

التفكير وعلاقته بتنظيم الذات لدى طلبة المرحلة الاولى/ كلية الآداب

م.د. أزهار محمد مجيد السباب

جامعة بغداد/ كلية الآداب - قسم علم النفس

المخلص:

بما أنّ التفكير عملية عقلية معرفية وجدانية ويبنى على محصلة العمليات النفسية، كما يعد من العوامل الاساسية في حل المشكلات وتجنب الاخطار في حياة الانسان وبه يستطيع السيطرة والتحكم على امور كثيرة وتسييرها لصالحه، لهذا لا بد من تفكير ايجابي يحول كل احساسه وخبراته عن ذاته بما يشبع حاجاته، وبذلك يتميز الطلاب المنظمون ذاتياً بأن لديهم طرقاً كثيرة ينظمون بها دافعيتهم كما يضعون اهدافاً مناسبة لقدراتهم وظروفهم المحيطة وامكانية تعديل ظروفهم إذا طرأ اي تغير في البيئة المحيطة وعلى الجانب الاخر فإن الطلاب الاقل في تنظيم الذات يبنون اهدافاً غير واقعية اكبر من قدراتهم او يضعون اهدافاً ذات سقف منخفض جداً، من هنا تظهر اهمية البحث هو ان التفكير الايجابي يولد القناعات الذاتية التي تساعد الفرد على حل مشكلاته من خلال مراقبة الذات وتنظيمها وتقويمها بحكمه وذلك يساعده على التكيف مع البيئة. استهدف البحث الحالي الى التعرف على:-

التفكير الايجابي والسلبي وتنظيم الذات لدى طلبة كلية الآداب، المرحلة الاولى، للعام الدراسي ٢٠١٦. والتعرف على الفروق ذات دلالة الاحصائية في التفكير الايجابي والسلبي و تنظيم الذات لطلبة المرحلة الاولى وفقاً لمتغير القسم (علم النفس، الفلسفة) والتعرف على العلاقة بين التفكير الايجابي والسلبي وتنظيم الذات لدى الطلبة. تكونت عينة البحث من (١٠٠) طالب وطالبة المرحلة الاولى ومن قسمني علم النفس والفلسفة تم اختيارهم بطريقة عشوائية توزعت العينة الى (٥٠) من كل قسم وبواقع (٢٥) طالباً و(٢٥) طالبة، تم اعداد مقياسين احدهما للتفكير الايجابي والسلبي يتكون من (٦٠) فقرة، (٣٠) فقرة ايجابية و(٣٠) فقرة سلبية، موزعة بين خمسة ابعاد، على وفق ثلاثة بدائل (تنطبق علي، تنطبق احيانا، لا تنطبق علي) وكذلك تم تبني مقياس تنظيم الذات للجبري (٢٠١٠) والذي يتكون من اربعة ابعاد ووفق ثلاثة بدائل وبدرجات (٣-٢-١) وبعد استخراج الصدق والثبات وتطبيق المقياسيين على عينة البحث، توصلت الباحثة الى أن طلبة المرحلة الاولى يمتلكون تفكيراً ايجابياً وتنظيماً ذاتياً وان هناك علاقة ايجابية بين التفكير الايجابي وتنظيم الذات.

مشكلة البحث:

إنّ ما يتعرض له مجتمعنا من ضغوط مختلفة وعلى الاصعدة كافة بسبب التغيرات التي طرأت عليه في السنوات الاخيرة المتمثلة بالحرب والدمار والنزوح الذي عم البلد، ونحن نعيش في هذا المجتمع الذي يتعرض فيه الافراد يوميا للصدمات والجو المشحون بالعدائية، كل ذلك له الاثر في حياة الفرد العراقي وعلى وجه الخصوص الطالب الذي يعيش في فترة حاسمة من فترات حياته، متوجها نحو مستقبل مجهول يجعل من الاهداف التي يضعها اليوم غير صالحة للغد بسبب التغيرات السياسية والاجتماعية والاقتصادية وما يطرأ من مستحدثات على القيم والعادات واساليب

الحياة كافة والطالب كفرد من هذا البناء الاجتماعي لم يكن مدركا لذاته ويصعب عليه تنظيمها وادارتها وترتيب الأولويات لكي يتمكن من مواجهة مشكلات حياته. ولعل السبب وراء الاهتمام بموضوع التفكير هو ارتباطه بوجود الانسان والمقولة للفيلسوف ديكارت (انا افكر اذن انا موجود) وبما ان التفكير مهارة وفن فهو يعكس الفلسفة التي يتبناها الانسان لتحقيق اهدافه في الحياة ، فهو يفهم ويتخذ القرار في حل المشكلة من خلال نمطين من التفكير فأما نمط سلبي واما ايجابيا ، فالتفكير السلبي له وظيفة احترازية وقائية يحمي الفرد نفسه من الشعور بالخوف من التهديد والانتقادات والتوقعات غير المنطقية وهم الفئة المصابون بالاضطرابات الشخصية ، او من تبنى النمط الايجابي بالتفكير والذي يسهم في تطوير المشاعر التي تتسم بالطمأنينة والثقة والصحة النفسية ومصدر قوة وحرية في حل المشكلات (خليل ، ٢٠٠٦ ، ص ١٥) .

وفي مقوله للغزالي "اعتقادي الجازم ان المشكلة التي تواجهنا هي كيف نختر الافكار الصائبة السديدة ؟ فاذا انحلت هذه المشكلة ، حلت بعدها سائر مشكلاتنا واحدة اثر اخرى".
(النحوي ، ٢٠٠٠ ، ص ٧٧)

وبما أن التنظيم الذاتي يعرف على أنه (المراقبة المعرفية لمواجهة التصرفات والأفعال والخطوات اللازمة لتحقيق هدف ما ، أو الحصول على استجابة معينة من البيئة المحيطة ، وبالطبع فإن هذا التنظيم الذاتي يمر بمراحل نمائية متعددة تؤثر على خبرات الفرد واستجاباته للمحيطين) ومن خلال عمل الباحثة كأستاذة ومرشدة وعلاقتها بالطلبة ارادت (Marting,pans,2000,p23) ان تعرف هل الطلبة يحملون افكارا مضطربة ويفتقرون الى تنظيم الذات والرؤيا الواضحة ولاسيما أن طلبة مرحله اولى في الجامعة ام العكس؟.

اهمية البحث:

إنّ الاهتمام بعلم النفس الايجابي ظهر في الثمانينات من القرن العشرين نتيجة ما افرزته الحرب العالمية الثانية من مشكلات على سلوك الافراد، مما جعل علماء النفس يهتمون بجوانب القوى لدى الانسان مثل الذكاء الانفعالي والتفكير الايجابي والرضا عن الذات وتنظيمها ، فالفرد يطور قدراته ورؤيته لنفسه من خلال التنظيم الذاتي الذي يزوده بالمعرفة الاساسية للتحكم والضبط والتأثير في الافكار والمشاعر والانفعالات من خلال الأنشطة وتنظيم البيئة الاجتماعية والمتابرة والاستقلالية والثقة بالنفس (10 , Bandura, 2001).

وهناك اشارات واضحة بالقران الكريم عن ارادة ومسؤولية الانسان ان يغير نفسه بأفكاره (ففي سورة الانفال اية (٥٣) " ذلك بأن الله لم يكن مغيرا نعمة انعمها على قوم حتى يغيروا ما بأنفسهم وان الله سميع عليم" فأن التحدي الاكبر كيف نصنع الانسان ، لان البشر هم الثروة الحقيقية لأي امة وهذا يعتمد على التفكير في تكوين مفاهيم ايجابية وفهم المعاني وادراك العلاقة بين الاشياء من

خلال الإدراك والذاكرة ومن خلال التفكير الناقد للوصول الى الحقيقة وعن طريق التفكير الابداعي بوجود بدائل جديدة وطرق غير مألوفة لسد الثغرات ، ولو تأملنا بأحاديث نبينا عليه الصلاة والسلام لوجدناها مليئة بالتفاؤل والايجابية ومتفقة مع الفطرة السليمة وبما يناسب سعادة الانسان ، فالنبي امرنا بأن نكون ايجابيين تجاه الآخرين عندما قال "لا يؤمن احدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه". (رواه البخاري) فالتفكير الايجابي هو استخدام استراتيجيات ايجابية في الشخصية والميل الى ممارسة سلوكيات وتصرفات تجعل حياة الفرد ناجحة ، عن طريق التحكم في العمليات العقلية من حب التعلم والتفتح المعرفي والشعور بالرضا والتقبل الايجابي للذات وعن طريق فهم المواقف بطريقة مثمرة واكثر ايجابية (همفريز ، ٢٠٠٢، ص٥). وكثيرا ما يبدأ التفكير الايجابي بالتحدث مع الذات والتحدث مع الذات هو سيل لا ينتهي من الافكار غير المعلنة التي تمر خلال العقل كل يوم هذه الافكار يمكن ان يكون لها اساس منطقي او سببي والبعض يظهر بتحدث مع الذات في اعتقادات خاطئة يصنعها الفرد بسبب فقدان المعلومات لهذا تكون نظره للحياة متشائمة (نجم ، ٢٠٠٠، ص ١٧-٢٥). وبذلك تعد عملية تنظيم الذات عملية اساسية في انشاء القواعد السلوكية في اي مجتمع ومن ثم تكيفه من خلال علاقة بين طريقة تفكيره واتجاهاته وبين سلوكه (نجم ، ٢٠٠٠، ص٣٧). حيث تأخذ العمليات المعرفية شكل التمثيل الرمزي للأفكار والصور الذهنية وعمليات الانتباه القصدي والتحكم في السلوك في تفاعله مع البيئة (الزيات ، ١٩٩٦ ، ص ٣٧٥)

لقد بنى الله سبحانه وتعالى الكون في نظام مذهل لا مكان فيه للفوضى والاضطراب ، قال سبحانه وتعالى " وخلق كل شيء فقدره تقديرا وفي سورة الاعلى اية (١) قال تعالى "الذي خلق فسوى والذي قدر فهدى) فكل شيء يدور حولنا في نظام ، فإذا يستجيب الانسان لهذه الدواعي فانه يعيش في فوضى وتوتر فعليه ان يخطط على ايجاد انماط سلوكية جديدة بحيث يحكم الفرد نفسه بها علما ان تنظيم الذات بناء معقد ورد وصفه بصورة متنوعة فمنهم من وصفه بأنه القدرة على لامتثال لطلب البدء بنشاطات او التوقف عنها طبقا لمطالب الموقف او التعديلات (الشدة والتكرار) او من خلال افعال (حركية ولفظية) في البيئات التعليمية والاجتماعية ومع كل هذه الاختلافات فان تنظيم الذات يتطلب معرفة بالسلوك المقبول اجتماعيا لذا يشكل ركنا مهماً في عملية التنشئة (Karoly, 1989, p199). الاجتماعية)

وتستند اهمية التنظيم الذاتي باعتباره وسيلة لتعميم السلوك ، الى حقيقة ان هناك سلوكيات عدة لا يستطيع احد مراقبتها او التحقق منها الا الفرد نفسه وهذا ما اثبتته الدراسات في معالجة سلوكيات غير مرغوبة مثل الانطواء الاجتماعي والاكتئاب والغضب والسلوك العدواني كدراسة (حمدي ، ١٩٩٢)، ودراسة (بأكبر ، ٢٠٠١) ودراسة (هارون ، ١٩٩٤)، (القمش، ٢٠٠٨، ص٦٧)

