان اللغة والذاكرة والتفكير ترتبط بالتفاوض (في قرمية مشاشو، ٢٠١١: ٤٨). بينما يؤكد سليجمان وزملاؤه في النظرية التفسيرية على وجود مفهوم مهم وهو الأسلوب التفاوضي التشاؤمي والتفاوضي، ويتكون من ثلاثة أسس هي الاستمرارية، والتعميم، والتشخيص، وأن الشخص التشاؤمي الذي لديه هذا الأسلوب يستخدم هذه الأسس لتفسير الأحداث الغير سارة، وأما

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرة تعليم جازان

الشخص المتفائل فهو عكس المتشائم يفسر الأحداث السيئة والمزعجة بطريقة غير مباشرة، فتظهر في تفسيره للأحداث سمة التفاؤل (نشرة الصحة النفسية ، ٢٠٠٤ : ٢).

- أهمية التفاؤل:

أن التفاؤل يلعب دور كبير حيث يجعل الفرد يعتقد أن العواطف والمشاعر والحالة المزاجية السيئة يمكن تغييرها نحو الأفضل بأكثر من استراتيجية، مثل التفكير في أشياء جميلة وإيجابية، وتشتيت الانتباه بعيدا عن المشاعر السيئة، والتركيز على الجوانب الإيجابية (الشويقي ، ٢٠٠٨ : ٣٢٣) . وللتفاؤل درجة عالية من الأهمية في الحياة الإنسانية بشكل عام وفي الدراسات النفسية بشكل خاص، وترجع أهميته لارتباطه بالصحة النفسية للفرد، والسعادة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة، كما يرى هاسلتون أن التفاؤل أحد المتغيرات الإيجابية الفعالة لتقليل حدة الضغوط النفسية من خلال تنمية قدرات الفرد ونظرة للحياة، وإيجابيته في حل المشكلات الحياتية والأسرية، وإقامة علاقات اجتماعية ناجحة، ويقدر ما يتوافر للفرد من تفاؤل ونظرة إيجابية للحياة فإنه يتمتع بأساليب فعالة لمواجهة الضغوط النفسية، فالإنسان المتفائل يقوم بحماية نفسه وذاته من مشاعر الاكتئاب والحزن والقلق بسبب قدرته على التحكم في حالته المزاجية نتيجة ما يمتلكه من أفكار وتوقعات إيجابية (سالي قاسم، ٢٠١٧ : ٢٥٢).

ويرى الباحث أن أهمية التفاؤل بالنسبة للتلميذ تكمن في أن المتفائل يحمي نفسه من مشاعر الاكتئاب والحزن الشديد والقلق التي تنتسبب في عدم التكيف المدرسي ، وتكون تلك الحماية نتيجة لما يمتلكه من أفكار وتوقعات إيجابية لمستقبله الدراسي والمهني ، وذلك من خلال قدرته على التعامل مع المواقف والأحداث الضاغطة بإيجابية، ومعالجة المواقف والمعلومات المستجدة بمرونة، والتعامل والتفاعل مع مراحل الانتقال بفاعلية.

- صفات وملامح الشخصية المتفائلة:

أهم صفات وملامح الشخصية المتفائلة هي : (عبدالله، ٢٠١٣ : ٥٢)

١ - الملامح الجسمية: ظهور ملامح الاسترخاء على وجه وجسد الشخص المتفائل نتيجة خلوه من التوتر والقلق، وتمتعه بالثقة في حدوث الأفضل.

٢ - الملامح الوجدانية: يتسم الشخص المتفائل بالاتزان الانفعالي، والمتفائل لا يحزن أو يفرح لأسباب غامضة أو من غير باعث، كما أنه يرضى بالقليل، كما أنه يميل إلى الطمأنينة والبساطة والألوان الزاهية.

- ٣ - الملامح العقلية: يحاول المتفائل الوصول إلى المعلومات الصحيحة، ويميل إلى اتخاذ الموقف التقبلي، فهو ينظر إلى فكر الآخرين ويتقبله.
- ٤ - الملامح الكلامية: المتفائل دائم لذكر الأحداث والمواقف والقصص التي تشير إلى الرضا والانشراح والنجاح، ويستخدم الفاظ لها وقع مريح ومبشر بالخير، وينقل الأخبار السارة، وهو دائم الشكر لله تعالى على كل أحواله في الخير والشر.
- ٥ - الملامح الاجتماعية: يميل إلى الاطمئنان للناس، ولا يجد تعارضاً بين نجاحه ونجاح الآخرين، ويسهم في بناء الأجيال الجديدة على أمل أن ينبت الجيل الجديد على نحو أفضل.

دراسات وبحوث تناولت التفاؤل :

هدف بحث إيمان عبد الكريم؛ وريا الدوري (٢٠١٢) إلى بحث العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات بجامعة بغداد، العراق، وطبقت أدوات الدراسة على عينة عددها (٣١٩) طالبة، وتم استخدام مقياس التفاؤل ومقياس التوجه نحو الحياة، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة.

اهتم بحث (Hutz et al, ٢٠١٤) بفحص العلاقات المتبادلة بين كل من الأمل والتفاؤل وتقدير الذات والرفاهية النفسية وسمات الشخصية لدى عينة من الأمريكيين والبرازيليين، وتكونت العينة من (١٧٩) من الأمريكيين، و(٤٩٩) من البرازيليين، واستخدم مقياس الأمل، واختبار التوجه نحو الحياة المعدل، ومقياس تقدير الذات، وقائمة كوستا وماكرا لقياس سمات الشخصية الخمس الكبرى، وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين التفاؤل وتقدير الذات لدى الأمريكيين والبرازيليين.

قام عيد وآخرون (٢٠١٥) بإعداد مقياس للتفاؤل وحساب خصائصه السيكمومترية. تم تطبيق الصورة الأولية (٣٩) عبارة على عينة عددها (٥٠٠) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية جامعة طنطا، وإجراء التحليل العاملي أسفر عن الصورة النهائية للمقياس التفاؤل والمكونة من (٣٥) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هي: التوجه نحو المستقبل (١٣ عبارة)، تحقيق الآمال والطموحات والأهداف (١٤ عبارة)، والرضا عن الحياة (٨ عبارات).

هدف بحث علي (٢٠١٥) إلى فحص العلاقة بين كل من التفاؤل وتقدير الذات والصورة الإيجابية للجسم لدى طالبات الجامعة، تكونت العينة من (٢٢٥) طالبة بالفرقة الأولى بكلية الآداب جامعة حلوان. تم استخدام قائمة مقياس التفاؤل من إعداد (عبد الخالق؛ وأحمد، ١٩٩٦)

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرة تعليم جازان

ومقياس تقدير الذات (تعريب ممدوحة سلامة)، ومقياس تقدير الجسم تعريب الباحثة، توصلت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الصورة الإيجابية للجسم وكل من التفاؤل وتقدير الذات.

تناولت دراسة سالي قاسم (٢٠١٧) التفكير فوق المعرفي والعوامل الكبرى للشخصية والتفاؤل والتشاؤم كمنبئات بسمه ما وراء المزاج لدى طلاب الجامعة. طبقت ثلاثة مقاييس أحدهما لقياس التفكير فوق المعرفي، والثاني لقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية، والثالث لقياس التفاؤل والتشاؤم على عينة البحث المكونة من (٣٠٠) طالب وطالبة بكليات العلوم والآداب والمجتمع بجامعة الملك خالد، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين التفكير فوق المعرفي والتفاؤل، كما أمكن التنبؤ بسمه ما وراء المزاج من التفاؤل.

فحصت دراسة عشموي (٢٠١٨) العلاقة بين التفكير الإيجابي وكل من التفاؤل وتقدير الذات على عينة مكونة من (٥٦٠) من طلبة الجامعة بواقع (٣٠٠) طالب و (٢٦٠) طالبة، وطبق عليهم مقياس التفكير الإيجابي ومقياس التفاؤل ومقياس تقدير الذات، وتوصلت النتائج لوجود ارتباطات دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتفاؤل، وأن التفاؤل وتقدير الذات منبئين للتفكير الإيجابي.

تناولت دراسة محمدي (٢٠١٨) التفاؤل وعلاقته بجودة الحياة لدى طلاب السنة الثانية ثانوي وهدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التفاؤل وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي. والتعرف على الفروق بين الجنسين في التفاؤل وجودة الحياة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وطبق مقياس التفاؤل لأحمد عبد الخالق (١٩٩٦) ومقياس جودة الحياة لكاظم ومنسي (٢٠٠٦) على عينة (٣٠) طالب وطالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل وجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية ثانوي.

هدفت دراسة عبدالستار (٢٠١٨) إلى تنمية التفاؤل والأمل لدى طلاب الصف الأول الثانوي للتخفيف من الضغوط النفسية، تكونت العينة من (٦٠) طالب وطالبة من الصف الأول الثانوي بمحافظة الشرقية طبق عليهم مقياسي التفاؤل والأمل وبرنامج تدريبي (من إعداد الباحثة)، ومقياس الضغوط النفسية (من إعداد نايف فدعوس، ٢٠١٢) ماستمارة المستوى الاجتماعي الثقافي للأسرة (من إعداد عليا احمد، ١٩٩٨)، توصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج

التدريبي في تنمية التفاؤل والأمل ، وجود علاقة سالبة بين التفاؤل و الضغوط النفسية ، وعلاقة سالبة بين الأمل والضغوط النفسية .

قامت دراسة زقاوة وآخرون (٢٠٢٠) بالكشف عن العلاقة بين التفاؤل - التشاؤم والصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية (النوع - التخصص الاكاديمي) ، استخدم المنهج الوصفي ، وطبق القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم (احمد عبدالخالق ، ١٩٩٦) واستمارة الصحة النفسية (إعداد الباحثين) على عينة قوامها (٣٠٠) طالب وطالبة بجامعة وهران ٢ بالجزائر ، اظهرت النتائج مستوى متوسط للتفاؤل والصحة النفسية ، وجود علاقة موجبة بين التفاؤل والصحة النفسية ، وجود علاقة سالبة بين التشاؤم والصحة النفسية ، عدم وجود فروق دالة احصائيا تعزى للنوع والتخصص الاكاديمي .

هدفت دراسة عوض (٢٠٢١) إلى الكشف عن العلاقة بين التفاؤل الاكاديمي وكل من السعادة والرضا عن الدراسة لدى طلاب الثانوية العامة والفنية ، تكونت العينة من (٢٠٠) طالب وطالبة من الثانوية العامة والفنية ، طبق عليها مقياس التفاؤل الاكاديمي (اعداد الباحثة) ، مقياس السعادة النفسية (إعداد مجدي الدسوقي) ومقياس الرضا عن الدراسة (اعداد الباحثة) ، اظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين التفاؤل الاكاديمي والرضا عن الدراسة ، التنبؤ بالتفاؤل الاكاديمي من خلال درجات السعادة النفسية ، وجود فروق دالة احصائيا بين طلاب الثانوي العام والثانوي الفني في التفاؤل الاكاديمي .

تناولت دراسة السيد وآخرون (٢٠٢٢) العلاقة بين التفاؤل والشعور بالسعادة والتحصيل الاكاديمي لدى طالبات الجامعة ، استخدم المنهج الوصفي الارتباطي ، تكونت العينة من (١٨٠) طالبة بالفرقة الثالثة بكليات جامعة السويس من التخصصات العلمية والادبية ، طبق عليها مقياس التفاؤل والتشاؤم (إعداد العكاشي ، ٢٠١٥) ، مقياس الشعور بالسعادة (إعداد نصر الدين ، ٢٠٠٩) ، توصلت إلى وجود علاقة موجبة بين التفاؤل وكل من الشعور بالسعادة والتحصيل الدراسي .

ثانيا : التكيف المدرسي : School adjustment:

•مقدمة :

تري المدرسة الحديثة أن التكيف المدرسي: يتمثل في قدرة الطالب على تحقيق تكيف يتلاءم مع البيئة المدرسية، سواء كان هذا التكيف نفسيا أو دراسيا أو اجتماعيا، مما يساعده على تحقيق ذاته جسمانيا وعقلانيا واجتماعيا وعاطفيا (صقر، ١٩٩٥: ٨٣).

إن الجو المدرسي الذي يتسم بالتقبل وبتيح فرصا للتلاميذ لإشباع حاجاتهم وبالتفوق والنجاح، يزيدهم ثقة في أنفسهم ويوقظ فيهم الحماس والأمل، أما إذا اضطربت علاقة التلميذ بالآخرين من مدرسين وتلاميذ فإن ذلك يؤثر سلبا في تحصيل الطالب، وبمعنى آخر فإذا عجز الطالب عن التكيف مع عناصر المجال الدراسي يؤثر سلبا في تحصيله (القاضي، ٢٠٠٢: ٣١٥).

