

# برنامج الكتروني مقترح لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية

مقدم من

يارا أحمد عبد الله

موظفة بمركز التعلم المدمج بجامعة الفيوم

إشراف

د/ شوقي حساني محمود حسن

مدرس المناهج وطرق تدريس المواد

التجارية . المركز القومي للبحوث التربوية

والتنمية

أ د/ صلاح محمد جمعة ابو زيد

استاذ المناهج وطرق تدريس الدراسات الاجتماعية

ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس كلية التربية .

جامعة الفيوم

## المستخلص:

هدف البحث إلى قياس فعالية برنامج الكتروني لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية، وللوصول إلى هذا استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والمنهج التجريبي، واستخدمت الباحثة النموذج العام ADDIA للتصميم التدريبي، وتمثلت أدوات قياس البحث في استبانة لمهارات التفكير الإيجابي لتحديد بعض مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية، وذلك لتنميتها من خلال استخدام البرنامج المقترح ، ومقياس التفكير الإيجابي لتحديد مدى امتلاك معلمى المواد التجارية لمهارات التفكير الإيجابي ، وتكونت مجموعة البحث من (60) معلما ومعلمة من معلمى المواد التجارية بالمدارس الثانوية الفنية بالفيوم، وتم تطبيق عليهم أدوات البحث قبليا وبعديا، وتم إجراء تجربة البحث الأساسية، وتوصلت

نتائج البحث إلى فعالية البرنامج الإلكتروني في تنمية مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي.  
**الكلمات الدالة:** برنامج الكرتوني، التفكير الإيجابي.

### **Abstract:**

The aim of the research is to measure the effectiveness of an electronic program for developing positive thinking skills for teachers of commercial subjects. To reach this, the researcher used the descriptive approach and the experimental approach. The researcher used the general model ADDIA for training design. , in order to develop them through the use of the proposed program, and the scale of positive thinking to determine the extent to which teachers of commercial subjects possess positive thinking skills, and the research group consisted of (60) male and female teachers of commercial subjects in technical secondary schools in Fayoum, and the research tools were applied to them before and after, and a procedure was conducted The basic research experiment, and the research results revealed the effectiveness of the electronic program in developing positive thinking skills for teachers of commercial subjects, and there were no statistically significant differences between the mean scores of males and females in the experimental group in the post application of the positive thinking scale.

## مقدمة:

يعد المعلم أحد الركائز الأساسية التي تسهم بشكل كبير في إعداد القوى البشرية المؤهلة علمياً واجتماعياً وثقافياً وأخلاقياً والتي تلعب دوراً في تحديد حاضر الأمم ومستقبلها ، وهو أحد العوامل الرئيسة لنجاح العملية التعليمية وإصلاحها وتطويرها، وأشد عناصر العملية التعليمية أثراً علي تعليم الطلاب ؛ وبات عليه أن يواكب ما يحدث في عالمه المعاصر من تغيير مستمر وتطور سريع ومن انفجارات معرفية وعلمية وتكنولوجية ، وحراك اجتماعي بالغ الأثر ؛ ومن ثم أصبحت حاجته ضرورية إلى تنمية مهنية مستمرة ومتواصلة طوال حياته المهنية تمكنه من ملاحقة ما يحدث في ميدان عمله ، والمحافظة علي مستوى متجدد من المعلومات والمهارات والاتجاهات الحديثة في تقنيات وطرق وأساليب وإستراتيجيات التعليم والتعلم وتقنياته بما يحقق توافقه المهني المنشود.

ولقد حظيت التنمية المهنية باهتمام الباحثين والدارسين التربويين ؛ حيث أجري عدد من الدراسات والبحوث التي أكدت على أهمية النمو المهني للمعلمين أثناء الخدمة ومنها علي سبيل المثال : دراسة (sykess،1996) التي أكدت على أن تطوير المعلمين واستمرار نموهم المهني يجب أن يكون محل اهتمام التربويين أثناء سعيهم لتحسين وتجويد التعليم في مجتمعاتهم؛ فالتنمية المهنية تعمل علي إحداث تكامل بين عمليات الإعداد قبل الخدمة وتوفر فرصاً للتزود بالمعارف والخبرات المرتبطة بالمستجدات التربوية بما يؤدي إلى تحقيق تعليم أفضل وتحسين نوعيته أثناء الخدمة والوفاء بالاحتياجات المطلوبة من المعلمين ؛ لذا تستهدف عمليات التنمية المهنية رفع كفاءته وإكسابه المعارف والمهارات والخبرات اللازمة لتطوير أدائه إلى الأفضل من خلال مجموعة من البرامج تستمر طوال فترة عمله بالمهنة. (محمد إسماعيل،2007: 17)<sup>1\*</sup>

وهذا ما أكدته الأجنحة الوطنية (رؤية مصر 2030) حيث ان التعليم والتدريب متاح للجميع بجودة عالية دون تمييز، وفي إطار نظام مؤسسي كفاء، وعادل، ومرن ومستدام. ومحوره الأساسي المتعلم والمتدرب القادر على التفكير والمتمكن فنياً وتقنياً

<sup>1</sup> \* تم التوثيق على النحو التالي (أسم المؤلف، سنة النشر: الصفحات التي تم الرجوع إليها)

وتكنولوجياً، ومساهما في بناء الشخصية المتكاملة وان يطلق لها العنان كمواطن معترف وواثق بذاته، ومبدعا مستنيرا، ومسئولا، محترما للاختلاف وتعدد الافكار، ووطنيا فخورا بتاريخه ووطنه، وشغوبا ببناء مستقبله وقادرا على التنافس مع كافة الكيانات الإقليمية والعالمية. وفي إطار تحقيق التنمية المجتمعية الوظيفية للمعلم ، فإنه يقع علي عاتقه مجموعة من المسؤوليات المناط بها والتي يجب أن يؤديها علي أكمل وجه ؛ فالطبيب له مسؤولياته الوظيفية التي تختلف عن مسؤوليات المهندس ، وكذلك القاضي ، وغيره من الفئات المجتمعية الأخرى ، فالمعلم مناط بمجموعة من المسؤوليات ، من بينها التفكير الإيجابي وهو احد العوامل الأساسية في حياة الانسان وما يميزه عن باقي الكائنات كونه البداية لطريق النجاح ،فهو يرتقى بالإنسان ويجعله يستثمر عقله ومشاعره وسلوكه ويكتشف قواه الكامنة وتغير حياته على وجه افضل فيساعده على توجيه الحياه وتقدمها ،وحل المشكلات وتجنب العديد من المخاطر فهو يسير الأمور ويسيطر عليها لصالحه، وذلك باستخدام أنشطة وأساليب إيجابية، فهو يجعل الانسان ينظر للجانب المشرق الإيجابي ويحمل توقعات إيجابية متفائلة نحو المستقبل ،فكلما كان التفكير إيجابي كلما ساعد الانسان في إيجاد حلول فعالة لمختلف المشكلات.

فالتفكير الإيجابي يمثل أبرز جوانب الاقتدار الإنساني حيث إنه بلا شك الأدلة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها فالعقبات والمعوقات والسلبيات لا تحل إلا من خلال التفكير الإيجابي فهو يوفر مخرجا منها ويكشف حلولا ممكنة لها، فالتفكير الإيجابي هو توجه يملئ الطاقات ويستخرج الظاهر والمكنون داخل الانسان لحل المشكلات. (حسام الهاللي، 2013: 17) نقلا عن (مصطفى حجازي، 2005: 329).

وهذا ما اتفق مع دراسة (أماني المؤمني، سهيلة بنات، 2018: 12-13) حيث اشارت الى ان التفكير الإيجابي هو الذي يساعد على مواجهة مشاكل الفرد بالصبر والتحدي، ويساعده على ايجاد حلول سريعة وصحيحة للمشكلة، وله العديد من التأثيرات الواضحة على الفرد، ومن اهمها شعور الفرد بالرضا الذاتي والسعادة والاطمئنان؛ مما يعني بحث الفرد من خلال تفكيره في الظروف والمواقف السلبية والصعبة والضاغطة على امر إيجابي يجعله يشعر بالراحة والاطمئنان وتقلل من الشعور السلبي لديه.

واكدت نتائج دراسة (Pourrazavi &Hafezian,2017: 39-40) على ان تعليم مهارات التفكير الإيجابي والتدريب عليها لها تأثير كبير على التكيف (الاجتماعي، العاطفي، الأكاديمي)، فتعلم مهارات التفكير الإيجابي والتدريب عليها يعمل على تعزيز وتحسين العلاقة الإيجابية مع الذات، والعلاقة الإيجابية مع الآخرين، واحساس الفرد بكيانه وذاته، وزيادة تقدير الذات ،والقدرة على الإنجاز مما لذلك عظيم الاثر على حياة الفرد.

