

فعالية برنامج تدريبي في تحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

إعداد

بسندة عاطف علي زين

إشراف

د/ منار فتحي عبد اللطيف

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة بني سويف

أ. محمد مصطفى طه

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة بني سويف

الملخص: يهدف البحث إلى تحسين التفكير الإيجابي من خلال البرنامج التدريبي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وطُبق البحث على عينة قوامها (٢٠) تلميذاً قد تراوحت أعمارهم الزمنية بين (٩ - ١٢) عاماً، بمتوسط عمري قدره (١١.٢٦) عاماً، وانحراف معياري قدره (٠.٤٧)، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة، قوام كل منهما (١٠) تلميذاً، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس التفكير الإيجابي، والبرنامج التدريبي، وأسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج التدريبي في تحسين التفكير الإيجابي لدى أفراد المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي مقارنة بالمجموعة الضابطة وبالمقارنة أيضاً مع التطبيق القبلي للمجموعة التجريبية، كما أسفرت عن أنه لا توجد فروق دالة احصائية بين القياسين البعدي والتتبعي لدى المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: البرنامج التدريبي - التفكير الإيجابي.

Abstract: The research aimed to identify the effectiveness of the training program to improve positive thinking among primary school students. The research was applied to a sample of (20) students whose ages ranged between (9 - 12) years, with an average age of (11.26) years, and a standard deviation of (0.47). They were divided into two equal groups, the first experimental and the second control, each consisting of (10) students. The study tools included a positive thinking scale and the training program. The results of the study resulted in the effectiveness of the training program in improving positive thinking among members of the experimental group in the post-application. Compared to the control group and also compared to the pre-application of the experimental group, it also resulted that there were no statistically significant differences between the post and follow-up measurements for the experimental group.

Key words: Training program - positive thinking.

مقدمة البحث

يعد التفكير عاملا من العوامل الأساسية في حياة الإنسان فهو الذي يساعد على توجه الفرد في حياته كما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من الأخطاء وبه يستطيع الإنسان السيطرة والتحكم على أمور كثيرة وتسييرها لصالحه.

ولقد استقر مفهوم التفكير الإيجابي من خلال عدد من المفاهيم المختلفة منها التفكير البناء Constructive Thinking الذي قدمته النظرية البنائية وهو يركز على اكتساب مهارات نفسية لمواجهة المشكلات، ومنها التفكير الفرصة Opportunity Thinking والذي قدمه سوليفان (1953) والذي يركز على زيادة انتباه الفرد وتفكيره في أبعاد النجاح في أي مشكلة والجوانب التي تؤدي إلى تحدي المشكلة وحلها، وليس التركيز على جوانب الفشل فيها، ويفترض بذلك أن أصحاب هذا النوع من التفكير يؤمنون باعتقادات وقناعات راسخة يوجهون بها تفكيرهم إلى المحاولة من أجل النجاح وليس المحاولة والخطأ (Gorges et al., 2018).

فالتفكير هو العملية التي عن طريقها يتشكل التمثيل العقلي الجديد من خلال تحويل المعلومات عن طريق التفاعل المعقد بين الخصائص العقلية لكل من الحكم Judging، والتجريد Abstracting، والاستدلال Reasoning، والتخيل Imaging، وحل المشكلات Problems Solving، فالتفكير هو أكثر ثلاثة عناصر تتضمنها العملية الفكرية شمولاً، ويتصف باتساعه أكثر من اتصافه بالضيق والاستبعاد فعندما نقرأ كتاباً ما فمن المفترض أن المعلومات تمر عبر سلسلة من المعالجات التي تبدأ من المخزن الحسي وتنتهي في مخزن الذاكرة (روبرت سولسو، ٢٠٠٠، ٦٥٦).

ونجد أيضاً أن عملية التفكير تتميز بأنها إنسانية وتتضمن عملية تنميتها وتعلمها جهوداً متميزة من أطراف عديدة في مراحل العمر المختلفة وهي ذات صلة بالنواحي الوراثية والبيئية من حيث المجالات المختلفة الجسمية والاجتماعية والانفعالية والثقافية والحضارية.

ويقوم التفكير الإيجابي على الاعتقاد القائل بأن العقل يستطيع أن يؤثر بقوة على الجسم، وفي الولايات المتحدة جاءت فكرة - أن العقل لديه القوة الغالبة على قوة الجسد - ملائمة

لطبيعة المجتمع الأمريكي، لأن هذه الفكرة تتلاءم مع الثقافات العديدة والمختلفة في المجتمع الأمريكي، تلك التعددية التي تقوم علي أساس (الاعتقاد في قوة الفرد، وتحمل الأفراد لمسئولياتهم، والحاجة إلي الفهم والتحكم في النتائج والأحداث الموجودة في حياتنا) كما شجعت هذه الفكرة المرضي علي لعب دور إيجابي في عملية شفائهم (Jones, 2013, 5-6) .

فيمكن لأفكارك أن تحمل إليك السعادة أو الحزن، وقد يتم ذلك على الفور في بعض الأحيان، وقد تجعلك مشوش الانتباه ومحبطاً، وقد تجعلك محبوباً من الآخرين أو مرفوضاً، تشعر بالثقة أو غير آمن، إيجابياً أو سلبياً، ويمكن لأفكارك أن تجعلك ناجحاً أو فاشلاً أو متجاهلاً. فإذا فكرت بشأن النجاح والثقة، فسوف تشعر بالقوة والكفاءة وسوف يتحسن أدائك في أي شيء تحاول القيام به.

وظهر الاهتمام في الآونة الأخيرة التركيز على بناء البرامج التدريبية لتحسين التفكير الإيجابي لدى التلاميذ، والتي تحول دون استذكارهم، كما يواجه التلاميذ ضغوطاً مستمرة بالاستذكار والاختبارات؛ مما يجعلهم يؤجلونها إلى آخر لحظة مسبباً لهم التوتر، وزيادة القلق المصاحب للاختبار مما ينعكس سلباً علي النتيجة النهائية للعام الدراسي.