يواجه كثير من الطلاب مشكلات في التكيف خاصة الطلاب الذين ينتقلون من مرحلة إلى اخرى، حيث البيئة الثقافية والاجتماعية جديدة، ويرافقها العديد من الضغوطات، ومواقف متعددة تحتم على الطالب الوصول إلى تكيف مثالي (الرفوع ؛ القرارة ، ٢٠٠٤: ١١٩).

•مفهوم التكيف : Adaptation

يعتبر مفهوم التكيف من المفاهيم الهامة التي شاع استخدامها إلا أنه لم يستقر بعد على تعريف محدد له، فقد استخدم بمعان متعددة كالمواءمة في المجال البيولوجي، أو التوافق في مجال الصحة النفسية والعقلية، ويمكن القول أن هذا التعدد في هذا المفهوم يرجع إلى تباين فكر ورؤية البعض له مع زيادة وكثرة استخدامه في العديد من ميادين الفكر الانساني (مصطفى، ١٩٩٦: ٨٠).

التكيف اصطلاحا:

ويعرف بأنه فهم الإنسان لسلوكه وأفكاره ومشاعره بدرجة تسمح برسم استراتيجية لمواجهة ضغوط ومطالب الحياة اليومية (دعد الشيخ، ٢٠٠٢: ٦٣).

كما يعرف بأنه: مجموعة من الاستجابات وردود الأفعال التي يعدل بها الفرد سلوكه وتكوينه النفسي أو بيئته الخارجية لكي يحدث الانسجام المطلوب، بحيث يشبع حاجاته ويلبي متطلبات بيئته الاجتماعية والطبيعية (بترس، ٢٠٠٨: ١٠١).

ويشار إلى أن التكيف عند علماء الأحياء هو كل تغير يحدث في بنية الكائن الحي أو وظائفه يجعله أقدر على الاحتفاظ بحياته وتخليد نوعه، ومن الأمثلة على هذا التكيف البيولوجي دفاع الجسم عن نفسه إن اقتحمه شيء غريب، وقيام بعض مناطق المخ السليمة بوظائف مناطق أخرى أصابها التلف (الديب، ٢٠٠٠: ٣٠).

- مفهوم التكيف المدرسي: *Adaptation Scolaire*

ينجم التكيف المدرسي لدى الطالب عن تفاعله مع المواقف التربوية، وهو محصلة لتفاعل عدد من العوامل منها: ميوله، ونضج أهدافه، واتجاهاته نحو النظام المدرسي، واتجاهاته نحو المواد الدراسية، وعلاقته برفقائه ومعلميه، ومستوى طموحه. ولا يقاس تكيف الطالب بمدى خلوه من المشكلات بل بقدرته على مواجهة هذه المشكلات، وحلها حلولاً إيجابية تساعد على تكيفه مع نفسه ومحيطه المدرسي (جبريل، ١٩٨٣: ٨٩).

يعرف التكيف المدرسي بأنه تكيف الطالب مع أجواء المدرسة التي ينتمي إليها لأول مرة، بحيث يتألف مع نظامها الداخلي وشروط التعليم فيها وما تحتويه من وسائل وأدوات وأجهزة تعليمية، فيضطر إلى تغيير الكثير من عاداته واتجاهاته لكي يتلائم مع البيئة المدرسية الجديدة (عبدالرحمن، ١٩٩٨: ٣٤). ولقد عرف بأنه تلاؤم الطالب مع ما تتطلبه المؤسسة التربوية من استعداد لتقبل الاتجاهات والقيم والمعارف التي تعمل على تطويرها لدى الطلاب (بن دانية؛ والشيخ، ١٩٩٨: ٢٠٤). كما عرف التكيف المدرسي بأنه المخرجات المرتبطة مع متطلبات التكيف مع البيئة المدرسية، أي أن التكيف المدرسي يشمل الاتجاهات نحو المدرسة، ويتأثر هذا التكيف بخصائص الطالب وإيجابية وعلاقاته الإيجابية والسلبية مع الأقران، وأن التكيف المدرسي هو نتاج تفاعل هذه العوامل المتعددة (جيهان مطر؛ ورفعة الزعبي، ٢٠٠٩: ٥٣).

يتضح لنا أن مفهوم التكيف المدرسي يتراوح بين نظرتين للتكيف، النظرة الأولى: للتربية التقليدية التي ترى أن التلميذ يفترض عليه أن يتلاءم مع بيئته المدرسية مهما كلفه الأمر، فإما أن يعتاد العمل مع الجو المدرسي، أو أن يستسلم للكسل والخمول، أما النظرة الثانية: فهي للتربية الحديثة والتي تعني تهيئة البيئة والوسط الاجتماعي المدرسي المناسب للتلميذ من أجل إدماجه في الجماعة المدرسية بصفة سليمة وتجعل منه عنصراً فاعلاً، وهي التربية السليمة والمجدية في عصرنا الحديث.

• النظريات المفسرة للتكيف:

سيتم تناول (نظرية التحليل النفسي، النظرية السلوكية، النظرية الإنسانية): ترى نظرية التحليل النفسي أن التكيف الشخصي للفرد هو الذي يتم عن طريق إشباع الغرائز والرغبات البيولوجية بطريقة مقبولة اجتماعيا، ويتم التكيف وفق مبدأ الواقع الذي يحقق التوازن بين متطلبات وتحذيرات الأنا الأعلى، أي حل الصراع ما بين الأنا والأنا الأعلى والهو (حسيب، ٢٠٠٦: ٢٣) ، ومؤسس هذه النظرية فرويد ، وأدler وكارل يونغ، حيث يرى فرويد أن: التكيف الشخصي هو عملية لا شعورية، أي أن الأفراد لا يعون الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، والشخص المتكيف هو الذي يشبع رغباته الضرورية للهو بطريقة مقبولة اجتماعيا، وأن الذهان والعصاب ما هما إلا شكل من أشكال سوء التكيف (طبيبي، ٢٠١٣: ٢٠٨).

أما النظرية السلوكية فتري أن التكيف وسوء التكيف هما عمليات متعلمة أو مكتسبة من خلال خبرات الفرد أي أن سوء التكيف يرجع إلى تعلم خاطئ تم تنميته عن طريق التعزيز، ويمكن لنا أن نغيره عن طريق إطفائه وإبداله بسلوك تكيفي سليم عن طريق التدعيم (عبد اللطيف؛ وعوض، ٢٠١١: ٨٨؛ حسيب، ٢٠٠٦: ٢٤) ،ومن رواد هذه النظرية (واطسون ويولمان)، حيث يرى واطسون أن التكيف لا ينمو عن طريق الجهد الشخصي الشعوري فحسب ولكنه يتشكل بطريقة آلية نتيجة تلميحات وإثباتها. أما يولمان فيرى: أن الأفراد الذين يجدون علاقاتهم مع الآخرين غير مثابة أو لا تعود عليهم بالإثابة فإنهم ينسلخون عن الآخرين ويبدون اهتماما أقل بالتلميحات الاجتماعية (طبيبي، ٢٠١٣: ٢٠٩).

بينما ترى النظرية الإنسانية أن التكيف يتم عندما يستطيع الفرد أن يشبع حاجاته الفسيولوجية، والحاجة إلى الأمن والحاجة إلى الحب والانتماء والتقدير وتحقيق الذات (حسيب، ٢٠٠٦: ٢٤) ، ومن رواد هذه النظرية كارل روجرز الذي يرى: أن معايير التكيف تتحقق في ثلاث نقاط هي: الإحساس بالحرية، والانفتاح على الخبرة، والثقة بالمشاعر الذاتية (عبد اللطيف؛ وعوض، ٢٠١١: ٨٩) ، وماسلو الذي يرى أن التكيف يتحقق بإشباع حاجات الفرد البيولوجية والاجتماعية والنفسية ، كما أكد على ضرورة تحقيق الذات (العبيدي، ٢٠٠٣: ٢٥).

- أنواع التكيف:

أ- التكيف المدرسي: يعتبر التكيف المدرسي نتاج أساسي لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية، وتعد عملية التفاعل الأكاديمي محصلة لتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية والتحصيلية، وميول الفرد التربوية واتجاهاته نحو النظام المدرسي، وحالته النفسية وظروفه الأسرية بشكل عام (صابر، ١٩٧٩: ٨). ويعتمد التكيف المدرسي على قدرة الفرد على تحقيق حاجاته الاجتماعية من خلال علاقاته مع زملائه ومدرسيه ومع المدرسة وإداراتها، ومن خلال مساهمته في ألوان النشاط الاجتماعي المدرسي بشكل يؤثر في صحته النفسية وفي تكامله الاجتماعي (المنيزل؛ وسعاد عبداللات، ١٩٩٥: ١٩).

ب- التكيف الذاتي: قدرة الفرد على التوفيق والموازنة بين رغباته ودوافعه وأهدافه وما ينتج عنها من صراعات، وبما يحقق موازنة ناجحة تجعله راضياً عن نفسه ومحيطه (الديب، ٢٠٠٠: ٣٨).

ج- التكيف الاجتماعي: يقصد به قدرة الفرد على التكيف مع بيئته الخارجية من أهل وأصدقاء وأبناء وطن، وبكل ما يحيط به من عوامل كالطقس، ووسائل مواصلات، وأجهزة وآلات، وقيم وعادات وتقاليده، ودين وعلاقات اجتماعية، ونظم سياسية وتعليمية واقتصادية. والجدير بالذكر أن البيئة الخارجية بيئة متغيرة من حين لآخر، الأمر الذي يخلق لدى الفرد القلق والصراع ويدفع به إلى تغيير سلوكه لهذه التغيرات، فإذا استطاع ذلك أحس بالسعادة وإذا فشل شعر بالإحباط، لذلك فإن التكيف الاجتماعي يتمثل في سعي الفرد وقدرته على تكوين علاقات اجتماعية سليمة مرضية له ولأبناء مجتمعه (عبد العزيز؛ وعطيوي، ٢٠٠٤: ٢٣٠). وترى حفصة بريقلي (٢٠١٦: ١٧) أن التكيف الاجتماعي يعكس مدى الثقة والاحترام المتبادل بين الطلاب وبين المدرسين والزملاء. ويشير إلى مدى تخطيط الطالب لأهدافه الحياتية بشكل صحيح ومدى سعيه لتحقيق هذه الأهداف، وقدرة الطالب على التعامل مع زملائه ومدرسيه واتجاهاته نحوهم.

د - التكيف النفسي:

يلجأ الفرد للتكيف النفسي إذا ما شعر باختلال توازنه النفسي، إما لعدم إشباع حاجاته أو تحقيق أهدافه، بهدف إعادة التوازن المفقود إلى ما كان عليه حاله من قبل، وتتم عملية التكيف النفسي في مراحل منها وجود دافع يدفع الإنسان إلى هدف خاص يسعى إليه، ومرحلة وجود

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرة تعليم جازان

يمنعه من الوصول إلى تحقيق ذلك الهدف، ومرحلة قيامه بمحاولات للتغلب على العوائق، ومن ثم مرحلة الوصول إلى الهدف، فإذا نجح في ذلك فإنه سيصل إلى الرضا، أما إذا لم يستطع ذلك فإنه سوف يلجأ إلى آليات الدفاع مثل أحلام اليقظة، أو إلى تعاطي المخدرات أو الكحول. إن السعادة تتبع من داخل الفرد ثم تنعكس على بيئته الخارجية (عبدالعزیز؛ وعطيوي، ٢٠٠٤: ٢٣١).

فالتكيف من وجهة نظر التحليل النفسي يعني الالتزام والبحث عن منافذ لضغوطنا الداخلية، فهي التي تهيئ لنا إشباع حاجاتنا الضرورية وتجنب عقاب المجتمع أو إدانة الذات، في حين يتضمن التكيف من وجهة نظر السلوكيين استجابات مكتسبة من خلال الخبرة التي يتعرض لها الفرد، والتي تؤهله للحصول على توقعات منطقية وعلى الإثابة، فترتبط سلوك ما من شأنه أن يتحول إلى عادة (مايسة النبال، ٢٠٠٢: ١٤١).