وتشير نتائج دراسة كل من (Evers& Brouwers,2005: 26-27) و ( Motamed & et al,2017:2) إلى أن عمليات التفكير السلبية لدى معلمي المدارس الثانوية تمنعهم من التفكير العقلاني أثناء عملهم، مما يساهم بشكل كبير في بداية الإرهاق، ومن المرجح أن تكون برامج التدريب للمعلمين أكثر فعالية عندما يتم أخذ نظام التفكير الإيجابي لدى المشاركين في الاعتبار؛ وينبع هذا من فكرة أن العوامل الشخصية هي على الأرجح نقطة انطلاق أسهل وأقوى لمعالجة أعراض الإرهاق من العوامل التنظيمية.

واشارت دراسة ( Motamed & et al,2017: 1-5) ايضا الى من الأساليب التي يمكن أن تكون فعالة في تحسين الوظيفة وتقليل ضغوط العمل هو التفكير الإيجابي والتفاوض، فهذه التقنية لها تأثير على سلوك الافراد للتعامل مع التجارب المجهدة والتغلب عليها، ويقوم الشخص الإيجابي بتقييم المواقف الصعبة والعصيبة بتفاوض ،ولديه تقدير جيد لقدرته على خدمة تموجات وصعوبات الحياة، يزيد التفكير الإيجابي والتفاوض من إنتاجية آراء الافراد ويحول أفكارهم الإيجابية وخصائصهم الفكرية وسلوكياتهم نحو اتجاه إيجابي، ويشجع الناس على المثابرة والسعي لتحقيق أهدافهم بفاعلية واتخاذ خطوات لتحسين نوعية حياتهم، واكدت الدراسة على ان التفكير الإيجابي والتفاوض لهما علاقة إيجابية في زيادة رضا الافراد وتحسن الأداء الوظيفي، كما اكدت الدراسة علي ان التدريب على التفكير الإيجابي يعزز قدرة وكفاءة الافراد وتعزيز السلوكيات الإيجابية، ويقلل من ضغوط العمل ويحسن نوعية الحياة، ويساعد على تقليل التوتر وزيادة التوافق المهني، وشارت ايضا الى ان استخدام التطبيقات الاجتماعية للهواتف الذكية مثل الواتساب والتليجرام وجوجل كلاس روم ( WhatsApp ، Telegram ، Google classroom) قد جعل الاتصال سريعًا ، فإن إجراء التدريس والتدريب الجماعي باستخدام هذه التطبيقات أمر سهل إلى حد ما.

واثناء قيام الباحثة بإجراءات التطبيق للبحث الخاص بالحصول علي درجة الماجستير للتربية في المناهج وطرق التدريس (تخصص التعليم التجاري) والمعنون " برنامج الالكتروني مقترح لتنمية بعض مفاهيم ومهارات المسؤولية المهنية والتوافق المهني لمعلمي المواد التجارية " لاحظت ضعف بعض قدرات أفراد مجموعة البحث من المعلمين على تقويم أفكارهم ومعتقداتهم، والتحكم فيها وتوجيهها لتحقيق ما توقعوه من النتائج الناجحة وتدعيم حل المشكلات من خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع متفائل تسعى به للوصول إلى حل المشكلة وهو ما يدخل في نطاق مرتكزات التفكير الإيجابي ويمثل شكلاً من أشكال المسؤولية المهنية والتي تهدف إلي:

- التزام المعلمين بأخلاقيات المهنة.
  - استيعاب المعلمين لطبيعة الطلاب ويعززون تعلمهم.
  - إتقان المعلمين للمادة التخصصية وطريقة تدريسها.
  - إدارة المعلمين العملية التعليمية للطلاب.
  - استخدام المعلم للتغذية الراجعة الذاتية في ممارساتهم. (محمد السيد، فاطمة البردويلي، 2021: 212-214) نقلا عن (اليونسيف، 2010: 47-48)
- وذلك في سياق المعايير العالمية للمسئولية المهنية للمعلم والتي تشمل القيم والمسئوليات المهنية، والمعرفة المهنية، والممارسة المهنية.
- وإذا كانت جوانب المسئولية المهنية للمعلم تشمل التمكن من أخلاقيات الممارسة المهنية ، والسعي المستمر لتعزيز التنمية الذاتية ، وتطوير المعرفة الشخصية والمهنية ، كما تشمل مهارات المسئولية المهنية مجموعة من الأنشطة والممارسات المهنية التي يقوم بها المعلم بهدف تحقيق أهداف العملية التعليمية من خلال تفعيل دور المتعلمين أثناء عمله، ووضع الخطط والإستراتيجيات المناسبة للتطوير المهني والتواصل بكفاءة وفعالية مع أولياء أمور المتعلمين مما يزيد من كفاءة عملية التعلم وحل مشكلات المتعلمين التي قد تعوق التعلم، ومن أهم مهاراتها ما يلي:

- مهارة التأمل في التدريس.
  - مهارة الاحتفاظ بسجلات دقيقة للطلاب.
  - مهارة الاتصال والتواصل مع أسرة الطالب.
  - مهارة الإسهام في أعمال المدرسة أو المنطقة التعليمية.
  - مهارة النمو المهني للمعلم. (إيهاب السعدي، 2011: 45)
- وتسعي المسؤولية المهنية لتنمية الأداء المهني للمعلم لتحقيق الأهداف الأربعة التالية:

- إضافة معارف مهنية جديدة.
- تنمية مهارات مهنية مطلوبة.
- تنمية وتأكيد القيم المهنية الداعمة للسلوك.
- امتلاك مجموعة القيم الداعمة لتحقيق تربية ناجحة للطلاب. (محمد مدبولي، 2000:

(37)

ولعل التفكير الإيجابي يأتي في مقدمة المهارات المهنية التعليمية المطلوبة للمعلم، والتفكير الإيجابي هو موقف ذهني يحتوي على أفكار وألفاظ وصور تساعد على النمو والانجاز والنجاح حيث يتوقع صاحبه نتائج طيبة لكل مشروع يقبل عليه، والفرد الإيجابي يتوقع الفرح والسعادة والصحة والنجاح لكل وضع ولكل عمل، وله وجهة نظر بأن ما يتوقعه الفرد يجده (زياد الحكيم، 2011: 20).

كذلك يري البعض أنه عكس التفكير السلبي الذي يتمثل في البحث عن السلبيات التي حدثت في الماضي والقلق والخوف من المستقبل وعيش الحاضر بأحاسيس واعتقادات سلبية تجعل الحياة سلسلة من التحديات والمشاكل وهناك أهمية توفير التغذية الراجعة الإيجابية لتحسين مستويات التفكير الإيجابي (يوسف اسليم، 2017: 12).

وهو امتلاك الفرد لعدد من التوقعات الإيجابية المتقابلة حول المستقبل ، واقتناعه بقدرته على النجاح في مختلف المجالات المرتبطة بحياته، فالتفكير الإيجابي يدفع الفرد الى التركيز على الهدف مما يتيح للفرد دراسة الاحتمالات ومعالجتها وبالتالي مقياس الأنسب منها ومن ثم تحقيق النتائج الإيجابية، ومعالجة داخلية لعناصر الموقف من جهة ومن جهة أخرى يقوم على تجهيز الفرد للمتغيرات الداخلية لديه ،اذ لا تتوفر في الموقف الإدراكي

الراهن وبذلك فإن التفكير يعتمد على عمليتين ذهنتين هما الاستقراء والاستنباط أو الاستنتاج.(بشرة قادير، فاطمة صبري،2019: 14،16).

وعرفته (رشا حفنى،2021: 174) بأنه نوع من أنواع التفكير يمكن للفرد من خلاله التحكم في أفكاره ومشاعره وتوجيهها إيجابيا من خلال خلق أفكار تساعد على التوقع الإيجابي للمستقبل، فيحفز ذاته بحديث ذاتي إيجابي ثم يستخدم كل قدراته وإمكاناته لتخطى العقبات وحل المشكلات التي تواجهه فيصبح واثقاً من حلها ومن ثم يتخذ القرار الصائب.

وتطرح أدبيات البحث في المجال سمات الافراد اصحاب التفكير الإيجابي كما اشار اليها كل من (حسام الهلالي،2013: 20-21) و(منال الخولى،2014: 203-204) و(زياد غانم،2005: 9-10) و(عبد الستار إبراهيم،2008: 12) و(ريم احمد، حسين الحسينى،2016: 136-140) بأنها:

- المرونة الفكرية فهو يتقبل اراء الاخرين وينحاز للحق، ويسعى الى معرفة المعلومات الجديدة سواء كان مؤيدا او مخالفا لها.
- اللباقة اللغوية، قادر إدارة الحوارات والمناقشات الحضارية والمثمرة والمفيدة له ولمن حوله.
- لديه فكر مستتير وقادر عل ابداء رأيه بكل حيادية وشفافية دون ان يجرح الاخرين.
- نقده بناء لمن حوله.
- متواضع فهو مدرك ان الكمال والمثالية لله وحده.
- مبدع فلديه حلولاً مختلفة وفعاله للمشكلات له ولغيره، ويمتلك أساليب مبتكرة وجدية تناسب التطور المحيط بنا.
- لديه قدرة على الإنجاز والعمل ومواجهة ضغوط الحياة.
- متفائل ولا يقبل الهزيمة.
- مقدر للحياة ومستمتع بها.
- لديهم ميول نحو اثبات ذاتهم والسعي نحو النجاح.