كون التنظيم الذاتي يزيد من دافعية الفرد لتحقيق السلوك المستهدف، لأنه ينظر الى نفسه انه انسان قادر على ضبط سلوكه اذا ما تكون هذا الوعي لدى الفرد مما يقوده الى فهم ذاته اولاً ومن ثم العمل على تحقيق اهدافه بدرجة كبيرة من الوعي (عبد السلام، ٢٠٠٩، ص٦). ومن خلال مهارات تنظيم الذات منها مراقبة الذات وتقييم الذات وتعزيزها والقدرة على احداث تغييرات في المثيرات كلها تؤثر على ظهور السلوك والتحكم به، ويشير باندي ومور ٢٠١٠ الى ان التنظيم الذاتي مهارة ذات تأثير على قدرة الفرد لتحمل الرغبات المطلوبة والتعامل مع الفشل وخيبة الامل والعمل نحو النجاح (العيثاوي، ٢٠١٤، ص١٠). كما ان تنظيم الذات هي الجهود النظامية التي يوجهها الفرد لتوجيه الافكار والمشاعر والاعمال اتجاه الاهداف والتي تعكس غرض الفرد وكمية ونوعية الاداء في التعلم في المواقف ومن خلال تأثيرها على التعلم والدافعية ومن خلال قدرات التعلم الادراكي وانجاز الاعمال في المستويات المطلوبة مع الانتباه للوقت والنتائج المحتملة في معالجة المعلومات مع انتقاء استراتيجيات مناسبة للتقدم نحو تحقيق الاهداف (الموسوي، ٢٠٠٩، ص ١٥-٢٠). هذا ما اشارت اليه دراسة (الهنداوي، ٢٠٠٣) التي توصلت على اثر تدريس استراتيجيات ما وراء المعرفة في التنظيم الذاتي وتنمية الذكاء، و دراسة (الامي ٢٠١١) التي توصلت الى علاقة الذكاءات المتعددة في رفع مستوى التنظيم الذاتي، فالتقدير الايجابي للذات من العوامل الاساسية في تخطي الصعوبات، ويولد الشعور بالراحة النفسية ويمنع تراكم الافكار السلبية التي تؤدي الى التوتر والكأبة (شكشك، ٢٠٠٧، ص١٤). والتخلي عن الافكار السلبية التي تحدد قدراته والتي تضيق جهوده في سبيل تحقيق ما يسعى اليه من اهداف في حياته، من هنا يدرك الفرد اهمية التفكير الايجابي في ازالة الكثير من المشاعر السلبية وأهمية في النجاح في كافة مجالات الحياة ليصبح لها طعم ومعنى (الرقيب، ٢٠٠٨، ص٩). مثل ما قال احد الفقهاء المعاصرين (اعلم ان حياتك تبع لا فكارك، فان كانت افكارا فيما يعود عليك نفعه في دين ودنيا فحياتك طيبة وسعيدة، والا فالأمر بالعكس) (ابراهيم، ١٩٩٨، ص١٤٦). فالفرد يدفع نفسه لصفاء مجهودات وذلك للوصول الى اداء معين كان قد وضعه لنفسه، وعلى رأي بانديورا الحوافز الذاتية تزيد من الاداء من خلال وظيفتها الدافعية (عبد الهادي، ٢٠٠٠، ص٢٥٨). أن تغيير الكثير من الاخطاء التي يعيشها الافراد وتغيير الواقع المرير الى واقع سليم يعتمد على الاسلوب التفكير الذي يستخدمه هؤلاء الافراد في حياتهم وتراكم هذه الخبرات، فلا بد من تغيير في اساليب وانماط التفكير لتغيير الواقع. لذا اصبحت الجامعات مطالبة وبشكل فعلي للتفاعل مع ظروف المجتمع من خلال نشر ثقافة النقاش الفكري الايجابي المثمر والحوار البناء القادر على الفهم والتحليل الناقد.

ومن هنا تبرز أهمية دور طلبة الجامعة فهم قادة المستقبل فلا بد ان تكون لديهم القدرة على البحث والابتكار والتفكير الفعال الراقي بعلميتي الاستنباط والاستنتاج فهناك علاقة قوية بين ثقة النفس وضبط الذات وبين الافكار الايجابية وسمات الشخصية وهذا ما يعتمد على اساليب تفكيره ايجابية وعكس ذلك كلما كانت ثقته بنفسه ضعيفة ومهزوزة كلما كانت افكاره واساليب تفكيره سلبية، فالاهتمام بتدريب الطلاب على مهارات التفكير الايجابي الفعال كان له مردود كبير على ذاتهم وتقبلها ومستوى عيشهم وتحديدهم للمشكلات الحاضرة والمستقبلية (عبدالسلام، ٢٠٠٤، ص ٣٤).

إن الجامعة تتعامل مع شريحة الشباب لتعدها علمياً وتربوياً وأخلاقياً لكي يخدم أبناء هذه الشريحة في مواقع مهمة ويتحملوا مسؤولية البناء والتقدم في البلد، وان أي خلل يحصل في عملية إعداد هؤلاء الشباب يمكن ان ينعكس سلباً على إسهامهم في بناء المستقبل. من هنا تظهر أهمية البحث، هو معرفة طبيعة توافر هذين النمطين من التفكير وعلاقتهما بتنظيم الذات لدى طلبة المرحلة الاولى في الجامعة، لان معرفة تفكير الطلبة يؤدي الى معرفة قدراتهم على تنظيم ذاتهم ومدى تحمل المسؤولية في بناء مستقبل زاهر.

ثالثاً/ اهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى التعرف على:

- ١- التفكير الايجابي والسليبي لدى طلبة كلية الآداب، المرحلة الاولى .
- ٢- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التفكير الايجابي والسليبي لدى طلبة كلية الآداب، المرحلة الاولى وفقاً لمتغير القسم (علم النفس، الفلسفة).
- ٣- تنظيم الذات لدى طلبة كلية الآداب، المرحلة الاولى .
- ٤- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في تنظيم الذات لدى طلبة كلية الآداب المرحلة الاولى وفقاً لمتغير القسم (علم النفس، الفلسفة).
- ٥- التفكير الايجابي والسليبي وعلاقته بتنظيم الذات لدى طلبة كلية الآداب لقسمي علم النفس والفلسفة.

حدود البحث :- تحدد البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد/ كلية الآداب /المرحلة الاولى للعام

الدراسي ٢٠١٥_٢٠١٦

تحديد المصطلحات

التفكير بشكل عام :-عملية عقلية معرفية تمكن الفرد من تعلم شيء ذي معنى من خلال الخبرة التي يمر بها. (ابو جادو، ٢٠٠٧، ص ٢٨)

عرفه **Positive Thinking** أولاً: - التفكير الايجابي

١- ابراهيم ، ٢٠٠٨ : هو قدرة الفرد على تبني ادراك وتفكير وسلوك في تحقيق ما تتطلبه الحياة من سعادة شخصية وكفاءة عملية والذي ينسجم مع اهدافنا وقيمنا ويقودنا الى الفاعلية الاجتماعية بطريقة ايجابية مبدعة. (ابراهيم ، ٢٠٠٨ ، ص ١١)

٢- بركات ، ٢٠٠٦: هو عبارة عن مجموعة من العمليات الفعلية والنفسية والاجتماعية يقوم بها الفرد من فهم واستيعاب ومحكمة واستدلال وتذكر واسترجاع تدور حول موضوع ما وبشكل مترابط و متناسق ويتسلسل منطقي معقول (بركات ، ٢٠٠٦ ، ص ١٠) .

عرفه **Negative Thinking** ثانياً :- التفكير السلبي :-

١٩٨٧:- مجموعة من وجهات النظر المشوهة والافكار اللاتكيفية والادراكات السلبية التي Beck١- بيك

(Beck. A.T.1987, 43) يتبناها الفرد نحو الذات والعالم وما يحمله لنا المستقبل .

٢- سعادة ٢٠٠٣: هو تفكير يتجاهل الحقائق والافكار والظواهر الجديدة لاعتماده على النمط التقليدي في الحكم على الاشياء (سعادة ، ٢٠٠٣ ، ص ٤٤).

_ التعرف الاجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب بعد اجابته عن فقرات مقياس التفكير الايجابي السلبي .

عرفه **Self-regulation** ثالثاً: تنظيم الذات: هو مجموعة من الوظائف النفسية التي يجب ان

تطور و تنظم (Bandura , 1991)١- باندورا ، ١٩٩١)

٣- البجاري ٢٠٠٦ : هو مقدرة الفرد على استخدام مهاراته وقابلياته في عملية التعلم بنفسه عن طريق استخدامه للتقنيات الحديثة في حل المشكلات والإلمام بمصادر المعرفة وحب الاستطلاع والانفتاح على الخبرات ومواكبة المعلومات الجديدة بدافعية ذاتية والعمل المستمر لإشباع الذات(البجاري ، ٢٠٠٦ ، ص ١٩).

٤- محادين، ٢٠١٣:- يتضمن تحكم الفرد في سلوكه الحالي وميله الى ضبط النفس والتحكم الذاتي بهدف الرضا النفسي الداخلي (العيثاوي ، ٢٠١٤ ، ص ١٠).

تبنت الباحثة تعريف باندورا ١٩٩١ لان اعداد المقياس وفق نظرية في تنظيم الذات .

- **التعريف النظري:** هو استخدام الطرق والوسائل التي تساعد الفرد على الاستفادة من قدراته وامكانياته، ووقته لتحقيق التوازن بين رغباته وواجباته وصولاً لتحقيق اهدافه باستخدام تفكيره بشكل فعال .

- **التعريف الاجرائي لتنظيم الذات:** هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب بعد اجابته عن

فقرات مقياس تنظيم الذات.

الفصل الثاني/ الاطار النظري

أولاً التفكير الايجابي والسلبى: إن عملية التفكير وظيفية تختلف عن غيره من العمليات العقلية كالأدراك والتذكر والتخيل والانتباه، حيث إن التفكير يعتبر عملية مستقلة عن المثيرات الحاضرة او الموجودة بالموقف بينما العمليات العقلية الاخرى فجميعها تعمل عن طريق الاثارة الحسية المرتبطة بالمثيرات الخارجية ، بينما التفكير يتضمن معالجة داخلية لعناصر الموقف من جهة وتجهيز الفرد لمثيرات داخلية لديه وبذلك يعتمد على عملتين هما الاستقراء والاستنباط او الاستنتاج لهذا يتطلب الى تنمية وتعديل (ديبونو، ٢٠٠١، ص٤٥). وهناك من بعض الافكار السلبية مثل النظرة السطحية للأشياء والتركيز على فترة زمنية محددة أنيه ، والتمركز حول الذات وشعور الفرد بالغرور والتعالي بحيث يأخذ الانطباع الاولي عن الموضوع ويتأخذ القرارات باندفاع مع التطرف في تعميم تقويمه على الاشياء هذه كلها من معوقات التفكير الايجابي مع انعدام وجود الاهداف الموضوعية.

(Cavanagh,2000,p53).

فالتفكير الايجابي هو سلوك عقلي يقوم بترجمة الافكار والتصورات العقلية ويجعلها قابلة للنمو والتوسع وتحقيقها بنجاح ، وهو جهد عقلي يتوقع نتائج مرضية مما يدفع الى السعادة والفرح ، لهذا يعتبر هو نواة الاقتدار المعرفي وفاعلية التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها والتغلب على محنها ، فهو ليس مجرد وسيلة بل هو توجه الطاقات واستخراج الامكانيات الكامنة عند الفرد ومعالجة المعلومات بطريقة ناجحة (ابراهيم ، ١٩٩٨ ، ص١٩٤). فالشخصية الايجابية هي التي تمتلك الثقة والثبات والتماسك وفي المقابل الخوف والتردد والانفعالات والافكار التي تبعد عن الثبات والثقة هي الخطر الحقيقي التي تسببه الافكار السلبية والتي تؤديها اسباب منها:

- ١- الانتقادات التي يتعرض لها الفرد من محيط اسرته او عمله .
 - ٢- ضعف الثقة بالنفس
 - ٣- التركيز على نقاط الضعف وتضخيمها دون علاجها .
 - ٤- الانطواء على النفس وعدم المشاركة الاجتماعية الايجابية .
 - ٥- الحساسية الزائدة من النقد مع عقد مقارنات مع غيره من الافراد .
 - ٦- تنظيم الاشياء وتحميلها فوق حجمها بأفكار سلبية . (ابو نصر ، ٢٠٠٨، ص٣٦)
- لهذا نحتاج الى التفكير الايجابي لما له من فوائد تذكر منها:-
- ١- سرعة الاداء العالي وتعزز بيئة العمل بالإنتاج والانفتاح مما يزيد الثقة بالنفس .
 - ٢- يحقق مهارات التواصل الاجتماعي بنجاح .
 - ٣- يخفف ضغوطات الحياة فيقاوم الحزن والاكتئاب .
 - ٤- التمتع بصحة نفسية عالية من خلال الشعور بالرضا .