- العوامل المؤثرة في التكيف المدرسي:

١ - العوامل الذاتية:

وهذه العوامل تتعلق بالطالب نفسه، وتشمل الجانب النفسي والجسمي، فالحالة النفسية للطالب من شعور بالنقص تؤثر على علاقته بإخوانه في البيت وزملائه في المدرسة، مما يحد من تركيزه وتأثر في صحته، وبالتالي تأثر في تكيفه في المدرسة، فالصحة المعتلة تضطر الطالب إلى إكثار التغيب عن المدرسة أو إهمال الواجبات المدرسية، فيهبط مستواه الدراسي، كذلك يؤثر ضعف البصر أو السمع في قدرة الطالب على متابعة الدروس والاستفادة منها، وهناك أيضا العيوب الجسمية كالتطرف في الطول أو القصر أو النحافة أو البدانة أو العاهات الجسمية، كلها قد تؤثر فيما يصبو إليه الطالب من احترام أو تعاون مع الأقران في العمل أو اللعب، لذلك تعنى المدرسة الحديثة برعاية الصحة لما لها من دور وتأثير في التكيف عموما والمدرسي خصوصا (سلوى الصديق، ٢٠٠٢: ١٢٠).

٢- العوامل التربوية: وتتمثل في القيادة المدرسية، والتنظيم التربوي، وعلاقة المعلم بالتلاميذ، المقررات الدراسية وطرق التدريس، والعلاقات بين التلاميذ - خصائص التكيف المدرسي:

توجد عدة خصائص تميز الطالب المتكيف أهمها (نادية شرادي، ١٩٩٧: ٣١؛ زهران، ٢٠٠١: ١٣):

١- **التوافق:** ويتمثل في ذلك التوافق الشخصي ويتضمن الرضا والتوافق الاجتماعي، ويشمل التوافق الأسري والمدرسي والتوافق المهني.

٢- **الشعور بالسعادة مع الذات والآخرين:** ودلائل ذلك الشعور بالسعادة والراحة النفسية .

٣- **تحقيق الذات:** يتمثل ذلك في فهم النفس والتقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانات والطاقت، وتقبل نواحي القصور وتقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات الموضوعية، وتمثل مبدأ الفروق الفردية ووضع أهداف الطموح.

٤- **مواجهة مطالب الحياة:** ودلائل ذلك النظرة السليمة الموضوعية للحياة ومطالبها ومشكلاتها اليومية، والإيجابية في مواجهة الواقع والقدرة على مواجهة إحباط الحياة اليومية، وبذل الجهود من أجل التغلب على مشكلات الحياة وحلها وتقدير وتحمل المسؤوليات الاجتماعية، وتحمل السلوك والسيطرة على الظروف البيئية كلما أمكن (زهران، ١٩٩٨: ١٣).

- **متطلبات التكيف المدرسي :**

إن المتطلبات الضرورية لتحقيق التكيف المدرسي هي متطلبات بيئية، ومتطلبات اجتماعية، ومتطلبات نفسية، ومتطلبات دراسية، ويمكن تناولها كالتالي (أمينة رزق، ٢٠٠٨: ١٧؛ نوال عطية، ٢٠٠١: ٢٤؛ راشد، ٢٠١١: ٧٠٨):

١- **متطلبات بيئية:** ويقصد بها كل المتطلبات التي يصادفها التلميذ في وسطه المدرسي والتي لا بد له من التعرف عليها، وهي المهام والالتزامات والحقوق نحو النشاطات المدرسية ومرافقها لضبط سلوكه وضمان النظام فيها.

٢- **متطلبات اجتماعية:** يعيش التلميذ في وسط العلاقات الاجتماعية والإنسانية التي تساهم في تكوين شخصيته معرفيا وانفعاليا وشخصيا واجتماعيا، وتكون هذه العلاقات منحصرة بين التلميذ وزملائه ومعلميه والطاقت الإداري، ولتحقيق التكيف مع هذا المطلب لا بد أن تتوفر في هذه العلاقات عنصر المحبة والتقدير والاحترام، والمشاركة والأمن والطمأنينة.

٣- **متطلبات نفسية:** ويرتكز هذا المطلب على المجال الشخصي بحيث يجب أن يكون التلميذ راض عن نفسه وعن حياته، وخلوه من الصراعات النفسية التي تسبب مشاعر القلق والضيق والشعور بالأمن النفسي.

٤- **متطلبات دراسية:** تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة تغيرات نفسية وفسولوجية تطرأ على التلميذ قد ينجم عنها عدة مشكلات، ومن بين أهم التغيرات نجد التغيرات المعرفية حيث أنه يعتبر في

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

مرحلة متطورة جدا من التفكير المنطقي والنضج، لذا فهو يحتاج إلى إشباع حاجاته المعرفية، ولذا يجب أن تعمل المدارس على توفير هذا المطلب من خلال إكساب أساليب تعلم جديدة تتوافق مع ميوله ورغباته وطموحاته، والتي من شأنها أن تزيد في دافعيته نحو تحقيق النجاح الدراسي.

- أبعاد التكيف المدرسي:

التكيف المدرسي من حيث أبعاده ومجالاته المتنوعة هي (عوض، ١٩٨٨: ٣٩: فهمي، ١٩٩٠: ٥٣؛ بطرس، ٢٠٠٨: ١٠٣):

١- **البعد النفسي:** ويشمل السعادة والرضا عن إشباع الدوافع الأولية: الجوع، العطش، والراحة؛ والثانوية المكتسبة: الأمن، الحب، التقدير والاستقلال وانسجامها وحل صراعاتها، وتناسب قدرات الفرد إمكانياته مع مستوى طموحه وأهدافه.

٢- **البعد الاجتماعي:** أما البعد الاجتماعي فيرى أن قدرة الطالب على تحقيق التلاؤم بينه وبين معلميه وزملائه، إنما يساعد على توافقه الذاتي وسماته.

٣- **البعد العقلي (المعرفي):** ويقصد بالبعد العقلي كل من الإدراك الحسي والتذكر والتفكير والذكاء، وكذا الاستعداد لتقبل المواد الدراسية، أو قدرة الطالب على تنظيم وقته والتوفيق بين أوقات الدراسة والذاكرة والترفيه.

دراسات وبحوث تناولت التكيف المدرسي :

هدفت بحث الرفوع؛ والقرارة (٢٠٠٣) إلى الكشف عن العلاقة بين التكيف والتحصيل الدراسي لدى طالبات تربية الطفل في كلية الطفلة بجامعة البلقاء التطبيقية بالأردن، وتكونت العينة من (١٨٠) طالبة، طبق عليهن مقياس التكيف للحياة الجامعية بعد تطويره من قبل الباحثين، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين التكيف للحياة الجامعية والتحصيل الدراسي. قامت أماني الناصر (٢٠٠٦) بدراسة التكيف المدرسي بين المتفوقين والمتأخرين تحصيليا في مادة اللغة الفرنسية والتحصيل الدراسي العام، وتكونت العينة من السنة الثانية والثالثة ثانوي. تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، تمثلت أدوات الدراسة في استمارة بيانات أولية والمجموع العام للفصل الدراسي ومقياس للتكيف المدرسي، وتوصلت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة البحث على مقياس التكيف المدرسي العام

والخاص لصالح الإناث، وكذلك وجدت بأن طلبة الصف الثالث ثانوي أكثر تكيفا دراسيا على مقياس التكيف المدرسي من طلبة الصف الثاني ثانوي.

تناولت دراسة رنذة الجبوسي (٢٠٠٨) التكيف المدرسي عند الطالبات المتأخرات والمتفوقات تحصيليا، وتكونت عينة الدراسة من طالبات الصف الثاني والثالث الابتدائي المسجلين في المدارس الرسمية لمدينة الزرقاء لواء الرصيفة، الأردن، للعام الدراسي (٢٠٠٧/٢٠٠٨) من مدرسة حليلة السعدية وعددهم (٦٠) طالبة، وتوصلت النتائج إلى أن الطالبات المتفوقات أكثر تكيفا دراسيا من الطالبات المتأخرات دراسيا، وأن طالبات الصف الثالث الإبتدائي أكثر تكيفا دراسيا من طالبات الصف الثاني.

هدفت بحث (Ram Mrichenane, ٢٠٠٨) إلى الكشف عن أساليب التفكير والتكيف المدرسي عند طلاب المدارس الثانوية في كيرلا، الهند، تكونت العينة من (٤٨٦) طال وطالبة من المدارس الثانوية الذين يدرسون في المدارس الحكومية في المدينة والريف، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الأدوات التالية في الدراسة: بطارية أساليب التفكير (TSTB)) واستمارة للتكيف المدرسي، وتوصلت النتائج إلى أن الغالبية العظمى من العينة متكيفون مع البيئة المدرسية، وأن الذكور أفضل تكيفا من الإناث.

تناول بحث مطر؛ والزعيبي (٢٠٠٩) الكشف عن العلاقة بين التكيف المدرسي والذكاء الانفعالي لدى عينة من طلبة الصف السابع في المدارس الخاصة، حيث تكونت العينة من (٤٣٤) طالبا وطالبة. استخدمت الدراسة قائمة بار- وون لقياس الذكاء الانفعالي ومقياس "الكر وماكوفيل" للكفاية الاجتماعية والتكيف المدرسي، ولقد أظهرت النتائج على أنه لا توجد آثار دالة إحصائية لكل من بعد (المهارات الشخصية، وإدارة الضغوط) والدرجة الكلية للذكاء الانفعالي، وبين التكيف المدرسي للطلبة، كما أظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية قوية بين التحصيل الأكاديمي والتكيف المدرسي.

هدفت بحث القصاص (٢٠١٣) إلى قياس تأثير برنامج تدريبي في تطوير مشاركة أولياء الأمور في العملية التربوية وأثر ذلك على مستوى التكيف المدرسي والتحصيل الدراسي ، وتمّ تصميم مقياس لمستوى مشاركة أولياء الأمور في العملية التربوية، كما تم استخدام مقياس للتكيف المدرسي واستمارة للتحصيل الدراسي. تكونت العينة من (٣٠) طالبا و (٣٠) ولي أمر من آباء الطلاب المتفوقين في الصف الثامن الأساسي) تمّ اختيارهم بالطريقة القصدية،

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

ووزعوا عشوائيا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة تضم كل منهما نصف العدد، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين أبناء وأولياء الأمور في المجموعة التجريبية وأبناء وأولياء الأمور في المجموعة الضابطة على مستوى التكيف المدرسي لصالح أبناء وأولياء الأمور المجموعة التجريبية.

تناولت دراسة نصيرة دبي (٢٠١٧) الكشف عن العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الثاني ثانوي، وقد شملت عينة الدراسة (٩٣) طالبا وطالبة. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتم تطبيق مقياسين أحدهما للكفاءة الذاتية إعداد (العدل، ٢٠٠١)، ومن أبعاده فاعلية الذات، والثاني للتكيف المدرسي إعداد (بن عائشة، ٢٠١٥)، وتوصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائية بين التكيف المدرسي والكفاءة الذاتية لدى طلاب الصف الثاني ثانوي، وإمكانية التنبؤ بالتكيف المدرسي من خلال الكفاءة الذاتية. هدف بحث زيادة (٢٠١٩) إلى التعرف على مستوى التكيف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية (المتوسطة) ، ولتحقيق هدف البحث تم إعداد مقياس مكون من (١٠) فقرات، وبعد التأكد من صدقه وثباته تم تطبيقه على عينة البحث من ثلاث مدارس بالمرحلة الاعدادية بليبيا خلال العام الدراسي ٢٠١٨م ، وأظهر البحث انخفاض مستوى التكيف المدرسي ، وجود فروق في مستوى التكيف المدرسي بين التلاميذ حسب متغير السنة الدراسية (الأولى - الثالثة) لصالح تلاميذ السنة الثالثة إعدادي، كما أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى التكيف المدرسي بين التلاميذ حسب متغير النوع لصالح عينة الاناث .