ورأى (حسام الهلالي، 2013: 21-23) ان من خصائص التفكير الإيجابي:

- التفاؤل.
- الذكاء الوجداني.
- الرضا وتقبل الذات.
- الكفاءة الشخصية.

مقومات التفكير الإيجابي (على الحسناوي، 2023: 386):

1- الوعي (Awareness): أول خطوات التفكير الإيجابي، فالوعي هو أساس تفتح الرؤى حول الواقعي الموضوعي والواقعي الذاتي في آن واحد، واستيعاب معطياتهم الإيجابية والسلبية، فالوعي هو أن تصبح على صلة بما أنت عليه، وما تشعر به وتفكر فيه وتفعله، وعندما يصبح الإنسان واعياً بما هو عليه وما يفعله في الحاضر، فإن أفق البحث تتجلى في البدائل والحلول بما يتيح التعامل الفعال مع الواقع الذاتي والموضوعي. (مصطفى حجازي، 2012: 90)

2- اليقظة الذهنية (Mindfulness): وهي حالة ذهنية مرنة تتمثل في الانفتاح على الجديد وما يستجد، وهي لذلك تمثل حالة متقدمة من الوعي بالإمكانات والفرص، فعندما نكون يقظين ذهنياً نصبح حساسين لما نملك من قدرات، حيث نغمس في الوضع ومعطياته بكثافة، وكذلك حساسين للمنظور وتغييره، وذلك على النقيض من انعدام اليقظة الذهنية حيث نتمسك بمنظور وحيد، ونقع بالتالي في فخ الحالات الذهنية المتصلبة التي لا تستطيع تجاوز الرؤية الراهنة والأحادية. (مصطفى حجازي، 2012: 95-96)

3- المرونة الذهنية والتلاؤم (Resilience): بأنها تلك القدرة على تدبير الأمور في الظروف الصعبة أو في المحن وذلك بالتصرف الجيد في الظروف التي تفرض المعوقات على النجاح، وتهدد نتائجه. (مصطفى حجازي، 2005: 334)

كما أن هناك عوامل مؤثرة في التفكير الإيجابي كما اشار اليها كل من (حسام الهلالي، 2013: 23-25) و(سام صقور، ديما حواط، 2016: 393-394) وتتمثل في:

- التنشئة الاجتماعية والتي تواجه نوعين من التحديات:

- داخلية نابعة من المجتمع ذاته وانظمته ومعاييره ونسقه المختلفة.
- خارجية نابعة من المتغيرات التي تدخل على ثقافة المجتمع من الثقافات الأخرى نتيجة للتفاعل معها سواء الإيجابي او السلبي.
- **المناخ الاسرى:** فلا تستطيع إي مؤسسة او هيئة القيام بالدور التربوي الذي تقوم به الاسرة في حياة افرادها فهي تشجعهم على استقلالية التفكير واتباع أسلوب مناسب للحوار والمناقشة، وتنمي بداخلهم حب الاستطلاع وتعززه لديهم.
- **المدرسة:** والتي تعمل مع الاسرة جانبا الى جنب في تربية وتعليم أبنائهم وتعزيز التفكير الإيجابي لديهم، فهي تقدم خدمات تربوية وتعليمية بشكل منظم ومخطط حسب المرحلة العمرية والعقلية للتلاميذ.
- **وسائل الاعلام المختلفة:** فلها تأثير مباشر وواضح وملحوظ على سلوك وتفكير المشاهدين، أيضا على مبادئهم ومدى تقبلهم وقدرتهم على التوافق مع المعايير الاجتماعية.
- ورأى (Hanoum،2021) ان هناك أربعة جوانب للتفكير الإيجابي وتتمثل في:
  - التكيف مع الواقع وهو التعرف على الواقع والتكيف معه بسرعة وقبوله ومحاولة التعامل معه.
  - الكلام غير القضائي وهو بيان يصف نفسه بناء على تقييم الظروف وهو مرن وغير متعصب في الرأي.
  - التوقعات الإيجابية وهو القيام بالتركيز على الفرح والتفاؤل وحل المشكلات والابتعاد عن الخوف من الفشل.
  - تأكيد الذات وهو التركيز على جوانب نقاط القوة لدى الفرد.
- واشارت كل من (منال الخولى،2014: 204-205)، (سامية محمد،2021: 1431-1432) ان من استراتيجيات التفكير الإيجابي ما يلي:
  - **التحدث الذاتي:** والتي تسهم في تعديل الأفكار السلبية وتغيير السلوكيات الخاطئة فللحوار الداخلي أهمية كبيرة في تعديل السلوك والأفكار.
  - **التعاون مع الآخرين:** وهو أحد المهارات التي يجب أن يتعلمها الفرد لتحقيق التوافق الجيد مع من يعيشون معه.
  - **النمذجة:** وهو يستخدم لتعديل السلوك المرفوض والأفكار الخاطئة عند الفرد.

- إعادة البناء المعرفي حيث ترتبط الأفكار التي يكونها الفرد بالمواقف التي يمر بها فإذا كان الموقف سار كانت الفكرة جيدة.
- مراقبة الذات: وهي تشير إلى تقييم مدى الاقتراب النسبي من الأهداف الموضوعية للأداء وتشير إلى الانتباه المعتمد الى أشكال السلوك المختلفة.
- أما مهارات التفكير الإيجابي، فقد اتفقت دراسة كل من (ناصر احمد، حسين الحسيني، 2016: 249-254)، و(هبة ابراهيم، 2018: 486)، و(رشا حفنى، 2021: 174) ان من مهارات التفكير الإيجابي ما يلي:
- مهارة التحدث الذاتي الإيجابي: وهي اكتساب مهارة الحوار التي تساعد على تحفيز الفرد لذاته وتقبلها من خلال التركيز على مصادر القوى الإيجابية داخله لتعزيز فكرة إيجابية أو التخلص من فكرة سلبية أو مواجهة مشكلة.
- مهارة التوقع الإيجابي: وهي شعور الفرد بالتفاؤل لشيء إيجابي والنظرة الإيجابية نحو مستقبله، واستغلال أفضل ما لديه من معارف ومهارات لتساعده على التقدم في الحياة فتوقع الفرد الإيجابي وثقته في النجاح يمكنه من تحقيق النجاح.

واضافت (رشا حفنى، 2021: 174):

- مهارة القيادة الذاتية للتفكير: وهي توجيه الفرد للأنشطة العقلية والأفكار وتبني معتقدات بناءة والبعد عن أخطاء التفكير مما يؤدي إلى سيطرة الفرد على انفعالاته وتحكمه في سلوكه بشكل إيجابي
  - مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار: وهي قدرة الطالبة على التفكير في حل المشكلات التي تواجهها واتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب وتحمله المسئولية الكاملة تجاه قرارها.
- واضافت دراسة كل من (ناصر أحمد، حسين الحسيني، 2016: 252-254)، و(هبة ابراهيم، 2018: 486) مهارة التخيل

واتفقت دراسة كل من (ريم احمد، حسين الحسينى، 2016: 133-137)، و(سامية محمد، 2021: 1430)، و(AL-Husaini, 2021)، ان من أبعاد التفكير الإيجابي:

- التفاؤل والتوقعات الإيجابية: وهو الميل نحو التفاؤل وتوقع نتائج جيدة في ضوء الجانب المشرق في الحياة وإمكانية تحقيق نتائج إيجابية رغم التحديات والصعوبات.
- قبول المسؤولية الشخصية: وهو تحمل المسؤولية وتجنب لوم الآخرين والتلطي بالشجاعة لتحمل المسؤولية عن القرارات التي يتخذها الفرد وهذا يحقق التميز عن الآخرين.

- التحكم العاطفي: وهو مراقبة العواطف والمشاعر والسيطرة عليها بالوعي الذاتي والقدرة على التعرف على المشاعر وتسميتها.

- الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية: اي مهاراته في توجيه الانتباه والذكريات والقدرة على التخيل في اتجاهات سليمة ومفيدة تتلاءم مع متطلبات الصحة النفسية وتنمية الرصيد المعرفي للإنسان.

- القبول الذاتي الغير مشروط: وهو القدرة على قبول الذات بشكل كامل وغير مشروط.
- القبول الإيجابي للاختلاف عن الآخرين: وهو تأكيد لمستوى الفرد والمرونة ومدى فهمه لوجهات النظر المختلفة وإدراكه أن الاختلاف بين الناس حقيقة منطقية.

