

التفكير الانفعالي وعلاقته بالمشاعر الايجابية لدى طلبة الجامعة

م.م. يسرى موسى جعفر

مكان العمل: الجامعة المستنصرية / كلية التربية/ قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

yuyuahmed20172018@yahoo.com

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على التفكير الانفعالي وعلاقته بالمشاعر الايجابية لدى طلبة الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من قسمي (الارشاد التربوي والتوجيه، علوم الحاسبات) من كلية التربية / الجامعة المستنصرية. وللإجابة عن اسئلة الدراسة تم تبني مقياسين الاول لقياس التفكير الانفعالي وتكون من (٢٧) فقرة والمشاعر الايجابية وتكون من (٢٠) فقرة. وتم استخراج الخصائص السايكومترية للمقياسين (الصدق، الثبات، التمييز). وأشارت النتائج ان عينة البحث (طلبة الجامعة) يعانون من التفكير الانفعالي، ووجود فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير النوع (ذكور واناث) ولصالح الاناث، ويتمتعون بالمشاعر الايجابية.

Abstract

The study aimed to identify emotional thinking and its relation to the positive feelings of the university students. The study sample consisted of (200) students from the two sections (educational guidance and guidance, computer science) from the Faculty of Education / University of Mustansiriya. To answer the questions of the study, the first two measures were adopted to measure the emotional thinking and be (27) paragraph and the positive feelings and be (20) paragraph. The psychometric properties of the two parameters (honesty, persistence, discrimination) were extracted. The results indicated that the research sample (university students) suffer from emotional thinking, and there are differences of statistical significance according to the gender variable (males and females) and in favor of females, and enjoy positive feelings.

الفصل الاول

اولاً: مشكلة البحث

يمر البلد بأحداث وأزمات كثيرة لها دور كبير في تولد الشعور بالخوف والغضب والحزن العميق كل هذه المشاعر السلبية قد تؤدي الى مشكلات صحية جسمية ونفسية كثيرة منها ارتفاع ضغط الدم وارتفاع معدل الوفيات، قلة او انعدام المرونة النفسية في التعامل مع الاحداث الصعبة، فضلاً عن مشكلات اجتماعية وتربوية أخرى. فيؤدي هذا الى التغيير في

طريقة التفكير و الرؤية المستقبلية للفرد. فعملية التفكير من الظواهر النفسية غير المقطوع بها في علم النفس، فهناك من يراه فعالية رمزية، في حين يراه آخرون انه فعالية عقلية تصويرية، ويراه آخرون على انه حركة عضلية تقوم بها أعضاء النطق بحيث يبدو التفكير أشبه ما يكون بلغة صامتة، ويشبهه آخرون بعملية الاختزال غير ان المعرفيون يشبهون ما يقوم به الدماغ عند التفكير بالعمليات التي يقوم بها الحاسوب عند معالجة المعلومات. فالتفكير الانفعالي فيمثل هذا احد أنواع التفكير الذي يعتمد على الخبرات التي يمر بها الفرد، وما تحويه من عواطف وانفعالات وأحاسيس، إذ تحرفه تلك العواطف، وتسيطر على تفكيره. حيث يفسر الأمور من دون نظرة موضوعية فيؤدي به إلى نتائج وخيمة تؤثر في تحصيله ومستواه الدراسي، فيفشل في الاعتماد على نفسه في البحث عن المعلومات والمطالعة وفي حب الاستطلاع، لاسيما في عصرنا الحالي الذي شهد تنوعاً واسعاً في وسائل الاتصال التكنولوجية المتنوعة. فأن التفكير الانفعالي هو نمط تفكير يغلب عليه ثقل المزاج، وسرعة الاستثارة، والقلق والتوتر، وتشوش الأفكار لذلك يلجأ العقل في هذه الفترات العصبية التي تسيطر عليه بخلق جو وأفكار تخلصه من هذا القلق والتوتر وتشوش الافكار حيث تعتبر احدي الأساليب الدفاعية او ميكانيزمات الدفاع التي يقوم العقل بها، للسيطرة على الشعور السلبي الذي ينتابه فيرى ((Fredrickson&Branigan, 2005)) التفكير بالطريقة الايجابية تولد مشاعر ايجابية تساهم بدورها بصد أثر المشاعر السلبية، فالمشاعر السلبية لها المقدرة على رفع معدل ضربات القلب وضغط الدم بينما المشاعر الإيجابية تعمل على التهدئة والتخلص من القلق والتوتر وتشوش الافكار. ذلك فهي تعمل كنقطة اعادة ضبط للمشاعر السلبية، وأتضح ان للمشاعر الإيجابية القدرة على زيادة المرونة النفسية للفرد. أكدت دراسة (Bondarenko, 2017) ان للمشاعر الإيجابية تأثيراً واضحاً على نتائج التعلم بطرائق مختلفة، وعلى دافعية الإنجاز والنشاط المعرفي، والى ارتفاع نتائج المهام التجريبية والتحصيل الدراسي، بينما تؤدي المشاعر السلبية الى انخفاض مستوى النشاط المعرفي، وانخفاض مستوى دافعية الإنجاز وبالتالي تسهم في تحقيق نتائج تعلم منخفضة. لذلك تعدُّ المشاعر الايجابية قوة محرّكة للإنسان نحو حياة آمنة وممتعة وقوة داعمة لتحقيق الأهداف والانجازات فقبل ظهور علم النفس الايجابي كانت الكثير من الدراسات تهتم بالمشاعر السلبية ودراستها وبرامج ادارتها وعلاجها، وفي المقابل قليل من الاهتمام بدراسة المشاعر الايجابية، إذ أن أمام كل مئة دراسة عن المشاعر السلبية كالحزن والاكتئاب هناك دراسة واحدة عن المشاعر الايجابية كالسعادة والرضا عن الحياة. وتبعاً لذلك يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في السؤال الآتي:

هل هناك علاقة بين المشاعر الايجابية والتفكير الانفعالي لدى طلبة الجامعة؟

ثانياً: أهمية البحث

إن التفكير مهم في الحياة الدراسية والعامّة، ومن خلاله يمكن تحقيق الذات، أما في مجال العمل، إذ يساعد التفكير السليم الفرد على النجاح والشعور بالسعادة والتفوق، كما يمكن الطالب من خلق علاقات جيدة في محيط المدرسة مع رفاقه ومعلميه وذويه، الأمر الذي يساعده على تحقيق الانجاز الدراسي المتقدم الذي بواسطته يستطيع أن يلتحق بالجامعة لتحقيق أهدافه، ومن ثم الالتحاق بعمل يستطيع الفرد أن يحقق ذاته من خلاله، وانه ضروري كذلك، لتحقيق حاجات الفرد المختلفة سواء كانت بيولوجية أم معرفية أم تتعلق بأمنه واحترامه وتطوير معارفه، وانه ضروري من أجل تطوير المجتمع وتطوره وتحقيق الرفاه لأفراده، إذ يرجع الفضل إلى التفكير في تطوير حياة الناس، وتحقيق رفاههم (رضا وآخرون، ٢٠٠٣: ٣٩-٤٠). ومن بين أنواع هذا النشاط الإنساني هو التفكير الانفعالي، ويرتبط هذا النوع من التفكير سلبياً بالنتيئة بالنجاح في الحياة، ويرتبط بالضبط المنخفض للاندفاعات، وانعدام القدرة على التحكم بالضغوط وصعوبات الحياة، ومهارات الاتصال، بسبب الإدراك المشوه للآخرين، وانخفاض التحكم في الاندفاعات، ويرتبط التفكير الانفعالي سلبياً بالذكاء العام، والمزاج المتزن، والكفاية الاجتماعية، والميل للإنجاز، وتوجيه الأهداف، تحقيق الذات، والتوافق، والأمانة أيضاً (Mehrabian , 2000:133).

وأشار (Gazaniga, 2001) بأن ذوي التفكير الانفعالي يعانون من صعوبة في تقدير المواقف والتبعات الناجمة عنها، كما إنهم يجدون صعوبة في التعامل مع الضغوط، والمشكلات التي تواجههم في الحياة، فهم الأكثر إشكالية لذاتهم وللآخرين (Gazaniga, 2001: 124). وان عددًا من الدراسات أظهرت بأن مشاعر القلق والاكتئاب، والشك، والخوف المرضي، وعدم الرضا، والانسحاب، والانفصال عن الواقع، والخجل الاجتماعي، والاستسلام للفشل، والإحباط، وضعف القدرة على إدارة الضغوط، وامتصاص زخم المشكلات، والسلبية، والعنف الأسري والاجتماعي أصبحت متلازمة للفرد الانفعالي (LeDoex , 200 :2002). وقد أكدت دراسات علمية ارتباط التفكير الانفعالي بعدد من المتغيرات كالاستراتيجيات المعرفية، وتنظيم الأفكار، إذ توصلت دراسة (الشمري، ٢٠١١) إلى وجود علاقة سلبية بين التفكير الانفعالي، وكل من الاستراتيجيات المعرفية، وتنظيم الأفكار (الشمري، ٢٠١١: ٤٥)، فان اعتمد الفرد على هذا النوع من التفكير اثر ذلك في سلوكه، وكيفية تعامله مع المواقف الحياتية المختلفة، إذ يفسر الأمور دون نظرة موضوعية، فيؤدي به إلى نتائج وخيمة تؤثر في تحصيله، ومستواه الدراسي، فنراه يفشل في الاعتماد على نفسه في البحث عن المعلومات والمطالعة، وفي حب الاستطلاع، لاسيما في عصرنا الحالي الذي شهد تنوعاً واسعاً في وسائل الاتصال التكنولوجية المتنوعة، إذ يفقد الثقة بنفسه، ويعتمد على مصادر أخرى، لاكتساب التعلم ويحدث ما يسمى بـ (الاتكالية المعرفية).