- ٥- نظرة الفرد الايجابية للمجتمع ومعالجة الامور بطرق منطقية .
وكذلك هناك مهارات للتفكير الايجابي في تنمية الذات منها :
- ١- مراقبة الافكار واختيار العبارات الايجابية التي تساعد على النجاح .
 - ٢- تحديد الاهداف وترتيبها وتحديد وسائل تحقيقها .
 - ٣- تجنب الانطواء على الذات والتخلص من الافكار السلبية بالاسترخاء والتأمل .
 - ٤- برمجة العقل الباطني .
 - ٥- البحث عن الادلة المنطقية . (بركات ، ٢٠٠٦ ، ص ٣٩)
- وتدخل انماط اساسية للتفكير الايجابي في حل المشكلات هي، (التفكير العلمي العقلاني- التفكير الديني-الاجتهاد) ،بينما انماط التفكير السلبي هي (التفكير الخرافي ،التفكير الاسطوري ،تفكير البدعة) . (حجازي ، ٢٠٠٩ ، ص ١٦) . فالتفكير السلبي هو التشاؤم في رؤية الاشياء والمبالغة في تقييم المواقف ، وهو الوهم الذي يحول اللاشيء الى حقيقة لا شك بها تؤدي الى عدم السعادة والمزاج السيئ وافعال سلبية وعدم الرضا عن الذات .
فمن اعراضه:-
- ١- اضطرابات التفكير والتي تظهر في جوانب الشخصية مثلا في:
أ- سياق التفكير اي ينتقل من فكرة الى اخرى دون ان يستكمل الفكرة الاولى .
ب- شكل افكاره غير مترابطة منطقيا وليس لديه قدره على التفكير في المفاهيم المجردة التصورية الحقيقية.
ج- اضطراب الشعور والسبات في التفكير وهو حالة من الخمول .
د- اضطراب الذاكرة مع اضطراب انفعالي. (Johnson 2002, 196)
 - ٢- قناعاته خاطئة تضعف تكيفه وتمتعه بالصحة النفسية من خلال :
أ- التعميم الزائد ، ب- محور تفكيره ضيق (كل شيء او لا شيء) ، ج- لا يأخذ الاحتمالات بالحسبان .
د- عدم الثقة بالمستقبل واستخدام افكار تشاؤمية . (بركات ، ٢٠٠٦ ، ص ٢٧).
- العوامل التي تؤثر في التفكير الايجابي والسلبي**
- ١- التنشئة الاجتماعية والتحديات التي يواجهها .
 - ٢- الصدمات التي يتعرض لها الفرد.
 - ٣- المناخ الاسري واسلوب الحياة الذي يدخل في نمط التفكير .
 - ٤- المؤسسات التربوية وعدم مواكبتها للتغير واستخدام الطرق الحديثة بالتعليم . (البدراوي ، ٢٠٠٣ ، ص ٢٤،

- ٥- شعور الفرد بالنقص او الدونية من خلال التربية غير السوية او الحرمان والقيود الاجتماعية .
٦- وسائل الاعلام المختلفة في الحصول على المعلومات الغزيرة وباستخدام تقنيات حديثة .
(بركات ، ٢٠٠٦ ، ص ١٤) .

فالفارق بين التفكير الايجابي والسلبى

التفكير السلبي	التفكير الإيجابي
١- يفكر في المشكلة ، واعذاره لا تنضب	١- يفكر في الحل وافكاره لا تنضب
٢- يتوقع مساعدة من الاخرين	٢- يساعد الاخرين
٣- يرى مشكلة في كل حل	٣- يرى حلا لكل مشكلة
٤- يجد صعوبة في ايجاد الحل	٤- الحل صعب لكنه ممكن
٥- يرى في العمل املا ولديه او هام يبررها	٥- يرى في العمل املا ولديه احلام يحققها
٦- يخدع الناس قبل ان يخدع	٦- يعامل الناس كما يحب
٧- يناقش بضعف وبطريقة ملتوية	٧- يناقش بقوة وبلغة واضحة وبشكل منطقي
٨- يشعر بالتعاسة والفشل	٨- يشعر بالسعادة والنجاح
٩- يتنازل عن القيم لا يقاوم الاحداث	٩- يتمسك بالقيم ويستفيد من الاحداث
١٠- علاقاته يسودها الشك والاضطراب والحيرة مع الجميع	١٠- تكون علاقاته جيدة مع الاخرين قائمة على التماسك والوضوح

(حجازي ، ٢٠٠٩ ، ص ٣٢)

(فيرابيفر ، ٢٠٠٣ ، ص ٦٧)

ثانياً/ تنظيم الذات: مصطلح تنظيم الذات يدل على وجود مكون داخلي وهو الاجراءات التي يتخذها الفرد ذاتياً لضبط سلوكه وتعزيز ذاته او معاقبتها ، وتتضمن عملية التنظيم الذاتي ثلاث خطوات هي :

- ١- الملاحظة الذاتية : اي ينظر الانسان الى نفسه وسلوكه ويتابع تصرفاته .
- ٢- اطلاق الاحكام : مقارنة والملاحظة الذاتية مع المعايير التي يضعها المجتمع او الفرد بنفسه .
- ٣- الاستجابة الذاتية : بعد اطلاق الاحكام على نفسه فاذا عمل شيئاً جيداً وفق المعايير الموضوعية سيعطي لنفسه مكافأة ذاتية ، وعكس هذا عقوبة ذاتية (العيثاوي ، ٢٠١٤ ، ص ٦٩) .

نظريات تنظيم الذات:

نظرية المصير الذاتي: وتستند هذه النظرية الى مفهوم المنفعة الذاتية والتي تتم من خلال تحقيق الذات كمحرك أساسي في الوجود الأفضل للفرد انطلاقاً من أن البشرية تشترك في الحاجات النفسية الأساسية التي يجب أن تشبع لتتحقق نمائها وانسجامها ، إذ انه كلما أشبعت هذه الحاجات أحس الأفراد بالحيوية و الانسجام الداخلي والاندماج النفسي (Deci et Ryan, 1991) . فهذه النظرية تتباين مع نظرية المنفعة حيث تلخص إلي أن البشر ينزعون بطريقة جبلية إلي تحقيق ثلاثة اشباعات نفسية رئيسة وهي الحاجة إلي الاستقلالية، الحاجة للقدرة، والحاجة إلي ربط علاقات مع الآخرين .

٢- **نظرية الحفز السلوكية:** لا تركز هذه النظرية في كيفية إعداد الأهداف فحسب بل تمتد إلى متابعة تلك الأهداف ومدى تحقيق التعديل السلوكي المطلوب ويتجسد هذا عن طريق نماذج والتي تركز على عمليات الإرادة في توجيه السلوك انطلاقاً من وعي الفرد بمشكلاته إلى الشروع في اتخاذ القرار ثم تحقيق النجاح والحفاظ على السلوك الناجح (عبد السلام، ٢٠٠٩، ص ٢٣).

٣- **نظرية باندورا في تنظيم الذات:** تعتمد نظرية باندورا على الاداء من خلال الدافعية والتي تتضمن المتعة الذاتية، والتدعيم اللفظي، ثم الانجاز وبذل الجهد المطلوب فقدم نظرية الفاعلية الذاتية والتي تؤكد على سلوك المبادرة والمثابرة وعلى احكام الفرد وتوقعاته ومهاراته السلوكية في تحديات البيئة والظروف المحيطة من خلال عدة ابعاد ومكونات تنظيميه تتسجم مع بعضها في تنظيم وإدارة الذات وهي :

١- **مراقبة الذات :** ان عملية مراقبة الذات مرتبطة بقدرة الافراد في تنظيم ذواتهم والتحكم بها من اجل التصرف المرغوب والميل للتحكم بسلوكهم واطهاره بالشكل المطلوب (Suyde & Gangsted , 1986, 12). وهذه العملية تتطلب ملاحظة الذات بشكل منطقي في معالجة المعلومات الواردة الى الدماغ والعوامل التي تؤثر في تصرفات الفرد وسلوكه، متفقة مع معتقداتهم وآرائهم الشخصية (نجم، ٢٠٠٠، ص ٧١).

٢- **تقويم الذات :** اي محاسبة الفرد لنفسه كل يوم و يقيس ماذا فعلت، فالتقويم عملية معرفية تشمل مهارات التفكير ومستويات من التخطيط والمراقبة والتحكم ومن ثم التقويم للتعديل واختيار البدائل السلوكية لتصحيح وتعديل المسار (درويش، ٢٠٠٦، ص ٨). فعملية تقويم الذات عملية انسانية وايجابية فاعلة للتعرف عن النفس وعن الافكار وتحقيق الذات عن طريق معالجة جوانب الضعف وتنمية جوانب القوة وتنمية مشاعر الاقدام (الخطيب، ١٩٩٢، ص ٢٦).

٣- **تعزيز الذات :** هو تغذية راجعة في محاولة الفرد لان يكافئ نفسه بصورة مستمرة بعد ظهور الاستجابة المطلوبة من خلال اقناع نفسه عن ما يقوم به من عمل مكافأة لنفسه وامتناعه عن عمل كذلك مكافأة له. وهذا يترك اثراً ايجابية في التفكير وبذلك يتم تدعيم وتقوية السلوك وبحثه على التكرار (المرسي، ٢٠٠٠، ص ١٨٢).

٤- **ضبط المثيرات :** ان ضبط المثيرات له فعالية في معالجة المشكلات والسيطرة عليها عن طريق تعزيز السلوك عدة مرات بوجود مثيرات بيئية يزداد احتمالية حدوثه مع هذه المؤثرات وينقص بغيابها اي التحكم بالسلوك من خلال المثيرات التي تسبقه (الخطيب، ١٩٩٥، ص ١٦١).

ويرى بياجيه ان تنظيم الذات جزء اساس في الحياة العقلية للإنسان ينمو ويطور عبر التفاعل المستمر بينه وبين تنبیهات البيئة المحيطة من خلاله ثلاثة انواع هي :

أ- تنظيم الذات المستقل: ويتم باستمرار تنظيم الاداء اثناء عملية اكتساب المعرفة وتعديل الافعال.

- ب- تنظيم الذات الفعال: ويتم عن طريق اختبار الفرضيات وتطبيقها .
 ج- تنظيم الذات الوعي: وفيه توضع الصياغة العقلية للنظريات القابلة للاختبار .
 ويشير وكين Cain & Cain في نظرية التعلم الى ان الدماغ مزود فطريا بمجموعة من القدرات
 منها القدرة على التنظيم الذاتي والقدرة على تحليل البيانات والتأمل الذاتي.
 (نوفل ، ٢٠٠٧ ، ص٦٦) .

ويرى (Colman) إنَّ المخ وجداني ينشطه الامن النفسي ويحجمه التوتر، فالأذكىء عاطفيا
 يتميزون بامتلاكهم عددا من السمات الشخصية منها الصراحة والرضا عن الذات وضبط النفس من
 خلال القدرة على ادارة حالتهم الداخلية (الطائي ، ٢٠١١، ص٤٥) . وأشار كل من باترسون وكريج
 ١٩٩٦ الى ان تطور التوجيه الذاتي والمسؤولية الذاتية لدى المتعلمين المنظمين ذاتياً يحتمل ان
 يعرف كهدف تربوي لانهم يعدون افراداً ما وراء معرفيين (التفكير في التفكير) ودافعين ومشاركين
 بشكل سلوكي في عملية تعليمهم ، ومثل هؤلاء المتعلمين لديهم الاستراتيجيات والمراقبة اثناء
 التفكير وهم متعلمون ناجحون في اختبار نموذج التنظيم الذاتي الملائم وناجحون ايضاً في عملية
 بناء وخلق بيئات اجتماعية تحسن من تعلمهم. (Paterson&craig.1996,48).