واتفقت معهم دراسة (بشرة قادير، فاطمة صبرى، 2019: 9-10) في ثلاث ابعاد وهم (التقبل الغير مشروط للذات، التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين، التوقعات الإيجابية والتفاؤل)

بينما اشارت دراسة كل من (بشرة قادير، فاطمة صبرى، 2019: 28-29)، (حسام الهلالى، 2013: 40-42) الى مهارات التفكير الإيجابي وفق نظرية سيلجمان على النحو التالي:

- التوقعات الإيجابية نحو المستقبل
- المشاعر الإيجابية
- مفهوم الذات الإيجابي

- الرضا عن الحياة
- المرونة الإيجابية

واضافت (ريم احمد، حسين الحسيني، 2016: 133-137) بعض الأبعاد الأخرى مثل حب التعلم والنضج الصحي والشعور العام بالرضا والسماحة والارحية والذكاء الوجداني والمجازفة الإيجابية

- وانطلاقاً من المسلمات التالية:

**أولاً:** ما لاحظته الباحثة من ضعف بعض القدرات الإرادية لأفراد مجموعة البحث من المعلمين على تقويم أفكارهم ومعتقداتهم، والتحكم فيها وتوجيهها لتحقيق ما توقعوه من النتائج الناجحة كمرتكزات للتفكير الإيجابي.

**ثانياً:** أن مرتكزات التفكير الإيجابي تمثل شكلاً من أشكال المسؤولية المهنية، وتقع هذه المرتكزات في صميم أهدافها المعلنة سابقاً.

**ثالثاً:** أن المسؤولية المهنية للمعلم تشمل التمكن من أخلاقيات الممارسة المهنية، والسعي المستمر لتعزيز التنمية الذاتية، وتطوير المعرفة الشخصية والمهنية، كما تشمل مهارات المسؤولية المهنية مجموعة من الأنشطة والممارسات المهنية التي يقوم بها المعلم بهدف تحقيق أهداف العملية التعليمية، مما يستوجب حتمية امتلاك المعلم لمهارات التفكير الإيجابي.

**رابعاً:** أن من أهم العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي التنشئة والمناخ وغيرها تؤثر بالسلب والإيجاب على التنمية والتوافق المهني للمعلم.

**خامساً:** ان استراتيجيات التفكير الإيجابي: وهي تلك الأساليب التي يمكن للفرد أن يتبعها للتدريب على تعديل طريقة تفكيره أو أنماط سلوكه عبر: التحدث الذاتي، والتعاون مع الآخرين، وإعادة البناء المعرفي ومراقبة الذات.

- وبناء على بعض الدراسات التي تناولت التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى:

- كدراسة (حسام الهلالي، 2013) والتي كان من أهدافها التعرف علي درجة التفكير الإيجابي للمعلمين، والعلاقة بين التفكير الإيجابي وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية

وتكونت مجموعه الدراسة من (400) معلم ومعلمة تم اختيارهم بطريقة عشوائية وقام الباحث بتطبيق مقياسي التفكير الإيجابي وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية ولقد اكدت النتائج على شعور المعلمين بدرجة عالية من التفكير الإيجابي، وان هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير الإيجابي وأسلوب التعامل مع الضغوط النفسية.

• **دراسة (سناء فرج ، ٢٠١٥)** وهدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية البرنامج الإرشادي المقترح لرفع مستوى تقدير الذات، وتكونت عينة الدراسة من عدد (٣٠) مراهقاً ومراهقة تراوحت أعمارهم من ١٣-١٦ سنة موزعين بالتساوي على مجموعتين تجريبية وضابطة ، وقد أظهرت النتائج وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي في اتجاه القياس البعدي كما أظهرت وجود فروق بين درجات أفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس التفكير الإيجابي في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية .

• **دراسة (إيمان محمود، ٢٠١٧)** والتي هدفت إلى التعرف على علاقة التفكير الإيجابي بكل من التنظيم الذاتي للتعلم والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٥٢) طالب وطالبة من طلاب الصف الثاني الثانوي، واستخدمت الباحثة مقياس التفكير الإيجابي (إعداد الباحثة) ومقياس التنظيم الذاتي للتعلم (إعداد الباحثة) ، وأسفرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في درجات أبعاد مقياس التفكير الإيجابي وكذلك الدرجة الكلية للمقياس لصالح متوسطات درجات الإناث ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في درجات أبعاد مقياس التنظيم الذاتي للتعلم، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس لصالح متوسطات درجات الإناث.

• **دراسة (Motamed & et al,2017)** والتي هدفت إلى تحديد تأثير التفكير الإيجابي عبر تطبيقات التواصل الاجتماعي على جودة حياة العمل لبعض الفئات مثل الممرضات، حيث أجرى الباحثون دراسة شبه تجريبية قبل الاختبار البعدي مع مجموعة ضابطة، وتكونت عينة الدراسة من (100) ممرضة من مستشفى جامعة فاسا للعلوم الطبية وقسمت عشوائياً

إلى مجموعتين مجموعة ضابطة عددها (50) ممرضة ومجموعة تجريبية عددها (50) ممرضة وتم تطبيق برنامج التدريب على التفكير الإيجابي من خلال ارسال رسالة بالبرنامج إلى المجموعة التجريبية واستمر التدريب 3 أشهر، تم استخدام استبيان بروكس وأندرسون (Brooks & Anderson) لجودة الحياة العملية وتحليلها بواسطة برنامج SPSS 18، وأكدت النتائج ارتفاع متوسط الدرجات الإجمالية للاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية بشكل ملحوظ وكانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات جودة الحياة العملية في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية ( $p < 0.001$ ) وفي أبعاد جودة الحياة العملية والحياة المنزلية ( $p < 0.001$ )، تصميم العمل ( $p < 0.001$ )، سياق العمل ( $p < 0.001$ )، وعالم العمل ( $p = 0.003$ ) مما أكد على فاعلية برنامج التدريب على التفكير الإيجابي عبر تطبيقات وسائل التواصل الاجتماعي في تعزيز جودة حياة العمل للممرضات، وزيادة التوافق المهني لديهم.

• **دراسة (وفاء محمود، ٢٠١٨)** والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين عادات العقل والتفكير الإيجابي لدى طالبات الجامعة، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٣) طالبة من طالبات الجامعة منهن (٢٣٣) طالبة بكلية التربية و (٢٠٠) طالبة بكلية العلوم، وطبق عليهن مقياس عادات العقل، ومقياس التفكير الإيجابي من إعداد الباحثة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي، وأظهرت النتائج توافر عادات العقل لدى طالبات الجامعة حيث احتلت العادة العقلية (التساؤل وحل المشكلات المرتبة الأولى، بينما احتلت عادة التفكير وراء المعرفة المرتبة الأخيرة بين عادات العقل، كما أظهرت النتائج اختلاف ترتيب عادات العقل لدى أفراد العينة تبعاً لاختلاف متغير التخصص (علمي - إنساني)، كما تبين أن بعد التفاؤل والتوقعات الإيجابية قد احتل المرتبة الأولى لدى أفراد العينة بينما جاء بعد الضبط الانفعالي في المرتبة الأخيرة بين أبعاد التفكير الإيجابي لدى أفراد العينة باختلاف متغير التخصص (علمي - إنساني)، كما أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة بين عادات العقل والتفكير الإيجابي.

• **دراسة (رشا حنفى، 2021)** والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي وأسلوب حل المشكلات الحياتية لدى طلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (٦٥) طالب

وطالبة من جامعة عين شمس، وتم تطبيق الأدوات التالية مقياس التفكير الإيجابي (إعداد سناء فراج، مقياس أسلوب حل المشكلات الحياتية (إعداد الباحثة) ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين التفكير الإيجابي وأسلوب حل المشكلات الحياتية لدى طلاب الجامعة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في أبعاد أسلوب حل المشكلات الحياتية لصالح الذكور ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في أبعاد التفكير الإيجابي لصالح الذكور، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات الفرقة الأولى ومتوسطات درجات طالبات الفرقة الرابعة في أبعاد أسلوب حل المشكلات الحياتية لصالح الفرقة الرابعة ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات الفرقة الأولى ومتوسطات درجات طالبات الفرقة الرابعة في أبعاد التفكير الإيجابي لصالح الفرقة الرابعة ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلاب الكليات النظرية ومتوسطات طلاب الكليات العملية في أبعاد أسلوب حل المشكلات الحياتية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تختلف بين متوسطات الطلاب الكليات النظرية ومتوسطات طلاب الكليات العملية في أبعاد التفكير الإيجابي.

• **دراسة(هيام خلف الله، محمد الحلو،2022)** والتي هدفت الى التعرف علي فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لخفض مستوى الاجهاد النفسي لدى أمهات أطفال التوحد وتكونت عينة الدراسة من مجموعة واحدة تجريبية عددها (35) اما من أمهات أطفال التوحد وتم تطبيق البرنامج المقترح لتنمية التفكير الإيجابي ومن ثم تم تطبيق استبيان لمهارات التفكير الإيجابي قبلها وبعديا واسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في الاستبيان القبلي والبعدي للتفكير الإيجابي لصالح التطبيق البعدي مما يعني فاعلية البرنامج.