تناول بحث يونس وعيروج (٢٠٢٠) العلاقة بين التكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى تلاميذ الصف الأول المتوسط ، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي ، وتكونت العينة من (٥٨) تلميذ وتلميذة طبق عليهم مقياس التكيف المدرسي (فيصل ، ١٩٧٨) ، ومقياس دافعية الانجاز (بريكة ، ٢٠٠٧) ، وتحليل البيانات تم التوصل إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى تلاميذ الصف الأول المتوسط . وهناك بعض البحوث تناولت التفاؤل والتكيف سواء التكيف المدرسي في المرحلة المتوسطة أو المرحلة الثانوية أو التكيف الأكاديمي بالمرحلة الجامعية أو التكيف مع الحياة الجامعية نعرض منها :

اهتم بحث **Perera & McIlveen** (٢٠١٤) بالكشف عن دور التفاؤل ومجابهة المشاركة في التكيف للحياة الجامعية، أجريت الدراسة على عينة (٢٣٦) من الطلاب الجامعيين الوافدين، استخدمت لجمع وتحليل البيانات مقاييس للتفاؤل والتكيف للحياة الجامعية، وللمعالجة الإحصائية تم استخدام نموذج المعادلة البنائية، أشارت النتائج أن التفاؤل منبئ مباشر باستخدام مجابهة المشاركة، والتكيف النفسي الأفضل للانتقال إلى الجامعة، كما أن مجابهة المشاركة تتوسط العلاقة بين التفاؤل والتكيف النفسي والأكاديمي.

تناول بحث **Stephen et al** (٢٠١٥) تأثيرات التفاؤل وفاعلية الذات والاكنتاب والقلق على أحداث الحياة الضاغطة والتكيف مع الحياة الجامعية، طبقت الدراسة على (٨٤) طالب وطالبة في السنة الأولى من جامعة كوينزلاند للتكنولوجيا (٦٠ من الإناث، ٢٤ من الذكور) الذين دخلوا الجامعة مباشرة من المدرسة الثانوية، أكمل المشاركون استبياننا يقيم مستويات متغيرات الدراسة. تم استخدام معاملات ارتباط بيرسون وتحليل الانحدار للمعالجة الإحصائية للبيانات. أشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين التفاؤل والاكنتاب والقلق والمستوى المدرك من الضغوط لدى الطلاب، وعلاوة على ذلك تبين وجود علاقة دالة بين فاعلية الذات والاكنتاب والتكيف مع الحياة الجامعية.

هدف بحث زاهية ضيفي (٢٠١٧) إلى الكشف عن العلاقة القائمة بين التفاؤل والتشاؤم والتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من جامعة زيان عاشور، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي لجمع وتحليل البيانات. تم تطبيق مقياس التفاؤل والتشاؤم إعداد (عبدالخالق؛ وأحمد، ١٩٩٦) ومقياس التكيف الأكاديمي ويضم ثلاث أبعاد) التكيف مع المنهاج، نضج الأهداف ومستوى الطموح، العلاقات الشخصية مع الأساتذة والطلبة)، وظهرت النتائج وجود علاقة بين التفاؤل والتكيف الأكاديمي، وجود علاقة ارتباطية بين التشاؤم والتكيف الأكاديمي، وأنه يمكن التنبؤ بالتكيف الأكاديمي من خلال التفاؤل.

تناول بحث العتيبي والقصاص (٢٠١٩) الكشف عن درجة التفاعل الصفي وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى الطلاب الموهوبين بالمرحلة المتوسطة والثانوية بمنطقة الطائف، استخدم المنهج الوصفي، تكونت العينة من (١٢٠) تلميذ بالمرحلة المتوسطة، وعدد (٦٠) طالب بالمرحلة الثانوية اختيروا بطريقة عشوائية، طبق عليهم مقياسي التكيف المدرسي والتفاعل الصفي،

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

وبتحليل البيانات تم التوصل إلى درجة مرتفعة من التكيف المدرسي ، وجود ارتباط موجب بين التفاعل الصفي والتكيف المدرسي ، عدم وجود فروق دالة احصائيا بين بين المرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية في التكيف المدرسي .

تناولت دراسة شاهين (٢٠٢١) التكيف الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول الالكتروني بسبب جائحة كورونا ، طبق مقاييس التكيف الاكاديمي والتفاؤل والتشاؤم على عينة قوماها (٢١٠) من طلبة الدراسات العليا ، توصلت النتائج إلى ان مستوى التفاؤل مرتفع بينما مستوى التشاؤم متوسط ، وجود علاقة دالة احصائيا بين التكيف الاكاديمي وكل من التفاؤل والتشاؤم ، وجود أثر دال احصائيا للتكيف الاكاديمي في التنبؤ بالتفاؤل .
التعقيب على الدراسات والبحوث السابقة:

توصل بحث عبدالكريم والدوري (٢٠١٢) لوجود علاقة موجبة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة ، ووضحت دراسة (Perera & Mcliveen، ٢٠١٤) دور التفاؤل في التكيف مع الحياة الجامعية، بينما اظهر بحث (Stephen et al، ٢٠١٥) تأثير التفاؤل على أحداث الحياة الضاغطة والتكيف مع الحياة الجامعية ، وكشف بحث زاهية ضيفي (٢٠١٧) عن العلاقة القائمة بين التفاؤل والتشاؤم والتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ، وظهر بحث محمدي (٢٠١٨) علاقة موجبة بين التفاؤل وجودة الحياة لدى طلاب الثانوي ، بينما توصل بحث زيادة (٢٠١٩) لانخفاض مستوى التكيف المدرسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية (المتوسطة) بليبيا، وظهر بحث العتيبي والقصاص ارتباط مرتفع بين التفاعل الصفي والتكيف المدرسي وان مستوى التكيف المدرسي مرتفع ، ووجد بحث زقاوة وآخرون علاقة موجبة بين التفاؤل والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة وان مستوى التفاؤل متوسط ، وظهر بحث عوض (٢٠٢١) وجود علاقة موجبة بين بين التفاؤل الاكاديمي والرضا عن الدراسة ، وتوصل بحث يونسى وعيروج (٢٠٢١) إلى علاقة موجبة بين التكيف المدرسي ودافعية الانجاز لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، ووجد بحث شاهين (٢٠٢١) علاقة موجبة بين التكيف الاكاديمي والتفاؤل لدى طلبة الدراسات العليا وان مستوى التفاؤل مرتفعا ، وظهر بحث السيد وآخرون (٢٠٢٢) علاقة موجبة بين التفاؤل وكل من الشعور بالسعادة والتحصيل الدراسي لدى طالبات الجامعة . وعلى الرغم من اجراء الدراسات والبحوث السابقة في بيانات

مختلفة وعلى مراحل دراسية مختلفة إلا ان الباحث قد استفاد من هذه الدراسات والبحوث في اشتقاق فروض البحث ، حيث وجدت هذه الدراسات والبحوث علاقة موجبة بين التفاوض والتكيف سواء التكيف المدرسي أوالأكاديمي أو التكيف مع الحياة الجامعية ، كما انه وجد اختلاف فيم بينها في مستوى التفاوض والتكيف المدرسي ، وبناء عليه تم صياغة فروض البحث الحالي، كما استفاد منها ايضا في تحديد منهج البحث المستخدم، وفي اختيار العينة، وفي إعداد الأدوات ، وفي اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة ، وفي تفسيرالنتائج.

فروض البحث:

١. يوجد مستوى متوسط من التفاوض لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان.
 ٢. يوجد مستوى مرتفع من التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان.
 ٣. توجد علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين التفاوض (الأبعاد والدرجة الكلية) والتكيف المدرسي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان.
 - ٤- لا يُمكن التنبؤ بدرجة التكيف المدرسي من درجة التفاوض لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان.
- المنهجية والإجراءات:

• منهج البحث:

المنهج المستخدم في هذا البحث هو المنهج الوصفي الارتباطي .

• العينة :

١- مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من جميع طلاب الصف الأول المتوسط في مدارس مكاتب التعليم في إدارة تعليم جازان بنين (وسط جيزان، أبو عريش، صامطة، المسارحة والحرث، العارضة) للعام الدراسي ١٤٤٥ هـ ، والجدول رقم (١) يوضح اسماء مكاتب التعليم وعدد الفصول والتلاميذ في كل مكتب .

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

جدول رقم (١) أعداد مجتمع البحث وتوزيعها على مكاتب التعليم

م	مكتب التعليم	عدد الفصول	عدد التلاميذ
1	وسط حيزان	61	1838
2	أبوعريش	63	1892
3	صامطة	70	2094
4	أحد المسارحة والحرث	54	1591
5	العارضة	40	1173
	المجموع	288	8588

المصدر: الإدارة العامة للتعليم بمنطقة جازان (١٤٤٥هـ)

٢- عينة الخصائص السيكومترية:

لحساب الخصائص السيكومترية لمقياسي التفاؤل والتكيف المدرسي اختيرت عينة استطلاعية من ثلاثة مكاتب تعليم من مجتمع البحث ، وقد عي شرطي التمثيل والعشوائية في الاختيار ويوضح الجدول رقم (٢) أعداد العينة الاستطلاعية وتوزيعها على مكاتب التعليم.

جدول رقم (٢) العينة الاستطلاعية وتوزيعها على مكاتب التعليم

م	مكتب التعليم	عدد الفصول	عدد التلاميذ
1	وسط حيزان	1	30
2	أبوعريش	1	30
3	صامطة	2	40
	المجموع		100

٤. العينة الأساسية:

تم تطبيق معادلة مدخل رابطة التربية الامريكية (معادلة كيرجسي ومورجان ، ١٩٧٠) (حسن ، ٢٠١١ : ٥٣٢ - ٥٣٥) ، على العدد الكلي لمجتمع العينة (٨٥٨٨) طالبا بالصف الأول المتوسط ، وامكن تحديد حجم العينة الأساسية المناسب والذي يمثل مجتمع البحث تمثيلا تاما عند مستوى ثقة ٩٥ ، ، وبلغ حجم العينة المحسوب بهذه المعادلة (٣٦٨) طالبا . وراى الباحث زيادة عدد العينة إلى (٤٥٠) طالبا تحسبا لاستبعاد أي استمارات غير مكتملة الاجابة عليها ، وبعد فرز الاستمارات بعد التطبيق تبين استبعاد عدد (١٨) استمارة لعدم استكمال الاجابات والبيانات ، وبذلك يكون عدد العينة النهائي والأساسية (٤٣٢) طالبا بالصف الأول المتوسط ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية من جميع مكاتب التعليم التابعة للإدارة العامة للتعليم بمنطقة جازان ، والجدول رقم (٣) يوضح ذلك .

جدول رقم (٣) يوضح المكاتب وعدد المدارس وعدد الفصول المختارة وعدد الطلاب المستهدفين

م	مكتب التعليم	عدد الفصول	عدد الفصول المختارة	عدد الطلاب المستهدفين
1	وسط جازان	61	3	85
2	أبو عريش	63	3	92
3	صامطة	70	4	115
4	المسارحة والحرث	54	3	80
5	العارضه	40	2	60
	المجموع	288	15	432

• أدوات البحث:

مقياس التفاؤل: (إعداد الباحث).

تم إعداد مقياس التفاؤل لطلاب المرحلة المتوسطة وفق الخطوات التالية:

١- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة والمقاييس الخاصة بالتفاؤل منها (عبدالخالق؛ وأحمد، ١٩٩٦؛ الأنصاري، ١٩٩٨؛ الدسوقي، ٢٠٠٢؛ نوال حسن، ٢٠٠٨؛ إيمان عبدالكريم؛ وريا الدوري، ٢٠١٢؛ نتيل، ٢٠١٣؛ عيد وآخرون، ٢٠١٥؛ سارة عشعش، ٢٠١٧؛ عبدالستار، ٢٠١٨؛ شاهين، ٢٠٢١؛ احمد والخصوي، ٢٠٢٢) ومعرفة أبعادها، ومحتواها للاستفادة منها في إعداد المقياس.

٢- من خلال فحص أبعاد المقاييس السابقة تم تحديد ثلاثة أبعاد لقياس التفاؤل هي: التوجه نحو المستقبل، والرضا عن الحياة، وتحقيق الطموحات والأهداف.

٣- تم صياغة (٢٢) مفردة لقياس التفاؤل موزعة على ثلاثة أبعاد، مع مراعاة الأهمية النسبية لكل بعد ووجد ان البعد الأول: التوجه نحو المستقبل (٨) مفردات، البعد الثاني: الرضا عن الحياة (٧) مفردات، والبعد الثالث: تحقيق الطموحات والأهداف (٧) مفردات.

٤- تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين عددهم (٥) -- محكما من أعضاء هيئة التدريس تخصص علم النفس في الجامعات العربية بغرض إبداء ملاحظاتهم حول أبعاد ومفردات المقياس، من حيث وضوح المفردات وانتمائها للتفاؤل، وقد اقترح المحكمون تعديل صياغة اربع مفردات، وتم إجراء التعديلات التي أقرها المحكمون، وبذلك يكون تم إعداد الصورة الأولية للمقياس والتي تتكون من (٢٢) مفردة.