وتعد هذه المشاعر مهمة في تفسير كيفية التأثير الإيجابي على خبرات الفرد ليس فقط كإشارة على الرفاه الشخصي، بل أيضاً تساهم في النمو الشخصي والتطور، إذ انها تعمل على توسيع ذخائر الفكر

والعمل الآتية وهذا التوسيع يتيح الفرص لبناء ذخائر شخصية دائمة (Carr, 2004: 16). ترى فريدريكسون ان للمشاعر الإيجابية دوراً عظيماً في التطور المعرفي اذ انها توسع من ذخائر وخبرات الفرد العقلية والنفسية والاجتماعية المحددة وتبني مخزوناً يمكن الاعتماد عليه عند مواجهة المخاطر على عكس المشاعر السلبية التي تضيق الانتباه والادراك (Seligman, 2002: 51). لذا فإن المشاعر الإيجابية لها القدرة على تغيير مسار عمل عقل الفرد وتفكيره الانفعالي فهي ليست فقط تغير الافكار السلبية الانفعالية الى ايجابية بل هي ايضاً تغيير من نطاق او حدود العقل، والتي بإمكانها ان تضع قيوداً للمشاعر السلبية فالأخيرة تستطيع ان ترفع من ضغط الدم بينما المشاعر الايجابية تعمل على تهدئة ذلك وبسرعة تتمكن من مسح هذه السلبية من النظام الخاص بالفرد (Fredrickson, 2009: 3). وعليه تحاول هذه الدراسة تسليط الضوء على التفكير الانفعالي باعتباره أحد المشكلات المعرفية الواجب التركيز عليها وعلاقتها بالمشاعر الإيجابية باعتبارها أحد أهم مفاهيم علم النفس الإيجابي، وذلك لآفت الانتباه إليهما، وللمساهمة في إثراء البحث في هذا المجال خاصة في البيئة العراقية التي مازالت فيها هذه الدراسات قليلة مقارنة بالبيئة الأجنبية.

ثالثاً: اهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي:

١. قياس التفكير الانفعالي لدى طلبة الجامعة، من خلال الفرضية الصفرية الآتية:
لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين الوسط الحسابي لدرجات طلبة الجامعة والوسط الفرضي لمقياس التفكير الانفعالي.
2. التعرف على الفروق في التفكير الانفعالي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث)، من خلال الفرضية الصفرية الآتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في العلاقة بين التفكير الانفعالي حسب متغير الجنس (ذكور، اناث).
3. التعرف على الفروق في التفكير الانفعالي على وفق متغير التخصص الدراسي (علمي - انساني)، من خلال الفرضية الصفرية الآتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في التفكير الانفعالي حسب متغير التخصص (علمي، انساني).
٤. قياس المشاعر الايجابية لدى طلبة الجامعة، من خلال الفرضية الصفرية الآتية: لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين الوسط الحسابي لدرجات طلبة الجامعة والوسط الفرضي لمقياس المشاعر الايجابية.
٥. التعرف على الفروق في المشاعر الايجابية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث)، من خلال الفرضية الصفرية الآتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في العلاقة بين المشاعر الايجابية حسب متغير الجنس (ذكور، اناث).

٦. التعرف على الفروق في المشاعر الايجابية على وفق متغير التخصص الدراسي (علمي - انساني)، من خلال الفرضية الصفرية الأتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في المشاعر الايجابية حسب متغير التخصص (علمي، انساني).

٧- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التفكير الانفعالي والمشاعر الايجابية لدى طلبة الجامعة، من خلال الفرضية الصفرية الاتية: لا توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين التفكير الانفعالي والمشاعر الايجابية.

رابعاً: حدود البحث

يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة المستنصرية/ كلية التربية (قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، علوم الحاسبات)، الدراسة الصباحية فقط، للعام الدراسي ٢٠١٨ - ٢٠١٩م.

خامساً: تحديد المصطلحات

أ/ التفكير الانفعالي عرفه كل من :

١- (Damasio , 2000) :

"تمط من التفكير المتسرع الذي يتسم بالتأثر بالمواقف انفعالياً وضعف الفرد على حل المشكلات، مما يؤدي إلى ضعف في التعامل مع المواقف المختلفة" (Damasio,2000:145).

٢- (عاقل، ٢٠٠٣):

"تمط من التفكير يعتمد على الخبرات الماضية التي يمر بها الفرد، وما تحويه من عواطف وانفعالات وأحاسيس ومشاعر تحرفه، وتسيطر عليه تلك العواطف والانفعالات الذاتية" (عاقل،2003: 484).

- التعريف النظري للتفكير الانفعالي :

لقد تبنت الباحثة تعريف (Damasio , 2000) ، لأنها اعتمدت الإطار النظري لهذا المنظر.

- التعريف الإجرائي للتفكير الانفعالي :

الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته عن مقياس التفكير الانفعالي المتبنى، والذي يتضمن المجالات: السلوكي، والمعرفي، والوجداني.

ب/ المشاعر الايجابية :عرفها كل من:

١- (Fredrickson,1998):

"هي الشعور بكل ما هو إيجابي كالشعور بالحب والامل والامتنان، والتي لها القابلية على توسيع مدارك وافعال الفرد الآتية التي تصبح ذخائر مستقبلية التي تساعد الفرد في ادارة المواقف الانفعالية المختلفة مستقبلاً والوصول الى اطار افضل في فهم التأثيرات الفريدة للانفعالات".(Fredrickson,1998,p.132).

٢- (Seligman, 2011):

"أحد المكونات الرئيسية للسعادة والرفاه، إذ لها تأثير يذهب إلى ما هو أبعد من رسم البسمة على الوجوه بل هي شعور جيد يساعد على أداء أفضل في العمل و الدراسة كما وتعزز الصحة الجسدية وتقوي العلاقات الاجتماعية وتعطي الفرص للتطلع إلى المستقبل بتفاؤل وأمل" (Seligman,2011,p. 237).

التعريف النظري:

اعتمدت الباحثة تعريف (Fredrickson,1998) كونه صاحب النظرية المتبناة في هذا البحث.

التعريف الإجرائي:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس المشاعر الايجابية المتبنى.

الفصل الثاني

اولا: الاطار النظري

اولا: الاطار النظري للتفكير الانفعالي

المنظور المعرفي الوجداني:

هناك الكثير من الباحثين الذين أكدوا على العلاقة بين المعارف و الوجدانيات، ، ومن أبرزهم دانيال كولمان (1968) الذي يعد بنظر البعض فيصلاً تطبيقياً واضحاً أسهم في حسم المسألة بإشارته إلى الذكاء الوجداني، واختبارات متكاملة في قياسه (الشمري، ٢٠١١: ٦٣) ، وكذلك أشار الباحثون في مجال الذاكرة إلى إن المعلومات تخزن وتستعاد، وهي تحمل طابعاً انفعالياً بعد استلامها، فنحن لا نستعيد المعلومات مجردة من شحناتها الانفعالية، بل نستحضرها مستشعرين الانفعال الذي يميزها، وهو ما يثير الدافع للقيام بالسلوك المترتب على ذلك الانفعال المستعاد سلباً كان أم إيجاباً (أبو رياش وآخرون، ٢٠٠٧: ٣٥٥). إن تلك الإشارات فتحت الباب أمام العلماء في مسألة العلاقة التفاعلية بين المعارف والوجدانيات أكثر من كونها عمليات مستقلة عن بعضها البعض (LeDoex&etal,2003: 201)، مع إنه قد يكون لهذا الاستقلال ما يسوغه، فنحن عندما نفكر لسنا كما نغضب أو نحب ، وقد يستند العلماء في هذا الجانب على التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للانفعال، وخلوها في العمليات المعرفية، ولكن هذا أيضاً لا يعني إن الفرد عندما ينفعل ينفصل انفعاله عن تفكيره، أو ذاكرته، أو وعيه. في حين إن العلماء في الميدان الوجداني الشخصي يقدمون مسوغاً آخرأ على استقلالية الانفعالات عن المعرفيات؛ بكونها تعطل، أو تشوش النظام المعرفي عند حدوثها، لكن العلماء في التيار المؤيد للتفاعل يشيرون إلى إن الفرد عندما يمر بحالة انفعال فإن تفكيره لا يشل أو يعطل، بل انه يبدو كذلك؛ لان انفعال الفرد يكون هو السائد على سلوكه، وتحصل جراء ذلك مظاهر، مثل سرعة رد الفعل والقرار، وهذا لا يعني إن التفكير تعطل، وإلا ما

كان الفرد قادراً على اتخاذ قرار البتة (محمد، ٢٠٠٩: ٣٠). لقد وصف الباحثون العملية الانفعالية في إطار معرفي؛ ليكون عندئذ تفكيراً، أو ذاكرةً مشوباً بالانفعال (Mischal & etal, 2001: 72).

لقد بين بابيز (Bapez) في نظريته عن الانفعالات ما أسماه بـ(التعبير الانفعالي) بأن الاضطراب الانفعالي يحصل عندما لا يتناغم، أو يتسق التعبير الانفعالي مع الخبرة الانفعالية، أو أن التعبير الانفعالي يحصل من دون أخذ الوقت الكافي؛ لتمحيصه مع المخزون الانفعالي السابق (Douglas, 1997: 363). ويؤكد كريستوفر (1988) أن الأفراد من ذوي التفكير الانفعالي عادةً ما يدركون مشكلة الانفعالية لديهم، وعلى الرغم من ذلك لا يستطيعون السيطرة عليها. لذا عادةً ما تتناهم مشاعر الندم والأسى على الذات، والإحباط والشعور بالنقص، مما قد يتطور إلى أعراض اكتئاب نفسي لديهم، وقد يصل بهم الأمر مع تكرار المشكلات المترتبة على انفعالهم إلى الانسحاب والهروب، وتجنب الاشتراك في المواقف الاجتماعية، والتواجد مع الآخرين، فقد يميلون للعزلة ويفضلون الوحدة (مليكه، ١٩٩٠: ٢١٢). ويذكر كازانيكا 1998 أن التيار العصبي الانفعالي المتصاعد لدى هؤلاء الأفراد لا يترك لهم مجالاً للتأني، والانتظار إلى ما ستصبح عليه الأمور، فيتجهون إلى السلوكيات العنيفة؛ لإنهاء الموضوع، وهم بذلك سيعقدون المشكلة ويدفعونها للأسوأ، ولأنهم يظهرون أعراض الانفعال البدنية بسرعة وحدة، فإنهم يصعدون من زخم الاستثارة الانفعالية للآخرين، مما يجعل الموقف بأكمله في دائرة انفعالية مغلقة لا منفذ للتهديئة فيها، وقد ينهارون نفسياً وجسدياً في أثناء الموقف، لاسيما النساء (كفافي، ١٩٩٩: ٨٠). وفي هذا الموضوع يؤكد ماوسون (Mauson, 1998) بأن الفرد يجب أن يعي حقيقة امتزاج النشاط المعرفي مع كل عملية وجدانية خلف كل سلوك، ثم يوائم رأيه مع الرأي الذي قدمه داماسيو 2004 بأن الانفعال سمة لازمة لجميع الأشياء التي ن فكر بها، وان جميع ما نستحضره، ونفكر به يثير فينا انفعالاً معيناً، وهو في الحقيقة يدفعنا بالنهاية؛ لأن نقوم بسلوك ما، وان تلك الحلقة من التفكير، ثم الانفعال، فالسلوك هي الثالث المميز للنفس الإنسانية (Carver & etal, 2008, p. 376). ويؤكد تشارلنج (Tesharling, 1998) بان ذلك لا يكون مرتبطاً بالموقف المثير للانفعال فحسب، بل إن المظهر الانفعالي يكاد يكون طاغياً على طول الخط في السلوك والحديث والحركة، أي إن نمطه السلوكي العام يصبح تياراً انفعالياً ثابتاً نسبياً، فضلاً عن إنه يعبر عن تلك الانفعالية بشكل خارج عن المؤلف إن كان غضباً، أو حزناً، أو حباً، أو فرحاً (Murphy, 2004, p. 97)، فبعض الأفراد يعبرون عن انفعال غاضب بشكل إستثاري حاد تجاه موضوعات معينة أكثر من الآخرين بناءً على ما يعنيه لهم ذلك الموضوع، وما يثير لديهم من مشاعر (الشعراوي، 2003: 28). ومن أكثر المظاهر المعبرة عن ذلك التأثير المتبادل بين المعارف والانفعالات هو التفكير الانفعالي على نحو خاص (LeDoex & etal, 2003, p. 235). لقد فسر ليدوكس التفكير الانفعالي بأنه نمط من التفكير بالأشياء بطريقة انفعالية يتضح على صعيد السلوك بردود فعل سريعة وانفعالية واضحة، وقرارات موقفية