وفي ضوء ما سبق ؛ وبجانب ما اتضح للباحثة من أن هناك نقصاً في الإعداد والتأهيل المهني الأكاديمي والتربوي والتكنولوجي لمعلمي المواد التجارية أدى إلى قصور واضح في مفاهيم ومهارات مسؤولياتهم المهنية وعدم توافقه المهنى وأن الأمر يتطلب إعداد برنامج قائم على إستراتيجية التعلم الذاتي لتنمية مفاهيم ومهارات مسؤولياتهم المهنية من

خلال العمل على زيادة معارفهم ومهاراتهم التربوية والأكاديمية وما يستجد من المستجدات التكنولوجية وأساليب وطرق وإستراتيجيات التدريس بما يحقق توافقهم المهني المنشود، فقد ارتأت الباحثة ضرورة استخدام البرنامج المقترح في تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى معلمي المواد التجارية ( مجموعة البحث ) .

وعليه فإن معلمي المواد التجارية بحاجة ماسة إلى تنمية مهنية ذاتية مستمرة، تنمي كفاياتهم نحو مهنة التدريس ، وتزيد من معارفهم ومهاراتهم الإيجابية بتوقعات إيجابية نحو المستقبل، وتقدير لمفهوم الذات الإيجابي وبرضا عن الحياة، وبمرونة إيجابية بما يستجد من نظريات وممارسات تربوية تحقق لهم القدرة على اتخاذ القرارات التربوية السليمة ، وتحسن من أداءاتهم الوظيفية ، وتسهم في علاج الصعوبات التي قد تواجههم نتيجة التطورات التكنولوجية المتلاحقة بما يمكنهم من الاضطلاع بكامل مسؤولياتهم المهنية وتحقيق التوافق المهني المنشود؛ ومن هنا أتى إحساسها الكامل بأهمية قيامها بإعداد هذا البحث .

### مشكلة البحث:

تحدد مشكلة البحث في التساؤل الرئيس التالي:

ما فعالية البرنامج الإلكتروني المقترح في تنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية (مجموعة البحث)؟

ويتفرع عن هذا التساؤل الرئيس، التساؤلات الفرعية التالية:

- 1- ما مهارات التفكير الإيجابي اللازم تنميتها لدى معلمي المواد التجارية؟
- 2- ما فعالية البرنامج الإلكتروني المقترح في تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى معلمي المواد التجارية (مجموعة البحث)؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والاناث في القياس البعدي لمهارات التفكير الإيجابي؟

**هدف البحث:**

- الكشف عن فاعلية البرنامج الإلكتروني المقترح في تنمية مهارات التفكير الإيجابي.

**أهمية البحث:**

ترجع أهمية هذا البحث في أنه قد يفيد في: -

- 1- تنمية معارف ومهارات التفكير الإيجابي اللازمة لبناء المسؤولية المهنية وتحقيق التوافق المهني لمعلمي المواد التجارية بالتعليم الثانوي التجاري.
- 2- تطوير الأداء التدريسي، وتحقيق التوافق والرضا المهني للمعلم، وارتياح ورضاء أولياء أمور الطلاب.
- 3- تمكين مخططي المناهج وبرامج إعداد معلمي المواد التجارية في كليات التربية من تنمية القدرات الذاتية، وتطوير الأداء المهني، والاستفادة من المعطيات التكنولوجية في تطوير المحتوى واستخدام طرق وأساليب واستراتيجيات تدريس حديثة تلئم متطلبات العصر الرقمي، وتحقيق التنمية المهنية المستمرة ومهارات التفكير الإيجابي للمعلمين.
- 4- بناء وتنمية القدرات الإيجابية والجدارات الوطنية لخريجي هذا التعليم وتمكينهم من تحقيق الميزة التنافسية ومواكبة متطلبات سوق العمل.

**أدوات البحث:**

- 1- استبيان مهارات التفكير الإيجابي (من إعداد الباحثة).
- 2- البرنامج التدريبي الإلكتروني ودليل التنفيذ (من إعداد الباحثة).
- 3- مقياس مهارات التفكير الإيجابي (من إعداد الباحثة).

## حدود البحث:

- حدود بشرية: معلمو المواد التجارية في كافة التخصصات للمواد التجارية بمدرسة اطسا الثانوية الفنية التجارية المشتركة،المدرسة الثانوية الفنية التجارية بدمو،مدرسة على فراج الفنية المتقدمة التجارية،المدرسة الثانوية الفنية التجارية للبنات بالفيوم وتم اختيار تلك المدارس وسبب اختيار تلك المدارس هو موافقة المعلمين لاجراء تجربة البحث .
- حدود مكانية: محافظة الفيوم . جمهورية مصر العربية.
- حدود موضوعية: تنمية التفكير الإيجابي لدى معلمي المواد التجارية.
- حدود زمانية تطبيق البحث في الفصل الدراسي الثاني 2022-2023م.

## مجموعة البحث:

مجموعة من معلمي المواد التجارية بالمدارس الفنية التجارية بمحافظة الفيوم ، وعددهم (60) معلما وقد تم توسيع مدى مجموعة البحث فكان لابد من وجود من الذكور وعددهم (33) معلم ومجموعة من الاناث وعددهم (27) معلمة.

## فروض البحث:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي لصالح التطبيق البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي لصالح الذكور.

## منهج البحث:

- 1- استخدام المنهج الوصفي التحليلي: لتحديد الإطار النظري المرتبط بموضوع البحث ومتغيراته، وبناء أدواته، وعرض ومناقشة وتفسير نتائجه وتقديم توصياته ومقترحاته.
- 2- استخدام المنهج التجريبي/التصميم شبه التجريبي للوقوف على فعالية البرنامج، باعتماد تصميم المجموعة التجريبية الواحدة (قياسات قبلية . معالجة تجريبية . قياسات بعدية).

## إجراءات البحث وخطواته:

- للإجابة عن أسئلة البحث، وقياس صحة فرضه، تم اتخاذ الإجراءات التالية: -
  - 1- مراجعة الأدبيات التربوية الخاص بمتغيرات البحث.
    - إعداد أدوات البحث، وتمثل فيما يلي:
    - استبانة لمهارات التفكير الإيجابي (من إعداد الباحثة).
    - البرنامج التدريبي الإلكتروني ودليل التنفيذ (من إعداد الباحثة).
    - مقياس مهارات التفكير الإيجابي (من إعداد الباحثة).
  - 2- ضبط أدوات البحث من حيث (الصدق، الثبات، الموضوعية).
  - 3- استخدام البرنامج التدريبي الإلكتروني من حيث: الأهداف، والمحتوى، وطرائق وانشطة التدريب، وتكنولوجيا ووسائل التدريب، وأساليب التقويم؛ والذي تم تقرير مدى صلاحيته.
  - 4- تطبيق أدوات القياس قبلًا ورصد النتائج.
  - 5- تنفيذ البرنامج التدريبي الإلكتروني.
  - 6- تطبيق أدوات القياس بعديا.
  - 7- رصد النتائج ومعالجتها إحصائيا ومناقشتها.
  - 8- تقديم التوصيات والمقترحات.

## مصطلحات البحث:

### برنامج الكتروني:

عرفته الباحثة اجرائيا بأنه عملية استخدام الأجهزة الإلكترونية وتقنيات المعلومات والاتصالات الحديثة في تطوير العملية التعليمية وتسهيل الحصول على المعرفة وتزويد معلمي المواد التجارية بالمعارف والخبرات والمهارات طبقا لما يتناسب مع قدرة كل معلم واحتياجاته ودافعيته لمواجهة التغيرات التكنولوجية الهائلة وايضا لمواجهة متطلبات سوق العمل.

### التفكير الإيجابي:

عرفته الباحثة اجرائيا بأنه عدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة حول المستقبل، التي يمتلكها معلمي المواد التجارية ( مجموعة البحث ) وقناعاتهم بقدراتهم على النجاح في مختلف المجالات المرتبطة بحياتهم، والتركيز على الهدف مما يتيح دراسة الاحتمالات ومعالجتها ومقياس الأنسب منها ومن ثم تحقيق النتائج الإيجابية، والمعالجة الداخلية لعناصر الموقف من جهة ومن جهة أخرى تجهيز الفرد للمتغيرات الداخلية لديه استقرأً واستنباطاً او استنتاجاً .

### الإطار التجريبي للدراسة

تناول البحث: متغيرات، ومجموعة البحث، وأدواته، وضبطها علميا.

### أولاً: مجتمع ومتغيرات البحث:

متغيرات البحث: اشتمل البحث على المتغيرات الآتية:

- المتغير المستقل: محتوى البرنامج المقترح.
- المتغير التابع: بعض مهارات التفكير الإيجابي.
- مجموعة البحث: تمثلت مجموعة البحث في بعض من معلمي المواد التجارية، ببعض المدارس التجارية بمحافظة الفيوم.

**ثانيا: أدوات، وإجراءات البحث:****• أدوات البحث: أعدت الباحثة الأدوات الآتية:**

- 1- استبانة في مهارات التفكير الإيجابي اللازمة لمعلمي المواد التجارية.
- 2- البرنامج الإلكتروني المقترح.
- 3- مقياس مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية.