مشكلة الدراسة

تشير الدراسات النفسية والتي منها دراسة (Ykema, 2000)، دراسة (Morgan, 2003)، دراسة (Can & Semerci, 2007)، دراسة (Thomson, 2009)، دراسة (Myles-Pallister, Hassan, Rooney, Kane, 2014)، دراسة (Atoum & Hadad, 2015)، دراسة (Kingpum, Ruangsuwan & Chaicharoen, 2015)، دراسة (Woodford, 2015)، دراسة (Han-Yu Hwang, & Hong-Sheng, 2016)، دراسة (Ziadat & Al Ziyadat, 2016)، دراسة (Smalls, 2018) إلى أن مشكلات التلاميذ في مرحلة التعليم الابتدائي من أكثر المشكلات التي تواجه النظام التعليمي في الوقت الحاضر، وغالبا ما ترتبط هذه المشكلات بخفض التفكير الإيجابي، والذي يمكن أن يكون له أثر في مختلف المشكلات التي يواجهها التلاميذ في تلك المرحلة، ولذا أصبح من الضروري وضع برنامج تدريبي لتنمية التفكير الإيجابي لدى هؤلاء التلاميذ، إلى جانب أنه لا توجد

دراسات على المستوى المحلي - في حدود إطلاع الباحثة - تناولت تدريب تلاميذ المرحلة الابتدائية على التفكير الإيجابي لديهم، ومن هنا يمكن بلورة مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيس التالي:

ما فعالية البرنامج التدريبي لتنمية التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية؟
ويتفرع منه الأسئلة التالية:

- ١) ما الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتفكير الإيجابي؟
- ٢) ما الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للتفكير الإيجابي لدى المجموعة التجريبية؟
- ٣) ما الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للتفكير الإيجابي لدى المجموعة التجريبية؟

أهداف الدراسة

استهدفت الدراسة الحالية إلى:

- ١- التعرف على مدى فعالية البرنامج التدريبي لتحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٢- الكشف عن مدى استمرارية فعالية البرنامج التدريبي في تحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

أهمية الدراسة

أ - الأهمية النظرية:

- ١) تتبع أهمية الدراسة من نوع المشكلة التي تتعرض لها حيث تتناول التفكير الإيجابي.
- ٢) ندرة الأبحاث التي أجريت على تلاميذ المرحلة الابتدائية وتتناول التفكير الإيجابي وذلك على المستوى المحلي - في حدود إطلاع الباحثة.
- ٣) تستعرض الباحثة في دراستها بعض البحوث والدراسات العربية والأجنبية والتي تتناول مشكلات تلاميذ المرحلة الابتدائية ومنها مشكلة التفكير الإيجابي - وذلك على سبيل المثال لا الحصر - حتى تحقق نمو وتراكمية العلم.

ب- الأهمية التطبيقية:

(١) إن أهمية الدراسة يمكن أن ترجع إلى توفير برامج إرشادية تم إعدادها لكي تسهم في تحسين التفكير الإيجابي من خلال عرض التراث السيكولوجي لتلاميذ تلاميذ الابتدائية ومنه الدراسات السابقة التي توضح ما تم استخدامه من إستراتيجيات إرشادية.

(٢) تصميم العديد من الأدوات السيكومترية التي تسهم في تحديد أدق وفهم أفضل للدراك مثل دليل الظروف والعوامل المؤدية لنشأة القصور في التفكير الإيجابي.

(٣) إشراك الوالدين في تنفيذ البرنامج من خلال إرشادهم وتدريبهم على الأساليب المتبعة لتحسين التفكير الإيجابي.

(٤) قلة الدراسات العربية وذلك في- حدود إطلاع الباحثة - التي تناولت التفكير الإيجابي من حيث التشخيص وتقديم البرامج الإرشادية.

مصطلحات الدراسة

البرنامج التدريبي:

يعد نظاماً يقوم على تحديد المبادئ، والاستراتيجيات الي ثبت فعاليتها في علاج المشكلات، وتلائم حاجات العميل (محمد أبو النور، ٢٠٠٠، ٢٥٢).

التفكير الإيجابي

هو التفكير الذي يؤدي بالفرد إلى المقدره على إدارة الأزمات، ومشاعر إيجابية متفائلة، ورؤية مشرقة، وانتقاء استراتيجيات المواجهة الإيجابية، والضبط الشخصي للمشاعر والأفكار السلبية عند مواجهة مختلف التوترات وضغوط الحياة، ويتميز كذلك بالقوى والموارد النوعية الإيجابية التي تدعم السعادة والرضا عن الحياة؛ ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها تلاميذ المرحلة الابتدائية على مقياس التفكير الإيجابي المستخدم في الدراسة.

محددات الدراسة

تحدد نتائج الدراسة الحالية بعينته، ومحتوى البرنامج، والأدوات المستخدمة، ومصطلحاتها وأهدافها، والفروض الخاصة بها، والأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة بياناتها.

دراسات سابقة

حاولت دراسة (Morgan, 2003) الكشف عن فعالية التفكير الإيجابي والسلبي في تعلم مهارات حاسوبية تقليدية باستخدام نمطين من أنماط التغذية الراجعة الإيجابية والسالبة. وشارك في تلك الدراسة (٨٦) من تلاميذ الجامعة من كلا الجنسين. وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها عدم وجود فروق في مستوى تعلم مهارات حاسوبية يمكن عزوها إلى نمط التفكير الإيجابي أو السلبي، بينما أظهرت الدراسة فروقاً بين الجنسين في استخدام التغذية الراجعة في التعلم تعزي للتفكير الإيجابي لصالح الذكور الذي تفوقوا في هذا الصدد.

وهدف دراسة أماني إبراهيم (٢٠٠٥) إلى التحقق من فاعلية التدريب على ميكانيزمات التفكير الإيجابي في خفض الضغوط النفسية وزيادة القدرة على تحملها وإمكانية التعامل معها. وتكونت العينة من (٦٠) تلميذة ممن يعانون من ضغوط حياتية تم تقسيمهن إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٣٠) تلميذة. واستخدمت الدراسة مقياس مواقف الحياة الضاغطة (زينب شقير، ٢٠٠٣)، اختبار أسلوب الحياة (Ginger et al.,)، واختبار التفكير الإيجابي (إعداد الباحثة). وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج المقترح والقائم على ميكانيزمات التفكير الإيجابي ومن أهمها حديث الذات الإيجابي في التخفيف من حدة الضغوط لدى أفراد عينة الدراسة.

واستهدفت دراسة (Can & Semerci, 2007) تقصي أثر التدريب باستخدام استراتيجية القبعات الست في الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. وتشكلت عينة الدراسة من (٥٠) من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدرسة Bahçelievler بمقاطعة Elazig. وتبنت الدراسة المنهج التجريبي القائم على القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة. وتم تخطيط الدروس اليومية الخاصة بأفراد المجموعة التجريبية استناداً إلى استراتيجية القبعات الست، بينما تم الارتكان إلى الطرق التقليدية القائمة على المحاضرة في المجموعة الضابطة. وتم الحصول على بيانات الدراسة من خلال الاختبارات التحصيلية وأسئلة المقابلات. وبالنسبة للنتائج، فقد أشارت إلى فعالية أسلوب القبعات الست

في تحسين الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية مقارنة بغيرها من الطرق التقليدية.

وقد استهدفت دراسة يوسف العنزي (٢٠٠٧) التحقق من أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي بدولة الكويت. وأسفرت نتائج الدراسة عن كون التفكير التفكير الإيجابي أحد العمليات المعرفية الهامة التي لها أثر إيجابي في تحسين التأخر الدراسي لدى تلاميذ الفرقة الرابعة والتي تعد من أخطر المشكلات التي تواجه المدرسة وتعوق أداء رسالتها.