فالإنسان قادر على ان يوجهه تفكيره وجهة ايجابية او سلبية ، فعندها ينظر الى الامور
 والاشياء والناس المحيطين به نظرة عادلة ومتفائلة مع محاولة التطوير والتحسين لنفسه ولأسرته
 وعمله بل ولمجتمعه ، فإنه يفكر بإيجابيه وله نظرة تقدمية ، لهذا ترى الباحثة الاتي :
 ١- ان نجعل عقلاً يفكر بإيجابية ولا يعمل ضدنا، هذا يساعدنا على تنظيم ذاتنا .
 ٢- نستخدم كلمات ايجابية للتعبير عن مشاعرنا وافكارنا وما يدور في ذاتنا .
 ٣- ننظر للأشياء بإيجابية ونركز في النجاح ولا نفكر بالفشل لهذا علينا الإصرار على الفوز
 وضبط المثيرات .

٦- التفكير الايجابي ينسجم باليقظة والتفاؤل الذاتي لذا سوف نحقق اهدافنا .
 ٧- نبدأ بالممكن ولا نفكر بالمستحيل ، ونختيل النجاح فسوف نجني ثماره اما التفكير السلبي
 سوف يؤدي الى عكس ذلك .

ثالثاً/ دراسات سابقة:

الدراسات عن تنظيم الذات:

١- دراسة ولترز (Wolters, 1999): استهدفت الى معرفة العلاقة بين استراتيجيات التنظيم
 الذاتي للدافعية وبعض الاستراتيجيات ما وراء المعرفة والجهد داخل الصف التاسع والعاشر، تكونت
 عينة من ٨٨ تلميذاً . تم استخدام مقياس الاستراتيجيات المعرفية ومقياس للجهد والمثابرة ومقياس
 الاستراتيجيات التنظيم الذاتي ، وبعد تطبيق المقاييس على عينة الدراسة ومعالجة البيانات احصائياً

،اظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية موجبة بين استراتيجيات التنظيم الذاتي واستراتيجيات ما وراء المعرفية في الجهد والمثابرة.

٢- دراسة لينج Lyuch & Dembo 2004 : استهدفت الى معرفة العلاقة بين التنظيم الذاتي للتعلم عن طريق التعلم المختلط . تكونت عينة الدراسة من (٩٤) طالبا من المدارس المختلطة ، وتم استخدام مقياس للسيطرة والضبظ و مقياس تنظيم الذات وفق الكفاءة الذاتية والاداء وادارة بيئة الدراسة مع استخدام الانترنت ، توصلت الدراسة الى وجود علاقة ايجابية بين الطلبة ارتبطت بالقدرة اللفظية والكفاءة الذاتية في الاداء المتميز .

(Lyuch. R & Dembo. M. , 2004 , P2-).

٣- دراسة الجبوري ٢٠١٠: استهدفت الدراسة الى معرفة علاقة تنظيم الذات بالتفكير السلبي لدى طلبة المرحلة الاعدادية في منطقة الشرقاط ،محافظة صلاح الدين ،تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة اختيروا بطريقة الطبقة العشوائية من المدارس الاعدادية ،استخدم الباحث مقياساً لتنظيم الذات ومقياساً للتفكير السلبي والايجابي ،فتوصل الى ان طلبة الاعدادية يتمتعون بتنظيم وخاصة الاناث وعند الفرع العلمي ،كما توصل الى عدم وجود علاقة بين تنظيم الذات والتفكير الايجابي .

٤-دراسة العاطي ٢٠١٢:- استهدف الى معرفة فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم واثره على بعض مكونات الذكاء الوجداني ونواتج التعلم ،تكونت عينة الدراسة من (٦٠) طالباً وطالبة من الصف الثاني الإعدادي من مدرسة ميت كنانة من منخفضي التحصيل الدراسي والذكاء الوجداني وتم توزيع العينة الى مجموعتين فكان عدد المجموعة التجريبية (٣٠) تلميذاً وتلميذة ،والمجموعة الضابطة عددها (٣٠) تلميذاً وتلميذة ،تم استخدام مقياس الذكاء الوجداني ومقياس استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم ثم طبق البرنامج ،وبعد اجراء الاختبارات البعدية اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة لصالح المجموعة التجريبية على مقياسين الذكاء الوجداني واستراتيجيات تنظيم الذات وهذا يدل على فاعلية البرنامج .

دراسات التفكير الايجابي والسلبي:

١- دراسة بركات ٢٠٠٦ :استهدفت الدراسة الى معرفة علاقة بعض المتغيرات بالتفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة . تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالب من جامعة القدس المفتوحة في فلسطين . تم استخدام مقياس التفكير الايجابي والسلبي الذي اعده الباحث على عينة الدراسة. وتوصل الباحث الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مقياس التفكير الايجابي والسلبي تعزى لمتغيرات الجنس وعمل الام وكذلك الى التحصيل الدراسي ومكان السكن .

٣- دراسة ريج و داهلمير: استهدفت الى معرفة تأثير التفكير الايجابي والسلبى في فاعلية التغذية الراجعة في تعليم بعض المفاهيم لدى عينة مكونة من ٣٢ طالباً وطالبة من الجامعة ، وقد تم بناء مقياس للتفكير الايجابي والسلبى لقياس مستوى فاعلية التغذية الراجعة في تعلم المفاهيم تعزى الى نمط التفكير الايجابي وتوصلت الدراسة الى توجه الطلبة جميعهم نحو التفكير الايجابي. (Rich & dalhermer , 2001).

٤- دراسة (Lyabomirsk, 2002) استهدفت الى معرفة تأثير التأمل الذاتى في التفكير السلبى والقدرة على حل المشكلات ، تكونت عينة الدراسة من ١٦٠ طالبا جامعيًا ممن يعانون من القلق والنصف الثانى من الطلبة الذين لا يعانون من القلق ، توصلت الدراسة الى وجود علاقة بين التأمل الذاتى المركز بين التفكير السلبى عن الطلبة القلقين وان فاعليتهم في حل المشكلات قليلة مقارنة بالطلبة غير القلقين، كما توصلت الدراسة الى وجود علاقة جوهرية بين التفكير السلبى والقلق ومتغير الجنس و لصالح الاناث .

٤- دراسة ريببكا ، ٢٠٠٣: استهدفت معرفة تأثير التفاعل المشترك بين نمط التفكير الايجابي والسلبى وبين متغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسى في عزو النجاح في اكتساب المفاهيم ،تكونت عليه الدراسة من (٢٨٤) طالبا وطالبة ، وبعد التطبيق ،أظهرت النتائج ان هناك تأثيراً جوهرياً في النمط الايجابى في تعليم المفاهيم وميلهم نحو التفكير الايجابى ولا توجد فروق لصالح الجنس والتخصص.

٥-دراسة مونرو، ٢٠٠٤: استهدفت الى التعرف عن العلاقة بين التفكير السلبى والايجابى و ستمى الشخصية المتفائلة والمتشائمة ، تكونت عينة الدراسة من (٤٢٠) طالبا وطالبة من الجامعات الامريكية فأظهرت النتائج وجود فروق و لصالح التفكير الايجابى وعند الطلبة المتفائلين ولا توجد فروق لصالح الجنس او التخصص.

مناقشة الدراسات السابقة من حيث

١-الاهداف:-تتوعت اهداف الدراسات في موضوع التفكير الايجابى والسلبى ففي دراسة (بركات٢٠٠٦:استهدفت الى معرفة علاقة بعض المتغيرات على التفكير الايجابى والسلبى لدى طلبة الجامعة. واما دراسة ريج و داهلمير ٢٠٠١؛ فقد استهدفت الى معرفة تأثير التفكير الايجابى والسلبى في فاعلية التغذية الراجعة في تعليم بعض المفاهيم ودراسة ليايوميرسك Lyabomirsk هدفت الى معرفة تأثير التأمل الذاتى في التفكير السلبى والقدرة على حل المشكلات بينما دراسة ريببكا ، ٢٠٠٣هدفت معرفة تأثير التفاعل المشترك بين نمط التفكير الايجابى والسلبى وبين متغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسى في عزو النجاح في اكتساب المفاهيم ودراسة مونرو، ٢٠٠٤ هدفت الى التعرف عن العلاقة بين التفكير السلبى والايجابى

وسمّي الشخصية المتفائلة والمتشائمة. أما الدراسات التي تناولت موضوع تنظيم الذات؛ فقد تباينت الاهداف، فكانت دراسة **Wolters** ولترز **1999** هدفت الى معرفة العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الذاتي للدافعية وبعض الاستراتيجيات ما وراء المعرفة والجهد داخل الصف، بينما هدفت دراسة لينج ديميو **Lyuch & Dembo** الى معرفة العلاقة بين تنظيم الذاتي للتعلم عن طريق التعلم المختلط، أما دراسة الجبوري **٢٠١٠** فهدف الى معرفة علاقة تنظيم الذات بالتفكير السلبي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، وأخيرا هدفت دراسة العاطي **٢٠١٢** الى معرفة فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم واثره في بعض مكونات الذكاء الوجداني ونواتج التعلم.

ثانياً/ العينة: اعتمدت الدراسات السابقة على عينات من مراحل دراسية مختلفة فدراسة بركات **٢٠٠٦** من **٢٠٠** طالبا من جامعة القدس المفتوحة بينما دراسة ريج وداهلمير **٢٠٠١** من **٣٢** طالبا وطالبة من الجامعة، بينما دراسة **٢٠٠٢**، **Lyabomirsk** من **١٦٠** طالب بينما دراسة ريبكا **٢٠٠٣** من **٢٨٤** طالبا وطالبة، اما دراسة مونرو **Munro 2004** من **٤٢٠** طالبا وطالبة من الجامعات الأمريكية وكذلك تنوعت عينات الدراسات التي تناولت تنظيم الذات فكانت دراسة ولترز **Wolters, 1999** من **٨٨** تلميذا الصف التاسع والعاشر ودراسة لينج ديميو **٢٠٠٤** من **٩٤** طالبا من المدارس المختلطة اما دراسة الجبوري **٢٠١٠** فتكونت من **٢٠٠** طالب وطالبة من المرحلة الاعدادية اما دراسة العاطي **٢٠١٢** فكانت من **٦٠** طالب وطالبة والدراسة الحالية تكونت عينتها من **١٠٠** طالب وطالبة من جامعة بغداد كلية الآداب قسمي علم النفس والفلسفة.

ثالثا: أداة الدراسة:- تنوعت ادوات الدراسة حسب الهدف فدراسة بركات **٢٠٠٦** اعداد مقياس للتفكير الايجابي والسلبي يلائم عينة الدراسة، أما دراسة ريج وداهلمير **٢٠٠١** مقياس للتفكير الايجابي والسلبي الذي يقيس التغذية الراجعة في تعليم المفاهيم، بينما دراسة لياوميرسك **٢٠٠٢** ومقياس التأمل الذاتي في التفكير الايجابي والسلبي، اما دراسة ريبكا **٢٠٠٣** مقياس التفاعل بين نمطي التفكير الايجابي والسلبي، اما دراسة مونرو **٢٠٠٤** مقياس التفكير الايجابي والسلبي ومقياس سمات الشخصية (المتفائلة والمتشائمة)، أما الادوات التي استخدمتها دراسات تنظيم الذات فكانت متنوعة منها دراسة ولترز **١٩٩٩** استخدم مقياس استراتيجيات المعرفة ومقياس الجهد والمثابرة ومقياس وفق استراتيجيات التنظيم الذاتي، بينما دراسة ليح ديميو **٢٠٠٤** مقياس السيطرة والضبط ومقياس تنظيم الذات وفق الكفاءة الذاتية والأداء وادارة بيئة الدراسة مع استخدام الانترنت، وكذلك دراسة الجبوري **٢٠١٠** استخدم مقياس تنظيم الذات وفق اربعة أبعاد، واخيرا دراسة العاطي **٢٠١٢** برنامج وفق استراتيجيات تنظيم الذاتي ومقياس الذكاء الوجداني.

رابعا/ استخدمت الدراسات السابقة وسائل احصائية مختلفة وتباينت النتائج وفقا للأهداف.

الفصل الثالث/ منهجية البحث واجراءاته:

يتضمن هذا الفصل مجموعة من الاجراءات التي اعتمدها الباحثة، ولغرض تحقيق اهداف البحث الحالي تم اعتماد المنهج الوصفي وتحديد المجتمع واختبار عينة ممثلة وكذلك اختيار ادواته وتطبيقها ومعالجة البيانات احصائيا وسيتم استعراض ذلك على النحو الاتي :

مجتمع البحث: تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد ، كلية الآداب ، المرحلة الاولى للعام الدراسي ٢٠١٦ والبالغ عددهم (٥٠٥) طالبا .