وفيما يأتي عرض مفصل لكل أداة منها، وإجراءات ضبطها وتطبيقها:

**1) استبانة مهارات التفكير الإيجابي اللازمة لمعلمي المواد التجارية:**

تم إعداد استبانة بالمهارات المناسبة لمعلمي المواد التجارية وفقا لمجموعة من الخطوات، بدأت: بتحديد هدف الاستبانة، وتحديد مصادر اشتقاقها، ثم التوصل بعد ذلك إلى قائمة مبدئية بالمهارات، ثم التأكد من سلامتها ومناسبتها، وصولا للصورة النهائية للاستبانة، وفيما يلي عرض لهذه الخطوات:

**أ - الهدف من الاستبانة:**

استهدفت الاستبانة: تحديد بعض مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية، وذلك لتميمتها من خلال استخدام البرنامج المقترح.

**ب - مصادر بناء وإعداد الاستبانة:**

تم إعداد استبانة مهارات التفكير الإيجابي اللازمة لمعلمي المواد التجارية من خلال المصادر الآتية:

- الاطلاع على البحوث، والدراسات، والأدبيات المتعلقة بمهارات التفكير الإيجابي مثل دراسة كل من (عبد الستار ابراهيم، 2010)، و(حسام الهاللي، 2013)، و(سناء عثمان، 2015)، و(مياده ربح، فاتح شنين، 2017)، (أماني المومني، سهيلة بنات، 2018)، و(بشرة قادير، فاطمة، 2019).

- ومن خلال استعراض مقاييس التفكير الإيجابي التي صممت بواسطة عدد كبير من الباحثين والتي تم الاطلاع على بعض منها ووجد أن هذه المقاييس تناولت التفكير الإيجابي لعينات مختلفة ولم تتناول لمعلمين المواد التجارية ، كما وجد تباين بين الدراسات في مهارات التفكير الإيجابي ، فبعض الدراسات توصلت لأربع مهارات مثل (دراسة رشا حفنى، 2021) ، و(ناصر احمد ،حسين الحسينى، 2016)، و(هبة ابراهيم، 2018) (التحدث الذاتي ،التوقع الذاتي ، القيادة الذاتية للتفكير، حل المشكلات واتخاذ القرار) ، والبعض توصل إلى ثلاث ابعاد مثل دراسة(بشرة قاديير ، فاطمة صبرى، 2019)(التقبل الغير مشروط للذات، التقبل الإيجابي للاختلاف عن الاخرين، التوقعات الإيجابية والتفاؤل ) ، ومنهم من وظفها في اربع مجالات مثل دراسة(حسام الهلالى، 2013)(التوقعات الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية)

- آراء بعض الخبراء والمتخصصين من خلال تحكيم الاستبانة.

#### ج- الاستبانة في صورتها الأولية:

اعتمادا على ما تضمنته المصادر العلمية ذات الصلة من مهارات، تم إعداد استبانة في صورتها مبدئية، تضمنت أربع مهارات من مهارات رئيسة للتفكير، وهي: (مهارة التقبل الذاتي و مهارة التقبل الإيجابي للآخرين و مهارة التفاؤل والتوقع الإيجابي و مهارة التقبل الإيجابي للعمل).

#### د - وصف الاستبانة:

تكونت استبانة مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية مما يأتي:

- **صفحة الغلاف:** وهذه الصفحة تتعلق بالبيانات الخاصة بعنوان البحث، والباحثة، وأسماء السادة هيئة الإشراف.

- **القسم الخاص ببيانات المحكم:** وهذا الجزء من الاستبانة مخصص لبيانات المحكم الشخصية.

- **القسم الخاص بمجال الاستبانة ومفرداته:** وقد اشتمل هذا الجزء على مفردات الاستبانة في شكل جدول متعدد الأعمدة والصفوف، وقد وضعت أمام كل مفردة من مفردات الاستبانة ثلاثة مستويات تبين درجة مناسبة كل مؤشر لمهارة رئيسية، كما تم تذييل الاستبانة بأماكن خالية؛ ليكتب فيها المحكم ما يراه مناسباً، وكان هذا في مفردات لم ترد وترون إضافتها.

هـ - **ضبط الاستبانة (صدق وثبات مهارات التفكير الإيجابي):**

**1) صدق استبانة مهارات التفكير الإيجابي:**

للتحقق من صدق استبانة مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية، قامت الباحثة بعرضها على مجموعة من السادة المحكمين (أعضاء هيئة التدريس) المتخصصين في المناهج وطرق التدريس؛ لإبداء الرأي في المهارات ومؤشراتها، وفي ضوء ملاحظاتهم، تم تعديل وإعادة صياغة وحذف بعض المؤشرات؛ لضمان صدقها، وأن بنودها شاملة، وأن لها علاقة عضوية بمهارات التفكير الإيجابي، وقد اقترح **بعض المحكمين حذف/ إضافة بعض المؤشرات، وتعديل صياغة بعض العبارات/ تنظيم بعض العبارات.**

وبعد الانتهاء من إجراء التعديلات على الصورة الأولية للاستبانة في ضوء التعديلات التي اتفق عليها السادة المحكمين، تم التوصل إلى الصورة النهائية لاستبانة مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية (ملحق 1).

**2) الأدوات التجريبية التعليمية، وتضمنت الآتي:**

أ- **البرنامج المحوسب لتنمية مهارات التفكير الإيجابي:**

وهو البرنامج المعد للبحث المسجل للحصول على درجة الماجستير الخاص بالباحثة والذي تم بناءه كما ورد بالبحث وفق الإجراءات التالية:

1-أسس بناء البرنامج المقترح.

2-خطوات بناء البرنامج المقترح.

3-إعداد دليل المعلم.

4-إعداد سيناريو للبرنامج المقترح.

ب- إعداد مقياس في مهارات التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية:

مرت عملية إعداد المقياس وضبطه بالخطوات الآتية:

1- تحديد الهدف العام للمقياس: استهدف هذا المقياس تحديد مدى امتلاك مهارات

التفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية مجموعة البحث في:

أ-مهارات التفكير الآتية: : بناء علي ما توصلت اليه الباحثة في الاستبيان

الخاص بمهارات التفكير الإيجابي فإن مهاراته هي( مهارة التقبل الذاتي و مهارة

التقبل الإيجابي للآخرين و مهارة التفاؤل والتوقع الإيجابي و مهارة التقبل

الإيجابي للعمل).

2- تحديد نوع مفردات المقياس: اعتمدت الباحثة على وضع التدرج الثلاثي للتعامل

مع المؤشرات المنتمية للمهارات الرئيسة للتفكير الإيجابي لمعلمي المواد التجارية.

3- شروط صياغة مفردات المقياس:

راعت الباحثة عند صياغة مؤشرات المقياس مجموعة الشروط الواجب توافرها؛

كي تكون المفردات صالحة لقياس ما وضعت لقياسه، والتي تمثلت في:

- وضوح المؤشر، أو الأسئلة وتحديدها بدقة.

- تجنب استخدام صيغ النفي في مقدمات عبارة المؤشر.

- لا تتضمن بدائل الإجابة المعطاة إجابة واحدة صحيحة تماما.

- الابتعاد عن التلميحات اللغوية والضمنية في صياغة المؤشرات.

- صياغة البدائل بحيث تخلو من الجمل الاعترافية.

وقد تكون المقياس من أربع مهارات رئيسة شملت (50) مؤشراً.

4- إعداد جدول مواصفات المقياس: قامت الباحثة بإعداد جدول مواصفات للمقياس؛ وذلك للتأكد من شموليته للموضوعات التي يتضمنها البرنامج المقترح، ولمهارات التفكير المراد تنميتها، بالإضافة إلى حساب الأوزان النسبية للمقياس كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (1) جدول مواصفات مقياس مهارات التفكير الإيجابي

البند	المهارة	رقم المؤشرات	عدد الأسئلة
1	التقبل الذاتي	19 :1	19
2	التقبل الإيجابي للآخرين	36 :20	17
3	التفاؤل والتوقع الإيجابي	44 :37	8
4	التقبل الإيجابي للعمل	50 :45	6
	المجموع		50

وجاء هذا الاختلاف في عدد المؤشرات الى ان دعم الابعاد بالمؤشرات جاء نتيجة لاستقراء الدراسات السابقة والرجوع الى ادبيات البحث التي اكدت على جملة مؤشرات تم عرضها على المحكمين فحذف ما حذف وادمج ما أدمج.

5- صياغة تعليمات المقياس: يساعد وضوح تعليمات المقياس ودقتها في إدراك المعلم لما هو مطلوب منه دون غموض أو ليس ويعد ذلك بيان لهدف المقياس ثم مجموعة من التعليمات الخاصة بالمقياس وكيفية الإجابة عنه.

6- وصف المقياس: يتكون مقياس مهارات التفكير الإيجابي الذي أعدته الباحثة مما يأتي:

- صفحة العنوان: وفي هذه الصفحة يتحدد نوع المقياس، وكذلك الفئة المستهدفة.
- صفحة تعليمات المقياس: وتتضمن التعليمات العامة للمقياس، التي توضح الهدف منه، وعدد مفرداته وما ينبغي عليهم القيام به للإجابة عن تلك المفردات، وبيانات الطالب، وكذلك زمن المقياس.