وهدف دراسة (Thomson, 2009) إلى التعرف على مدى تأثير برنامج لتنمية مهارات التفكير على التحصيل وتطور السلوكيات الذكية (عادات العقل) لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية الموهوبين. وتكونت عينة الدراسة من (٢٩١) تلميذاً في الصفوف الدراسية (١ - ٢ - ٣) بالإضافة إلى (٧) من المعلمين لهؤلاء التلاميذ. وانتهت الدراسة إلى القول بفعالية البرنامج القائم في تحسين عادات العقل ومهارات الاستنتاج والتفكير، وأوصت بضرورة تنمية عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

وهدف دراسة منال الخولي (٢٠١٢) إلى تقصي أثر برنامج تدريبي قائم على تحسين مهارات التفكير الإيجابي في مهارات اتخاذ القرار ومستوى الطموح الأكاديمي لدى تلاميذ الجامعة المتأخرين دراسياً. وتبنت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتكونت عينتها من (٢٧) من التلميذات المتأخرات دراسياً، واللاتي تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية قوامها (١٤) تلميذة، والأخرى ضابطة مكونة من (١٣) تلميذة. واستخدمت الدراسة اختبار كاتل للذكاء، بينما قامت الباحثة بإعداد مقياس مهارات اتخاذ القرار، مقياس الطموح الأكاديمي، مقياس التفكير الإيجابي اختبار تحصيل القواعد النحوية وبرنامج التفكير الإيجابي. وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارات اتخاذ القرار في القياس القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، كما أشارت أيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للطموح الأكاديمي لصالح المجموعة التجريبية.

واستهدفت دراسة عبد الرحمن الشافعي (٢٠١٣) التحقق من أثر التفكير الإيجابي والتدعيم الذاتي في ضوء البرمجة اللغوية العصبية على الأداء الأكاديمي لدى تلاميذ الصف الثالث الإعدادي. وتبنت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتكونت عينتها من (٢٠) من التلاميذ ذوي التفكير السلبي، والذين تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية (ن = ١٠) وضابطة (ن = ١٠). واستخدمت الدراسة اختبار التفكير الإيجابي، واختبار التحكم الذاتي، واختبار تحصيلي في مادة اللغة العربية للصف الثالث الإعدادي. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمتغيرات الدراسة لصالح القياس البعدي. وانتهت الدراسة إلى القول بأهمية التدريب على التفكير الإيجابي في ضوء البرمجة اللغوية العصبية في زيادة الأداء الأكاديمي.

وقد استهدفت دراسة جابر عبد الحميد وآخرون (٢٠١٤) الكشف عن فعالية برنامج تدريبي قائم على مهارات التفكير الإيجابي في تنمية مهارات حل المشكلات لدى تلاميذ الحلقة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم الاجتماعي. وتكونت عينة الدراسة من مجموعة قوامها (٢٠) تلميذة تراوحت أعمارهن ما بين (١٢ - ١٥) عاماً من مستوى اقتصادي واجتماعي متوسط. وتم تقسيمهن إلى مجموعتين، إلا أنه تم استبعاد (٤) تلميذات لعدم استكمالهن جلسات البرنامج وحضور القياس البعدي، وبذلك صار حجم العينة النهائي (٨) تلميذات للمجموعة التجريبية و(٨) تلميذات للمجموعة الضابطة. ولجمع البيانات، تم استخدام مقياس حل المشكلات ومقياس مهارات التفكير الإيجابي. وتوصلت الدراسة إلى القول بالأثر الإيجابي للبرنامج في تحقيق أهدافه السالف ذكرها.

واستهدفت دراسة مروى عبد الوهاب (٢٠١٥) الكشف عن فعالية برنامج تدريبي لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لخفض الضغوط الدراسية لدى تلميذات الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (٦٠) تلميذة موزعة على مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (٣٠) تلميذة ممن تراوحت أعمارهن ما بين (١٨ - ٢٠) عاماً. استخدمت الدراسة مقياس مهارات التفكير الإيجابي ومقياس الضغوط الدراسية. وأشارت النتائج إلى فعالية التدخل الراهن في تنمية مهارات التفكير الإيجابي والذي انعكس بشكل إيجابي على

خفض الضغوط الدراسية لدى عينة البحث، ويعزي ذلك إلى أن تعلم آليات التفكير الإيجابي ومهاراته يساعد الفرد على تحمل الضغوط ومواجهتها بشكل إيجابي.

وقد استهدفت دراسة (Atoum & Hadad, 2015) تقصي فعالية برنامج تدريبي لتحسين مهارات التفكير الإيجابي في خفض قلق الاختبار لدى تلاميذ الفرقة العاشرة بالأردن. وتمثلت أدوات الدراسة في البرنامج القائم على التفكير الإيجابي (إعداد الباحثين) ومقياس قلق الاختبار (إعداد الباحثين). وتكونت عينة الدراسة من (٦٠) من تلميذات الفرقة العاشرة واللاتي تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين تجريبية وضابطة. وأسفرت النتائج عن فعالية التدخل القائم على تنمية مهارات التفكير الإيجابي في خفض قلق الاختبار، حيث كانت هناك فروقاً في القياس البعدي لقلق الاختبار لصالح المجموعة التجريبية. كذلك لم توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لقلق الاختبار.

بينما حاولت دراسة (Woodford, 2015) تقصي أثر التدريب على استراتيجية خرائط التفكير Thinking Maps في الإنجاز الأكاديمي في مادة القراءة لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية. وتكونت عينة الدراسة من تلاميذ الفرق الدراسية السادسة والسابعة والثامنة الإعدادية، في الفترة من ٢٠١١ وحتى ٢٠١٣، وذلك بعد تضمين المدرسة لاستراتيجية خرائط التفكير مع مقارنة ذلك ببعض المدارس التي لم تطبق تلك الاستراتيجية. وتم تفسير الدرجات التي حصل عليها التلاميذ في المدارس التي تطبق استراتيجية خرائط التفكير في ضوء متغيري النوع والمكانة الاجتماعية - الاقتصادية.

وهدفت دراسة (Jenaabadi & Mehdizade, 2015) إلى تقصي أثر التدريب على مهارات التفكير الناقد في تنمية المهارات الاجتماعية. واشتملت عينة الدراسة على جميع تلاميذ العلوم الطبية في الفرقة الأولى الجامعية. وتم قياس المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ في القياسين القبلي والبعدي باستخدام مقياس ماتسون للمهارات الاجتماعية. وأشارت النتائج إلى فعالية التدخل القائم على مهارات التفكير الناقد في تحسين المهارات الاجتماعية المقبولة اجتماعياً وخفض السلوكيات الاجتماعية السلبية.

وسعت دراسة (Anish, Divya & Skaria, 2016) إلى التحقق من فعالية أحد النماذج القائمة على تنمية الكفاءة الاجتماعية لدى المراهقين من خلال المهارات الحياتية، ويقوم هذا النموذج على خمسة أبعاد للكفاءة الاجتماعية هي مفهوم الذات، السلوك المقبول اجتماعياً، التوجه نحو الأهداف، الصلابة النفسية والتفكير العقلاني. وتم تطبيق برنامج الدراسة على (٣٤) من المراهقين، واستغرق البرنامج (١٨) عشر ساعة. وأسفرت النتائج عن فعالية التدخل في تنمية جميع أبعاد الكفاءة الاجتماعية، كما لوحظت تغيرات إيجابية في الأبعاد الفرعية للسلوك المقبول اجتماعياً كالتعاطف، التواصل، التوكيدية والتعاون.