ارتجالية، وتذبذب في المزاج، وعدم تقدير لعواقب الفعل، إذ تبدو انفعالات الفرد خارجة عن السيطرة، وكأنه يتصرف من دون تفكير، ويسرع من دون انتظار، فيكثر من الأخطاء، ويتسبب لنفسه وللآخرين بمساوئ مادية ومعنوية متكررة (Murphy, 2004:69)، كما يشير ليدوكس بأن مثل هؤلاء الأفراد تبدو عليهم علامات الهيجان العصبي الانفعالي، ويهدرون طاقة كبيرة في الحديث والحركة، ويفسرون المشكلات بإطار سلبي، وهم حساسون لنظرات وعبارات الآخرين، ولا يتحملون الصبر في المناقشة، ولا يتحملون الانتظار، ويثورون لأبسط وأتفه الأسباب، ويبادرون بالشجار، وذلك لأنهم لا يمتلكون الطاقة، والتحمل على الأخذ، والرد في الكلام، أو إن الشحنة الانفعالية المتصاعدة لديهم تلغي، أو تضعف قدرتهم على التفكير، وتتناول تفاصيل المشكلة، وبأثر ذلك يلجؤون إلى حسمها بواحد، أو أكثر من السلوكيات السالبة كالهروب، أو الشجار (Mischel & etal, 2001, p. 421).

كما يقوي داماسيو وزملاؤه (2000) الاستنتاجات المتقدمة، ويضيفون إليها تفسيرهم للنمط الانفعالي بأنه حالة اضطرابية في الدوائر الوجدانية الفكرية لا تسير بشكلها التبادلي المعهود باتساق التفكير، والانفعال في إدارة الموقف، ويرون ان الانفعاليين غالباً ما يكونون عاطفيين أكثر من اللازم، ويتعاملون ويتأثرون بالمواقف انفعالياً، وانهم لا يتمكنون من ضبط وتنسيق انفعالاتهم مع مجرياتها، ولا يستطيعون تحمل الصدمات والتعامل معها بتأنٍ وحكمة، ذلك ان قدرتهم على حل المشكلات تضعف، ويبدون كأنهم لا يمتلكون بديلاً غير الانفعال، حتى يكاد الانفعال ينوب عن التفكير، بمعنى انه يصبح أداتهم في حل المشكلة، ودليل ذلك انهم يبقون على حالتهم الانفعالية حتى بعد انتهاء المشكلة وزوال المثير (Damasio & etal, 2000, p. 23) وأن ذوي التفكير الانفعالي يتنقلون من مكان لآخر، ومن موضوع لآخر، بسبب بحثهم عن الإثارة بشكل مستمر، كما تبدو عليهم علامات ضعف الترابط، أو تقطع الأفكار التي قد تؤدي إلى نسيان الموضوع (David & etal, 2006, p. 131). وصف (داماسيو) الانفعال على أنه حالة عصبية داخلية، أو تفاعل عصبي لا واعي تجاه محفز معين؛ بسبب التنشيط العصبي في الدماغ، وبما ان النشاطات العصبية تلك غالباً ما تكون نتيجة للحالة الانفعالية الداخلية للفرد، فالجسم سينكف إلى حالة انفعالية ملحوظة خارجياً (Bosse & etal, 2006, p. 4).

وربما أكثر أفكار (داماسيو) خصوبةً، والتي لها تأثير رئيس هي فكرة آلية المؤثر الجسدي، والذي يشكل أساس الوعي البشري، وهو الطريقة التي تتفاعل بها التمثيلات الإدراكية للعالم الخارجي مع التمثيلات الإدراكية للعالم الداخلي، إذ يتفاعل التفكير مع العواطف، إذ تفترض هذه الآلية ان التفكير والانفعال يتشابكان بشكل لا ينفصل، لاسيما ما يؤثر في التخطيط، وصنع القرار، ويوضح أيضاً ان التعبير عن الاستجابة الجسدية يسبق الشعور بها، وان كان الفرد واعياً لذلك الشعور، إذ هو الخطوة الإضافية في العملية، ويختلف عن امتلاك الشعور لوحده (Damasio, 1995:126).

لقد اعتقد (داماسيو) وزملاؤه بأن العوامل الحاسمة في الإدراك الاجتماعي التي تشمل المنطق والتخطيط، وصنع القرار مرتبطة بشكل وثيق بالانفعال، وقد أكد على الدور الحاسم للثقافة والإدراك في تشكيل الخبرة الانفعالية، وتستند نظرية (داماسيو) على ارتباط ثلاث عمليات رئيسة وهي: إدراك المحفز المناسب، ويسمى (هدف المكون الانفعالي)، التمثيل العصبي للجسم، والتمثيل العصبي للذات أو الوعي، وطبقاً (لداماسيو) تلك المكونات لا تختلط، وإنما تتجانس جنباً إلى جنب على الرغم من ان الخبرة الكلية هي متكاملة، وطبقاً ل(داماسيو) يشير الانفعال إلى المجموعة المعقدة من الاستجابات الكيميائية والعصبية التي تشكل تعديلاً لتوازن الجسم، إذ إن العملية تحتاج إلى نشاط عصبي منسق يشمل الصور العقلية، ومعالجة المحفز الملائم على الإدراك الواعي للشعور من الجسد، والتعديلات في الذات (Damasio, 2003, p. 53). إن العلاقة بين الانفعال والمنطق الذي أوضحه (داماسيو) على وفق الجوانب العصبية، والتي تشمل حالات واضحة عن ضعف انفعالي، فالمرضى المصابون بأضرار حادة في المناطق الرئيسية الخاصة بالانفعال فشلوا أيضاً في الأداء جيداً في المهام التي شملت تقييم المخاطر (Damasio, 1995, p. 126). ولقد اعتمدت الباحثة هذه النظرية (داماسيو)، لأنه يوفر إحاطةً بالمتغير من أبعاد عدة بيولوجية ومعرفية ووجدانية مما تساعد الباحثة من توضيح وافي سعيًا لتحقيق الهدف المرجو من البحث.

ثانياً/ الإطار النظري للمشاعر الإيجابية

(نظرية التوسيع والبناء - فريديريكسون Broaden and Build Theory- Fredrickson):

وضعت باربارا فريديريكسون (Fredrickson, 1998) نظرية التوسيع والبناء للمشاعر الإيجابية، محققة إسهاماً كبير الأهمية في تبيان وظائفها البنائية النمائية لدى الافراد، تطرح هذه النظرية الرأي القائل بأن المشاعر الإيجابية تقوم بتوسعة نطاق التفكير - الفعل الآني عند الفرد، كما تبني مواردهم الشخصية المستدامة، وبينما تؤدي المشاعر السلبية إلى التركيز على أفعال نوعية، إذ يتمحور نطاق التفكير - الفعل على الخطر الداهم والعمل على التعامل معه وتلافي آثاره، بينما توسع المشاعر الإيجابية مجال الرؤية والخيار والقرار وبدائل السلوك، فالاهتمام يحرض على الاستكشاف والانفتاح على معطيات جديدة وتجارب متكاثرة، مما يوسع من مدى الذات خلال العملية، وكلما توسع نطاق التفكير - الفعل أدى الى بناء موارد شخصية أكثر دوماً هذه الموارد متمثلة بموارد مهارات حياتية مختلفة، أو موارد علاقات اجتماعية او فكرية (توسيع المدارك والمعارف)، تحسين الوعي والاستبصار النفسي وإدارة الذات، وهكذا (Fredrickson, 1998:300).

اذ اشار كلاً من (Fredrickson & Levenson, 1998) الى ان المشاعر المعينة تنشط افعالاً وميولاً محددة، لكن هذا القول لم ينسب بشكل دقيق للمشاعر الإيجابية في بادئ الامر، بشكل عام تم تطوير النظرية لوصف الوظيفة والشكل لمجموعة فرعية من المشاعر الإيجابية التي يمكن ان يمر بها الفرد بما في ذلك

الفرح، الفائدة، الرضا والحب (Fredrickson&Levenson,1998:25). تفترض النظرية ان مرور الفرد بتجارب المشاعر الايجابية يمكن ان توسع الوعي والافكار الاستكشافية والافعال، وبناء المهارات والموارد الشخصية بمرور الوقت (Fredrickson,2001:218). تعتقد فريدريكسون الى ما هو ابعد من ذلك، ان المشاعر الإيجابية يمكنها المساهمة في الرفاه والازدهار الانساني من خلال توسيع ذخيرة او مصادر الفكر والعمل وهذا بدوره يمكن ان يكون شفاء واصلاح للآثار المتبقية من المشاعر السلبية التي تعرض لها الفرد (Fredrickson al.,2000:239). ومن هذا المنطلق، المشاعر الايجابية تتوقع الاداء الامثل ليس فقط بشكله المؤقت، بل على المدى الطويل ايضاً، وان هذا الاداء لا يعتبر غاية بحد ذاتها بل وسيلة لتحقيق النمو النفسي وتحسين الرفاه النفسي والبدني للفرد بمرور الوقت (Fredrickson,2004:1367). ترى فريدريكسون ان المشاعر الايجابية تقدم غرضاً عظيماً في التطور، اذ انها توسع من الذخائر العقلية، الفيزيائية والاجتماعية للفرد، وتبني مخزوناً يمكن الاعتماد عليه عند مواجهة الخطر (سليجمان، ٢٠٠٢: ٥١). و حددت (Fredrickson, 2004) خمسة افتراضات اساسية لهذه النظرية وهي:

اولاً. المشاعر الإيجابية توسع ذخائر الفكر و العمل:

ان المرور بتجارب المشاعر الإيجابية يمكن لها ان توسع من ادراك وافق العقل، هذا ما توصل اليه مختبر المشاعر الإيجابية لفريدريكسون، إذ عند المرور بهذه المشاعر فإن العقل يتوسع ويصبح للفرد القدرة على التفكير خارج المنظور الاعتيادي، يعد هذا الامر امراً مهماً فعند توسيع انماط التفكير تصبح للفرد نظرة ثاقبة عن وضعه الخاص وبالتالي يستطيع توليد الحلول البديلة للمهام ويصبح فيها الفرد اكثر ابداعاً (Hefferon&Bonniwell,2011:24-25). قد توصل مختبر المشاعر الإيجابية للدليل على ذلك من خلال عدد من المجالات المعرفية، بما في ذلك الانتباه البصري، الادراك والسلوك والاعتراف الاجتماعي، وهي كالاتي:

١- مجال الانتباه البصري Visual Attention:

اظهرت الدراسات الخاصة بمختبر المشاعر الإيجابية ان المشاعر الإيجابية تنتج تأثير موسع على الانتباه البصري، باستخدام مهام معالجة بصرية شاملة، فقد طلب من المفحوصين اختيار شكلاً يمكن الحكم عليه اما على اساس شكله الكلي الشامل، او على اساس تفاصيله المحلية الداخلية (Fredrickson&Branigan,2005:313). اظهرت النتائج ان المفحوصين ذوي المشاعر الإيجابية يصدرن احكاماً على مستوى شامل (الكليات)، اما ذوي المشاعر السلبية يصدرن احكاماً بالاعتماد على عناصر الاشكال المفصلة (الجزئيات) وهذا النمط يعد مسئولاً عن السمات المتعلقة بالانفعالات مثل القلق والفرح. (Johnson&Fredrickson,2005:857)

٢- مجال الادراك والسلوك **Cognition And Behavior**:

فيما يخص القدرات المعرفية الاساسية، اظهرت العديد من النتائج ان المشاعر الايجابية توسع من مدارك وسلوكيات الفرد، هذا ما جاء به اختبار (Isen et al., 1997) من تأثيرات الحالات الإيجابية على مدى واسع من النتائج المعرفية التي تمتد من الالغاز وحتى اثاره محاكاة مواقف معقدة في الحياة مواقف الحياة او الموت (Isen et al., 1997:118-120).

كما واستحث كلاً من (Branigan&Fredrickson, 2005:315) المشاعر الإيجابية والسلبية او عدم وجود مشاعر اساساً لدى المفحوصين، اذ طلب من المفحوصين كتابة قائمة بجميع الاشياء التي شعروا برغبة في فعلها في ذلك الوقت في ضوء حالتهم الانفعالية الحالية، قدم المفحوصين المستشعرين بالمشاعر الإيجابية المزيد من الافعال والتصرفات المتنوعة، بالمقارنة مع المجموعة التي تخلو من اي مشاعر، اما المفحوصين المستشعرين بالمشاعر السلبية فقد قدموا افعالاً محتملة اقل بالمقارنة مع المجموعة التي تخلو من أي انفعال.

٣- مجال الاعتراف الاجتماعي **Social Recognition**:

على المستوى الشخصي الداخلي، المشاعر الإيجابية مصحوبة بمزيد من الانتباه والاهتمام بالآخرين، ففي الولايات المتحدة وفي دراسة تناولت عدد من الطلاب الجدد مفحوصين في غرف كأزواج، ظهر ان المفحوصين الذين مروا بتجربة الشعور الإيجابي بنسبة اكثر، قد عبروا عن تداخل اعمق بين مفهومهم للذات ومفهومهم حول رفيق الحياة (الزوج) (Waugh&Fredrickson, 2006:93-106).

ثانياً. المشاعر الإيجابية تُبطل آثار المشاعر السلبية:

برهنت (Fredrickson, 2003:330) ان المشاعر الإيجابية لها القدرة على إبطال آثار المتبقية من المشاعر السلبية، إذ افترضت ان هذا الإبطال يحدث بسبب ذخائر الفكر والتصرف اذ لا يمكن ان تضيق وتتوسع في نفس الوقت، وبالتالي فان المشاعر الإيجابية تحث في اعقاب مستمرة المشاعر السلبية وقد تخفف من قبضة تأثير المشاعر السلبية).

ومثال على ذلك، اختبر كلاً من (Fredrickson et al., 2000:237) فرضية الإبطال من خلال عكس الآثار النفسية للمفحوصين التي يسببها الخوف والقلق المُجرب تتحفز لديهم المشاعر السلبية وتقودهم الى ارتفاع معدل ضربات القلب، ضغط الدم وتضيق الاوعية المحيطة، من ثم عرض على المفحوصين مقطع فيديو مثيراً للمشاعر الإيجابية (على سبيل المثال، الفرح والرضا) اذ تصدت لآثار المشاعر السلبية بسرعة اكبر من مقاطع الحزن ولقد جاءت هذه النتيجة داعمة لفرضية الإبطال.

فطالما أن المشاعر الإيجابية تُبنى وتوسع، بينما المشاعر السلبية تضيق وتُحدد، فمن الممكن بالتالي العمل على علاج المشاعر السلبية من خلال تنشيط المشاعر الإيجابية (حجازي، ٢٠١٢: ٢٥٧).

ثالثاً. المشاعر الايجابية تغذي المرونة النفسية:

بناءً على نظرية التوسيع والبناء، افترضت (Fredrickson, 2001:218) ان التعبير عن المشاعر الإيجابية قبل او خلال المواقف المجهدة او الضاغطة يساعد على التعامل مع المشاعر السلبية، هذا ما يسمى بالمرونة النفسية. اذ اظهرت دراسة كلاً من (Fredrickson&Joiner,2002:172) ان المرونة كانت مرتبطة مع كمية التأثير الإيجابي قبل الحدث، وبالرغم من ذلك، على حد سواء ارتفاع او انخفاض مرونة المفحوصين كانت متساوية بالإجهاد، المرونة العالية للمفحوصين اظهرت اكثر متعة واهتمام في المهام بوساطة المشاعر الإيجابية، اقترحت النتائج ان المشاعر الإيجابية ساهمت في بناء المرونة.

رابعاً: المشاعر الإيجابية تبني الذخائر الشخصية:

يقول الادعاء الاساسي لهذا الافتراض ان الشعور العابر والمؤقت بالمشاعر الإيجابية عن طريق تشجيع مجال توسع التصرفات والافكار يبني ذخائر ثابتة على مدار الوقت، بما في ذلك المصادر البدنية، الاجتماعية، الفكرية والسيكولوجية (دولفاي، ٢٠١١: ٣٠).

وهي كما يأتي:

١- الذخائر البدنية (الطبيعية):

يعد الافراد الاكثر لعباً هم السعداء عادةً ما يختبرون الشعور الإيجابي الفرح، اذ يصب اهتمام الفرد موجهاً نحو العاب معينة كاللتنس، المارثون والسباحة. كما هم الاكثر عرضة لممارسة التمارين الرياضية على اساس منتظم، فالمشاعر الإيجابية هنا تترجم الى لياقة بدنية، تحسين وظيفة القلب والرئة وزيادة المرونة (Fredrickson,2001:218-226).

٢- الذخائر الفكرية:

يتعلم الافراد بطريقة افضل عندما يكونون ضمن اطار إيجابي، فالمعلم الاكثر فاعلية هو الذي يجد افضل الطرق لجعل عملية التعليم عملية ممتعة، ان الضحك وروح الفكاهة تجعل من الطالب اكثر انتباهاً، والانتباه هو مفتاح التعلم (Renning,Hidi&Kapp,1992:361-395).

٣- الذخائر الاجتماعية:

عادةً ما يجذب الفرد نحو الشخص الايجابي ويبتعد عن السلبي، وفقاً لنظرية التوسيع والبناء فان الشعور بالحب والتسلية بدوره يقدم موارد دائمة كالروابط الاجتماعية، بناء الصداقات وتقوية العلاقات الاجتماعية (Akhtar,2012:27). ومن خلال الاختبار المباشر في دراسة لفرضية البناء مع عدد من البالغين العاملين، توصل مختبر المشاعر الإيجابية الى ان تزايد هذه المشاعر يؤدي الى تزايد في مستوى العديد من الموارد والقدرات الشخصية، في هذه الدراسة تلقى نصف المفحوصين (مجموعة تجريبية) تدريباً لتأمل المحبة-العطف الذي يركز على التوليد الذاتي للمشاعر الإيجابية، اما بقية المفحوصين كانوا مجموعة ضابطة (Fredrickson et al.,2008:1045-1062). دلت نتائج دراسة

(Cohn et al., 2009:361) بتقديم تقارير بمستويات يومية اعلى بالشعور الإيجابي للأفراد ذوي المجموعة التجريبية مقارنة بمجموعة الضبط بعد (٣ اسابيع)، وبعد مرور (٨ اسابيع) اظهرت المجموعة التجريبية تزايد في الشعور بالرفاه، العافية والقدرة على الاستمتاع بالتجارب الإيجابية، هذه التغيرات تطراً على المصادر الشخصية تكون مدفوعة بتزايد الانفعال الإيجابي اليومي، وبعدها أجريت دراسة طويلة لمدة عام واحد للعينة الاصلية (التجريبية) ظهر ان المشاعر الإيجابية لا تزال قائمة.