- **مفردات المقياس:** تألف المقياس من (50) مؤشراً تنتمي لأربع مهارات رئيسة، يجب المعلم عن مفردات المقياس في نفس صفحات المقياس؛ وذلك تيسيراً على المعلمين.

7- **ضبط المقياس:** اتبعت الباحثة الإجراءات العلمية؛ للتأكد من صدق المقياس، وثباته وتحديد معاملات السهولة والصعوبة والتباين لمفرداته.

أ- **صدق المقياس:**

لتحديد صدق المقياس استخدمت الباحثة طريقة الصدق الظاهري، وصدق المضمون لهذا المقياس كما يأتي:

- تم إعداد جدول مواصفات للمقياس؛ لتحديد درجة تمثيل المقياس وللمهارات التي تضمنها جميع مؤشراتها، وقامت الباحثة بحساب الأوزان النسبية لهذا المقياس.

- تم عرض المقياس، وجدول المواصفات على مجموعة من السادة المحكمين. المتخصصين، وبعض موجهي التعليم التجاري بمديرية التربية والتعليم بمحافظة الفيوم.

وقد اتفق معظم المحكمين على وضوح صياغة تعليمات المقياس، وكذلك مفرداته، ومناسبة المفردات لمجموعة البحث، وتمثيلها تمثيلاً جيداً لموضوعات البرنامج المقترح.

وفي ضوء الخطوة السابقة، قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اقترحتها السادة المحكمون وبهذا فقد تأكدت الباحثة من صدق المقياس ظاهرياً، وبالتالي أصبح المقياس صالحاً لإجراء التجربة الاستطلاعية، بعد تقدير درجة مفرداته، وتحديد طريقة تصحيحه، وذلك لتحديد معاملات السهولة والصعوبة والتباين لمفرداته، وحساب ثبات المقياس، والزمن المناسب للإجابة عن مفرداته.

ب- تحديد طريقة تصحيح المقياس:

- تحديد طريقة تصحيح المقياس: قامت الباحثة بوضع مفتاحاً متدرجاً (2 - 1 - 0) للإجابة عن كل مؤشر من مؤشرات المقياس وبالتالي تكون الدرجة الكلية للمقياس (100) مائة درجة.

الصدق والثبات لمقياس التفكير الإيجابي:

(أ)التأكد من صدق المقياس:

1- صدق المحكمين:

للتحقق من صدق المقياس على مجموعة من المحكمين وذلك بهدف تحديد ما يرونه لازماً وضرورياً من تعديلات أو مقترحات، ولقد أجرت الباحثة التعديلات اللازمة في ضوء آراء المحكمين بعد مراجعتها مع السادة المشرفين.

2- صدق الاتساق الداخلي:

تم تطبيق مقياس مهارات التفكير الإيجابي على عينة استطلاعية، وتم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لمقياس مهارات التفكير الإيجابي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات الابعاد الفرعية بالدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي التي حصلت عليها الباحثة من البحث الاستطلاعية، وكانت معاملات الارتباط كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (2)

مصفوفة الارتباط بين درجات الابعاد الفرعية بالدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي

م	الابعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	مهارة التقبل الذاتي	0.90	0.01
2	مهارة التقبل الإيجابي للآخرين	0.84	0.01
3	مهارة التفاؤل والتوقع الإيجابي	0.56	0.01
4	مهارة التقبل الإيجابي للعمل	0.61	0.01

يتضح من جدول (2) أنه تراوحت معاملات اتساق الموضوعات الفرعية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي مع الدرجة الكلية للمقياس بين (0.56، 0.90)، وجميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوي (0.01)، وهي معاملات مرتفعة، مما يشير إلى إمكانية النظر إلى مقياس مهارات التفكير الإيجابي بأبعاده الفرعية كوحدة كلية مع إمكانية الأخذ والتعامل بالدرجة الكلية له.

ويتضح مما سبق أن مقياس مهارات التفكير الإيجابي يتصف باتساق داخلي جيد، وبالتالي يمكن الاطمئنان إلى الصدق الداخلي للمقياس.

### ب) التأكد من ثبات المقياس:

قد تم التحقق من ثبات المقياس من خلال التجربة الاستطلاعية، إذ تم تجريب المقياس على عينة عشوائية من الـ 100 عن طريق حساب " معادلة ألفا - كرو نباخ"، وبلغت (0.70) وهي قيمة تشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

### التكافؤ

التكافؤ بين الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي لمقياس التفكير الإيجابي:

## جدول (3)

قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي لمقياس التفكير الإيجابي في كل بعد من الأبعاد التي يقيسها

الأبعاد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مهارة التقبل الذاتي	ذكور	33	23.91	2.47	1.51	غير دالة
	إناث	27	24.74	1.61		
مهارة التقبل الإيجابي للآخرين	ذكور	33	21.24	1.84	0.80	غير دالة
	إناث	27	21.63	1.88		
مهارة التفاؤل والتوقع الإيجابي	ذكور	33	10.33	1.38	0.52	غير دالة
	إناث	27	10.52	1.37		
مهارة التقبل الإيجابي للعمل	ذكور	33	7.79	1.14	1.10	غير دالة
	إناث	27	7.48	0.98		
المجموع الكلي	ذكور	33	63.27	4.40	1.02	غير دالة
	إناث	27	64.37	3.80		

يتضح من جدول (3) أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية في كل بعد من الأبعاد والمجموع الكلي. مما يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة في التطبيق القبلي لمقياس التفكير الإيجابي في كل بعد من الأبعاد والمجموع الكلي، مما يدل على تكافؤ المجموعتين قبلياً.

## نتائج البحث

يهدف هذا الجزء إلى عرض النتائج التي أسفر عنها البحث، والتحقق من صحة فروض البحث وتفسيرها، وتقديم التوصيات والبحوث المقترحة.  
قياس صحة فروض البحث: أولاً: قياس صحة الفرض الأول:

بالنسبة للفرض الأول من فروض البحث والذي ينص على ما يلي: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي لصالح التطبيق البعدي " للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي، ويتضح ذلك من الجدول التالي:

جدول (4) قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي ككل وفي كل مهارة من مهاراته

حجم التأثير (d)	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	التطبيق	الابعاد
12.23	0.01	46.95	2.15	24.28	60	القبلي	مهارة التقبل الذاتي
			2.56	51.00	60	البعدي	
13.26	0.01	50.91	1.85	21.42	60	القبلي	مهارة التقبل الإيجابي للآخرين
			2.21	46.25	60	البعدي	
7.75	0.01	29.78	1.37	10.42	60	القبلي	مهارة التفاؤل والتوقع الإيجابي
			1.69	21.18	60	البعدي	
7.92	0.01	30.40	1.07	7.65	60	القبلي	مهارة التقبل الإيجابي للعمل
			1.34	16.40	60	البعدي	
15.17	0.01	58.28	4.15	63.77	60	القبلي	المجموع الكلي
			5.97	134.83	60	البعدي	

يتضح من جدول (4) أن قيمة (ت) المحسوبة لكل بعد من الأبعاد والمجموع الكلي أكبر من قيمة (ت) الجدولية التي تساوي (2.00) عند مستوى ثقة 0.05

وتساوي (2.66) عند مستوى ثقة 0.01 عند درجة حرية (59)، وكذلك يتضح أن حجم التأثير كبير حيث أنه أكبر من (0.8)، وبذلك تم التحقق من صحة الفرض الأول:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي لصالح التطبيق البعدي.

ثانيا: قياس صحة الفرض الثاني:

بالنسبة للفرض الثاني من فروض البحث والذي ينص على ما يلي: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي لصالح الذكور "

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في القياس البعدي لمقياس التفكير الإيجابي، ويتضح ذلك من الجدول التالي:

جدول (5) قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي ككل وفي كل مهارة من مهاراته

حجم التأثير (d)	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	المجموعة	الابعاد
0.27	غير دالة	1.01	2.62	51.30	33	ذكور	مهارة التقبل الذاتي
			2.50	50.63	27	إناث	
0.15	غير دالة	0.55	2.01	46.39	33	ذكور	مهارة التقبل الإيجابي للآخرين
			2.46	46.07	27	إناث	
0.28	غير دالة	1.07	1.71	21.39	33	ذكور	مهارة التفاؤل والتوقع الإيجابي
			1.66	20.93	27	إناث	
0.01	غير دالة	0.04	1.39	16.39	33	ذكور	مهارة التقبل الإيجابي للعمل
			1.31	16.41	27	إناث	
0.25	غير دالة	0.93	5.92	135.48	33	ذكور	المجموع الكلي
			6.04	134.04	27	إناث	

يتضح من جدول (5) أن قيمة (ت) المحسوبة لكل بعد من الأبعاد والمجموع الكلي أقل من قيمة (ت) الجدولية التي تساوي (2.00) عند مستوى ثقة 0.05 وتساوي (2.66) عند مستوى ثقة 0.01 عند درجة حرية (58)، وكذلك يتضح أن حجم التأثير صغيرة حيث أنه أقل من (0.50)، وبذلك تم التحقق من عدم صحة الفرض الثاني، وقبول الفرض البديل، ونصه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي.