وحاولت دراسة (Moghadam, 2016) تقصي العلاقة بين التفكير الناقد والكفاءة الاجتماعية. وتكونت العينة من جميع تلاميذ أقسام علم النفس بجامعة ازاد الإسلامية. واستخدمت مقياس كاليفورنيا للتفكير الناقد، ومقياس فلنر للكفاءة الاجتماعية. وتوصلت إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين التفكير الناقد والكفاءة الاجتماعية لدى المشاركين في الدراسة.

وحاولت دراسة (Han-Yu et al., 2016) التحقق من فعالية توظيف مدخل التعليم الموقفي في أنشطة البحث المعلوماتي عبر الانترنت في تحسين مهارات الإنجاز التربوي، الاتجاهات وقدرات التفكير الناقد. واشتملت عينة الدراسة على مجموعتين إحداهما تجريبية تم تدريب أفرادها على استخدام مصادر الانترنت في استكمال مهام التعلم القائم على حل المشكلات استناداً إلى مدخل التعليم الموقفي، وأخرى ضابطة تم تدريب أفرادها باستخدام المدخل التقليدي في البحث عن المعلومات عبر الانترنت. وبالنسبة لنتائج تلك التجربة، فقد أسفرت عن تحسن الاتجاهات نحو التعلم، الإنجاز الأكاديمي ومهارات التفكير الناقد لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة. وبعبارة أخرى، أكدت الدراسة على فعالية المدخل التكاملي القائم على التعليم الموقفي في تدريب التلاميذ على استخدام مصادر الانترنت في استقصاء الموضوعات بشكل أكثر عمقاً.

واستهدفت دراسة (Ziadat & Al Ziyadat, 2016) تقصي فعالية برنامج تدريبي قائم على نموذج القبعات الست في تنمية مهارات التفكير الإيجابي ومستويات الإنجاز

الأكاديمي في اللغة العربية لدى التلاميذ الموهوبين والفاائقين في الأردن. وتشكلت عينة الدراسة من (٥٩) من التلاميذ الموهوبين في الفرقة الدراسية السابعة، والذين تم تقسيمهم بشكل عشوائي إلى مجموعتين إحداهما تجريبية قوامها (٢٧) تلميذاً وتلميذة، والأخرى ضابطة قوامها (٣٢) تلميذاً وتلميذة. وقد تم تطوير البرنامج التدريبي استناداً إلى نموذج القبعات الست والذي تم دمجها في الوحدات (١١ - ١٢) من مقرر اللغة العربية لتلاميذ الفرقة السابعة. وتم تطبيق اختبار التفكير الابتكاري (ب) لتورانس Torrance's B Test for creative thinking والذي قام الباحثان بتعريبه واختبار خصائصه السيكمترية. وأسفرت النتائج عن فعالية البرنامج التدريبي القائم على نموذج القبعات الست في تحسين مهارات التفكير الابتكاري والإنجاز الأكاديمي استناداً إلى ما أسفرت عنه نتائج قياس الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في هذا الصدد. وبناءً على ما سبق، أوصى الباحثان بضرورة إعادة تأهيل وتدريب المعلمين على استخدام وتطبيق أحدث الطرائق والاستراتيجيات التربوية التي تدعم التفكير الإيجابي مثل برنامج اولكورت Alcort Program، الحلول الابتكارية للمشكلات، التفكير الناقد والعصف الذهني وذلك سعياً للتخلي عن الطرائق التقليدية التي تركز على حفظ واستظهار المعلومات دون أي مشاركة فاعلة من التلاميذ.

واستهدف دراسة رونك عثمان (٢٠١٧) التعرف على فاعلية استراتيجية مقترحة قائمة على مهارات الذكاء الانفعالي لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة سوران في العراق. وقد اتبع البحث المنهج شبه التجريبي من خلال اختيار مجموعتين: تجريبية وضابطة. وأشارت النتائج إلى ضعف درجات التلاميذ الخاصة بمهارات التفكير الإيجابي، وبعد المقارنة بين نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي، تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة، وهذا ما يؤكد على فاعلية الاستراتيجية المقترحة القائمة على مهارات الذكاء الوجداني في تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة سوران في العراق.

بينما استهدفت دراسة (Bilir, 2017) التحقق من فاعلية برنامج قائم على تنمية مهارات التفكير البديل لتحسين الكفاءة الاجتماعية - الانفعالية، العلاقة المدركة بين المعلم -

الطفل، وقدرة المعلم على خلق بيئة صافية إيجابية. وشارك في الدراسة مجموعتين، إحداهما تجريبية وقوامها (٢٨٥) من الأطفال الذين تراوحت أعمارهم ما بين (٤٨ - ٧٢) شهراً ومعلميهم، والأخرى ضابطة مكونة من (٢٨٠) من الأطفال من نفس المرحلة العمرية ومعلميهم. وقد قام المعلمون في المجموعة التجريبية بتضمين استراتيجيات التفكير الإيجابي البديل في الصفوف الخاة بهم. وتمت ملاحظة الأطفال باستخدام مقياسين مختلفين، وقام المعلمون بتقييم الأطفال باستخدام مقياسين مختلفين أيضاً. كما أجريت مقابلات مع الأطفال أنفسهم لتقدير مدركاتهم الخاصة بالعلاقة مع معلميهم. وأشارت النتائج إلى التالي:

١- أظهر الأطفال في المجموعة التجريبية تحسنات ذات دلالة في المهارات الاجتماعية - الانفعالية ومهارات العلاقات البينشخصية والتنظيم الانفعالي طبقاً لتقديرات المعلمين.

٢- أظهر الأطفال في المجموعة التجريبية مستويات مرتفعة من السلوكيات المقبولة اجتماعياً، زيادة الالتزام، تحسن مهارات حل المشكلات بالإضافة إلى ارتفاع مستوى المشاعر الإيجابية وفقاً لنتائج الملاحظة.

٣- بالنسبة لنتائج المقابلات مع الأطفال، وصف الأطفال في المجموعة التجريبية علاقاتهم مع معلميهم بشكل أكثر إيجابية.

تعقيب عام على الدراسات السابقة

يتضح مما سبق عرضه من دراسات سابقة أنها ركزت علي جوانب مختلفة، دون جوانب أخرى هامة، وما الدراسة الحالية إلا محاولة لسد هذه الثغرات، وإكمال لمسيرة البناء المتتالية علي مدي السنوات السابقة حتى الوقت الحالي، كما تمت الملاحظة من عرض الدراسات السابقة لا توجد دراسات عربية اهتمت بدراسة التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وذلك في حدود إطلاع الباحثة، وهناك دراسات تناولت التفكير الإيجابي بشكل عام ولم تتناول أنماطه بشكل خاص.