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

٥- تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية (١٠٠) طالباً بغرض حساب الخصائص السيكومترية للمقياس.

٦- الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل:

الصدق :

أ- **صدق المحكمين**: أظهر المحكمون اتفاقاً على صلاحية المقياس في صورته الأولية لقياس ما وضع لقياسه، وقد قاموا بإبداء ملاحظاتهم حول مدى صلاحية المفردات، ومدى انتمائها للتفاؤل، بنسبة اتفاق ٨٠% .

ب- **صدق المفردات**: حُسب صدق المفردات بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد (محدوفاً منها درجة المفردة) باعتبار أن مجموع بقية المفردات محكاً للمفردة، وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول رقم (٤).

جدول رقم (٤) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد بعد حذف درجة المفردة (ن = ١٠٠ تلميذ)

تحقيق الطموحات والأهداف		الرضا عن الحياة		التوجه نحو المستقبل	
معامل الارتباط مع حذف درجة المفردة	رقم المفردة	معامل الارتباط مع حذف درجة المفردة	رقم المفردة	معامل الارتباط مع حذف درجة المفردة	رقم المفردة
0,442**	16	0,252*	9	0,510**	1
0,518**	17	0,478**	10	0,435**	2
0,605**	18	0,491**	11	0,520**	3
0,436**	19	0,499**	12	0,611**	4
0,574**	20	0,532**	13	0,422**	5
0,608**	21	0,348**	14	0,357**	6
0,563**	22	0,464**	15	0,386**	7
				0,398**	8

* دال عند مستوى ٠,٠٥ ، ** دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (٤) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١. ، عدا المفردة رقم (٩) من البعد الثاني دالة عند مستوى ٠,٠٥، وبذلك تكون جميع مفردات المقياس صادقة

البيانات :

للتحقق من ثبات المقياس ، تم استخدام معامل ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach)، والتجزئة النصفية ((Split-half)) باستخدام معادلة سبيرمان وبراون (Spearman Coefficient & Brown)، وباستخدام معادلة جتمان (. (Guttman Split-Half Coefficient)).
 ١. معامل ألفا (كرونباخ): حُسب معامل ألفا لكل بعد، وحسبت معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة)، والنتائج كما في الجدول رقم (٥).

جدول رقم (٥) معاملات ألفا (كرونباخ) لمقياس التفاؤل (ن = ١٠٠ طالب)

التوجه نحو المستقبل		الرضا عن الحياة		تحقيق الطموحات والأهداف	
رقم المفردة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم المفردة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة
1	0,710	9	0,668	16	0,786
2	0,728	10	0,649	17	0,789
3	0,708	11	0,642	18	0,748
4	0,714	12	0,639	19	0,776
5	0,727	13	0,680	20	0,759
6	0,751	14	0,648	21	0,755
7	0,741	15	0,670	22	0,766
معامل ألفا للبعد = ٠,٧٦٣		٠,692		٠,796	

يتضح من الجدول رقم (٥) أن: جميع معاملات ألفا (مع حذف المفردة) أقل من معامل ألفا للبعد الذي تنتمي له المفردة، وهذا يعني ثبات جميع المفردات.
 ب- الثبات بالتجزئة النصفية: تم حساب الثبات بالتجزئة النصفية (للأبعاد والمقياس ككل)، وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول رقم (٦).

جدول رقم (٦) الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس التفاؤل (ن = ١٠٠ طالب)

مقياس التفاؤل	الثبات بمعادلة سبيرمان / براون	الثبات بطريقة جتمان
البعد الأول: التوجه نحو المستقبل	0,732	0,729
البعد الثاني: الرضا عن الحياة	0,655	0,651
البعد الثالث: تحقيق الطموحات	0,713	0,709
الدرجات الكلية للتفاؤل	0,801	0,792

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرة تعليم جازان

يتضح من الجدول (٦) أن جميع قيم معاملات الثبات بطريقتي: سبيرمان / براون، وجتمان تدل على ثبات الأبعاد وثبات المقياس ككل.

اتساق المقياس :

- اتساق الأبعاد: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجات الكلية للمقياس، والنتائج موضحة كما في الجدول رقم (٧).

جدول رقم (٧) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التفاؤل (ن = ١٠٠ طالب)

مقياس التفاؤل	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
التوجه نحو المستقبل	0,812 **
الرضا عن الحياة	0,780**
تحقيق الطموحات	0,809**

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (٧) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل على اتساق جميع أبعاد المقياس.

الاتساق الداخلي: (Internal Consistency): ضمن الخصائص السيكمترية التي استخدمها الباحث الاتساق الداخلي، وذلك لمعرفة الارتباط بين درجة المفردة ودرجة البعد المنتمية إليه ، والجدول رقم (٨) يوضح ذلك .

جدول رقم (٨) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد لمقياس التفاؤل (ن = ١٠٠ طالب)

(١) التوجه نحو المستقبل		(٢) الرضا عن الحياة		(٣) تحقيق الطموحات والأهداف	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
1	0,625**	9	0,338**	16	0,591**
2	0,542**	10	0,521**	17	0,599**
3	0,638**	11	0,641**	18	0,757**
4	0,721**	12	0,566**	19	0,632**
5	0,516**	13	0,617**	20	0,681**
6	0,215*	14	0,432**	21	0,726**
7	0,529**	15	0,663**	22	0,668**
8	0,511**				

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (٨) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، وهذا يعني اتساق جميع مفردات كل بعد مع البعد المنتميه اليه .

يتضح من حساب الثبات والصدق للمقياس ان الصورة النهائية للمقياس تتكون من (٢٢) مفردة صالحة للتطبيق على العينة الأساسية للبحث الحالي.

٧- طريقة الإجابة والتصحيح:

يقوم الطالب بعد قراءته لكل مفردة بوضع علامة (√) تحت الاستجابة التي يراها مناسبة له وفق ميزان تقدير خماسي، كما يلي:

لا تنطبق أبداً (١)	لا تنطبق (٢)	الى حد ما (٣)	تنطبق (٤)	تنطبق تماماً (٥)
--------------------	--------------	---------------	-----------	------------------

مع ملاحظة أن جميع المفردات تقيس (التفاؤل) في الاتجاه الموجب.

مقياس التكيف المدرسي: (إعداد الباحث).

قام الباحث بإعداد مقياس التكيف المدرسي لدى الطلاب وذلك وفق الخطوات التالية:

١- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة للتكيف المدرسي منها (الرفوع؛ والقرارة، ٢٠٠٤؛ أماني الناصر، 2006؛ القصاص؛ والجميلة، ٢٠١٣؛ سمية بن عائشة، ٢٠١٥؛ حفصة بريقلي، ٢٠١٦؛ زاهية ضيفي، ٢٠١٧؛ نصيرة دبي، ٢٠١٧؛ يونس وعيروج، ٢٠٢١)، ومعرفة أبعادها، وتحليل محتواها للاستفادة منها في بناء المقياس.

٢- في ضوء ومن خلال فحص أبعاد المقاييس السابقة تم تحديد ثلاثة أبعاد لقياس التكيف المدرسي.

٣- تم صياغة (٢٥) مفردة موزعة على ثلاثة أبعاد مع مراعاة الأهمية النسبية لكل بعد كما يلي:
البعد الأول: التكيف الدراسي (١٠) مفردات ، **البعد الثاني:** التكيف الاجتماعي (٧) مفردات، **والبعد الثالث:** التكيف النفسي (٨) مفردات.

٤- تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين عددهم (٥) محكما من أعضاء هيئة التدريس ، بالجامعات العربية بغرض إبداء ملاحظاتهم حول مفردات المقياس، من حيث وضوح المفردات وانتمائها للتكيف المدرسي، وقد اقترح المحكمون تعديل صياغة ثلاث مفردات ، وتم إجراء التعديلات التي أقرها المحكمون ، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٢٥) مفردة .

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

- ٥- تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية (١٠٠) طالب بالصف الأول متوسط من أجل حساب الخصائص السيكومترية للمقياس.
- ٦- الخصائص السيكومترية لمقياس التكيف المدرسي:

الصدق :

- أ- **صدق المحكمين** : أظهر المحكمون اتفاقاً على صلاحية المقياس في صورته الأولية لقياس ما وضع لقياسه، وقد قاموا بإبداء ملاحظاتهم حول مدى صلاحية المفردات، ومدى انتمائها للتكيف المدرسي .
- ب- **صدق المفردات** : تم حساب صدق المفردات بحساب معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد (محذوفاً منها درجة المفردة) باعتبار أن مجموع بقية المفردات محكاً للمفردة، وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول رقم (٩).
- جدول (٩) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد محذوفاً منها درجة المفردة (ن = ١٠٠ طالب)

التكيف النفسي		التكيف الاجتماعي		التكيف الدراسي	
معامل الارتباط مع حذف المفردة	رقم المفردة	معامل الارتباط مع حذف المفردة	رقم المفردة	معامل الارتباط مع حذف المفردة	رقم المفردة
0,660**	18	0,478**	11	0,219*	1
0,793**	19	0,262*	12	0,227*	2
0,711**	20	0,477**	13	0,556**	3
0,658**	21	0,301*	14	0,641**	4
0,612**	22	0,452**	15	0,559**	5
0,589**	23	*,233	16	0,724**	6
0,351**	24	0,476**	17	0,804**	7
0,482**	25			0,448**	8
				0,397**	9
				0,669**	10

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من النتائج في جدول (٩) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً وتتميز بصدق موثوق فيه .

البيانات :

للتحقق من ثبات المقياس ، تم حساب معاملات الثبات للمقياس ككل، وذلك باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach)، والتجزئة النصفية ((Split-half)) باستخدام معادلة سبيرمان وبراون (Coefficien (Spearman & Brown)، وباستخدام معادلة جتمان (Guttman Split-Half Coefficient).
أ- معامل ألفا (كرونباخ): حُسب معامل ألفا لكل بُعد، وحُسبت معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة)، والنتائج كما في الجدول رقم (١٠).

جدول رقم (١٠) معاملات ألفا (كرونباخ) لمقياس التكيف المدرسي (ن = ١٠٠ طالب)

(٣) التكيف النفسي		(٢) التكيف الاجتماعي		(١) التكيف الدراسي	
معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم المفردة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم المفردة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم المفردة
0,683	18	0,791	11	0,892	1
0,759	19	0,806	12	0,890	2
0,723	20	0,784	13	0,889	3
0,662	21	0,779	14	0,890	4
0,657	22	0,782	15	0,891	5
0,651	23	0,812	16	0,886	6
0,598	24	0,781	17	0,883	7
0,628	25			0,894	8
				0,889	9
				0,885	10
معامل ألفا للبعد = ٠,٨٠١		معامل ألفا للبعد = ٠,٨١٨		معامل ألفا للبعد = ٠,٨٩٦	

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن جميع معاملات ألفا (مع حذف المفردة) أقل من معامل ألفا للبعد الذي تنتمي له المفردة ، وهذا يعني الإبقاء على جميع المفردات بالمقياس .

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

ب- الثبات بالتجزئة النصفية: تم حساب الثبات بالتجزئة النصفية (للأبعاد والمقياس ككل، وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول رقم (١١).

جدول رقم (١١) الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس التكيف المدرسي (ن = ١٠٠ طالب)

مقياس التكيف المدرسي	الثبات بمعادلة سبيرمان / براون	الثبات بطريقة جتمان
التكيف الدراسي	0,865	0,864
التكيف الاجتماعي	0,752	0,746
التكيف النفسي	0,728	0,722
الدرجات الكلية للتكيف المدرسي	0,829	0,826

يتضح من الجدول رقم (١١) أن جميع معاملات الثبات موثوق فيها ، وهذا يعني ثبات الأبعاد وثبات المقياس ككل

اتساق الأبعاد: تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجات الكلية للمقياس، والنتائج موضحة كما في الجدول رقم (١٢).

جدول رقم (١٢) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التكيف المدرسي (ن = ١٠٠ طالب)

مقياس التكيف المدرسي	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
التكيف الدراسي	0,864 **
التكيف الاجتماعي	0,857 **
التكيف النفسي	0,852 **

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ، ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (١٢) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل على اتساق جميع أبعاد المقياس.

الاتساق الداخلي: استخدم الاتساق الداخلي، وذلك بهدف معرفة الارتباط للمفردات ودرجات الأبعاد، ويوضح الجدول رقم (١٣) هذه الارتباطات.