### فاعلية البرنامج:

ولتحديد فاعلية البرنامج المقترح في تنمية مهارات التفكير الإيجابي قامت الباحثة بحساب النسبة المعدلة للكسب ودالاتها في مقياس مهارات التفكير الإيجابي، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (6) النسب المعدلة للكسب لبلانك ودالاتها لمقياس التفكير الإيجابي

الدالة الإحصائية	النسبة المعدلة للكسب	النهاية العظمى	متوسط درجات التطبيق البعدي	متوسط درجات التطبيق القبلي	الدليل الإحصائي الأداة
دالة إحصائية	1.30	150	134.83	63.77	مقياس مهارات التفكير الإيجابي

من جدول (6) يتضح أن النسبة المعدلة للكسب لمقياس التفكير الإيجابي أكبر من (1.20) مما يدل على فاعلية البرنامج المقترح في الجوانب التي يقيسها مقياس مهارات التفكير الإيجابي، وهذه النتائج تؤكد النتائج السابقة وهذا ما اتفق مع دراسة (Motamed & et al,2017)، ودراسة (هيام خلف الله، محمد الحلو،2022).

## المراجع العربية:

- إبراهيم، عبد الستار (2008). *عين العقل (الدليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني والمهارات الإيجابية) ط1*. سلسلة الممارس النفسي. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- إبراهيم، عبد الستار (2011). *العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث اساليبه وميادين تطبيقاته*. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- إبراهيم، هبة حسن حسن (2018). أثر التفكير الإيجابي على اكتساب طفل الروضة المهارات الحياتية: دراسة وصفية. *مجلة الطفولة والتربية*، كلية رياض الاطفال، جامعة الاسكندرية، 10(36)، 473-506.
- احمد، ريم رمضان؛ الحسينى، حسين محمد سعد الدين (2016). التفكير الإيجابي. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*، 3(127)، 2-150.
- احمد، ناصر بدر ضيف؛ الحسينى، حسين محمد سعد الدين (2016). التفكير الإيجابي لدى عينة من طلاب المرحلة الاعدادية. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنصورة، 2(3)، 235-261.
- إسماعيل، محمد يوسف (2007). *فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتكنولوجيا التعليم قائم على الموديولات في تنمية مهارات التدريس لمعلمي الفصول بالصفوف الأولى من التعليم الأساسي* (رسالة ماجستير). معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة .
- اسليم، يوسف فهمى (2017). *التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الانفعالي لدى عينة من خريجي الجامعات الفلسطينية* (رسالة ماجستير) ،الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الحسناوي، علي داخل جبر (2023). الوعي بالأبداع وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى طلبة كلية التربية الاساسية. *مجلة كلية التربية جامعة واسط*، 50 (1)، 371-398 .
- الحكيم، زياد (2011). *ماهية التفكير الإيجابي*. تم الاسترجاع من <https://www.raya.ps/articles/8016.html> بتاريخ 2023/4/3.
- الخولى، منال على محمد (2014). أثر برنامج تدريبي قائم على تحسين التفكير الإيجابي في مهارات اتخاذ القرار ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات الجامعة المتأخرات دراسياً. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، 2(48)، 196-242.

السعدي، ايهاب إبراهيم (2011). *المسئولية المهنية للمعلم* رسالة دكتوراه (، كلية التربية ابن حيان. للعلوم الصرفة ، بغداد ، العراق .

السيد، محمد سيد محمد؛ البردويلي، فاطمة محمد (2021). *المسئولية المهنية لمعلمات رياض الاطفال في ضوء متطلبات الثورة الصناعية الرابعة*. مجلة كلية التربية في العلوم التربوية، جامعة عين شمس، (1)45، 171-252.

القمش، مصطفى نوري؛ الجوالدة، فؤاد عيد (2016). *تعليم التفكير (ط1)*. عمان، الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

المؤمنى، أماني على؛ بنات، سهيلة محمود صالح (2018). *التفكير الإيجابي وعلاقته بمشاعر الفقدان لدى الامهات اللواتى توفى ابناؤهم في الاردن* (رسالة ماجستير). كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الاردن، 1-155.

الهلالى، حسام محمد منشد (2013). *التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين* (رسالة ماجستير). كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة كربلاء، العراق.

باشا، شيماء عزت باشا (2015). *علم النفس الإيجابي رؤية معاصرة*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

حجازي، مصطفى (2005). *الانسان المهودر ط1*. لبنان، بيروت: المركز الثقافى العربي حجازي، مصطفى (2012). *اطلاق طاقات الحياة ط1*. القاهرة: دار التنوير للطباعة والنشر والتوزيع.

حبنى، رشا مصطفى (2021). *التفكير الإيجابي وعلاقته بأسلوب حل المشكلات الحياتية لدى طالب الجامعة*. مجلة بحوث، جامعة حلب، سوريا، 1(1)، 170-206.

خلف الله، هيام عبد ربه إبراهيم؛ الحلو، محمد وفائي علاوي سعيد (2022). *فاعلية برنامج تنمية مهارات التفكير الإيجابي لخفض مستوى الاجهاد النفسي لدى أمهات أطفال التوحد* (رسالة ماجستير). الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

ربوح، ميادة؛ شنين، فاتح الدين (2017). *علاقة التفكير الإيجابي بمهارات التواصل لدى مستشارى التوجيه والارشاد المدرسي والمهني: دراسة ميدانية بكل من مدينة ورقلة*

- وتقرت والوادي(رسالة ماجستير).كلية العلوم الانسانية والاجتماعية.جامعة قاصدى مرياح،ورقلة،الجزائر .
- رمضان ،وفاء محمود (2018).اسهام عادات العقل في التنبؤ بالتفكير الإيجابي لدى طالبات الجامعة (رسالة دكتوراه ).كلية التربية،جامعة بنها.
- صقور ،سام، حواط ،ديما (2016). التفكير الإيجابي وعلاقته بالرضا الوظيفي :دراسة ميدانية لدى عينة من خريجي معلم الصف فى مدارس اللاذقية .مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية-سلسلة الاداب والعلوم الإنسانية، 38(5)، 389-409.
- عثمان ،سناء فراج (2019).فاعلية برنامج ارشادى لتنمية التفكير الإيجابي كمدخل لتحسين مستوى تقدير الذات لدى مجموعة من المراهقين (رسالة دكتوراه).كلية البنات للآداب والعلوم والتربية ،جامعة عين شمس.
- غانم، زياد بركات (2005).التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة:دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية .مجلة دراسات عربية فى علم النفس 3(85)، 4-138.
- قادير،بشرة، صبرى ،فاطمة الزهراء (2019).فاعلية برنامج ارشادى قائم على تنمية مهارات التفكير الإيجابي في خفض مستوى قلق المستقبل لدى متربصات التكوين المهني:دراسة ميدانية بمركز التكوين المهني والتمهين زويدي عبد القادر-ورقلة(رسالة ماجستير).جامعة قاصدى مرياح،ورقلة،الجزائر .
- لطفى،ايمان محمود (2017).التفكير الإيجابي وعلاقتة بكل من التنظيم الذاتي للتعلم والتحصيل الدراسى لدى طلاب المرحلة الثانوية (رسالة ماجستير).كلية التربية النوعية،جامعة الزقازيق.
- محمد ،سامية محمد صابر (2021). التلابية وتنمية التفكير الإيجابي.المجلة التربوية ،كلية التربية،جامعة سوهاج،(91)، 1424-1441.
- مدبولى،محمد عبد الخالق.(2002)التنمية المهنية للمعلمين:الاتجاهات المعاصرة-المدخل الاستراتيجية.العين:دار الكتاب الجامعى .

## المراجع الأجنبية

- AL-Husaini, A., S., A., (2021). The effect of teaching the art of decoration according to the habits of the mind on Developing positive thinking skills and achievement among sixth grade students in the state of Kuwait. *International Journal of Education, Learning and Development*, 9, 1, 42-54, Print ISSN: 2054-6297(Print), Online ISSN: 2054- 6300(Online)
- Hanoum, M., Prestiana, N.,D.,I., Meylinda, A., Septiningtyas, D.,T.,& Puspitasari, S., (2021). Training on positive thinking and self- efficiency in developing thesis. *The International Conference on Government Education Management and Tourism (ICOGEMT) Bandung,Indonesia, January 9th, 2021.*
- Sykes ,G. (1996). Reform of and as professional development. *Phi delta kappan*, 77(7) ,464.
- Pourrazavi, S., & Hafezian, M. (2017). The Effectiveness of teaching positive-thinking skills on adjustment of high-school students. *Journal of school psychology*, 6(1), 26-47.
- Evers, W., Tomic, W., & Brouwers, A. (2005). Constructive thinking and burnout among secondary school teachers. *Social Psychology of Education*, 8, 425-439.
- Motamed-Jahromi, M., Fereidouni, Z., & Dehghan, A. (2017). Effectiveness of positive thinking training program on nurses' quality of work life through smartphone applications. *International scholarly research notices*, 2017.