خامساً. المشاعر الإيجابية تغذي الرفاه النفسي، العاطفي والجسدي:

من خلال توسيع عقليات الافراد وبناء مواردهم النفسية، بمرور الوقت فان المشاعر الإيجابية ينبغي أيضاً ان تعزز الرفاه النفسي، العاطفي والجسدي للأفراد، ان الذين مروا بخبرة المشاعر الإيجابية اثناء الاحداث الصعبة هم اكثر عرضة لتطوير خطط واهداف طويلة الامد، جنب الى جنب مع المشاعر الإيجابية (Boniwell,2011:32). من المهم إيضاح ان الافراد الذين يمرون بخبرات المشاعر الإيجابية ويمتلكون ميلاً للمرونة هم ما يزال بإمكانهم الشعور بالتعاسة والحزن والقلق، بقدر أي فرد آخر، ولكن بمقدورهم الاعتماد على الذخائر لمساعدتهم من التعافي والخروج أسرع من هذه المواقف السلبية مقارنة بالذين لم يمروا بخبرات المشاعر الإيجابية (Fredrickson,2009:27). مقابل لهذا الاقتراح، تقترح نظرية التوسيع والبناء دوامة تصاعدية تكاملية اذ ان المشاعر الإيجابية والتفكير المتوسع يولد تأثيراً متبادلاً على بعضهم البعض مما يؤدي الى زيادة ملموسة في الرفاه العاطفي بمرور الوقت من خلال بناء القدرة على التكيف والتأثير على طرق الفرد في التعامل مع الشدائد. اثبتت نظرية التوسيع والبناء ان المشاعر الإيجابية توسع من مدارك العقل على المدى القصير وتبني موارد شخصية على المدى الطويل، اذ يحفز الشعور الايجابي (الاهتمام) الافراد للتعلم والاستكشاف، ليس كوسائل للوصول الى غاية ما، ولكن من اجل العلم والاستكشاف مما يهيأ هؤلاء الافراد لبناء مجموعة من المهارات، المعارف والخبرات (دولفافي، ٢٠١١: ٣٢)، فعند الشعور بالاهتمام يستجيب الفرد عن طريق الرغبة في الاقتراب من الموقف والعمل عليه وتعلم اشياء اكثر، وجمع مزيد من المعلومات وهذا بالطبع يتبدد في البيئة التعليمية من خلال الكتب الدراسية التقليدية، انشطة الفصل والمحاضرات، اذ يمكن تيسير عملية التعلم عن طريق الاهتمام بالتجديد المستمر للمادة التي يدرسها الطالب (Silvia,2006:4-5). إذ تم تطبيق نظرية التوسيع والبناء في مجال الإرشاد والعلاج النفسي، إذ انها تفترض آليتين للتغير، الآلية الاولى هي الدوامة المتصاعدة اذ ان التجارب الوقتية للمشاعر الإيجابية تولد توسعاً، والتوسع يخلق مشاعر إيجابية اكثر، والآلية الثانية هي التراجع عن آثار المشاعر السلبية، اذ تستبدل وجهات النظر السلبية بوجهات ايجابية، هاتين العمليتين معاً تفسر كيف يمكن للمشاعر الإيجابية ان تبنى باتجاه التغيير وتعديل الحالة الانفعالية في اتجاه أقل سلبية وأكثر إيجابية.(Fredrickson &Joiner,2002:172). ولكون هذه النظرية تعد الاحداث نسبياً

والاكثر تحدثاً عن المشاعر الإيجابية والاكثر شمولاً للمشاعر الإيجابية من كافة جوانبها، تبنت الباحثة نظرية التوسيع.

ثانيا: الدراسات السابقة

اولا: التفكير الانفعالي

- دراسة (Mehrabian & etal ,1997)

هدفت الدراسة إلى التعرف على التفكير الانفعالي لدى البالغين باستخدام أربعة مقاييس مترابطة، إذ شملت عينة البحث (72) فرداً، (26) من الذكور، و(46) من الإناث باستخدام اختبار التفضيل الكلي، وباستخدام التحليل العاملي. توصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الانفعال، واختبار التفضيل الكلي (Mehrabian&etal,1997,p.325-355).

ثانيا: المشاعر الايجابية

- دراسة (Vulpe & Dafinoiu, 2011):

Positive emotions influence on attitude toward change, creative thinking and their relationship with irrational thinking in Romanian adolescents

تأثير المشاعر الايجابية على اتجاه تغيير المواقف، التفكير الابداعي وعلاقتها بالتفكير غير العقلاني لدى المراهقين الرومانيين. هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن اذ كان للنسبة الايجابية Positivity Ratio (النسبة بين المشاعر الايجابية والسلبية)، وبلغت عينة الدراسة (٩٣) طالب وطالبة من المدرسة الثانوية تتراوح اعمارهم ما بين (١٦-١٩) سنة، وباستعمال مقياس التأثير الايجابي والسلبي (PANAS-X) لثومبسون (Thompsو, 2007)، اذ اشارت النتائج الى ان النسبة الإيجابية تتنبأ فقط بالتقييم العالمي لقيم الشخصية، لكن ليست للأبعاد الاخرى من التفكير اللاعقلاني، كما اشارت النتائج ان المشاعر الإيجابية حددت نتائج افضل فيما يتعلق بالأبعاد الثلاثة للتفكير الابداعي: الطلاقة، الاصاله والمرونة، ولم تظهر فروق دالة احصائياً بين المشاعر الإيجابية والسلبية فيما يتعلق باختبار التفكير الابداعي، وكما أظهر التكافؤ في المشاعر تأثيراً واضحاً على المواقف باتجاه التغيير، وخصوصاً الاشخاص الذين تلقوا المشاعر الإيجابية أظهروا مقاومة أقل للتغير من الذين تلقوا المشاعر السلبية (Vulpe & Dafinoiu, 2011: 1935- 1936).

الفصل الثالث

أولاً: منهجية البحث وإجراءاته:

تتضمن المنهجية تحديد مجتمع البحث، وعينته، وتبني أدوات قياس متغيراته، وتحليل فقرات المقياسين، مروراً بإجراءات تعرف مؤشرات الصدق والثبات (الخصائص السيكومترية)، والوسائل الإحصائية المستعملة في استخراجها، فضلاً عن إجراءات تطبيق المقياسين.

- مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث الحالي من طلبة الجامعة المستنصرية/ كلية التربية (قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، علوم الحاسبات) والذي بلغ عددهم هذا العام (٩٧٥) طالباً وطالبة، وتم اخذ عينة البحث من مجتمع البحث بصورة عشوائية، اذ بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة حيث شكلت نسبة (٢٠%) من مجتمع البحث الاصيلي موزعين وفق متغير الجنس والتخصص الدراسي والمرحلة الدراسية والجدول (١) يوضح ذلك:

الجدول (١)

عينة البحث موزعين وفق متغيرات البحث

ت	الكلية	التخصص	ذكور	إناث	المجموع
١-		الإرشاد النفسي	٢٥	٢٥	٥٠
		والتوجيه التربوي	٢٥	٢٥	٥٠
٢-	التربية	علوم حاسبات	٢٥	٢٥	٥٠
			٢٥	٢٥	٥٠
		المجموع	١٠٠	١٠٠	٢٠٠

- أدوات البحث:

تطلب تحقيق أهداف البحث الحالي مقياسين وهما كما يأتي :

أولاً- مقياس التفكير الانفعالي

قامت الباحثة بالاعتماد على مقياس (عبد الله، ٢٠١٧) لقياس التفكير الانفعالي وذلك للأسباب

لآتية:

١/ قلة وجود مقياس لقياس التفكير الانفعالي في المجتمع العراقي بصورة عامة ولطلبة الجامعة بصورة خاصة بسبب قلة الدراسات في هذا الموضوع (على حد علم الباحثة).

٢/ انه مقياس تتوافر فيه الخصائص السايكومترية للمقياس من صدق وثبات عاليين.

صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري)

على الرغم من تمتع مقياس التفكير الانفعالي بصدق وثبات عالي الا ان الباحثة ارتأت التأكد من صلاحية فقرات المقياس في قياسها للمفهوم الذي وضعت من أجله، لذا قامت الباحثة بعرض المقياس

على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس بعد بيان الهدف من البحث وتقديم التعريف النظري الذي تم اعتماده في دراسة هذا المتغير طالبة منهم ابداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى صلاحية الفقرات وصياغتها واتخاذ ما يروونه مناسباً من حذف أو إضافة أو تعديل وفي ضوء آراء المحكمين، وقد تم الابقاء على جميع الفقرات بعد الاعتماد على نسبة اتفاق للمحكمين كانت (٨٠%) فاكثراً.

التطبيق الاستطلاعي للمقياس

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة عشوائية من المجتمع مؤلفة من (٤٠) طالباً وطالبة لمعرفة مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته فضلاً عن حساب الوقت المستغرق في الإجابة وقد تبين للباحثة من خلال التطبيق إن فقرات المقياس واضحة وقد تم حساب الوقت المستغرق في الإجابة وقد تراوح بين (١٥-١٠) دقيقة بمتوسط بلغ (١٢,٥) دقيقة.

تحليل الفقرات:

لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس التفكير الانفعالي، تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٢٠٠) طالباً وطالبة، وقد تم حساب القوة التمييزية بأسلوبين هما:

١/ المجموعتان المتطرفتان Contrasted Group

لغرض إجراء التحليل في ضوء هذا الأسلوب أتبعنا الخطوات الآتية:

١. تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة (عددها ٢٠٠) استمارة.
٢. ترتيب الاستمارات من أعلى درجة الى أوطأ درجة.
٣. تعيين الـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على اعلى الدرجات (الدرجات العليا) والبالغ عددها (٥٤) استمارة، والـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أوطأ الدرجات (الدرجات الدنيا) والبالغ عددها (٥٤).
٤. استمارة ايضا. وبهذا يكون لدينا مجموعتان بأكبر حجم ممكن ويقرب توزيعهما من التوزيع الطبيعي وأقصى تباين ممكن (Mehrens & Lehmann, 1984, P.192).
٥. تطبيق مربع كاي لاختبار دلالة الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا وعدت قيمة مربع كاي مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال موازنتها بالقيمة الجدولية. وقد عدت الفقرات التي حصلت على قيمة محسوبة (٣,٨٤) فأكثراً، واتضح ان فقرات مميزة لكونها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة

*الخبراء والمختصين

- | | | |
|--------------------------------|------------|----------------------------------|
| ١- ا.د كاظم علي هادي | ارشاد نفسي | كلية التربية/ الجامعة المستنصرية |
| ٢- ا.م.د محمود شاكر عبد الرزاق | ارشاد نفسي | كلية التربية/ الجامعة المستنصرية |
| ٣- ا.م.د ابتسام سعدون نوري | تربوي | كلية التربية/ الجامعة المستنصرية |
| ٤- ا.م.د هاشم فرحان خنجر | ارشاد نفسي | كلية التربية/ الجامعة المستنصرية |
| ٥- ا.م.د بسمة كريم شامخ | صحة نفسيه | كلية التربية/ الجامعة المستنصرية |
| ٦- ا.م.د امل ابراهيم حسون | ارشاد نفسي | كلية التربية/ الجامعة المستنصرية |
| ٧- ا.م.د سلمان جودة مناع | ارشاد نفسي | كلية التربية/ الجامعة المستنصرية |

٦. حرية (١٠٦). وبموازنة قيمة مربع كاي المحسوبة لكل فقرة مع القيمة الجدولية تبين ان جميع فقرات مقياس التفكير الانفعالي كانت مميزة، والجدول (٢) يوضح ذلك:

الجدول (٢)