أ/ عبدالله يحيى محمد علواني

جدول رقم (١٣) معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد لمقياس التكيف المدرسي (ن = ١٠٠ طالب)

التكيف الدراسي		التكيف الاجتماعي		التكيف النفسي	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
1	0,398 **	11	0,498**	18	0,776**
2	0,356**	12	0,396**	19	0,832**
3	0,639**	13	0,525**	20	0,798**
4	0,699**	14	0,398*	21	0,754**
5	0,681**	15	0,491**	22	0,734**
6	0,788**	16	0,342 **	23	0,698**
7	0,858**	17	0,563**	24	0,465**
8	0,554**			25	0,587**
9	0,528**				
10	0,747**				

* دال عند مستوي ٠,٠٥ ** دال عند مستوي ٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (١٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً ، وهذا يعني ان المقياس يتمتع باتساق داخلي .

من إجراءات الثبات والصدق السابقة يتضح أن جميع مفردات المقياس صالحة لقياس التكيف المدرسي ، وبذلك تكون الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٢٥) مفردة ، موزعة كالتالي: البعد الأول (١٠) مفردات، والبعد الثاني (٧) مفردات، والبعد الثالث (٨) مفردات، وهذه الصورة صالحة للتطبيق على العينة الأساسية .

٧- طريقة الإجابة والتصحيح:

يقوم الطالب بعد قراءته لكل مفردة بوضع علامة (√) تحت الاستجابة التي يراها مناسبة له وفق ميزان تقدير خماسي، كما يلي:

لا تنطبق أبداً (١)	لا تنطبق (٢)	الى حد ما (٣)	تنطبق (٤)	تنطبق تماماً (٥)
--------------------	--------------	---------------	-----------	------------------

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

ملاحظة أن جميع المفردات تقيس (التكيف المدرسي) في الاتجاه الموجب.
الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تمت المعالجة الإحصائية للبيانات عن طريق تحليل استجابات الطلاب بواسطة برنامج التحليل الإحصائي (SPSS)، وتمثلت في الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون "Pearson".
- تحليل الانحدار.

نتائج البحث وتفسيرها:

نتيجة الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه : يوجد مستوى متوسط من التفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان، واختبار هذا الفرض تم حساب:
(أ) معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة.
(ب) معايير ومستويات الاستجابة للأبعاد وللمقياس ككل، ومتوسطات الاستجابات ومستوياتها، والنتائج كما يلي:

(أ) معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة:

تم تحديد معايير ومستويات الاستجابة لكل مفردة من واقع طريقة التصحيح (حيث تتوزع الدرجات من ٥-١ درجات)، باعتبار أن: حصول الاستجابة للمفردة على درجتين فأقل يعني مستوى منخفض، وحصول الاستجابة للمفردة على (أكبر من درجتين إلى ٤ درجات) يعني مستوى متوسط، وحصول الاستجابة للمفردة على أكبر من (٤) درجات يعني مستوى مرتفع، كما بالجدول رقم (١٤) :

جدول رقم (١٤) يوضح معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة في مقياس التكيف المدرسي

معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة			البيان
المستوى المنخفض	المستوى المتوسط	المستوى المرتفع	
درجتان فأقل	(أكبر من درجتين إلى ٤ درجات)	أكبر من (٤) درجات	المفردة

(ب) معايير ومستويات الاستجابة للأبعاد وللمقياس ككل، ومتوسطات الاستجابات ومستوياتها:
بناءً على المعايير والمستويات الموضحة بالجدول السابق، وفي ضوء عدد المفردات لكل بُعد، تم حساب معايير ومستويات الاستجابة للأبعاد وللمقياس ككل (وذلك بحاصل ضرب عدد

المفردات في معيار المفردة الواحدة)، ثم حساب متوسطات استجابات أفراد العينة للأبعاد (وللمقياس ككل)، ومقارنتها بالمعايير التي تم حسابها لتحديد مستويات التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط، والنتائج موضحة بالجدول رقم (١٥):

جدول رقم (١٥) يوضح معايير ومستويات الاستجابات لمقياس التكيف المدرسي

مستوى التفاوت	المتوسطات الحسابية	معايير ومستويات الاستجابة			عدد المفردات	مقياس التفاؤل
		المستوى المرتفع	المستوى المتوسط	المستوى المنخفض		
متوسط	30,82	22 < درجة	16 < 22 إلى درجة	16 درجة ≤	8	البعد الأول: التوجه نحو المستقبل
متوسط	26,45	28 < درجة	14 < 28 إلى درجة	14 درجة ≤	7	البعد الثاني: الرضا عن الحياة
متوسط	27,28	28 < درجة	14 < 28 إلى درجة	14 درجة ≤	7	البعد الثالث : تحقيق الطموحات
متوسط	86,74	88 < درجة	44 < 88 إلى درجة	44 درجة ≤	22	مقياس التفاؤل ككل

يتضح من نتائج الجدول رقم (١٥) أن جميع مستويات التفاؤل (للأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب الصف الأول المتوسط في مدارس إدارة تعليم جازان توجد في المستوى المتوسط ، وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أحمد زقاوة وآخرون (٢٠٢٠) بالجزائر والتي توصلت إلى وجود مستوى متوسط للتفاوت بينما تختلف مع نتيجة دراسة شاهين (٢٠٢١) والتي توصلت إلى مستوى مرتفع للتفاوت.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بان الطلاب عندما يلتحقون بالمرحلة المتوسطة قد تبدأ لديهم الطموحات والتوجه نحو المستقبل والرضا عن حياتهم ، وهذا بدوره يجعلهم متفائلين الى حد ما باعتبار انهم مازالوا في مرحلة عمرية قد لاتمكنهم من النظرة الشمولية للمستقبل والحياة ، وقد يؤثر ذلك على اكتمال نظرتهم للتفاوت ، وهذا ماجعل مستوى التفاؤل لديهم متوسط .

نتائج الفرض الثاني وتفسيرها :

ينص الفرض الثاني على أنه: يوجد مستوى متوسط من التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان، ولاختبار هذا الفرض تم حساب:

التفاوت وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرة تعليم جازان

(أ) معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة.

(ب) معايير ومستويات الاستجابة للأبعاد وللمقياس ككل، ومتوسطات الاستجابات ومستوياتها، والنتائج كما يلي:

(أ) معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة:

تم تحديد معايير ومستويات الاستجابة لكل مفردة من واقع طريقة التصحيح (حيث تتوزع الدرجات من ٥-١ درجات)، باعتبار أن: حصول الاستجابة للمفردة على درجتين فأقل يعني مستوى منخفض، وحصول الاستجابة للمفردة على (أكبر من درجتين إلى ٤ درجات) يعني مستوى متوسط، وحصول الاستجابة للمفردة على أكبر من (٤) درجات يعني مستوى مرتفع، كما بالجدول رقم (١٦) :

جدول رقم (١٦) يوضح معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة في مقياس التكيف المدرسي

معايير ومستويات الاستجابة للمفردة الواحدة			البيان
المستوى المرتفع	المستوى المتوسط	المستوى المنخفض	
أكبر من (٤) درجات	(أكبر من درجتين إلى ٤ درجات)	درجتان فأقل	المفردة

(ب) معايير ومستويات الاستجابة للأبعاد وللمقياس ككل، ومتوسطات الاستجابات ومستوياتها:

بناءً على المعايير والمستويات الموضحة بالجدول السابق، وفي ضوء عدد المفردات لكل بُعد، تم حساب معايير ومستويات الاستجابة للأبعاد وللمقياس ككل (وذلك بحاصل ضرب عدد المفردات في معيار المفردة الواحدة)، ثم حساب متوسطات استجابات أفراد العينة للأبعاد (وللمقياس ككل)، ومقارنتها بالمعايير التي تم حسابها لتحديد مستويات التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط، والنتائج موضحة بالجدول رقم (١٧) :

جدول رقم (١٧) يوضح معايير ومستويات الاستجابات لمقياس التكيف المدرسي

مستوى التكيف المدرسي	المتوسطات الحسابية	معايير ومستويات الاستجابة			عدد المفردات	مقياس التكيف المدرسي
		المستوى المرتفع	المستوى المتوسط	المستوى المنخفض		
مرتفع	40,52	40 < درجة	20 < إلى 40 درجة	20 درجة ≤	10	البعد الأول: التكيف الدراسي
مرتفع	29,58	28 < درجة	14 < إلى 28 درجة	14 درجة ≤	7	البعد الثاني: التكيف الاجتماعي
مرتفع	32,89	32 < درجة	16 < إلى 32 درجة	16 درجة ≤	8	البعد الثالث: التكيف النفسي
مرتفع	101,44	100 < درجة	50 < إلى 100 درجة	50 درجة ≤	25	مقياس التكيف المدرسي ككل

يتضح من النتائج السابقة في الجدول رقم (١٧) أن مستوى التكيف المدرسي لجميع أبعاد التكيف المدرسي والدرجة الكلية مرتفعا لدى طلاب الصف الأول المتوسط في مدارس إدارة تعليم جازان، وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من Eiko et al (١٩٩٩) والتي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع في التكيف الجامعي، الجيوسي (٢٠٠٨) التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع للتكيف لدى الطالبات المتفوقات، والعتيبي والقصاص (٢٠١٩) والتي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع للتكيف المدرسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية بمحافظة الطائف، بينما تختلف مع نتيجة دراسة زيادة (٢٠١٩) والتي توصلت إلى مستوى منخفض للتكيف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية (المتوسطة) بليبيا .

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن طلاب الصف الأول المتوسط وبعد التحاقهم بالمرحلة المتوسطة وقضاء الفصل الدراسي الأول ووجودهم اثناء تطبيق البحث في الفصل الدراسي الثاني، قد اندمجوا مع المناخ المدرسي، وتعرفوا على زملائهم وكونوا صداقات وعلاقات مع زملائهم في المدرسة، وتعرفوا على معلمهم، وهذا من شأنه قد يساعد على تكيفهم في الجانب الدراسي، والجانب الاجتماعي، والجانب النفسي، وهذا بدوره يؤدي إلى ارتفاع مستوى التكيف المدرسي لديهم، وربما ترجع هذه النتيجة إلى أن قيادة المدرسة والمعلمين والمرشدين الطلابيين يعاملون الطلاب بطريقة جيدة مما يساهم في ارتفاع تكيفهم المدرسي، بالإضافة إلى البرامج والدورات التي تقدمها وزارة التعليم في الأسبوع الذي يسبق انطلاقة الطلاب في الفصل الدراسي

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

الأول، وفي أثناءها تقدم الأساليب المساعدة لتهيئة قادة المدارس والمعلمين والمرشدين للتعامل الصحيح مع مشكلات الطلاب في مراحلها المبكرة حرصاً منها على تحقيق التكيف المدرسي.

نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه: توجد علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات التفاؤل (الأبعاد والدرجة الكلية) ودرجات التكيف المدرسي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان .

وستخدم معامل ارتباط " بيرسون "، والنتائج كما بالجدول رقم (١٨).

جدول رقم (١٨) يوضح معاملات الارتباط بين درجات التفاؤل ودرجات التكيف المدرسي

لدى طلاب الصف الأول الثانوي بمدارس إدارة تعليم جازان (ن = ٤٣٢ طالباً)

التفاؤل (الأبعاد والدرجة الكلية)				التكيف المدرسي (الأبعاد والدرجة الكلية)
التفاؤل ككل	(٣) الطموحات والأهداف	(٢) الرضا عن الحياة	(١) التوجه نحو المستقبل	
0,302**	0,263 **	0,226**	0,192**	(١) التكيف الدراسي
0,321**	0,310**	0,182**	0,161**	(٢) التكيف الاجتماعي
0,285**	0,289**	0,154**	0,153**	(٣) التكيف النفسي
0,366**	0,337 **	0,256**	0,188**	التكيف المدرسي ككل

* دال عند مستوى ٠,٠٥ ، ** دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (١٨) أن جميع معاملات الارتباط موجبة ودالة إحصائياً ، وهذا يعني وجود علاقات ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين درجات التفاؤل (الأبعاد والدرجة الكلية) ودرجات التكيف المدرسي (الأبعاد والدرجة الكلية)، وبذلك يتحقق الفرض الثالث، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من (أبو العلاء، ٢٠١٠؛ Perera & McIlveen، ٢٠١٤؛ زاهية ضيفي، ٢٠١٧)؛ شاهين (٢٠٢١)؛ عوض (٢٠٢١)؛ السيد وآخرون (٢٠٢٢) .