عينة البحث: تكونت عينة البحث من طلبة المرحلة الاولى قسمي علم النفس ، وقسم الفلسفة والبالغ عددهم (٢٠١) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية عندما كنت اقوم بدوري كمرشدة تربوية مسؤولة بالكلية ، وتم استبعاد مجموعة من الاستمارات لعدم اكمال الاجابة عنها ، لهذا بلغ عدد الطلبة (١٠٠) طالب، منهم (٥٠) طالباً وطالبة من قسم علم النفس و (٥٠) طالباً وطالبة من قسم الفلسفة .

ثالثاً/ ادوات البحث:

الاداة الاولى : مقياس التفكير الايجابي والسلبى بعد الاطلاع على بعض الادبيات والدراسات السابقة مثل دراسة (بركات ٢٠٠٦) والذي يتكون من (٢٤) فقرة على شكل انماط سلوكية و وفق خمسة بدائل . ومقياس التفكير الايجابي والذي يشمل على عدة ابعاد منها بعد التوقعات الايجابية ، والضبط الانفعالي والتحكم بالعمليات العقلية ، وحب التعلم ، والشعور بالرضا ، وتقبل الاخرين ، والخبرات الماضية ، وتقبل الذات ، وتقبل المسؤولية ، والمجازفة ، والذكاء الوجداني حيث كانت عدد فقرات المقياس (١٠١) وكل فقرة مكون من (أ-ب) . <http://drasat.infor>

و دراسة (خليل ٢٠١٢) من القاهرة يتكون المقياس من البعدي المعرفي والنفسي ، ودراسة (حنان ٢٠١٢) يتكون من (٣٩) فقرة (١٧) سلبية و (٢٢) ايجابية و وفق بديلين تنطبق ولا تنطبق ، ودراسة (الجبوري ٢٠١٠) يتالف المقياس من (٦٣) فقرة منها (٣٩) فقرة سلبية و (٢٤) ايجابية وفق خمسة ابعاد منسجمة مع ابعاد مقياس تنظيم الذات وهي :

١- الافكار الموجه (نحو الذات ونحو الاخرين ونحو العالم والحياة ونحو المستقبل ونحو الماضي) وعلى وفق ثلاثة بدائل، تم اعداد مقياس الدراسة الحالية من (٦٠) فقرة (٣٠) منها موجبة و(٣٠) فقرة سالبة ووفق ثلاثة بدائل وهي (تنطبق عليه ، تنطبق احيانا ، لا تنطبق علي) وبدرجات (٣-٢-١) لل فقرات الموجبة وبالعكس للفقرات السالبة (١-٢-٣) وبذلك تكون اعلى درجة على المقياس (١٨٠) وادنى درجة (٦٠).

التحليل الاحصائي لمقياس التفكير الايجابي والسلبي :

تم ايجاد القوة التمييزية لفقرات المقياس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين حيث تم تطبيق المقياس على عينة التمييز البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة ثم رتبنا الدرجات من ادنى درجة الى اعلى درجة واخذت نسبة لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق فوجدت ان القيمة T.test ٢٧% ثم طبقت الباحثة الاختبار التائي

التائية تساوي (٢) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٥٢) وكما في جدول (١) .

جدول (١)

يوضح تمييز فقرات مقياس التفكير الايجابي والسلبي

الرقم	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		القيمة التائية المحسوبة *
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	٢,٧٠٣٧	٠,٤٦٥٣٢	٤٠٧٤١	٠,٥٧٢٣٩	٩,١٣١
٢	٢,٣٣٣٣	٠,٩٦٠٧٧	١,٠٠٠٠	٠,٠٠٠٠	٧,٢١١
٣	٢,٧٠٣٧	٠,٦٦٨٨٠	٠,٤٢٣٦٦	١,٢٢٢٢	٩,٧٢٣
٤	١,٩٢٥٩	٠,٩٩٧١٥	١,١٤٨١	٠,٥٣٣٧٦	٣,٥٧٣
٥	٢,٣٣٣٣	٠,٧٨٤٤٦	١,٢٢٢٢	٠,٤٢٣٦٦	٦,٤٧٦
٦	٢,٠٠٠٠	٠,٩٦٠٧٧	١,٠٧٤١	٠,٣٨٤٩٠	٤,٦٤٩
٧	٢,٧٧٧٨	٠,٥٠٦٣٧	١,٢٥٩٣	٠,٥٩٤٣٧	١٠,١٠٥
٨	١,٨١٤٨	٠,٩٢١٤١	١,٠٠٠٠	٠,٠٠٠٠	٤,٥٩٥
٩	٢,٩٦٣٠	٠,١٩٢٤٥	١,٢٩٦٣	٠,٦٠٨٥٨	١٣,٥٦٨
١٠	١,٧٠٣٧	٠,٩٥٣٣٣	١,٠٣٧٠	٠,١٩٢٤٥	٣,٥٦٢
١١	٢,٩٢٥٩	٠,٣٨٤٩٠	١,٣٣٣٣	٠,٥٥٤٧٠	١٢,٢٥٧
١٢	١,٨١٤٨	٠,٩٢١٤١	١,١١١١	٠,٤٢٣٦٦	٣,٦٠٦
١٣	٢,٥١٨٥	٠,٧٥٢٩٦	١,٥٩٢٦	٠,٦٣٦٠٥	٤,٨٨١
١٤	١,٩٦٣٠	٠,٩٣٩٧٨	١,١١١١	٠,٣٢٠٢٦	٤,٤٥٨
١٥	٢,٨٥١٩	٠,٤٥٦٠٥	١,٦٢٩٦	٠,٧٩١٦٩	٦,٩٥١
١٦	١,٧٧٧٨	٠,٩٧٤٠٢	١,٠٣٧٠	٠,١٩٢٤٥	٣,٨٧٧
١٧	٢,٨٨٨٩	٠,٣٢٠٢٦	١,٢٢٢٢	٠,٥٠٦٣٧	١٤,٤٥٤
١٨	١,٨١٤٨	٠,٩٢١٤١	١,١١١١	٠,٣٢٠٢٦	٣,٧٤٨
١٩	٢,٨٥١٩	٠,٥٣٣٧٦	١,٤٤٤٤	٠,٦٩٧٩٨	٨,٣٢٣
٢٠	٢,٧٧٧٨	٠,٧٧٣٥	١,٤٠٧٤	٠,٦٩٣٨٩	٧,٨٨٨
٢١	٢,٤٨١٥	٠,٨٩٣١٥	١,٩٧٤١	٠,٢٦٦٨٨	٧,٨٤٥
٢٢	٢,٥٩٢٦	٠,٧٤٧٢٦	١,١١١١	٠,٤٢٣٦٦	٨,٩٦٢
٢٣	٢,٧٠٣٧	٠,٦٠٨٥٨	١,٣٣٣٣	٠,٥٥٤٧٠	٨,٦٤٧
٢٤	٢,٦٢٩٦	٠,٧٤١٥٢	١,٠٣٧٠	٠,١٩٢٤٥	١٠,٨٠٢
٢٥	٢,٧٠٣٧	٠,٦٠٨٥٨	١,٢٥٩٣	٠,٤٤٦٥٨	٩,٩٤٣
٢٦	١,٩٢٥٩	٠,٩١٦٧٦	١,١١١١	٠,٤٢٣٦٦	٤,١٩٢
٢٧	١,٨٥١٩	٠,٩٨٨٥٤	١,٠٧٤١	٠,٢٦٦٨٨	٣,٩٤٧
٢٨	٢,٢٥٩٣	٠,٨١٣٠٠	١,٥٩٢٦	٠,٨٣٥٨٨	٢,٨٧٧
٢٩	٢,٦٢٩٦	٠,٤٩٢١٠	١,٦٦٦٧	٠,٦٢٠١٧	٦,٣٢٠
٣٠	٢,٦٢٩٦	٠,٥٦٤٨٨	٢,١٤٨١	٠,٨٦٣٩٧	٢,٤٢٤
٣١	٢,٥١٨٥	٠,٦٤٢٧٣	١,٧٧٧٨	٠,٦٩٧٩٨	٤,٠٥٧
٣٢	٢,٣٣٣٣	٠,٦٢٠١٧	١,٥١٨٥	٠,٧٥٢٩٦	٤,٣٤٠
٣٣	٢,٢٩٦٣	٠,٨٢٣٤٥	١,٣٧٠٤	٠,٦٢٩٢٩	٤,٦٤٢
٣٤	٢,٦٢٩٦	٠,٦٢٩٢٩	١,٨١٤٨	٠,٨٧٨٦٨	٣,٩١٧
٣٥	٢,٠٧٤١	٠,٧٨٠٨٢	١,٨١٤٨	٠,٨٧٨٦٨	٢,٢٢٠
٣٦	٢,٣٧٠٤	٠,٦٨٧٧٠	١,٦٦٦٧	٠,٧٣٣٨٠	٣,٦٣٦

٢,٤٤٤	٠,٩١٢٠٩	١,٧٠٣٦	٠,٨٦٨٩٠	٢,٢٩٦٣	٣٧
٣,٦٦١	٠,٧٨٦٢٨	١,٨١٤٨	٠,٦٩٧٩٨	٢,٥٥٥٦	٣٨
٢,٠٩٩	٠,٨٠٧٧٣	١,٩٦٣٠	٠,٧٤٧٢٦	٢,٤٠٧٤	٣٩
٣,٥٧٦	٠,٨٤٧٣٢	١,٨٨٨٩	٠,٥٧٢٣٩	٢,٥٩٢٦	٤٠
٤,١٠١	٠,٨٤٧٣٢	١,٤٤٤٤	٠,٦٦٨٨٠	٢,٢٩٦٣	٤١
٣,٩٦٦	٠,٨٩٧٩٢	١,٩٦٣٠	٠,٥٧٧٣٥	٢,٧٧٧٨	٤٢
٢,٩١٧	٠,٨٠٠٦٤	١,٧٧٧٨	٠,٦٨٧٧٠	٢,٣٧٠٤	٤٣
٢,٦٠٥	٠,٨٦٣٩٧	١,٨٥١٩	٠,٦٩٣٨٩	٢,٤٠٧٤	٤٤
٦,٠٢٢	٠,٧٧٥٣٣	١,٧٠٣٧	٠,٤٤٦٥٨	٢,٧٤٠٧	٤٥
٣,٨١٣	٠,٧٥٢٩٦	١,٥١٨٥	٠,٨٨٣٥٣	٢,٣٧٠٤	٤٦
٣,٨٤٤	٠,٩٤٨٨٣	٢,١٤٨١	٠,٣٢٩٢٦	٢,٨٨٨٩	٤٧
٤,٣٥٦	٠,٥٧٧٣٥	١,٥٥٥٦	٠,٦٦٨٨٠	٢,٢٩٦٣	٤٨
٤,٤٣٩	٠,٨٤٧٣٢	١,٨٨٨٩	٠,٥٢٥٦٩	٢,٧٤٠٧	٤٩
٤,٤٩٨	٠,٦٩٣٨٩	١,٥٩٢٦	٠,٦٣٦٠٥	٢,٤٠٧٤	٥٠
٤,٠٠٩	٠,٧٨٤٤٦	٢,٠٠٠٠	٠,٤٦٥٣٢	٢,٧٠٣٧	٥١
٢,٠٨٤	٠,٨٦٣٩٧	٢,١٤٨١	٠,٦٩٣٨٩	٢,٥٩٢٦	٥٢
٤,٠٥٨	٠,٨٤٧٣٢	١,٨٨٨٩	٠,٦٠٨٥٨	٢,٧٠٣٧	٥٣
٤,٨٣٧	٠,٧٨٦٢٨	١,٨١٤٨	٠,٥٤١٧١	٢,٧٠٣٧	٥٤
٣,١٨٥	٠,٨٦٨٩٠	٢,٢٩٦٣	٠,٤٢٣٦٦	٢,٨٨٨٩	٥٥
٣,٤٨١	٠,٩١٩٨٧	٢,٣٣٣٣	١,٩٢٤٥	٢,٩٦٣٠	٥٦
٣,٤٩٩	٠,٩٠٧٣٩	٢,١٤٨١	٠,٣٩٥٨٥	٢,٨١٤٨	٥٧
٣,٨٥٤	٠,٦٨١٤٦	١,٨١٤٨	٠,٥٠٦٣٧	٢,٤٤٤٤	٥٨
٣,٣٧٩	٠,٨٠٠٦٤	١,٧٧٧٨	٠,٦٤٠٥١	٢,٤٤٤٤	٥٩
٣,٨٠٠	٠,٧١٨١٠	١,٨٥١٩	٠,٦٤٠٥١	٢,٥٥٥٦	٦٠

القيمة الجدولية تساوي (٢) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٥٢) والفقرات دالة ومميزه.