قيم مربع كاي للفرق بين المجموعتين العليا والدنيا لفقرات مقياس التفكير الانفعالي

الدالة	قيمة مربع كاي		الدنيا		العليا		ت
	الجدولية	المحسوبة	٢	١	٢	١	
دالة	٣,٨٤	٣٢,٥٣	٢٩	٢٥	٥٤	٠	١
دالة		٤,١٦٧	٣١	٢٣	٤١	١٣	٢
دالة		٢٠,١٧٦	٣٧	١٧	٥٤	٠	٣
دالة		١٥,٩٦٥	٣٤	٢٠	٥١	٣	٤
دالة		١٧,٣٣٨	١٠	٤٤	٣١	٢٣	٥
دالة		١٧,٠١٨	٣٠	٢٤	٤٩	٥	٦
دالة		٨,٣٣٦	٢٠	٣٤	٣٥	١٩	٧
دالة		١٩,٩٢٧	١٢	٤٢	٣٥	١٩	٨
دالة		٢٦,١٢٣	٢٩	٢٥	٥٢	٢	٩
دالة		١٩,٢١٨	٢٣	٣١	٤٥	٩	١٠
دالة		١٢,٦١١	٢٩	٢٥	٤٦	٨	١١
دالة		٢٩,٤٦٣	٢٧	٢٧	٥٢	٢	١٢
دالة		١٤,٣٨٨	٢٩	٢٥	٤٧	٧	١٣
دالة		١٥,٧٠٨	٣٨	١٦	٥٣	١	١٤
دالة		٥,٥٢٣	٢٦	٢٨	٣٨	١٦	١٥
دالة		١١,١٨٨	٣٦	١٨	٥٠	٤	١٦
دالة		٣٠,٨٥٧	٣٠	٢٤	٥٤	٠	١٧
دالة		٥,٠٦٦	٣٦	١٨	٤٦	٨	١٨
دالة		٢٧,٥٣٣	٣٠	٢٤	٥٣	١	١٩
دالة		١٥,٧٠٨	٣٨	١٦	٥٣	١	٢٠
دالة	٢٦,٨٤١	٢١	٣٣	٤٧	٧	٢١	
دالة	٣٥,٩٠٠	١٤	٤٠	٤٥	٩	٢٢	
دالة	٣٤,٥٧٥	٢١	٣٣	٥٠	٤	٢٣	
دالة	٣,٨٤	٢٥,٥٧٩	٢٦	٢٨	٥٠	٤	٢٤
دالة		٢٤,٩٣٨	٢٨	٢٦	٥١	٣	٢٥
دالة		٣٩,٢٧٣	١٦	٣٨	٤٨	٦	٢٦
دالة		١٣,١٥٥	٢٦	٢٨	٤٤	١٠	٢٧

ثانيا/ علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي:

تم قياس العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة من الفقرات والمجموع الكلي للمقياس ثم تم اختبار معاملات الارتباط بالاختبار التائي، وتبين أن النتائج جاءت متوافقة مع نتائج اسلوب العينتين المتطرفتين أي ان جميع معاملات ارتباط فقرات المقياس دالة احصائياً والجدول (٣) يوضح ذلك:-

الجدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والمجموع الكلي لمقياس التفكير الانفعالي

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
٠,٤٩٩	21	٠,٦٧٩	11	٠,٤٥٧	1
٠,٢٤٣	22	٠,٥٧٤	12	٠,٥٤٦	2
٠,٥٥٣	23	٠,٤٥٠	13	٠,٥٢٥	3
٠,٤٥٨	24	٠,٦٦٥	14	٠,١٨٤	4
٠,٥٤٢	25	٠,٥٥٦	15	٠,٥٦٦	5
٠,٤١٥	26	٠,٦٤٥	16	٠,٤٤٧	6
٠,٥٦٩	27	٠,٦٠٧	17	٠,٢٧٥	7
			18	٠,٦٠١	8
			19	٠,١٩٧	9
			20	٠,٦٤٤	10

صدق المقياس:

استعمل في هذا المقياس نوعان من الصدق وهما:

الصدق الظاهري:

وقد تم ذكره فيما سبق..

صدق البناء:

ويعد من أهم أنواع الصدق ويتحقق من خلال التحقق تجريبياً من الافتراضات النظرية وقد تحقق ذلك للمقياس من خلال الاتساق الداخلي للمقياس إذ يعد الاتساق الداخلي للمقياس أحد مؤشرات صدق البناء، ويتحقق من خلال حساب معاملات الارتباط البينية ل فقرات الاختبار، أو من خلال إيجاد علاقة درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالمجموع الكلي (عبد الرحمن، ١٩٨٣ : ٢٦٦).

ثبات المقياس:

سعت الباحثة إلى استخراج الثبات بطريقة الفا للاتساق الداخلي:

- طريقة الفا للاتساق الداخلي/ لغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة تم سحب (١٠٠) استمارة بصورة عشوائية من عينة التحليل وبعد استعمال معادلة الفا بلغ معامل الثبات للمقياس الحالي (٠,٧٥) وهو ثبات يمكن الركون إليه اعتماداً على المعيار المطلق.

وصف المقياس بصيغته النهائية:

اشتمل المقياس بصيغته النهائية على (٢٧) فقره وقد كانت الدرجة الأدنى للمقياس (٢٧) والدرجة العليا للمقياس (١٠٨) بمتوسط فرضي بلغ (٦٧,٥).

ثانياً - مقياس المشاعر الايجابية

قامت الباحثة بتبني مقياس المشاعر الايجابيه الذي أعده كل من (Fredrickson et al.,)

(2003) وطبق على طلبة الجامعة في الولايات المتحدة الأمريكية.

صلاحية الفقرات:

للتحقق من مدى صلاحية فقرات مقياس صلاحية الفقرات:

للتحقق من مدى صلاحية فقرات مقياس المشاعر الايجابية بصورته الأولية والبالغ (٢٠) فقرة وتعليماته وبدائله قامت الباحثة بعرضها على عدد من المحكمين من المختصين في علم النفس والتربية، وبعد أن حلت آراء السادة المحكمين بشأن صلاحية فقرات المقياس وقد نالت الفقرات جميعها موافقة الخبراء جميعهم. كما أخذت الباحثة بكافة التعديلات اللغوية التي اقترحتها بعض السادة المحكمين. فعدلت صياغة بعض الفقرات طبقاً لهذه المقترحات، أما عن بدائل الاستجابة على المقياس فقد أبدى جميع المحكمين موافقتهم على عددها ومضمونها وأوزانها فكانت (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

الدراسة الاستطلاعية:

ولغرض التعرف على مدى وضوح تعليمات المقياس وسهولة فهمها وفهم فقرات المقياس وتشخيص اللبس والغموض فيها وحساب الوقت المستغرق في الإجابة، فقد تم تطبيق المقياس على (٤٠) طالب وطالبة من طالبات الكليتين موزعين بالتساوي بين التخصص الدراسي والنوع بواقع (٢٠) طالب و (٢٠) طالبة وتبين للباحثة أن التعليمات كانت مفهومة وأن الفقرات كانت واضحة من حيث الصياغة والمعنى وأن معدل الوقت اللازم للإجابة كان (١٥) دقيقة. مع الأخذ بالحسبان حث المستجيبين على الإجابة على المقياس بصدق وأمانة وعدم ترك أي فقرة دون إجابة ولا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ولا ضرورة لذكر الاسم فقط التخصص والنوع.

تحليل الفقرات:

من بين الأساليب المستعملة في تحليل الفقرات قابليتها على التمييز وارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس ويتضمن تحليل الفقرات حساب القوة التمييزية لكل فقرة وارتباط درجتها بالدرجة الكلية للمقياس بهدف استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المستجيبين والإبقاء على الفقرات التي تميز بينهم. إذ يرى "كرونباخ" أن هناك علاقة قوية بين دقة المقياس والقوة التمييزية للفقرات فإذا كانت الفقرة تمتلك قوة تمييزية ، فهذا يعني أن تلك الفقرة لها القدرة على التمييز بين المستجيبين من ذوي الدرجات العالية والمستجيبين من ذوي الدرجات الواطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرة أما إذا كانت الفقرة لا تميز على وفق هذه الصورة فأنها تكون عديمة الفائدة ويجب أن تحذف من الصورة النهائية للمقياس. وللحصول على مقياس يتصف بالموضوعية استعمل أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وهما من أكثر الأساليب المستعملة في المقاييس النفسية لضمان الإبقاء على الفقرات الجيدة واستبعاد الفقرات الضعيفة.

أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

يتم في هذا الأسلوب اختيار مجموعتين متطرفتين من الأفراد بناء على الدرجات الكلية التي حصلوا عليها في المقياس، ويتم تحليل كل فقرة من فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعة العليا والدنيا. ويشرح (Ebel, 1972) الأساس السيكومتري لتفضيل هذه النسبة حسب منظور Kelley بالآتي: أن نسبة (٢٧%) تحقق أفضل حل وسط بين هدفين متعارضين ومرغوبين في آن معاً هما: للحصول على أقصى حجم ممكن للمجموعتين المتطرفتين، و الحصول على أقصى تباين للمجموعتين المتطرفتين (Ebel, 1972, P: 385) قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٢٠٠) طالب وطالبة من مجتمع الدراسة تم اختيارهم بالأسلوب العشوائي الطبقي من كليتين، بواقع (١٠٠) طالب وطالبة من الاختصاص الإنساني و (١٠٠) طالب وطالبة من الاختصاص العلمي، تم ترتيب الاستمارات ألد (٢٠٠) تنازلياً حسب درجاتها من أعلى درجة إلى أوطأ درجة. وعينت ألد (٢٧%) من استمارات المجموعة العليا والبالغ عددها (٥٤) استمارة و(٢٧%) من المجموعة الدنيا والبالغ عددها (٥٤) استمارة أيضاً وبذلك تم فرز مجموعتين بأكبر حجم وأقصى تمايز. (Stanley and Hopkins, 1972, P: 268) وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين عن طريق الاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS) لتحقيق هذا الغرض ظهر أن جميع فقرات المقياس مميزة عند مستوى (٠,٠٥) وجدول (٤) يوضح ذلك:

الجدول (٤)

القوة التمييزية لفقرات مقياس المشاعر الايجابية باستعمال أسلوب العينتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
فقرة ١	٤,٢٢٢٢	٠,٨٦١٤٧	١,٤٤٤٤	١,٢٨٤٧٥	٣,٣٤٣	دالة
فقرة ٣	٣,٦١١١	١,٢٩٤٦٤	١,٣٩٥١	١,٢٧٣٨٣	٢,٢٢٥	دالة
فقرة ٤	٣,٢٧٧٨	٠,٩٩٨٤٣	١,٦٩٧٥	١,٢٩٨٩٥	٣,٣٢٢	دالة
فقرة ٥	٣,٩٦٣٠	٠,٩١٠٣٨	١,٦٧٩٠	١,٢٢٧٥٩	٥,٧٨٨	دالة
فقرة ٦	٣,٤٢٥٩	١,٣٩٥٤٤	١,٠٥٥٦	١,٢٨٩٦٤	٢,٣٦٣	دالة
فقرة ٨	٤,٢٧٧٨	١,٠٧١٣٥	١,٢٦٥٤	١,٢٢٤٧٤	٥,٠١٨	دالة
فقرة ٩	٤,٥٧٤١	٠,٧١٦٤٣	١,٦٤٨١	١,١١٠٢٧	٧,٥١٨	دالة
فقرة ١١	٤,٥٧٤١	٠,٦٣٢٥١	١,٠٤٩٤	١,٢٧٣٨٣	٦,٤١١	دالة
فقرة ١٢	٣,٤٤٤٤	١,٠٧٥٧٥	١,٦٩٧٥	١,١٨١٦٢	٥,١١٠	دالة
فقرة ١٣	٤,٣٣٣٣	٠,٩٥١٦٦	١,٣٠٢٥	١,٣٢٩٢٧	٤,٥٧٨	دالة