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن التفاؤل لدى الطالب يجعله ينظر بإيجابية للمستقبل، وبالتالي يكون نشطاً في بيئته المحيطة به، وكونه في المدرسة فذلك يسهل عملية التكيف من خلال مشاركته في الصف، واندماجه مع معلميه وزملائه، ومشاركته في الأنشطة والبرامج المدرسية، مما قد يؤدي إلى رفع مستوى التكيف المدرسي لديه، كما أن امتلاك الطلاب للتفاؤل قد يسهم بشكل إيجابي في تحقيق التكيف المدرسي ، وأنه إذا وجد توجه إيجابي نحو المستقبل لدى

الطلاب فإنه قد يساعد على تحقيق التكيف الدراسي والاجتماعي والنفسي وبالتالي يحقق التكيف المدرسي لديهم، كما أن الرضا عن الحياة لدى الطلاب قد يساعد في تحقيق التكيف الدراسي والاجتماعي والنفسي وبالتالي التكيف المدرسي لديهم، وعندما توجد طموحات لدى الطلاب فإنها قد تسهم في تحقيق التكيف الدراسي والاجتماعي والنفسي وبالتالي تحقيق التكيف المدرسي لديهم .

نتيجة الفرض الرابع وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه: لا يُمكن التنبؤ بدرجة التكيف المدرسي من درجة التفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان، ولاختبار هذا الفرض استخدم تحليل الانحدار، والنتائج موضحة بالجدول (19)، 20، 21)

جدول رقم (19) نتائج تحليل معامل الارتباط للعلاقة بين الدرجة الكلية للتكيف المدرسي والدرجة الكلية للتفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان (ن= 432 طالباً)

الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R2	معامل التحديد المصحح	الخطأ المعياري في التنبؤ
0,366	0,134	0,132	12,521

جدول رقم (20) نتائج تحليل التباين للانحدار عند التنبؤ بالدرجة الكلية للتكيف المدرسي من الدرجة الكلية لمقياس التفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان (ن= 432 طالباً)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوي الدلالة
الانحدار (المتنبأ به)	11900,418	1	11900,418	102,232	0,001
البواقي (خطأ التنبؤ)	50054,580	430	116,406		

يتضح من الجدول رقم (20) أن درجة للتفاؤل تؤثر على درجة التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط .

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

جدول رقم (٢١) معاملات الانحدار للتنبؤ بالدرجة الكلية للتكيف المدرسي من الدرجات الكلية لمقياس التفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان (ن = ٤٣٢ طالباً)

مستوي الدلالة	قيمة (ت)	المعاملات غير المعيارية		المتغيرات المستقلة المتنبأ منها
		معامل بيتا (Beta)	الخطأ المعياري للمعامل البائي (B)	
0,01	8,895		6,124	الثابت
0,01	6,761	0,332	0,046	الدرجة الكلية للتفاؤل

يتضح من الجداول (١٩، ٢١، ٢٠) أن قيم "ت" دالة لكل من ثابت الانحدار والدرجة الكلية لمقياس التفاؤل ، وهذا يعني أنه: يُمكن التنبؤ بالدرجة الكلية للتكيف المدرسي من الدرجة الكلية للتفاؤل لدى طلاب الصف الأول المتوسط بمدارس إدارة تعليم جازان ، ويمكن صياغة معادلة الانحدار للتنبؤ بدرجة التكيف المدرسي من درجة التفاؤل على النحو التالي :

الدرجة الكلية للتكيف المدرسي = ٥٤,٤٧٤ + ٠,٣١١ (الدرجة الكلية للتفاؤل)

وبذلك لم يتحقق صحة الفرض الرابع ، حيث أمكن التنبؤ بدرجة التكيف المدرسي من خلال الدرجة الكلية للتفاؤل، وتتفق هذه النتيجة مع توصل إليه نتيجة دراسة زاهية ضيفي (٢٠١٧) من إمكانية التنبؤ بالتكيف من خلال التفاؤل، مع الأخذ في الاعتبار أن تلك الدراسة تناولت التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، بينما تناول هذا البحث التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط . ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الدرجة الكلية للتفاؤل لها إسهام واضح في التنبؤ بدرجة التكيف المدرسي، وأن متغير التفاؤل منبئ بالتكيف المدرسي ، وقد يرجع ذلك إلى أن متغير التفاؤل وأبعاده لها دور واضح في التأثير على التكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط ، وقد يكون للتفاؤل دور فيما يتعلق ببعض المتغيرات مثل الثقة بالنفس، ومواجهة التحديات والصعوبات، والتكيف مع مواقف أحداث الحياة الضاغطة، وإعطاء الإحساس بالأمل والسعادة والتقبل والرضا ، بما يساهم في إمكانية التنبؤ بالتكيف المدرسي لدى الطلاب،

التوصيات:

- في ضوء نتائج البحث يمكن صياغة التوصيات التالية :
1. تشجيع الطلاب على المشاركة في بعض المهام والمسئوليات والندوات بالمدرسة، وإقامة المعارض التعليمية والاهتمام بالبيئة المدرسية والمحافظة على مرافقها، وتبصيرهم بأهمية التفاوض لتحقيق التكيف المدرسي.
 - 2- لفت انتباه المعلمين لرفع مستوى التفاوض لدى الطلاب من خلال تحفيز الطلاب وتنمية روح العمل والمثابرة لديهم، وهذا من شأنه يساعد على تحقيق التكيف المدرسي لدى الطلاب.
 - 3- تكثيف جهود الإرشاد الأكاديمي والنفسي للطلاب في المرحلة المتوسطة للاهتمام بخصائص الشخصية الإيجابية لدى الطلاب ومنها التفاوض.
 - 4- لفت انتباه المسئولون عن التعليم وفي المؤسسات التعليمية والاجتماعية والثقافية المهتمة بشؤون الطلاب بأهمية التفاوض ومدى تأثيره على الانسجام والتكيف المدرسي لدى الطلاب.

البحوث المقترحة:

- 1- تناول العلاقة بين التفاوض والصحة النفسية والتكيف الدراسي لدى طلاب المستوى الأول من الجامعة.
- 2- نمذجة العلاقات السببية بين التفاوض وجودة الحياة والتكيف الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- 3- فاعلية برنامج إرشادي قائم على التفاوض لتحسين التكيف المدرسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

المراجع :

أولاً: المراجع العربية :

- ابن منظور (١٩٩٨). معجم لسان العرب، بيروت، دار صادر.
- أبو الديار، مسعد نجاح (٢٠١٠). فاعلية برنامج للإرشاد العقلاني الانفعالي في تنمية التفاؤل لخفض حدة الضغوط النفسية لدى عينة من أسر الأطفال المعوقين سمعيًا، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، م٣(٣٨): ٥٨-٩١.
- أبو العلا، محمد (٢٠١٠). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بتقدير الذات ومستوى الطموح والتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من الطلاب والطالبات، مجلة دراسات عربية في علم النفس، م٢(٩): ٣٣٩ - ٣٩٨.
- احمد، نبيل عبدالهادي والخصوصي ، ايمن منير(٢٠٢٢).كفاءة التمثيل المعرفي للمعلومات والتفاؤل والصمود الاكاديمي لدى طلاب كلية التربية للبنين بالقاهرة، جامعة الازهر (بحث تنبؤي فارق)، مجلة التربية ، كلية التربية جامعة الازهر ،ع١٩٦٦، الجزء الثالث ،ص ص٤١٧-٤٨٩ .
- إسماعيل، أحمد السيد (٢٠٠١). التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة، المجلة التربوية، جامعة أم القرى، م١٥(٦٠): ٥١ - ٨١.
- الأنصاري، بدر (١٩٩٨). التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، لجنة التأليف والتعريب والنشر .
- الأنصاري، بدر؛ وكاظم، علي (٢٠٠٧). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة "دراسة ثقافية مقارنة بين الطلبة الكويتيين والعمانيين"، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، م٤(٩): ١٠٧ - ١٣٢.
- بركات، زياد (١٩٩٨). دراسة في سيكولوجية الشخصية: التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي على الرابط الالكتروني:

www.qou.edu/home/sciResearch/.../r11_drZiadBarakat

بريقي، حفصة (٢٠١٦). التكيف المدرسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجزائر، جامعة محمد خيضر بسكرة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

بطرس، حافظ بطرس (٢٠٠٨). التكيف والصحة النفسية للطفل، الأردن، دار

المسيرة.

بن دانية، أحمد محمد العيد؛ والشيخ؛ حسن محمد حمود (١٩٩٨). علاقة الرضا الوظيفي والتكيف الدراسي بدافعية الإنجاز لدى المعلمات والطالبات في الانتساب الموجه بجامعة الإمارات العربية المتحدة، المجلة التربوية، م١٢ (٤٦): ١٩٩-٢٣١.

بن عائشة، سمية (٢٠١٥). أساليب التفكير وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا والعادين في المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والإسلامية.

جامع السنة وشروحها، صحيح مسلم، حديث رقم: ٤٢٤٠، على الرابط الإلكتروني:

<http://www.hadithportal.com>

جبريل، موسى عبد الخالق (١٩٨٣). تقدير الذات والتكيف المدرسي لدى الطلبة الذكور، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، سوريا، جامعة دمشق، كلية التربية.

جودة، آمال (٢٠١٠). التفاؤل والأمل وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من المراهقين في محافظة غزة، المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، القاهرة، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، من ٢٩ نوفمبر - ١ ديسمبر: ٦٣٩-٦٧١.

الجوسي، رنده (٢٠٠٨). التكيف المدرسي عند المتأخرين والمتفوقين تحصيليا في المدارس الرسمية لمدينة الزرقاء لواء الرصيفة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، الأردن، جامعة عمان. حجازي، مصطفى (٢٠١٢). إطلاق طاقات الحياة، بيروت، دار التنوير للنشر والتوزيع.

حسن، عزت عبدالحميد (٢٠١١). الاحصاء النفسي والتربوي - تطبيقات باستخدام برنامج SPSS-١٨، القاهرة، دار الفكر العربي .

حسن، نوال خالد (٢٠٠٨). أنماط التفكير السائدة وعلاقتها بسلوكيات التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين، رسالة ماجستير (غير منشورة)، فلسطين، جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا.

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

- حسيب، عبدالمنعم عبدالله (٢٠٠٦). مقدمة في الصحة النفسية، (ط١)، الإسكندرية، دار الوفاء للطباعة والنشر.
- الحكاك، وجدان جعفر (٢٠٠١). بناء مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد، رسالة ماجستير (غير منشورة)، العراق، جامعة بغداد، كلية التربية.
- دبي، نصيرة (٢٠١٧). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجزائر، جامعة محمد بوضياف - المسيلة - كلية التربية.
- الدسوقي، كمال (١٩٨٨). علم النفس، القاهرة، الدار الدولية للنشر.
- الدسوقي، مجدي محمد (٢٠٠٢). مقياس التفاؤل والتشاؤم، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- الديب، حامد (٢٠٠٠). فلسفة التكيف النفسي والاجتماعي في المدارس الرياضية، بيروت، دار الكتاب اللبناني.
- زقاوة ، احمد وغيات ، بوفليحة ويزيد، نجاه وغيات ، حياة والمسوس، يعقوب (٢٠٢٠)
التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة ، المجلة العربية لعلم النفس ،
مج ٥ ، ٢٤
- زيادة ، أشرف الافي محمد (٢٠١٩). التكيف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ، المجلة العلمية لكلية التربية جامعة مصراته ، ليبيا ، مج (١) ، ع (١٣)، ص ص ٢٠٠ - ٢١٩ .
- راشد، محمد يوسف (٢٠١١). التوافق الدراسي والشخصي والاجتماعي بعد توحيد المسارات في مملكة البحرين "دراسة ميدانية على طلبة المرحلة الثانوية بالمحافظة الوسطى"، مجلة جامعة دمشق، م٢٧(٢): ٧٠١ - ٧٤٠.
- رزق، أمينة (٢٠٠٨). مشكلات طلبة المرحلة الثانوية وحاجاتهم الإرشادية "دراسة ميدانية على عينة من الطلبة في محافظة دمشق"، مجلة جامعة دمشق، م٢٤(٢): ١٣-٣٥.
- الرفوع، محمد أحمد؛ والقرارة، أحمد عودة (٢٠٠٤). التكيف وعلاقته بالتحصيل الدراسي، مجلة جامعة دمشق، م٢٠(٢): ١١٩ - ١٥٧.
- زهران، حامد عبدالسلام (١٩٩٨). التوجيه والإرشاد النفسي، (ط٣)، القاهرة، عالم الكتب.
- زهران، حامد عبدالسلام (٢٠٠١). الصحة النفسية والعلاج النفسي، (ط٣)، القاهرة، عالم الكتب.