صدق مقياس التفكير الايجابي والسلبي : تم باستخدام طريقتين هما :

- ١- الصدق الظاهري : اذ تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمحكمين المختصين بعلم النفس لبيان مدى صلاحية المقياس، فحصلت الموافقة على ٩٨% حيث تم تعديل اربع فقرات فقط.
- ٢- الصدق البناء : أيجاد هذا النوع من الصدق تم من خلال الاتي :أ- ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون . حيث وجد ان القيمة التائية الجدولية تساوي (٠,١٩٥) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٨) وتدل النتيجة على ان جميع الفقرات دالة وصادقة كما في جدول (٢) .

جدول (٢)

صدق الفقرات لمقياس التفكير الايجابي والسلبي بطريقة ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس التفكير الايجابي والسلبي باستخدام بيرسون .

معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة
0,685	١
0,725	٢
0,602	٣
0,562	٤
0,670	٥
0,607	٦
0,675	٧
0,664	٨
0,628	٩
0,637	١٠
0,647	١١
0,583	١٢
0,514	١٣
0,600	١٤
0,550	١٥
0,619	١٦
0,658	١٧
0,547	١٨
0,593	١٩
0,593	٢٠
0,670	٢١
0,698	٢٢
0,647	٢٣
0,686	٢٤
0,659	٢٥
0,534	٢٦
0,565	٢٧
0,392	٢٨
0,591	٢٩
0,491	٣٠
0,522	٣١
0,519	٣٢
0,537	٣٣
0,530	٣٤
0,442	٣٥
0,579	٣٦
0,429	٣٧
0,468	٣٨
0,319	٣٩
0,431	٤٠
0,396	٤١
0,512	٤٢
0,485	٤٣
0,501	٤٤

0,572	٤٥
0,483	٤٦
0,591	٤٧
0,582	٤٨
0,511	٤٩
0,514	٥٠
0,522	٥١
0,424	٥٢
0,528	٥٣
0,515	٥٤
0,516	٥٥
0,606	٥٦
0,519	٥٧
0,570	٥٨
0,408	٥٩
0,578	٦٠

حيث وجد من خلال الجدول ان القيمة الجدولية التائية تساوي (٠,١٩٥) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٨) وهذه النتيجة تدل على ان جميع الفقرات دالة وصادقة .
ب- ارتباط الفقرات بالمجال الذي ينتمي اليه لإيجاد الصدق بهذه الطريقة ، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون فوجد ان جميع الفقرات دالة وصادقة كما في جدول (٣) .

جدول (٣)

بين ارتباط الفقرات بالمجال الذي ينتمي اليه اذ كانت ايجابية او سلبية

رقم المجال	المجال	عدد الفقرات	ارقام الفقرات	قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمجال	
١	التفكير الايجابي	30	٣	0,676	
			٤	0,595	
			٥	0,712	
			٦	0,723	
			٧	0,707	
			٨	0,711	
	الافكار الموجبة نحو الذات	الافكار الموجبة نحو الاخرين	30	٩	0,911
				١٠	0,686
				١١	0,726
				١٥	0,565
				١٨	0,588
				١٩	0,699
				٢٠	0,580
				٢١	0,745
				٢٢	0,805
				٢٩	0,526
الافكار الموجهة نحو العالم والحياة	الافكار الموجبة نحو	30	٣١	0,425	
			٣٤	0,408	

0,388	٣٥		العالم والحياة الأفكار الموجهة نحو المستقبل	
0,462	٣٦			
0,577	٤١			
0,581	٤٣			
0,648	٤٨			
0,680	٤٩			
0,624	٥٠			
0,654	٥١			
0,636	٥٥			
0,682	٥٦			
0,633	٦٠			
0,554	١			
0,479	٢			
0,433	12			
0,500	١٣			
0,440	١٤			
0,446	١٦			
0,440	١٧			
0,384	٢٣			
0,443	٢٤			
0,443	٢٥			
0,311	٢٦			
0,377	٢٧			
0,270	٢٨			
0,618	٣٠			
0,560	٣٢			
0,463	٣٣			
0,375	٣٧			
0,525	٣٨			
0,379	٣٩			
0,542	٤٠			
0,630	٤٢			
0,616	٤٥			
0,515	٤٦			
0,738	٤٧			
0,557	٥٢			
0,618	٥٣			
0,605	٥٤			
0,696	٥٧			
0,576	٥٨			
0,379	٥٩			
			الأفكار الموجبة نحو الآخرين	
			الأفكار الموجبة نحو العالم والحياة	
			الأفكار الموجبة نحو المستقبل	
			الأفكار الموجبة نحو الماضي	

جميع فقرات المجالات للتفكير الايجابي والسلبي (٦٠) فقرة دالة وصادقة .

ثبات مقياس التفكير الايجابي والسلبي : ولإيجاد ثبات المقياس استخدمت الباحثة طريقتين، هما:

١- طريقة اعادة الاختبار: تم تطبيق المقياس على (٣٠) طالباً وطالبة من قسمي علم النفس وقسم الفلسفة وبعد مرور (١٥) يوماً من التطبيق الاول ، تم التطبيق الثاني للمقياس على نفس العينة وتم حساب معامل الثبات فوجد انها بلغت (٠,٨٨) وهي جيدة .

٢- طريقة الفاكرونباخ: تم استخدام هذه الطريقة على عينة (٣٠) طالباً وطالبة من القسمين فوجد ان معامل الثبات تساوي (٠,٨٦) .

- الاداة الثانية : مقياس تنظيم الذات :- بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة مثل دراسة (درويش ٢٠٠٦) ، ودراسة (الجنابي ٢٠٠٦) ودراسة الطائي ٢٠١٠ الذي يتكون من (٣١) فقرة وفق خمسة بدائل ودرجات (٥-١) وخمسة مكونات (التحكم الذاتي ، النزاهة، التكيف، الابتكار، الضمير) كذلك تم الاطلاع على مقياس باندي الذي ترجمه وعربه العيثاوي والذي يعتمد على نظرية باندورا ومور . (Bandy&moor2010) .

ودراسة (الجبوري ٢٠١٠) ، تم تبني مقياس (الجبوري ٢٠١٠) بعد تعديل بعض فقراته والذي يشمل على اربعة ابعاد (مراقبة الذات، تقويم الذات، تعزيز الذات، ضبط المثيرات) ومجموع الفقرات (٣٦) فقرة، ووفق ثلاثة بدائل (تطبق علي، تنطبق احيانا، لا تنطبق علي) ودرجات (٣-٢-١)

التحليل الاحصائي لمقياس تنظيم الذات: تم ذلك بأسلوب المجموعتين المتطرفتين لإيجاد القوة التمييزية ، حيث طبق المقياس على عينة التميز البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة وبعد تصحيح الاستمارات ، رتب درجات من ادنى درجة الى اعلى درجة واخذت نسبة ٢٧% ثم تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فوجد ان القيمة التائية الجدولية تساوي (٢) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٥٢) كما في جدول (٤).

جدول (٤)

تمييز فقرات مقياس تنظيم الذات

الرقم	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة *
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	2,667	0,67937	2,0741	0,91676	2,699
2	2,111	0,93370	1,4815	0,75296	2,728
3	2,4074	0,84395	1,6296	0,92604	3,226
4	2,3333	0,91987	1,3333	0,67937	4,544
5	2,1111	0,97402	1,2963	0,66880	3,583
6	2.2963	0,95333	1,3704	0,79169	3,883
7	2,2593	0,94432	1,2593	0,65590	4,519
8	2,111	0,89156	1,4815	0,75296	2,804
9	2,0741	0,99715	1,1111	0,42366	4,618
10	2,2593	0,90267	1,3333	0,67937	4,259
11	2,2963	0,77533	1,8148	0,73574	2,341
12	2,3333	0,67937	1,5185	0,64273	4,527
13	2,6296	0,62929	2,0000	0,87706	3,031
14	2,1481	0,98854	1,333	0,73380	3,439

3,867	0,62017	1,3333	0,96225	2,1852	15
4,953	0,84732	1,4444	0,80064	2,5556	16
4,328	0,84900	1,5185	0,84900	2,5185	17
2,318	0,57735	1,2222	0,91209	1,75037	18
4,567	0,52569	1,2593	0,86397	2,1481	19
4,013	0,42366	1,1111	1,01835	1,9630	20
5,436	0,80064	1,4444	0,69798	2,556	21
3,709	0,80242	1,5185	0,88353	2,3704	22
2,868	0,91209	1,7037	0,79169	2,3704	23
4,722	0,64051	1,2222	0,94432	2,2593	24
4,429	0,80064	1,444	0,79707	2,4074	25
4,662	0,79707	1,4074	0,89315	2,4815	26
3,759	0,8835	1,5926	0,84900	2,4815	27
3,854	0,47328	1,5556	0,84732	2,4444	28
3,384	0,57735	1,2222	0,97985	1,9630	29
2,280	0,0000	1,0000	0,50637	1,2222	30
3,317	079707	1,4074	0,92141	2,1852	31
4,341	0,72403	1,2963	0,95333	2,2963	32
5,790	0,38490	1,0741	0,84732	2,1111	33
4,892	0,64051	1,4444	0,84732	2,4444	34
2,278	0,87380	2,0741	0,79707	2,5926	35
3,941	0,66880	1,2963	0,96225	2,1852	36

جميع الفقرات دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٥٢)

صدق مقياس تنظيم الذات: تم ذلك باستخدام نوعين من الصدق :

١- الصدق الظاهري: حيث قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمحكمين المختصين بعلم النفس لمعرفة مدى ملاءمة صلاحية المقياس لقياس ماعد من اجله فحصت الموافقة على نسبة ٩٧% .

٢- صدق البناء: حيث تم حساب صدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون من خلال :

أ- ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس : اعتمدت الباحثة على التحليل الاحصائي لعينة التمييز والبالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة ، وتم ايجاد معامل الارتباط بيرسون لحساب العلاقة فوجد من خلال الاختبار التائي، إن القيمة التائية الجدولية تساوي (٠,٩٥) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٨) وهذه النتيجة تدل ان جميع الفقرات دالة وصادقة كما في جدول (٥).