فقرة ١٤	٤,١٢٩٦	٠,٩٣٢٥٦	١,١٣٥٨	١,٢٧٠١٢	٤,٤٩١	دالة
فقرة ١٥	٣,٧٩٦٣	١,٠٧٠٧٠	١,٢٢٨٤	١,٢٨١٤٩	٥,٢٩٧	دالة
فقرة ١٦	٣,٩٤٤٤	١,٠٨٨٨٢	١,١٧٩٠	١,٢٦٢٩٥	٣,٧٥٤	دالة
فقرة ١٧	٤,٨١٤٨	٠,٤٧٨٧٦	١,٠٣٧٠	١,٤٠٠٨١	٧,٣٥٤	دالة
فقرة ١٨	٤,٧٧٧٨	٠,٦٦٣٥١	١,٢٤٦٩	١,٢٦٥١٦	٨,٨٥٩	دالة
فقرة ١٩	٤,٧٠٣٧	٠,٥٧٠٦٥	٣,٦٤٨١	١,٢٤٦٢٤	٥,٦٥٩	دالة
فقرة ٢٠	٤,٤٦٣٠	٠,٨٨٤٠٩	٢,٨٣٣٣	١,٣٤٢٣٤	٧,٤٥٠	دالة

علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي:

لاستخراج درجة ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس بالمجموع الكلي للمقياس تم استعمال معامل ارتباط بيرسون. بعدها تم اختبار معاملات الارتباط بالاختبار التائي إذ أظهرت النتائج أنّ جميع معاملات ارتباط الفقرات دالة عند مستوى (٠,٠٥) والجدول (٥) يوضح ذلك:-

الجدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والمجموع الكلي لمقياس المشاعر الايجابية

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
٠,٦٧٩	١١	٠,٤٥٧	1
٠,٥٧٤	١٢	٠,٠٤٦	2
٠,٤٥٠	١٣	٠,٥٢٥	3
٠,٦٦٥	١٤	٠,٥٨٤	4
٠,٥٥٦	١٥	٠,٥٦٦	5
٠,٦٤٥	١٦	٠,٤٤٧	6
٠,٦٠٧	١٧	٠,٢٧٥	7
٠,٣٨٧	١٨	٠,٦٠١	8
٠,٤٨١	١٩	٠,١٩٧	9
٠,٥٤٠	٢٠	٠,٦٤٤	10

صدق المقياس:

يعد الصدق من الخصائص المهمة في مجال القياس النفسي، فالمقياس الصادق هو الذي يقيس ما وضع من اجله (Stanley & Hopkins, 1972, P:101)

- ثبات المقياس/ تم حساب ثبات المقياس الحالي بطريقة معامل الفا للاتساق الداخلي حيث تم استخراج معامل التجانس الداخلي باستعمال معادلة الفا إذ ان معامل الاتساق المستخرج بهذه الطريقة يعطينا تقديراً جيداً للثبات في أكثر المواقف، ولإستخراج الثبات بهذه الطريقة تم سحب (١٠٠) استمارة بشكل عشوائي من استمارات التحليل الاحصائي ثم استعملت معادلة الفا كرونباخ وقد بلغ معامل الثبات للمقياس الحالي (٠,٧١) وقد ظهر أنّ قيمة معامل الارتباط دالاً احصائياً وهو معامل ارتباط يمكن الاعتماد عليه.

وصف المقياس بصيغته النهائية:

اشتمل المقياس بصيغته النهائية على (٢٠) فقرة وقد كانت الدرجة الأدنى للمقياس (٢٠) والدرجة العليا للمقياس (١٠٠) بمتوسط فرضي بلغ (٦٠).

التطبيق النهائي للمقياسين:

بعد أن تم التأكد من استخراج الخصائص السايكومترية لمقياس المشاعر الايجابية ومقياس التفكير الانفعالي أصبحا جاهزين للتطبيق. وتم تطبيق المقياسين معاً على عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالباً وطالبة بواقع (١٠٠) طالباً و(١٠٠) طالبة.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها:-

فيما يلي عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي، ومناقشتها في ضوء الإطار النظري، والدراسات السابقة. ومن ثم الخروج ببعض التوصيات، والمقترحات التي تم التوصل إليها في ضوء تلك النتائج.

أولاً: قياس التفكير الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

لاختبار هذه الفرضية أستعمل الاختبار التائي لعينة واحدة وتشير نتائج هذا الاختبار بأن الوسط الحسابي لدرجات افراد عينة البحث البالغ عددهم (٢٠٠) طالب وطالبة بلغ (٥٠,٦٠٥) ، وانحراف معياري قدره (٤,٦٢٣) ، ووسط فرضي بلغ (٤٥). وعند مقارنة الوسط الفرضي للمقياس مع الوسط الحسابي لدرجات عينة البحث ظهر أن الوسط الحسابي للعينة يتفوق على الوسط الفرضي بمقدار بسيط وعند اختبار دلالة هذا الفرق وجد بأنه دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥) إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (١٧,١٤٥) اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (١٩٩) . ويوضح جدول (٦) نتائج هذا الاختبار.

الجدول (٦)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لعينة الدراسة على مقياس التفكير الانفعالي

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية
٢٠٠	٥٠,٦٠٥	٤٥	٤,٦٢٣	١٧,١٤٥	١,٩٦٠

ترفض الفرضية الصفرية

ثانياً- التعرف على الفروق في التفكير الانفعالي وفقاً لمتغير النوع (ذكور، اناث).

ولمعرفة طبيعة الفرق بين الذكور والإناث على وفق متغير التفكير الانفعالي أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما إذا كانت هناك فروق بين التلامذة الذكور والتلميذات الاناث، فقد تم

استخراج متوسط عينة الذكور إذا بلغ (٥٢,٤) وبانحراف معياري قدره (٣,٩٨) . بينما بلغ متوسط عينة الاناث (٤٨,٨) ، وبانحراف معياري مقداره (٤,٥٣) . وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح أن هناك فرق في التفكير الانفعالي حسب متغير الجنس ولصالح الاناث عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة (٥,٩٤) أكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (١٩٨) . وجدول (٧) يوضح ذلك.

الجدول (٧)
دلالة الفروق بين الذكور والإناث على مقياس التفكير الانفعالي

النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
اناث	٥٢,٤	٣,٩٨	٥,٩٤	١,٩٦	دال
ذكور	٤٨,٨	٤,٥٣			

وبناء على ما تقدم ترفض الفرضية الصفرية

ثالثاً: التعرف على الفروق في التفكير الانفعالي على وفق متغير التخصص (علمي - انساني).

ولمعرفة طبيعة الفرق بين التخصص العلمي والانساني على وفق متغير التفكير الانفعالي أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما إذا كانت هناك فروق بين التخصص العلمي والانساني، فقد تم استخراج متوسط عينة التخصص الانساني إذا بلغ (٥١,١٦) وبانحراف معياري قدره (٤,٥٠) . بينما بلغ متوسط عينة التخصص العلمي (٥٠,٠٥)، وبانحراف معياري مقداره (٤,٦٩) . وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح أن لا يوجد فروق في التفكير الانفعالي حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة (١,٧٠٦) أصغر من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (١٩٨) . وجدول (٨) يوضح ذلك.

الجدول (٨)

الموازنة في التفكير الانفعالي لعينة الدراسة على وفق متغير التخصص الدراسي

الجنس	عدد الافراد	الوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية	
					المحسوبة	الجدولية
انساني	١٠٠	٥١,١٦	٤,٥٠	١٩٨	١,٧٠٦	١,٩٦
علمي	١٠٠	٥٠,٠٥	٤,٦٩			

وبناءً على تقبل الفرضية الصفرية.

رابعاً: قياس المشاعر الايجابية لدى طلبة الجامعة.

بعد تطبيق مقياس المشاعر الايجابية على العينة ، أظهرت نتائج الدراسة أن متوسط درجات المشاعر الايجابية لدى أفراد العينة بلغت (٦٩,٣٨) بانحراف معياري قدره (٩,٠٤) درجة، في حين بلغ

المتوسط الفرضي للمقياس (٥٧)، وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أنه ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٩,٣٦١) وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) والجدول (٩) يبين ذلك.

الجدول (٩)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لعينة الدراسة على مقياس المشاعر الايجابية

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٢٠٠	٦٩,٣٨	٥٧	٩,٠٤	١٩,٣٦١	١,٩٦٠	دال

وبناء على ذلك ترفض الفرضية الصفرية

خامسا: التعرف على الفروق في المشاعر الايجابية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث).

ولمعرفة طبيعة الفرق بين الذكور والإناث على وفق متغير التفكير الانفعالي أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما إذا كانت هناك فروق بين الطلبة الذكور والطالبات الاناث، فقد تم استخراج متوسط عينة الذكور إذا بلغ (٦٨,٤) وانحراف معياري قدره (٩,٧٠). بينما بلغ متوسط عينة الاناث (٧٠,٣٧)، وانحراف معياري مقداره (٨,٢٦). وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح عدم وجود فرق في المشاعر الايجابية حسب متغير الجنس عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة (١,٥٤٥) اصغر من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (١٩٨). وجدول (١٠) يوضح ذلك.

الجدول (١٠)

دلالة الفروق بين الذكور والإناث على مقياس المشاعر الايجابية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
اناث	٧٠,٣٧	٨,٢٦	١,٥٤٥	١,٩٦	غير دال
ذكور	٦٨,٤	٩,٧٠			

وبناء على ذلك تقبل الفرضية الصفرية

سادسا: التعرف على الفروق في المشاعر الايجابية على وفق متغير التخصص

ولمعرفة طبيعة الفرق بين التخصص العلمي والانساني على وفق متغير المشاعر الايجابية أستعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة فيما إذا كانت هناك فروق بين التخصص العلمي والانساني، فقد تم استخراج متوسط عينة التخصص الانساني إذا بلغ (٦٨,٧٢) وانحراف معياري قدره (٩,٠٩). بينما بلغ متوسط عينة التخصص العلمي (٧٠,٠٥)، وانحراف معياري مقداره (٨,٩٩). وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين اتضح أن لا يوجد فروق في المشاعر الايجابية حسب متغير التخصص عند مستوى دلالة

(٠,٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة (١,٠٤) أصغر من القيمة الجدولية (١,٩٦) بدرجة حرية (١٩٨) .
وجدول (١١) يوضح ذلك.