السيد ، سعاد سعيد وحبيب ، ماري عبدالله وزكي ، حنان محمود(٢٠٢٢) .العلاقة بين كل من التفاؤل والشعور بالسعادة والتحصيل الدراسي لدى طالبات الجامعة / مجلة بحوث ،العلوم التربوية ،كلية البنات جامعة عين شمس ،مج(٢) ، ع(٦) ، ص ص ٩٩ - ١٣٤ .
شاهين ، عبير ربحان محمد (٢٠٢١).التكيف الاكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة القدس المفتوحة في ضوء التحول نحو التعلم الالكتروني بسبب جائحة كورونا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين.
شراي، نادية (١٩٩٧). التنظيم العقلي والتكيف المدرسي عند تلاميذ السنة الثالثة ثانوي دراسات مقارنة بين الذكور والإناث عن طريق الأحلام والإنتاج الإسقاطي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الجزائر، معهد علم النفس وعلوم التربية.
شكري، مایسة محمد (١٩٩٩). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأساليب مواجهة المشقة، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، م١٠(٥): ٤١ - ٦٢.
الشلاش، عمر بن سليمان (٢٠١٩). علاقة المخاوف المرضية بالتفاؤل والتشاؤم وفاعلية الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الرياض، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، م١٠(٥٧): ١١٣ - ١٥٦.
الشويقي، أبوزيد سعيد (٢٠٠٨). ما وراء المزاج وعلاقته بمركز التحكم واتخاذ القرار وسنوات الخبرة لدى عينة من مدرء المدارس، مجلة كلية التربية بالزقازيق،. 365 - 321 (59)
الشيخ، دعد (٢٠٠٢). الإنجاز وعلاقته بالتكيف الشخصي والمهني لدى عضو هيئة التدريس. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، سوريا، جامعة دمشق، كلية التربية.
الصبوة، محمد (٢٠٠٧). علم النفس الإيجابي - تعريفه وتاريخه وموضوعاته والنموذج المقترح له، مجلة دراسات عربية في علم النفس، مصر، (٧٦): ١٦ - ٤٢.
الصدیق، سلوی عثمان (٢٠٠٢). مناهج الخدمة الاجتماعية في المجال المدرسي ورعاية الشباب، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
صقر، محمد جمال (١٩٦٥). الاتجاهات في التربية والتعليم، القاهرة، دار المعارف.
ضيبي، زاهية (٢٠١٧). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالتكيف الأكاديمي لدى عينة من طلبة علم النفس بجامعة زيان عاشور، رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجزائر، جامعة زيان عاشور الجلفة.

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

- طبيبي، إبراهيم (٢٠١٣). خطة التوجيه المدرسي المعتمد في الجزائر ودورها في تحقيق الذات والتوافق المدرسي والكفايات التحصيلية: دراسة نفسية تربوية بمرحلة التعليم الثانوي، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
- عبدالخالق، أحمد (٢٠٠٠) التفاؤل والتشاؤم: عرض لدراسات عربية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، مصر، (٦): ٢٦-٤٦.
- عبدالخالق، أحمد محمد (٢٠٠٥). المقياس العربي للتفاؤل والتشاؤم نتائج مصرية، مجلة دراسات نفسية، مج ١٥، ع ٢، رابطة الاخصائين، مصر.
- عبدالخالق، أحمد؛ وأحمد، مجدي (١٩٩٦). دليل تعليمات القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- عبدالرحمن، محمد السيد (١٩٩٨). نظريات الشخصية، القاهرة، دار قباء للطباعة.
- عبدالستار، اسماء عبدالله (٢٠١٨). تنمية التفاؤل والامل لدى طلاب المرحلة الثانوية للتخفيف من الضغوط النفسية، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية البنات للاداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.
- عبدالعزيز، سعيد؛ وعطيوي، جودت عزت (٢٠٠٤). التوجيه المدرسي، (ط١)، عمان، مكتبة دار الثقافة.
- عبدالكريم، إيمان؛ والدوري، ريا (٢٠١٢). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات، مجلة كلية التربية الأساسية، م٢٥(٢٧): ٢٣٩ - ٢٦٥.
- عبداللطيف، مدحت؛ وعوض، عباس محمود (٢٠١١). الصحة النفسية والتفوق الدراسي، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- عبدالله، عبدالهادي محمد (٢٠١٣). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية
- العبيدي، محمد جاسم (٢٠٠٣). مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها، (ط١)، عمان، دار الثقافة.

- العتيبي ، بندر عويض ،والقصاص خضر محمود (٢٠١٩) . درجة التفاعل الصفي وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى الطلاب الموهوبين بمحافظة الطائف ، المجلة العلمية لكلية التربية جامعة اسيوط ،مج ٣٥ ، ع ١١ ، الجزء الثاني ، ص ص ٦٢ - ٩٢ .
- عشعش ، سارة لطفي (٢٠١٧) . أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بور سعيد، (٢١): ٧٣٩ - ٧٦٤ .
- عشماوي، فيفان أحمد (٢٠١٨) . التفكير الإيجابي في علاقته بكل من التفاؤل وتقدير الذات، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، م٣ (٥٤): ٢١٩ - ٢٥٤ .
- عطية، نوال محمد (٢٠٠١) . علم النفس والتكيف النفسي والاجتماعي، (ط١)، القاهرة، دار القاهرة للكتاب .
- علي، هبة محمود (٢٠١٥) . التفاؤل وتقدير الذات كمنبئين بالصورة الإيجابية للجسم لدى طالبات الجامعة المراهقات، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٤٢): ٩٩ - ١٤٣ .
- عمر ، محمود احمد (٢٠٠٦) .مقدمة في علم النفس الايجابي ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- عوض ، ابتسام عبدالحميد (٢٠٢١) . التفاؤل الاكاديمي وعلاقته بالسعادة والرضا عن الدراسة لدى طلاب الثانوية العامة والفنية ، مجلة التربية في القرن ٢١ للدراسات التربوية والنفسية ، كلية التربية ،جامعة مدينة السادات ، ع (١٧) ، ص ص ١٩٧ - ٢٢١ .
- عوض، عباس محمود (١٩٨٨) . الموجز في الصحة النفسية، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية .
- عيد، محمد إبراهيم؛ محمود، هبه سامي وفرج؛ سحر، عبد العظيم (٢٠١٥) . الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٤٤): ٥٣٧ - ٥٥٣ .
- فهيم، مصطفى (١٩٩٠) . الصحة النفسية: دراسات في سيكولوجية التكيف، (ط٢)، القاهرة، مكتبة الخانجي .

التفاؤل وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى طلاب الصف الأول المتوسط بادرّة تعليم جازان

قاسم، سالي صلاح (٢٠١٧). التفكير فوق المعرفي والعوامل الكبرى للشخصية والتفاؤل والتشاؤم كمنبئات بسمة ما وراء المزاج لدى طلاب الجامعة "دراسات تربوية ونفسية"، مجلة كلية التربية بالزقازيق، م١(٥٩): ٢٢٩ - ٣١٥.

القاضي، يوسف مصطفى (٢٠٠٢). الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، السودان، دار المريخ للنشر.

القحطاني، عبدالهادي (٢٠١٣). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، البحرين، جامعة البحرين.

القصاص، خضر محمود؛ والجميلة، خالد بن ناصر (٢٠١٣). التفاؤل لدى طلبة الجامعات، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، م٢(٩): ٨٧١-٨٩٨.

قضاة، محمد أمين (٢٠٠٣). الفلسفة التربوية ووجهة نظرها في المنهاج، (ط١)، عمان، دار التربية الحديثة للنشر والتوزيع.

محمدي ، نجمة (٢٠١٨). التفاؤل وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ، مذكرة لنيل درجة الماجستير ، منشورة ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد خضير (سكرة).

محيسن، عون (٢٠١٢). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، غزة، م١(٢٠): ٥٣-٩٣.

مخيمر، هشام، عبدالمعطي، محمد (٢٠٠٣). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، مجلة الدراسات التربوية والاجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، م٦(١٤): ١٣-٤٠.

مراد، صلاح؛ ومحمد، أحمد (٢٠٠١). أنماط التعلم والتفكير وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم لطلبة التخصصات التكنولوجية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة، م١(٢٢): ١٤ - ٣٤.

مشاشو، قرمية (٢٠١١). علاقة التفاؤل غير الواقعي بسلوك التدخين لدى المدخنين، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الحاج لخضر، قسم علم النفس العيادي.

مصطفى، محمد (١٩٩٦). التكيف والمشكلات المدرسية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

- مطر، جيهان؛ والزعبي، رفعة (٢٠٠٩). العلاقة بين التكيف المدرسي والذكاء الانفعالي عند عينة من طلبة الصف السابق في المدارس الخاصة بمدينة عمان، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، (٢): ١٣-٤٤
- ملال، خديجة (٢٠١٦) السياقات النفسية وعلاقتها بمستوى التكيف لدى الطلبة الجامعيين، اطروحة دكتوراه، جامعة وهران ٢، محمد بن احمد، الجزائر .
- منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٤). تعزيز الصحة النفسية: المفاهيم، البيانات المستجدة، الممارسة، جنيف المكتب الإقليمي للشرق المتوسط.
- المنيزل، عبدالله؛ عبد اللات، سعاد (١٩٩٥). موقع الضبط والتكيف الاجتماعي المدرسي، دراسة مقارنة بين الطلاب المتفوقين وتحصيليا والعاديين، مجلة دراسات العلوم الإنسانية الأردنية، م١(٢٢): ٦-٣٦.
- الناصر، أماني (٢٠٠٦). التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيليا في مادة اللغة الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، سوريا، جامعة دمشق، كلية التربية.
- نتيل، رامي اسعد (٢٠١٣). التناول وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى طلبة الجامعة بمحافظة خانيونس، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، (٥٠): ٣٦١ - ٣٨٨.
- نشرة الصحة النفسية (٢٠٠٤). نشرة دورية يصدرها مركز الارشاد الجامعي، جامعة الامارات العربية المتحدة، ع (٦).
- النبال، مايسة (٢٠٠٢). التنشئة الاجتماعية: مبحث في علم النفس الاجتماعي، (ط١)، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- اليحفوفي، نجوى (٢٠٠٢). التناول والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية لدى طلاب الجامعة، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، (٦٢): ١٣٢-١٦٥.
- يونس، صليحة وعيروج، مريم (٢٠٢١). التكيف المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، مذكرة مكملة لنيل درجة الماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد الصديق بن يحيى-جيجل، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي - الجزائر .

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Ahmed, M. (2012). The role of self – esteem satisfaction among teachers of private university in Bangladesh, and optimism in job Journal of Asian Business Review ,1(1):114 - 130.
- Alarcon, G.; Bowling, N. & Khazon, S. (2013). Great expectations: A meta analytic examination of optimism and hope. Journal Of Personality and Individual Differences, 54(5): 821- 827..
- Eiko, I.; Hirose, S. & Hiroshi W. (1999). Effects of self-efficacy on adjustment to college . Japanese Psychological Research, 41(3): 163 - 172.
- Hutz, C.; Midget, A.; Pacico, J.; Bastianello, M. & Zanon, C. (2014). The The Relationship of Hope, Optimism, Self-Esteem, Subjective Well-Being, and Personality in Brazilians and Americans. Journal of Contemporary Educational Psychology, 5(6): 514 -532
- Lent, R. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment. Journal of Counseling Psychology, 51(3): 482 - 509.
- Marshal, G.; Wortman, C. & Vickers, R. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relation fundamental dimensions oh mood and personality. Journal of personality and social psychology, 62(5): 1067 - 1074.
- Perera, H. & McIlveen, P. (2014). The role of optimism and engagement coping in college adaptation: A career construction model. Journal of Vocational Behavior, 84(3): 395 - 404.
- Ram, Mrichenane. (2008). Expose the methods of thinking and school adjustment for high school students in Kerala On the electronic link: <http://hdl.handle.net/10603/1549>.
- Scheier, M. & Carver, C. (1994). Dispositional optimism and adjustment to college. (Unpublished) Master Research.
- Stephen. M.; Amanda, M. & Peter, B. (2015). Managing the Transition: The Role of Optimism and Self-Efficacy for First-Year Australian University Students. Australian Journal of Guidance and Counselling, 3(2): 1-19.