جدول (٥)

ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس تنظيم الذات

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	0,335
2	0,425
3	0,315
4	0,422
5	0,469
6	0,356

0,495	7
0,465	8
0,599	9
0,540	10
0,377	11
0,345	12
0,330	13
0,507	14
0,517	15
0,453	16
0,419	17
0,360	18
0,554	19
0,374	20
0,473	21
0,420	22
0,388	23
0,577	24
0,471	25
0,490	26
0,454	27
0,486	28
0,534	29
0,203	30
0,468	31
0,533	32
0,367	33
0,485	34
0,297	35
0,337	36

ب- علاقة الفقرات بالمجال الذي تنتمي اليه:- وتم ذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون فوجد

ان جميع الفقرات دالة وصادقة كما في جدول (٦)

جدول(٦)

ارتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي اليه باستخدام معامل بيرسون

قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمجال	ارقام الفقرات	عدد الفقرات	المجال	
0,485	١	١٠	مراقبة الذات	١
0,577	٢			
0,543	٣			
0,521	٤			
0,638	٥			
0,564	٦			
0,433	٧			

0,546	٨			
0,498	٩			
0,552	١٠			
0,408	١	١٠	تقويم الذات	٢
0,408	٢			
0,414	٣			
0,538	٤			
0,581	٥			
0,566	٦			
0,435	٧			
0,369	٨			
0,623	٩			
0,716	١٠			
0,528	١	٨	تعزير الذات	٣
0,608	٢			
0,490	٣			
0,600	٤			
0,607	٥			
0,561	٦			
0,571	٧			
0,455	٨			
0,562	١		ضبط الذات	
0,201	٢	٨		٤
0,567	٣			
0,603	٤			
0,712	٥			
0,588	٦			
0,432	٧			
0,601	٨			

ثبات مقياس تنظيم الذات: استخدمت الباحثة طريقتين لاستخراج الثبات وهي:

- ١- طريقة اعادة الاختبار: ولحساب الثبات بهذه الطريقة تم تطبيق المقياس على عينة والبالغ عددها (٣٠) طالباً وطالبة من قسمي علم النفس وقسم الفلسفة وبفاصل زمني (١٥) يوماً بين التطبيق الاول والثاني فوجدت ان معامل الثبات تساوي (٠,٨٩) .
- ٢- طريقة الفاكورنباخ: ولحساب الثبات بهذه الطريقة وجد انه تساوي (٠,٨٧) .
- التطبيق النهائي لأدوات البحث تم في الفصل الثاني (الشهر الرابع من عام ٢٠١٦)
- الوسائل الاحصائية : لغرض تحليل البيانات في البحث الحالي تم الاستعانة ببرنامج (spss)

الفصل الرابع/ نتائج البحث ومناقشتها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها حسب اهداف البحث ومناقشتها كالاتي :

الهدف الاول : التعرف على التفكير الايجابي والسليبي لدى طلبة الصف الاول لقسميين (علم النفس والفلسفة). ولتحقيق هذا الهدف تم استخراج الوسط الحسابي الذي بلغ (١٣٢,٠٦٠٠) وبانحراف معياري (٣٥,٨٥٢٠٦) ثم تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة فوجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (٣,٣٦٤) وهي اكبر من القيمة الجدولية (١,٩٨) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٩) وهي دالة ولصالح التفكير الايجابي علما ان الوسط الفرضي هو (١٢٠) كما في جدول (٧)

جدول (٧)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية

المتغير مقياس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
التفكير الايجابي والسليبي	١٠٠	١٣٢,٠٦٠٠	٣٥,٨٥٢٠٦	١٢٠	٣,٣٦٤	١,٩٨	دالة لصالح التفكير الايجابي

وهذا يدل على أنَّ عينة البحث تمتلك تفكيراً ايجابياً جيداً وهذا مؤشّر جيداً من حيث النضج العقلي و روح التفاؤل والامل ونظرتهم نحو المستقبل من شأنها أن تولد تفكيراً ايجابياً هذه النتيجة اتفقت مع دراسة (بركات ٢٠٠١). ان الطلبة عندهم ميل نحو Munro و دراسة Rebcca2004 ودراسة ريج وداهلمير ٢٠٠١ ودراسة التفكير الايجابي ولاسيما عند الطلبة المتفائلين .

الهدف الثاني : التعرف على الفروق الذات دلالة احصائية في التفكير الايجابي والسليبي لدى طلبة كلية لقسيمي علم النفس وقسم الفلسفة . ولتحقيق هذا الهدف تم استخراج الوسط الحسابي البالغ (١٣٢,٦٨٠٠) وبانحراف معياري البالغ (٣٥,٧٨٧٠٣) بالنسبة لقسيمي علم النفس بينما بلغ الوسط الحسابي لقسيمي الفلسفة (١٣١,٤٤٠٠) وبانحراف معياري (٣٦,٢٦٩٤٩) فوجدت ان القيمة التائية المحسوبة (٠,١٧٢) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٨) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٨) وهي غير دالة كما في

جدول (٨)

بين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وفقاً لمتغير القسم

المتغير	القسم	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
التفكير الايجابي والسليبي	علم النفس	٥٠	١٣٢,٦٨٠	٣٥,٧٨٧٠٣	١٢٠	٠,١٧٢	١,٩٨	غير دالة
	الفلسفة	٥٠	١٣١,٤٤٠	٣٦,٢٦٩٤٩				

الهدف الثالث : التعرف على تنظيم الذات لدى طلبة الصف الاول لقسيمي (علم النفس والفلسفة). ولتحقيق هذا الهدف تم استخراج الوسط الحسابي البالغ (٧٨,٠٣٠٠) وانحراف معياري (٢٤,٤٠٣٣٧) وحسب الوسط الفرضي (٧٢) ثم تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة فوجد ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (٢,٤٧٠) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٨) وعند

مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٩) وهي دالة اي ان عينة البحث تمتلك تنظيم ذاتيا . كما في جدول (٩)

جدول (٩)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس تنظيم الذات

المتغير	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
التفكير الايجابي والسلبى	١٠٠	٧٨,٠٣٠٠	٢٤,٤٠٣٣٧	٧٢	٢,٤٧١	١,٩٨	دالة

إنّ الطلبة الذين يحددون اهدافهم ويخططون بفاعلية يتقدمون نحو تحقيق Schunk 1995, P3 وهذا ما اكده اهدافهم وانجازهم الدراسي مقارنة بالطلبة الذين لا يضعون اهداف محددة مسبقا وهذا يدفعهم لتقوية الجهد المنظم ذاتيا (Schunk 1995, P3).

وهذه النتيجة جاءت متفقة مع دراسة ولترز Lyunh& Dembo 2004 ودراسة Wolters 1999، ودراسة (العاطي ٢٠١٢).

إنّ الطلبة يتمتعون بتنظيم عال في سلوكهم في ضوء النتائج . وعندهم تقدير لذاتهم وقابليتهم على ضبط المثيرات ومراقبة وتقويم ذاتهم ولربما هذا يعود على تأثرهم بالجو الجامعي وتأثير اسلوب الاساتذة فيهم وتوجيهاتهم ، كما ان رغبتهم الى الثبات والاستقرار مع نموهم ونضجهم العقلي ودخولهم مرحلة اجواء الشباب الجامعي .

الهدف الرابع: التعرف على الفروق ذات دلالة احصائية في تنظيم الذات لدى طلبة كلية الآداب وفقاً لمتغير القسم. ولتحقيق هذا الهدف تم استخراج الوسط الحسابي لقسم علم النفس فوجد انه تساوي (٧٩,٤٢٠٠) وبانحراف معياري (٢٤,٨٠٩٥٥) بينما وجد ان الوسط الحسابي لقسم الفلسفة يساوي (٧٦,٦٤٠٠) وبانحراف معياري (٢٤,١٦٠٨٢) وعند استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فوجد ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (٠,٥٦٨) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٨) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٨) وهي غير دالة ، اي لا توجد فروق بين قسمي علم النفس وقسم الفلسفة في تنظيم الذات كما في

جدول (١٠)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمتغير القسم

المتغير	القسم	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
التفكير الايجابي والسلبى	علم النفس	٥٠	٧٩,٤٢٠	٢٤,٨٠٩٥	١٢٠	٠,٥٦٨	١,٩٨	غير دالة
	الفلسفة	٥٠	٧٦,٦٤٠	٢٤,١٦٠٨				

الهدف الخامس: التعرف على التفكير الايجابي والسلبى وعلاقته بتنظيم الذات لدى طلبة كلية الآداب وفقاً لمتغير القسم (علم النفس والفلسفة)، ولتحقيق هذا الهدف تم استخراج معامل ارتباط

بيرسون فوجد ان معامل ارتباط بيرسون لقسم علم النفس قد بلغت (٠,٤٦٩) ومعامل ارتباط بيرسون لقسم الفلسفة قد بلغت (٠,٦٨٨) وللعينة ككل فوجد ان معامل ارتباط بيرسون (٠,٥٧٨) ولمعرفة دلالة الفروق تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فوجد ان القيمة التائية المحسوبة لقسم علم النفس قد بلغت (٣,٦٧٩) وهي اكبر من الجدولية البالغة (٢) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وهي دالة وكذلك وجد ان القيمة التائية المحسوبة لقسم علم الفلسفة قد بلغت (٦,٥٦٨) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وهي دالة وتم معرفة ان القيمة التائية المحسوبة للعينة ككل قد بلغت (٧,٠١١) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٨) وهي كذلك دالة . كما في جدول (١١)

جدول (١١)

معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط للعلاقة بين تنظيم الذات والتفكير الايجابي و

السلبى

الدلالة ٠,٠٥	القيمة التائية		قيمة معامل الارتباط بين تنظيم الذات والتفكير الايجابي والسلبى	العدد	العينة
	الجدولية	المحسوبة			
دالة	٢	٣,٦٧٨	٠,٤٦٩	٥٠	علم النفس
دالة	٢	٦,٥٦٧	٠,٦٨٨	٥٠	الفلسفة
دالة	١,٩٨	٧,٠١١	٠,٥٧٨	١٠٠	للعينة ككل

وهذه النتيجة تدل على وجود علاقة موجبة بين التفكير الايجابي وتنظيم الذات ويسند ذلك على أن التفكير الايجابي كلما يزداد تنظيم الذات والعكس هو الصحيح كلما يقل تنظيم الذات يميل الطلبة الى التفكير السلبى. وهذه النتيجة تفسر بأن الكثير من علماء النفس المعرفين يعتقدون ان كفاءة المتعلم في التنظيم الذاتى تعتمد بدرجة كبيرة على الخبرات التي يمر بها ، والمستوى العمري له ، ولهذا فإن الطلبة الاكبر سنا والاكثر خبرة يتمكنون من تنظيم تعلمهم ذاتيا وهذا ينعكس على تفكيرهم فيكون اكثر ايجابية وهذا يعني ان الطلبة انتقلوا من مرحلة المراهقة الى مرحلة الشباب الاكثر ثباتا Zimmer man 1989,222 .

Zimmer 2001 إن التنظيم الذاتى له تأثيرات في الانتاج السلوكي والتعليمي حيث تحوي كما يؤكد عملية التنظيم الذاتى الوسائل التي من خلالها يتم الاشتراك الفعال للطلبة السلبيين في التعلم الاكاديمي لانهم يحتاجون الى رؤيا للتعلم كنشاط يقومون به بأنفسهم بأسلوب تفاعلي وتفكير ايجابي.

(Zimmer man ٢٠٠١,P25).

الفصل الخامس/ الاستنتاجات، التوصيات، المقترحات:

الاستنتاجات:

- ١- إنّ طلبة كلية الآداب يمتلكون تفكيراً ايجابياً ونضجاً عقلياً ، ولا توجد فروق بين قسيمي علم النفس والفلسفة
- ٢- إنّ طلبة الصف الاول كلية الآداب يمتلكون تنظيمياً ذاتياً .
- ٣- وجود علاقة ايجابية بين التفكير الايجابي وتنظيم الذات لدى الطلبة .

التوصيات:

- ١- اعداد برامج خاصة وفق استراتيجيات تنظيم الذات لجميع المراحل الدراسية .
- ٢- تقديم برامج ودروس عن اهمية التفكير الايجابي ودوره في تنمية ذواتهم وتقبلها وحل المشكلات بطريقة علمية.
- ٣- تقديم برامج ارشادية لرفع دافعية الطلاب نحو تقدير واحترام ذاتهم وتقويمها ومراقبتها مما تزيد من فاعليتهم في رفع مستوى تفكيرهم وتحصيلهم العلمي وكفاءتهم الدراسية

المقترحات:

- ١- اجراء دراسات للكشف عن التفكير السلبي ثم تقديم برامج علاجية معرفية وسلوكية لدى المراهقين والشباب خاصة هم قادة المستقبل.
- ٢- اجراء دراسة مماثلة على طلبة معاهد اعداد المعلمين والمرحلة الابتدائية ومع متغيرات مختلفة.