ومن خلال عرض الدراسات السابقة لاحظت الباحثة أن البرامج الإرشادية ساهمت في تحسين التفكير الإيجابي مع اختلاف الفنيات المتبعة، وهذا ما جعل الباحثة تقوم ببناء برنامج تدريبي لتحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة يمكن القول بأنها لا تعكس واقع المشكلات الناتجة عن القصور في التفكير الإيجابي، ونظرًا لندرة هذه الدراسات لهذا الموضوع - علي حد إطلاع الباحثة، رغم ما للموضوع من أهمية نظرية وتطبيقية، يمثل مؤشرا لضرورة الاهتمام بدراستها، مع تجنب أوجه النقد التي وصفت في التعقيب علي الدراسات بهدف الوصول إلي نتائج أكثر قابلية للتعميم، بالإضافة إلي اختلاف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في حادثة موضوعها، واختيار عيناتها التي هي في حاجة ماسة الى المساندة من قبل الآخرين، حيث هدفت الدراسات إلى التدخل التجريبي لتنمية التفكير الإيجابي، وإيجاد العلاقة بين التفكير الإيجابي وبعض المتغيرات الأخرى، وعلى الرغم من تنوع العينات المستخدمة في الدراسات السابقة من أطفال ومراهقين وتلاميذ جامعة وراشدين في بيئات ثقافية مختلفة، إلا أن الباحثة - في حدود إطلاعها - لم تجد من الأدبيات النفسية ما يفيد من استخدام الدراسات السابقة عينة من البيئة المصرية، لذا تكونت عينة الدراسة الحالية من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتتوعت أدوات الدراسة المستخدمة في الدراسات السابقة، وقد استفادت الباحثة من هذه الأدوات في تصميم البرنامج المستخدم في هذه الدراسة، كما استفادت في تصميم مقياس التفكير الإيجابي، وقد استفادت الباحثة من نتائج الدراسات السابقة في دعم نتائج الدراسة الحالية، وتمت الاستفادة من الأساليب الإحصائية المذكورة سلفاً في اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات الدراسة الحالية.

فروض الدراسة

استفادت الباحثة من عرض المفاهيم النظرية ونتائج الدراسات السابقة في صياغة فروض الدراسة على الوجه التالي:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس التفكير الإيجابي.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي لدى المجموعة التجريبية.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي لمقياس التفكير الإيجابي لدى المجموعة التجريبية.

إجراءات الدراسة

أولاً: منهج الدراسة والتصميم التجريبي:

إُعتمدت الدراسة الحالية على المنهج التجريبي وهدفها التعرف على فاعلية البرنامج التدريبي لتحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (كمتغير تابع)، إلى جانب استخدام التصميم التجريبي ذي المجموعتين المتكافئتين (التجريبية - الضابطة) للوقوف على أثر البرنامج (القياس البعدي) على المتغيرات محل الدراسة، فضلاً عن استخدام التصميم ذي المجموعة الواحدة للوقوف على استمرارية أثر البرنامج بعد فترة المتابعة (القياس التتبعي).

ثانياً: عينة الدراسة:

أُجريت الدراسة على مجموعة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بالمدرسة الابتدائية بمدينة بني سويف، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين:

١- عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية:

تكونت عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية من (٥٠) تلميذاً من تلاميذ المرحلة الابتدائية ببني سويف تراوحت أعمارهم ما بين (٩ - ١٢) عاماً.

٢- العينة الأساسية:

تكونت العينة الأساسية بإجمالي عدد التلاميذ (١٥٧) تلميذاً، وقد تم تطبيق مقياس التفكير الإيجابي فتم استبعاد (٨٩) تلميذاً يرتفع لديهم التفكير الإيجابي ومن هنا سارت العينة (٦٨) تلميذاً منهم (١٧) تلميذ غير منتظم بالدراسة و (١٨) تلميذ لم يوافق أولياء أمورهم على تنفيذ البرنامج الإرشادي عليهم ومنهم (٣) تلاميذ يعانون من بعض الأمراض (السكر وشلل

الأطفال) ومن هنا سارت العينة (٣٠) تلميذا ينخفض لديهم التفكير الإيجابي، تم الاعتماد عليهم كعينة أساسية في الدراسة الحالية، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٩ - ١٢) عاما بمتوسط عمري قدره (١١.٢٦) وانحراف معياري (٠.٤٧).

وقد تم التكافؤ بين أفراد العينة، من حيث العمر الزمني، التفكير الإيجابي، وبيان ذلك

في الجدول (١):

جدول (١) نتائج اختبار مان - ويتني (u) Mann-Whitney للفروق بين رتب درجات مجموعتي الدراسة ودلالاتها في العمر الزمني، والتفكير الإيجابي (ن = ٢ = ١٠)

المتغيرات	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة u	قيمة z	مستوى الدلالة
العمر الزمني	التجريبية	١١.١٧	٠.٤٦	٩.٤٠	٩٤.٠٠	٣٩.٠٠	٠.٨٣٥	غير دالة
	الضابطة	١١.٣٤	٠.٤٨	١١.٦٠	١١٦.٠٠			
التفكير الإيجابي	التجريبية	٣٧.٢٠	١.٦٢	٩.٨٥	٩٨.٥٠	٧٣.٥٠	٠.٤٩٩	غير دالة
	الضابطة	٣٧.٦٠	١.٧١	١١.١٥	١١١.٥٠			

يتضح من خلال جدول (١) أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني والتفكير الإيجابي، مما يعني تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

(١) مقياس التفكير الإيجابي: (إعداد: الباحثة)

من خلال الاطلاع على مقياس (Caprara et al., 2012)، (Bekhet & Zauszniewski, 2013)، حنان السر (٢٠١٤)، (Tsutsui & Fujiwara, 2015)، (Chamzadeh et al., 2017) وفي ضوء الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت التفكير الإيجابي تم إعداد مقياس التفكير الإيجابي الحالي.

وتم عرض المقياس على عشرة من المحكمين والمتخصصين في علم النفس والصحة النفسية، وتم الأخذ بالمرئيات التي اتفق عليها المحكمون.
هدف المقياس:

يهدف المقياس إلى قياس التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

الخصائص السيكومترية لمقياس التفكير الإيجابي:

١- صدق المحك الخارجي:

تم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية على المقياس الحالي (إعداد الباحثة) ودرجاتهم على مقياس التفكير الإيجابي إعداد/ حنان السر (٢٠١٤) كمحك خارجي وكانت قيمة معامل الارتباط (٠.٥٨٤) وهى دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على صدق المقياس الحالي، ومبرر على قيام الباحثة بإعداد المقياس الحالي في الدراسة.

٢- القدرة التمييزية:

تم حساب صدق المقياس عن طريق المقارنة الطرفية، وذلك بترتيب درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية وفق الدرجة الكلية للمقياس تنازلياً، وتم حساب دلالة الفروق بين متوسطى درجات الإربعى الأعلى والإربعى الأدنى، والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢) الصدق التمييزى لمقياس التفكير الإيجابي

مستوى الدلالة	قيمة ت	الإربعى الأدنى ن=٢٥		الإربعى الأعلى ن=٢٥	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
٠.٠٠١	٢٠.١٨٧	٢.٤٨	٥٠.٢٩	٢.٩١	٧٩.٥٦

يتضح من جدول (٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطى درجات التلاميذ ذوى المستوى المرتفع والتلاميذ ذوى المستوى المنخفض، وفى اتجاه المستوى المرتفع، مما يعنى تمتع المقياس بصدق تمييزى قوى.