الجدول (١١)

الموازنة في المشاعر الايجابية لعينة الدراسة على وفق متغير التخصص الدراسي (علمي - انساني)

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد الافراد	الجنس
	الجدولية	المحسوبة					
غير دالة	١,٩٦	١,٠٤	١٩٨	٩,٠٩	٦٨,٧٢	١٠٠	انساني
				٨,٩٩	٧٠,٠٥	١٠٠	علمي

وبناء على ذلك تقبل الفرضية الصفرية

سابعا- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التفكير الانفعالي والمشاعر الايجابية لدى طلبة الجامعة. ولتحقيق هذه الهدف وبعد معالجة البيانات احصائياً باستخدام معامل ارتباط بيرسون بلغ معامل الارتباط بين التفكير الانفعالي وبين درجات المشاعر الايجابية (٠,٣٣) أي أن العلاقة موجبة، مما يعني أن الارتباط حقيقي بين المتغيرين في المجتمع المحسوبة منه عينة الدراسة، والجدول (١٢) يوضح ذلك:

الجدول (١٢)

معامل الارتباط بين درجات المشاعر الايجابية ودرجات التفكير الانفعالي لعينة البحث الكلية

المتغيرين	قيمة معامل الارتباط
لمشاعر الايجابية * التفكير الانفعالي	0.33

مناقشة النتائج

١/ اظهرت النتائج في الجدول (٦) أن عينة الدراسة الحالية وهم طلبة الجامعة يعدون أفراداً يتميزون بالتفكير الانفعالي وتفسر الباحثة ذلك بان للضغوط والظروف الاجتماعية التي يعيشها طلبتنا في ظل التقلبات التي عاشها البلد والتي قد انعكست على طريقة تفكيرهم وتعاملهم مع المواقف الكثيرة التي يتعرضون إليها.

٢/ اظهرت النتائج في الجدول (٧) ان الاناث يعانون من التفكير الانفعالي اكثر من الذكور وقد يرجع سبب ذلك كون الاناث اكثر عاطفة وانفعال من الذكور والذي يعود الى طبيعة الانثى وخصائصها الشخصية وطريقة تنشئتها الاجتماعية مما يجعلها اكثر شفافية واكثر تعرضاً للضغوط الاسرية والاجتماعية موازنة بالذكور .

٣/ اظهرت النتائج في الجدول (٨) عدم وجود فروق في التفكير الانفعالي بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الانساني وترى الباحثة ان ذلك قد يعود الى ان الطلبة يعانون من تفكير انفعالي لم يتأثر بتخصصهم واتجاهاتهم العلمية.

٤/ اظهرت النتائج في الجدول (٩) أن عينة الدراسة الحالية وهم طلبة الجامعة يتمتعون بمشاعر ايجابية وتفسر الباحثة هذه النتيجة بالروح المعنوية العالية والتفاؤل الذي يميلون اليه للتخفيف من وطأة الضغوط الاجتماعية والدراسية التي يتعرضون إليها.

٥/ اظهرت النتائج في الجدول (١٠) عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في المشاعر الايجابية وذلك قد يعود الى احتياج كلا الجنسين للتفاؤل والايجابية في حياتهم بكافة مجالاتها.

٦/ اظهرت النتائج في الجدول (١١) لا توجد فروق في المشاعر الايجابية بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الانساني وترى الباحثة ان المشاعر الانسانية والايجابية منها بالتحديد لا تتأثر بالتوجهات العلمية كثيرا كونها جانبا عاطفيا يميل اليه الإنسان دون ان يتأثر بالتوجهات العلمية.

٧/ اظهرت النتائج في الجدول (١٢) وجود علاقة حقيقية بين التفكير الانفعالي والمشاعر الايجابية وتفسر الباحثة هذه النتيجة على اساس أنه كلما ازداد المشاعر الايجابية لدى الفرد مال الاتجاه نحو التفكير الانفعالي حيث يكون للمشاعر الايجابية عندما تزداد تدفع الافراد إلى الاندفاع والانفعال والمبالغة في التفكير.

التوصيات

١/ مراعاة التدريسيين للفروق الفردية في التفكير عند تدريس المواد الدراسية المختلفة، وعند التعامل الإنساني والاجتماعي معهم.

٢/ الاستفادة من نتائج البحث الحالي في عملية الارشاد النفسي والتوجيه التربوي لدى طلبة جامعة بغداد من قبل وحدات الإرشاد النفسي.

المقترحات

١/ إجراء دراسة ارتباطية تتناول علاقة التفكير الانفعالي أو المشاعر الايجابية بمتغيرات معرفية أخرى غير التي وردت في البحث الحالي.

٢/ اجراء بحوث مشابهة للبحث الحالي على طلبة المراحل الدراسية المختلفة (المرحلة الاعدادية والمرحلة المتوسطة) وشرائح اجتماعية غير الطلبة.

المصادر:

المصادر العربية:

- ١- أبو رياش، حسين محمد، (٢٠٠٧). التعلم المعرفي ، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع ،الأردن.
- ٢- حجازي، مصطفى، (٢٠١٢). اطلاقات طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي، السوبر للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان.
- ٣- دولفافي، أنتونيلا، (٢٠١١). علم النفس الايجابي للجميع، ترجمة: مرعي سلامة يونس، ١٢، مكتبة الانجلو، القاهرة، مصر.
- ٤- رضا، كاظم كريم والعامري، ماهر محمد، (٢٠٠٣). التفكير (دراسة نفسية تفسيرية)، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن.
- ٥- عبد الله، دعاء عيدان ،(٢٠١٧). اسلوب التعقيد -التبسيط المعرفي وعلاقتة بالتفكير الانفعالي والاتكالية المعرفية ،اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.
- ٦- الشعراوي ، صالح فؤاد (٢٠٠٣). فعالية برنامج إرشادي عقلائي - انفعالي سلوكي في تحسين مستوى الاتزان الانفعالي لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة الإرشاد النفسي، العدد (١٦) ، مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس.
- ٧- الشمري، علي عبد الكاظم(٢٠١١). التفكير الانفعالي وعلاقته بالاستراتيجيات المعرفية وتنظيم الافكار لدى متعاطي الحشيش، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الاداب، جامعة بغداد.
- ٨- الكفافي، علاء الدين، وجابر، عبد الحميد، (١٩٩٣). معجم علم النفس والطب النفسي، القاهرة، النهضة العربية.
- ٩- محمد علي، حسناء عبد الدايم، (٢٠٠٩). الذكاء الانفعالي ومستوى الطموح وعلاقتها بمستوى الانجاز الرقمي للاعبين ولاعبات مسابقات الميدان والمضمار، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان، مصر.
- ١٠- مليكة، لويس، (١٩٩٠). العلاج السلوكي وتعديل السلوك، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة ، مصر.

المصادر الاجنبية:

- 1- _____ (2001). The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions. American Psychologist, 56(3), 218–226.
- 2- _____ (2002). Positive Emotions . In Handbook Of Positive Psychology. New York : Oxford University Press.
- 3- _____ (2003). Love 2.0. New York: Hudson Street Press.
- 4- _____ (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. Philosophical Transactions: Biological Sciences (The Royal Society of London) 359, 1367-1377.
- 5- Akhtar, M.(2012). Positive psychology for over coming depression self-help strategies for happiness, inner strength and well-being, British library of congress, distributed in the

USA and Canada by Sterling Publishing Co., Inc. 387 Park Avenue South, New York, NY 10016-8810.

- 6- Bosse, T., Jonker, C. M., And Truer, J. (2006). Formal Analysis of Damasio's Theory on Core Consciousness.
- 7- Carr, A.(2004). Positive psychology: the science of happiness and human strengths . New York: Burnner – routledge.
- 8- Carver,C.S. And Scheter ,M.F. (2008).Perspective on Personality,(6thed) , Printed In U.S.A.
- 9- Charlton , Bruce (2000). The Feeling Of What Happens: Body, Emotion And The Making Of Consciousness, London.
- 10- Damasio, A. (2003). Looking For Spinoza : Joy sorrow And The Feeling Brain , Orlando , Harcourt.
- 11- Damasio, A.R. Grabowski, T.J. Bechara, A. Damasio, H. Ponto, L.B. Parvizi, J. And Hichman,R.D. (2000). Sub Cortical Brain Activity During The Feeling of Self-Generated Emotions, Nature Neuro Science, Vol.(3).
- 12- David, E.A. Bush, F. Stores, B. And LeDoex, J. (2006). Individual Differences In FearIsolating Between Fear Real And Fear Recovery Phenotypes , Journal of Traumatic Stress ,Vol.(20), No.(4).
- 13- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revisions to the adaptation theory of well-being. American Psychologist, 61, 305–314.
- 14- Douglas ,A.B. Alison, C.S. Edward ,R. And Christopher ,D.W.(1997): Psychology, Annotated Instructor's, (4thed) , Houghton, Mifflin.
- 15- Fredrickson, B. L., Cohn, M. A., Coffey, K. A., Pek, J., & Finkel, S. M. (2008). Open hearts build lives: Positive emotions, induced through loving-kindness meditation, build consequential personal resources. Journal of Personality and Social Psychology, 1062-1045,(5) 95.
- 16- Fredrickson, B.L. and Branigan, C.(2005). Positive Emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires- cognition and emotions, 19, 313-332.
- 17- Isen, A.M., Estrada, C.A., and Young, M.J.(1997). Positive affect facilitates integration of information and decreases anchoring in reasoning among physicians. Organizational behavior and human decision processes,
- 18- LeDoex, J. (2002): Synaptic Self: How our Brain, Becoming Who We Are, Ben Tam Books, London.
- 19- Mehrabian, A. Stefl, C.A And Mullen, M. (1997): Emotional Thinking For Adults: Individuals Differences In Mysticism And Globally-Differentiation Imagination, Cognition And Personality, 16.
- 20- Mehrabian, A. Stefl, C.A And Mullen, M. (2000): Emotional Thinking For Adults: Individuals Differences In Mysticism And Globally-Differentiation Imagination, Cognition And Personality, 16.
- 21- Mehren, W. & Lehman, L. (1984): Measurment and Evaluation in Education and psychology. New York, Holt, Rienhart & Winston.
- 22- Stanley, C. & Hopkins, K. (1972): Educational and psychological Measurment and Evaluation. New Jersey. Prcntice Hill.