المصادر:

القران الكريم

- ١- ابراهيم ،عبد الستار ، ١٩٩٨ ، الاكتتاب ،اضطراب العصر الحديث وعلاجه سلسلة كتب عالم المعرفة ، مجلس الثقافة والفنون ، كويت.
- ٢- بركات ، زياد ، ٢٠٠٦ ، التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ،جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين .
- ٣- بركات ، زياد ، ٢٠٠٦ ، التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة ، دراسة ميدانية وفق بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، منطقة طولكرم، جامعة القجس المفتوحة ، فلسطين .
- ٤- البجاري ،خالدة عبدالوهاب اسماعيل ، ٢٠٠٦ ، اثر برنامج تعليمي في التعلم المنظم ذاتياً ومنظوره من المستقبل لدى طلبة جامعة الموصل ،اطروحة دكتوراه ،كلية التربية .
- ٥- www.google.com - البدرابي ، نعمة ، ٢٠٠٣ ، تفكير الاطفال الاسباب والمؤثرات من موقع الشبكة العالمية للمعلومات.
- ٦- جادو ،اميمة منير ، ٢٠١٠ ،تنظيم الذات وتنمية المهارات التنظيمية للطلاب ،

- ٧- خليل ، زينة حميد، ٢٠٠٦، اضطراب الشخصية الوسواسية وعلاقتها بالتفكير الجامد، رسالة ماجستير ، كلية الاداب . بغداد.
- ٨- الخطيب ، جمال ، ٢٠٠٣ ، مهارات تنظيم الذات ، مجلة التربية الخاصة (٣) السعودية .
- ٩- الخطيب ، احمد حامد ، ابو سرحان ، عودة ، ١٩٩٣ ، دور المعلم في تنمية هارات التفكير الناقد ، رسالة التربية ، العدد ٣
- ١٠- ديبونو ادوارد ، ٢٠٠١ / تعليم التفكير ط١ ، دار الرضا ، دمشق.
- ١١- الدرويش ، نهى عارف ، ٢٠٠٦ ، بناء برنامج محوسب لتعلم التفكير الناقد وقياس اثره في تطوير مهارة تقويم الذات لدى طلبة الجامعة ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية ابن الرشد، جامعة بغداد
- ١٢- الرقيب ، سعيد بن صالح ، ٢٠٠٨ ، اسس التفكير الايجابي وتطبيقاته اتجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية ، كلية التربية ، جاعة الباحة .
- ١٣- الزيات ، فتحي مصطفى ، ١٩٩٦ ، سيكولوجية التعلم ، دار النشر للجامعات ، ط١ ، القاهرة .
- ١٤- سعادة ، جودت احمد ، ٢٠٠٤ ، ندرس مهارات التفكير أمثلة تطبيقية ، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس .
- ١٥- شكشك ، انس ، ٢٠٠٧ ، استكشاف الذات ، دار النهج للدراسات والنشر ، حلب ، سوريا .
- ١٦- الطائي : مريم مهذول محمد ، التنظيم الذاتي لدى التدريس الجامعي ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية الاساسية ، مجلة كلية الاداب ، العدد ٩٧ ، ٢٠١١ .
- ١٧- عبد السلام ، مصطفى ، ٢٠٠٤ ، دور مناهج العلوم والمعلمين في مساعدة اطفالنا ليصبحوا مفكرين ومتعلمين فعالين
- عبد السلام ، طيبة ، ٢٠٠٩ ، استراتيجيات الارشاد النفسي الممرکز وعلاقته بنماذج تنظيم الذات ، جامعة ياتنه.
- ١٨- العاطي ، غادة عبد الحميد ، ٢٠١٢ ، فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم واثره على بعض مكونات الذكاء الوجداني ونواتج التعلم ، رسالة ماجستير غير منشورة في كلية التربية ، جامعة نبها .
- ١٩- العيثاوي ، رواء حميد ، ٢٠١٤ ، السلوك الاستكشافي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى طلبة المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير ، جامعة ديالى ، كلية التربية
- ٢٠- فبراير ، ٢٠٠٣ / التفكير الايجابي ط١ ، مكتبة جرير ، الرياض.
- ٢١- القمش ، مصطفى ، العضالية عدنان ، وجهاد التركي ، ٢٠٠٨ ، فاعلية برنامج تعليمي في تحسين مهارات تنظيم الذات لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في المرحلة الابتدائية في لواء العين الباشا في الاردن ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الانسانية ، مجلد ٢٢ ، العدد ١١
- ٢٢- قطامي ، نايفة ، ٢٠٠٤ ، تعليم التفكير للمرحلة الاساسية ، ط٢ ، دار الفكر للطباعة والنشر عمان ، الأردن
- ٢٢- الموسوي ، خديجة حيدر ، ٢٠٠٩ ، الحاجة الى الانغلاق المعرفي والتنظيم الذاتي وعلاقتها بالتفكير الاحاطي ، اطروحة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة بغداد.
- ٢٣- المرسي ، جمال الدين محمد ، وادريس ثابت عبد الرحمن ، ٢٠٠٠ ، السلوك التنظيمي ، دار الجامعية للنشر ، مصر .
- ٢٤- نوفل ، محمد بكر ، ٢٠٠٧ ، الذكاء المتعدد في غرفة الصف النظرية والتطبيق ، عمان ، دار النشر المسيرة.
- ٢٥- نجم / نادية خلف ، ٢٠٠٠ ، مراقبة الذات و ؟؟ وعلاقتها بالأداء المدرسي لدى طلاب الصف السادس الاعدادي ، اطروحة دكتوراه ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية .

- ٢٦- همفريز ، توني ، ٢٠٠٢ ، قوة التفكير السلبي ، ترجمة حمد ايوب ، دار الرضا للنشر ، سوريا .
- 27- Bandura, Alberat, 1991, Organization Behavior And Human Decision Processes , Stanford University .
- 28- Johnson , Ferry, 2002 , Negative Thnking The Opposite Of Positive Thinking ; Which Are You More Likely To Identify With Leading Facts . Inc. Vol. 12, No. 14 .
- 29- Karolg, P.& Kanfer.F.H, 1982 , Self Management And Behavior Change Elmsford. Newyork , Pergamon , Press Inc.
- 30- Lyubomirsky. S. , 2002 , Effects Of Self-Focused Rumination On Negative Thinking And Interpersonal Problem Solving , Journal Of Personality And Social Psychology. Vol. 69, No. PP/76. 190 .
- 31- Lynch,R, & Dembo.M, 2004 , The Relationship Between Self- Regulation Online Learning In A Blended Learning Context , International Review Of Research In Open And Distance Learning , August. ISSN .
- 32-Munro , K2004 " Oplimism: How to avoid negative thinking " www.kalimunro.com parrott, L8 parrott ,L (2004) The power of negative thinking , <http://www.crosswalk.com /family/1206128.html>
- 33-Paterson & Craig .G .(1996):Self-Regulated Learning And Academic Achievement Of Senior Biology Students . Australian Science Teacher Journal
- 34- R.Ch,A. & Dahlheimer, D, 2001 , The Power Of Negative Thinking ; A New Perspec- Tive Irrational Cognitive , Jounal Of Cognitive Psychotherapy, Vol.3 , No.
- 35-Rebecca D.E.(2003) "what they think of us : The role of reflected stereo types in attributions for positive versus negative performance feedback" Pro Quest-Dissertion Abstracts , NO.AA C9816837.
- 36-Schunk, D.H.(1995) Self-Monitoring Of Skill Acquisition Through Self-Evaluation Of Capacities , Paper Presented At The Annual Meeting Of The American Education Research Association ,San Francisco.
- 37- Wolters. C. , 1999, The Relation Between High School Students , Motivational Regulation And Their Use Of Learning Strategies Effort And Classroom Performance , Learning And Individual Differences , 33-281-299 .
- 38-Zimmerman, (1989): "Asocial Cognitive View Of SelfRegulated Academic Learning ", Journal Of Educational Psychology, Vol. (81) No.(3),Pp(329- 339.
- 39-Zimmerman,(2001): Theories Of Self-Regulated Learning And Academic Achievement :An Over View And Analysis .In
- 40- Zimmer Man, B.J, 2000; Attaining Self-Regulation; A Social Cognitive Bersbective , San , Diego, Academic Press .
- 41-Zimmerman , B . J . (2000) : Attaining Self – Regulation : Asocial Cognitive Bersbective , San Diego , Academic Press .

المواقع

www.omaaimagd@Hotmail ,pulit.alwatatunvice.com/artic/es٢٠١٠/10/30/213053
<http://www.tcabha-info/portal/pages/holeeach/h3/p.10.htm>

اسماء الخبراء حسب الالقاب العلمية

طبيعة الاستشارة		موقع العمل	الاسم	تسلسل
التنظيم الذاتي مقياس	مقياس التفكير الايجابي والسلبي			
*	*	جامعة بغداد كلية الآداب	أ.د. اروى محمد ربيع	١
*	*	جامعة بغداد / كلية الآداب	أ.د. بثينة منصور الحلو	2
*	*	جامعة تكريت كلية التربية	أ.د. حسام طه محمد	3
*	*	جامعة بغداد كلية التربية ابن رشد	أ.د. داود سلمان صبري	4
*	*	جامعة بغداد كلية التربية ابن رشد	أ.د. سعد علي زاير	5
*	*	جامعة الأنبار كلية التربية	أ.د. عبد الواحد الكبيسي	6
*	*	جامعة بغداد كلية الآداب	أ.د. علي تركي القريشي	7
*	*	جامعة بغداد كلية التربية ابن رشد	أ.د. محمد انور السامرائي	9
*	*	جامعة بغداد كلية الآداب	أ.م.د. ابراهيم مرتضى الاعرجي	10
*	*	جامعة بغداد كلية الآداب	أ.م.د. اسماء عبد محي ثاني	1١
*	*	جامعة تكريت كلية تربية	أ.م.د. حميد سالم خلف	2١
*	*	جامعة بغداد كلية التربية ابن رشد	أ.م.د. شيماء عبد العزيز العباسي	3١
*	*	جامعة بغداد كلية الآداب	أ.م.د. عباس الاسدي	4١
*	*	جامعة بغداد كلية الآداب	أ.م.د. عبد الحلیم علي	5١
*	*	جامعة بغداد كلية التربية ابن رشد	أ.م.د. ناز بدرخان السندي	6١
*	*	جامعة الموصل كلية التربية	أ.م.د. ندى عبد الفتاح العبايجي	8١
*	*	جامعة تكريت كلية التربية	أ.م.د. نضال مزاحم العزاوي	19

**Thinking and relation of self-regulation of Art College
students\ first grade
Dr. Azhar Mohammed Majid
Baghdad University / Faculty of Arts - Department of
Psychology**

Abstract:

The thinking is a mental cognitive and emotional process ,builds on the psychological operations outcome which is one of the key factors in solving problems and avoiding dangers in human life that can control over many things and driven to his favor, the positive thinking converts all feeling and experience in what suitable his needs , thus the self-regulation students is characterized that they have many ways to organize their motivation as putting the goals appropriate to their abilities and circumstances surrounding the possibility of amending their circumstances, there has been no change in the surrounding environment and on the other hand, at least the students in the self-regulation adopted realistic goals larger than their abilities and put very low roof for their goals , the importance of the research is show that positive thinking is born of self-convictions that help an individual to solve problems through self-control, organization and evaluate wisely, which helps to adapt to the environment. The research aims to the following : Positive and negative thinking and organizing reliance among students of the College of Arts \ first grade for the academic year 2016 to identify the statistically significant differences in the positive and negative thinking and organizing self students of first grade according to the variable section (Psychology - Philosophy) and identify the relationship between the positive and negative thinking and organizing self among students . The sample of the research of 100 students \ first stage (Psychology and Philosophy Department) randomly selected sample were distributed to 50 from each section and by 25 boy and 25 girl students , the measure was preparing to think about the positive and negative, consists of 60 paragraph (30) Positive paragraph and 30 negative paragraph as a five dimensions according to the three alternatives (apply , apply sometimes, do not apply) , it has been adopted of self-regulation as Jabourimeasure2010 which consists of four dimensions according to the three alternatives (1-2-3) , after extracting the validity and reliability and application on the research sample, the researcher found that the first grade students have a positive thinking and self-regulation and there is a positive relationship between positive thinking and self-regulation. The researcher has developed the following recommendations: 1- Preparing programs according to the strategies of self-organization of all academic levels. 2- Providing outreach programs about the importance of positive thinking and its role in the development and acceptance themselves and solve problems in a scientific way. Proposals: conducting similar study on the teachers training institutes students and primary school with different variables.