ب - ثبات المقياس:

١- طريقة إعادة التطبيق:

طبق المقياس على (٥٠) من تلاميذ المرحلة الابتدائية من غير عينة الدراسة الأساسية، ثم إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره أسبوعين وبلغ معامل الارتباط بين درجات التطبيقين (٠.٨٥٤).

٢- طريقة معامل ألفا - كرونباخ:

تمّ حساب معامل الثبات لمقياس التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية باستخدام معامل ألفا - كرونباخ للمقياس وكانت القيمة (٠.٨٠١) وهي مرتفعة، ويتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٣- طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس التفكير الإيجابي على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية، وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات المفحوصين فى المفردات الفردية، والمفردات الزوجية، فكانت قيمة مُعامل سبيرمان - براون، ومعامل جتمان العامة للتجزئة النصفية مرتفعة، حيث تدل على أنّ المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، وبيان ذلك في الجدول (٣):

جدول (٣) مُعاملات ثبات مقياس التفكير الإيجابي بطريقة التجزئة النصفية

سبيرمان - براون	جتمان
٠.٨٩٦	٠.٨٥١

يتضح من جدول (٣) أنّ معاملات ثبات المقياس الخاصة بكل بعد من أبعاده بطريقة التجزئة النصفية سبيرمان - براون متقاربة مع مثيلتها طريقة جتمان، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات في قياسه التفكير الإيجابي.

ج- حساب الاتساق الداخلي للمقياس:

وذلك من خلال درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكمترية بإيجاد معامل ارتباط

بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية والجدول (٤) يوضح ذلك:

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي

(ن = ٥٠)

معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
*.٣٠٥	٢٣	**٠.٦٦٣	١٢	**٠.٥١٤	١
**٠.٥١٤	٢٤	**٠.٦٤١	١٣	**٠.٦٦٣	٢
**٠.٥٥٦	٢٥	**٠.٥٨٧	١٤	**٠.٥٨٥	٣
**٠.٦٧٤	٢٦	**٠.٥٣٢	١٥	**٠.٦٤٥	٤
**٠.٧٠٨	٢٧	**٠.٦٩٣	١٦	*٠.٢٦١	٥
**٠.٥٩٤	٢٨	**٠.٥١٤	١٧	**٠.٦٦١	٦
**٠.٥٧٨	٢٩	**٠.٦٦٥	١٨	**٠.٥٧٤	٧
**٠.٥١٤	٣٠	**٠.٤٨٧	١٩	**٠.٥٢١	٨
**٠.٦٦٣	٣١	**٠.٥٢١	٢٠	**٠.٥٨٩	٩
		**٠.٥٠٨	٢١	**٠.٦٦٣	١٠
		**٠.٥٤١	٢٢	**٠.٦٤١	١١

* دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١

* دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٥

يتضح من جدول (٤) أنّ كل مفردات مقياس التفكير الإيجابي معاملات ارتباطها موجبة ودالة إحصائياً عند مستويين (٠.٠١، ٠.٠٥)، أي أنّها تتمتع بالاتساق الداخلي، ولذلك يمكن العمل به.

الصورة النهائية لمقياس التفكير الإيجابي:

وهكذا، تم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس، والصالحة للتطبيق، وتتضمن (٣١) مفردة، كل مفردة تتضمن ثلاثة استجابات (دائماً - أحياناً - نادراً)، وقامت الباحثة بإعادة ترتيب العبارات بصورة دائرية.

طريقة تصحيح المقياس:

حددت الباحثة طريقة الاستجابة على المقياس بالاختيار من ثلاثة استجابات على أن يكون تقدير الاستجابات (٣ - ٢ - ١) على الترتيب، وبذلك تكون الدرجة القصوى (٩٣)، كما تكون أقل درجة (٣١)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع التفكير الإيجابي، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض التفكير الإيجابي.

(٢) البرنامج التدريبي: إعداد: الباحثة

بناء على إطلاع الباحثة علي العديد من الدراسات السابقة في مجال التفكير الإيجابي، هذا بالإضافة إلى الكشف عن طبيعة المرحلة النمائية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، تم إعداد البرنامج الحالي لتنمية التفكير الإيجابي لتلك الفئة، ولذلك قامت بإعداد برنامج لتنمية التفكير الإيجابي، وقد راعت الباحثة أثناء إعداد البرنامج ما يلي لتنمية التفكير الإيجابي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية:

- ١- خصائص النمو للتلاميذ أفراد العينة في هذه المرحلة العمرية من (٩-١٢) عاماً.
- ٢- التعرف على درجة التفكير الأيجابي قبل تطبيق البرنامج.
- ٣- مراعاة وضوح الألفاظ، والتأكيد على المكاسب التي ستعود عليهم إذا ما انتظموا في جلسات البرنامج، مع حرص الباحثة على خلق جو من الحب والمودة والتعاون أثناء تنفيذ الجلسات.

- ٤- حرص الباحثة على إعطاء التلميذ بعض الواجبات المنزلية لتساعده على اكتساب المزيد من التفكير الإيجابي بصورة سريعة، وتمكنه من التعميم في المواقف المختلفة.
- ٥- التعرف على مستوى التلاميذ في التفكير الإيجابي بعد تطبيق البرنامج لتحديد مدى فعالية البرنامج.

أولاً: المقصود بالبرنامج

تعرف الباحثة البرنامج في الدراسة الحالية بأنه مجموعة من الخبرات التربوية والمفاهيم والمهارات المصممة بطريقه متكاملة، في ضوء خطه مرسومه ومنظمه، قائمه على أسس علميه لتقديم الخدمات لجميع أفراد عينة الدراسة، والتي تقدم على مدى زمني محدد بهدف مساعدتهم في تنمية التفكير الإيجابي لديهم.

أهداف البرنامج:

١- الهدف العام:

تنمية التفكير الإيجابي لدى عينة الدراسة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ببني سويف.

٢- الأهداف الإجرائية:

- تعريف التلاميذ بطبيعة المرحلة العمرية خصائصها، أهميتها والأدوار المنوطة بالأفراد في تلك المرحلة العمرية.
- الكشف عن أنماط التفكير وأثره في السلوك.
- التدريب على الاسترخاء.
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بتخفيف الذات (تقبل الذات - الثقة بالنفس).
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بتخفيف الذات (التفاؤل - استخلاص الفائدة).
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بتخفيف الذات (قوة الإرادة).
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بتخفيف الذات (تحمل المسؤولية).

- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بالأداء الوظيفي اليومي (النظرة الاجتماعية الإيجابية).
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بالأداء الوظيفي اليومي (الحكم الذاتي على السلوك).
- اللباقة الاجتماعية.
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بالأداء الوظيفي اليومي (معنى الحياة).
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بالضبط الذاتي.
- تنمية التفكير الإيجابي المرتبط بالتعلم الذاتي.

الأسس التي يقوم عليها البرنامج

يستمد البرنامج أصوله العلمية مما يلي:

- ١- توافر الأساس النظري المدعم بالبحوث والنظريات.
- ٢- مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.
- ٣- تقديم النماذج العملية.
- ٤- إثارة الدافعية لدى التلاميذ.
- ٥- مراعاة الفروق الثقافية والاجتماعية للتلاميذ.

الفئة المستهدفة:

يُقدم هذا البرنامج لمجموعه تجريبية من تلاميذ المرحلة الابتدائية ببني سويف تتراوح أعمارهم ما بين (٩-١٢) عامان وطبق عليهم برنامج مكون من (١٦) جلسة بواقع جلسات أسبوعيا، وكل جلسة (٩٠) دقيقة.

خطوات الدراسة:

- إعداد مقياس التفكير الإيجابي.
- قياس مستوى التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- اختيار عينة الدراسة من بين من يعانون تدني واضح في التفكير الإيجابي.
- إجراء التكافؤ بين مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة).
- إعداد البرنامج التدريبي لتحسين التفكير الإيجابي.

- التطبيق القبلي لمقياس التفكير الإيجابي على أفراد العينة.
 - تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية.
 - التطبيق البعدي لمقياس التفكير الإيجابي على أفراد العينة.
 - التطبيق التتبعي لنفس المقياس على أعضاء أفراد المجموعة التجريبية بعد مرور شهرين من انتهاء البرنامج.
 - تصحيح الاستجابات وجدولة الدرجات ومعاملتها إحصائياً، واستخلاص النتائج ومناقشتها.
- الأساليب الإحصائية المستخدمة:**

تمثلت الأساليب الإحصائية المستخدمة في الأساليب اللابارامترية التالية: مان - ويتني (U) Mann-Whitney للمجموعات المستقلة، وويلكوكسون (W) Wilcoxon للمجموعات المرتبطة، وذلك من خلال حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة اختصاراً بـ Spss.

النتائج

التحقق من نتائج الفرض الأول: ينص الفرض على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس التفكير الإيجابي ".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار مان - ويتني Mann-Whitney (U) لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الصغيرة المستقلة، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول (٥):

جدول (٥) نتائج اختبار مان - ويتني (U) Mann-Whitney للفروق بين متوسطي رتب درجات مجموعتي الدراسة ودلالاتها في التفكير الإيجابي (ن = ٢ = ١٠)

المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة z	مستوى الدلالة
التجريبية	٨١.٨٠	٣.٩١	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٣.٧٨٧	٠.٠١

المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الضابطة	٣٨.١٠	٢.٣٣	٥.٥٠	٥٥.٠٠		

يتضح من الجدول (٥) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي وذلك في التفكير الإيجابي في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية للمقياس، وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية، مما يدل على الأثر الإيجابي لتحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (المجموعة التجريبية) وهو ما يحقق صحة الفرض الأول.

التحقق من نتائج الفرض الثاني: ينص الفرض على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لمقياس التفكير الإيجابي لدى المجموعة التجريبية " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon (W لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الصغيرة المرتبطة، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول (٦):

جدول (٦) نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon (W للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي ودلالاتها في التفكير الإيجابي (ن = ١٠)

القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القياس القبلي/ البعدي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	الدلالة
القبلي	٣٧.٢٠	١.٦٢	الرتب السالبة	صفر	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠		
البعدي	٨١.٨٠	٣.٩١	الرتب الموجبة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٢.٨١٠	٠.٠٠١
			الرتب المتعادلة الاجمالي	١٠				

يتضح من الجدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التفكير الإيجابي في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية، وكانت الفروق لصالح القياس البعدي، مما يدل على الأثر الإيجابي لتحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وهو ما يحقق صحة الفرض الثاني.

التحقق من نتائج الفرض الثالث: ينص الفرض على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتبعي لمقياس التفكير الإيجابي لدى المجموعة التجريبية ".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon (W) لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الصغيرة المرتبطة، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول (٧):

جدول (٧) نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon (W) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي ودلالاتها في التفكير الإيجابي (ن =

(١٠

القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القياس البعدي / التبعي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة z	الدلالة
البعدي	٨١.٨٠	٣.٩١	الرتب السالبة	٤	٥.٧٥	٢٣.٠٠	٠.٠٦٠	غير دالة
			الرتب الموجبة	٥	٤.٤٠	٢٢.٠٠		
التبعي	٨٢.١٠	٣.٩٠	الرتب المتعادلة	١				
			الإجمالي	١٠				

يتضح من الجدول (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والتبعي للمجموعة التجريبية في التفكير الإيجابي مما يدل على استمرارية الأثر الإيجابي للبرنامج على التفكير الإيجابي وهو ما يحقق صحة الفرض الثالث.

مناقشة النتائج

أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى أن البرنامج التدريبي له أثر واضح في تحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في المواقف المختلفة، وكان ذلك واضحا في نتائج الفرض الأول حيث كان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وكذلك في الفرض الثاني حيث كان هناك فرق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وكذلك وضحت فاعلية البرنامج التدريبي من الفرض الثالث حيث أنه لم توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعدي والتتبعي في التفكير الإيجابي، وتفسر الباحثة التحسن عند المجموعة التجريبية، بأن البرنامج التدريبي المستخدم بنى على اشراك أفراد العينة في أنشطته فنيه، يتفاعلوا مع بعضهم البعض وهذا يعني فاعلية البرنامج لدي المجموعة التجريبية، واستمرار فاعليته إلي ما بعد انتهاء فترة المتابعة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسات (Ykema, 2000)، (Morgan, 2003)، (أماني إبراهيم، ٢٠٠٥)، (Can & Semerci, 2007)، (يوسف العنزي، ٢٠٠٧)، (Thomson, 2009)، (منال الخولي، ٢٠١٢)، (عبد الرحمن الشافعي، ٢٠١٣)، (جابر عبدالحميد وآخرون، ٢٠١٤)، (Myles-Pallister et al., 2014)، (Atoum & Hadad, 2015)، (مروى عبد الوهاب، ٢٠١٥)، (Kingpum et al., 2015)، (Woodford, 2015)، (Han-Yu et al., 2016)، (Smalls, 2018)، (Ziadat & Al Ziyadat, 2016) و(رونك عثمان، ٢٠١٧) التي أوضحت أن هناك أثرا إيجابيا لتنمية التفكير الإيجابي.

وترى الباحثة أن التفكير الإيجابي وما يتضمنه من تركيز على زيادة الانتباه والتفكير في النجاح في حل المشكلات، والتفكير في العوامل التي تؤدي إلى تحديد مشكلة ما والبعد عن التركيز على جوانب الفشل، وذلك استناداً إلى أن التوجه المتفاعل في الحياة يؤدي إلى النجاح بما يتضمنه من توقعات إيجابية للنجاح وللسعادة وللإنجاز، أما التوجه السلبي

المتشائم فإنه يؤدي إلى فقدان الثقة في إمكانية مواجهة وتخطي المواقف العادية والصعبة، مما يؤدي إلى الفشل.

وبالتالي، فإن تحسين التفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية إنما يضع أقدامهم على الطريق السليم من الناحية النفسية والاجتماعية والأكاديمية، ويوفر لهم بيئة مناسبة لتدعيم مسار تفكيرهم الإيجابي ويزيد من تقدمهم نحوه، مما يجعلهم أكثر تكيفاً مع أنفسهم أفكارهم ومشاعرهم، فهم يبحثون عن الأفكار قبل أن يحصلوا على الأحداث، ويقدرّون الحياة ويرفضون الهزيمة، ويبحثون عن التغيير من حالة التفكير السلبي إلى الأداء الكامل بطريقة التفكير الإيجابي ولديهم رغبة جادة في التغيير.

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة يمكن التوصية بما يلي:

- ١) الاستفادة التربوية من نتائج الدراسة الحالية في تحسين التفكير الإيجابي من خلال البرنامج التدريبي بينهم ومن الآخرين في المواقف المختلفة.
- ٢) الاهتمام ببيكولوجية تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٣) تدريب المعلمين والموجهين والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين العاملين بالمدراس على إعداد البرامج التدريبية، الإرشادية، والعلاجية التي تنصدي للتغلب على المشكلات السلوكية التي تؤثر بالسلب على تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٤) إظهار جوانب القوة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتميئتها حتى تزداد ثقتهم بأنفسهم.
- ٥) حث أولياء الأمور على تنمية المهارات اللازمة لدى أبنائهم.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أماني سعيدة سيد إبراهيم (٢٠٠٥). فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية (في ضوء النموذج المعرفي). مجلة كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة.
- جابر عبد الحميد جابر، أسماء بدوي عدلان، منى السيد حسن (٢٠١٤). أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات التفكير الإيجابي في تنمية مهارات حل المشكلات لدى تلاميذ الحلقة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم الاجتماعي. مجلة العلوم التربوية - مصر، ٢٢ (٣)، ٣٧١-٤٠٢.
- حنان عمر أحمد السر (٢٠١٤). دور معلمي المرحلة الثانوية في تنمية منهج التفكير الإيجابي لدى طلبتهم في ضوء الكتاب والسنة وسبل تفعيله (رسالة ماجستير). الجامعة الإسلامية، غزة.
- روبرت سولسو، ترجمة محمد نجيب الصبوة، مصطفى محمد كامل، محمد الحسانين (٢٠٠٠). علم النفس المعرفي. القاهرة: مكتبة الانجلوالمصرية.
- روناك حميد عثمان (٢٠١٧). استراتيجية مقترحة قائمة على مهارات الذكاء الوجداني لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة في العراق. مجلة القراءة والمعرفة - مصر، ١٨٦، ٢١-٥٠.
- عبد الرحمن الشافعي الشافعي (٢٠١٣). أثر برنامج التفكير والتدعيم الذاتي في ضوء البرمجة اللغوية العصبية على الأداء الأكاديمي من مرحلة التعليم الأساسي (رسالة ماجستير). جامعة طنطا.
- عبد الستار إبراهيم (٢٠١١). سلسلة الممارس النفسي "عين العقل - دليل المعالج النفسي المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الإيجابي". القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- محمد عبد التواب أبو النور (٢٠٠٠). أثر الإرشاد الانتقائي في تعديل الاتجاه نحو الزواج العرفي لدى عينة من الشباب الجامعي. مجلة البحوث في التربية وعلم النفس - جامعة المنيا، ١٣ (٣)، ٢٤٧-٢٩٣.
- مروى محمد عبد الوهاب (٢٠١٥). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لخفض الضغوط الدراسية لدى طالبات الجامعة. مجلة العلوم التربوية - مصر، ٢٣ (٣)، ٣٠١-٣٤٥.
- منال علي محمد الخولي (٢٠١٢). 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 بالسعودية، ٢٦ (٣)، ١٠٠ - ١٤٤.
- يوسف ميحلان سلطان العنزي (٢٠٠٧). أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت (رسالة دكتوراه). معهد الدراسات التربوية، القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Anish, K., Divya, G., & Skaria, S. (2016). Social Competence Model for Adolescents: Reflections from an Intervention Study. *Artha-Journal of Social Sciences*, 13(2), 1 - 19.
- Atoum, A., & Hadad, A. (2015). The effect of a training program based on positive thinking in reducing test anxiety among tenth grade Jordanian students. *Indian Journal of Positive Psychology; Hisar*, 6(3), 276-278
- Bilir, S. (2017). The effects of Promoting Alternative Thinking Strategies Preschool Program on teacher-children relationships and children's social competence in Turkey. *International journal of psychology*. eISSN: 1464-066X
- Can, H. & Semerci, N. (2007). The Effect of "The Six Thinking Hats Technique" on the Students' Academic Achievement in Social Studies at Primary School. *Egitim ve Bilim – Ankara*, 32 (145), 39.
- Gorges, J., Neumann, P., Wild, E., Stranghöner, D., & Lütje-Klose, B. (2018). Reciprocal effects between self-concept of ability and performance: A longitudinal study of children with learning disabilities in inclusive versus exclusive elementary education. *Learning and Individual Differences*, 61, 11-20.
- Han-Yu, S., Hwang, G., Hong-Sheng, C. (2016). An Integrated Contextual and Web-based Issue Quest Approach to Improving Students' Learning Achievements, Attitudes and Critical Thinking. *Journal of Educational Technology & Society ; Palmerston North* 18(4), 299-311.
- Jenaabadi, H., & Mehdizade, A. (2015). Effect of Teaching Critical Thinking on Social Skills Growth of Medical Sciences Students. *Education Strategies in Medical Sciences*, 8(2), 69-73.
- Jones, K. M. (2013). *The impact of positive thinking, optimism, empathy, and just world beliefs on social perceptions of cancer*. The University of North Dakota.
- Moghadam, H. (2016). The relationship between Critical Thinking and social competence. *International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS)*, 1(1), 2096-2103.
- Morgan, R. (2003). *A system thinking paradigm and learning computer simulation model of the positive and negative feedback structures underlying*. ERIC, AAC9249435.
- Thomson, S. (2009). *Effects of primary education thinking skills on achievement: mixed method alternative study*, (Doctoral Education). Aurora University.

- Woodford, K. (2015). *The effect of Thinking Maps on the reading achievement of middle school students: An ex post facto causal comparative study*, (Doctoral Dissertation). University of Liberty, United States.
- Ziadat, A., Al Ziyadat, M. (2016). The Effectiveness of Training Program Based on the Six Hats Model in Developing Creative Thinking Skills and Academic Achievements in the Arabic Language Course for Gifted and Talented Jordanian Students. *International Education Studies* 9(6), 150-157.