

التوجه الايجابي وعلاقته بتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية

Positive orientation and its relationship to self-improvement among middle school students

م.م/ على ناظم جبار^١

^١ وزارة التربية، المديرية العامة لتربية القادسية Email :Ali. Nadhim @qu.edu.iq

تاريخ الاستلام: 2025/02/12 تاريخ القبول: 2025/03/10 تاريخ النشر: 2025/03/20

Doi:10.21608/gfsc.2025.423836

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على التوجه الايجابي لدي طلبة المرحلة الإعدادية وتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية العلاقة الارتباطية بين التوجه الايجابي وتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية قوة واتجاه العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات وتألفه عينة البحث من (٥٠٠) طالب وطالبة ، من طلبة المرحلة الاعدادية اختبروا بالطريقة العشوائية التطبيقية المتمثلة في المدارس الاعدادية في مركز محافظة القادسية، ولغرض قياس هذا الهدف تبني الباحث أداة التوجه الإيجابي والذي تكون بصورته النهائية من (٣٠) فقرة في حين بناء الباحث أداة تحسين الذات والتي بلغت بصورتها النهائية من (٢٧) فقرة ، وقد استخرج الباحث لكل من الأدوات شروط الصدق والثبات ، وتطبيق الوسائل الإحصائية المناسبة.

وتوصل البحث الحالي الى النتائج الاتية:

أن طلبة المرحلة الاعدادية يتسمون بدرجة اعلى من المتوسط من التوجه الايجابي. يتسمون طلبة المرحلة الاعدادية بدرجة عالية من تحسين الذات. وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الجمود الذهني والمشكلات السلوكية. الكلمات المفتاحية: التوجه الايجابي ، تحسين الذات.

Email: Ali. Nadhim @qu.edu.iq

المؤلف المرسل: م.م / على ناظم جبار

Abstract:

The aim of the current research is to identify the positive orientation among middle school students and self-improvement among middle school students. The correlation between positive orientation and self-improvement among middle school students. The strength and direction of the relationship between positive orientation and self-improvement. The research sample consisted of (500) male and female students, from the middle school students who were chosen by a stratified random method represented in middle schools in the center of Al-Qadisiyah Governorate, For the purpose of measuring this goal, the researcher adopted the positive attitude tool, which in its final form consists of (30) items, while the researcher built the self-improvement tool, which in its final form consists of (27) items. The researcher extracted for each of the two tools the conditions of validity and reliability, and applied appropriate statistical methods.

The current research reached the following results:

Preparatory school students are characterized by a higher than average degree of positive orientation. Middle school students are characterized by a high degree of self-improvement. There is a statistically significant positive correlation between mental inertia and problems Behavioral

Keywords: Positive attitude, self-improvement.

مقدمة:

يعد الجانب الايجابي له تأثير مهم في مستقبل الفرد ورفاهيه ، وعتدما نواجه بعض التحديات فأن الانتاجية في أداء المهام قد تنعدم او تكون قليلة فالتوجه الايجابي يؤدي دورا حيويا للطلاب والانسجام مع واقعهم الاكاديمي مما يولد مشاعر الراحة النفسية وفهم تحديات الحياة ويكون عاملا مهم ذو تأثير لتحقيق اهدافهم وانجاحها

فعندما يتم تحفيز الطلبة على التعلم مثل تقديم شيقة للتعلم ويمكن تعزيز هذه الرغبة باستخدام الاستراتيجيات المرتكزة على التعلم وتأثير دافعيته للتعلم مما يوفر بيئة ايجابية للتعبير عن آرائهم وافكارهم لأكتساب المعرفة وهذا يعد احد المكونات الرئيسية لزيادة الدافعية للتعلم فالحاجة والرغبة في تحقيق الكفاءة وهذه العلاقة طردية اي كلما زادت العلاقة زادت الرغبة زادت الدافعية ونتيجة لذلك قد يكتمل بناء الذات وتحسينه للمتعلم لتعزيز ذاته وفقا للرغبة التي اشرنا اليها سابقا وبالتالي يكتمل بناء ذوات المتعلمين ويحدث الاستقرار النفسي وتقليل الانفعالات فأصبح استكمال الجانب السلوكي للمتعلمين خصوصا طلبة الاعدادية في مرحلة المراهقة المرحلة الاخطر في مواجه الافكار السلبية ذات التأثير السيئ لحياتهم ومستقبلهم وعدم اكمال تعلمهم الاكاديمي في الحياة .

مشكلة الدراسة:

إذ يعاني طلبة المرحلة الاعدادية الكثير من التحديات المتعلقة بحياتهم مما يؤدي الى ظهور مشكلات نفسية وسلوكية مثل التوتر وتشتيت الأفكار والقلق مما يؤدي الى تدني مستوياتهم العلمية وبالتالي فإن ضبابية حياتهم قد تبعدهم عن الرؤية التفائلية الإيجابية وابقاعهم ضمن حيز التوجهات التشاؤمية بعيدا عن الانفتاح والامل (Yrara. et, al 014:33) Cap).

وقد تؤدي هذه التحديات الى شعور الطلبة بالمعاناة والاحباط المستمر مما يولد لديهم حرمان نسبي وبالخصوص عندما يقارنون أنفسهم بفئات اخرى في المجتمع ذات مكانة مقبولة وهذا يدفعهم الى التحرك الاجتماعي وتحسين ذواتهم في جميع الحالات الايجابية بعيدا عن الانحراف والجنوح وغيرها (Myers, 1986:35).

قد يؤدي التوجه الايجابي الدور المحوري في تكييف الطلبة، لذا فإن الافتقار له يؤدي الى زيادة التوتر والخوف مما يجعله وسيطا بين الاعراض النفسية السلبية وصعوبات الحياة، لذلك فإن التفريط فيه يؤدي الى الثقة المضخمة ذات السلوك المحفوف بالمخاطر، إذ يجعل الاشخاص يعتقدون بعدم وجود هذه الصعوبات وأنهم يحملون مهارات تكييفية أعلى مما هو موجود بأرض الواقع مما يجعلهم يدركون بأنهم

أكثر تفوقاً من الآخرين في مواجهة ما يعترضهم من صعوبات وبهذا التغيير يؤدي إلى حدوث نتائج دون مستوى الطموح (Lukasz&Tomas, 2016:6)

وأكدت دراسة (الطائي، ٢٠١٣) أن الفرد يجب أن يشعر بتتابع الإشباع للحاجات الأساسية قبل أن يستطيع تحقيق التطور الكامل ، ومما لا شك فيه أن البيئة تؤدي دوراً في تحقيق التحسين ، فالبيئة التي تشكل مصدر تهديد للفرد بعدم إشباع حاجاته الأساسية فإنها تعوق نموه ، عكس البيئة التي تشبع حاجاته فتكون مصدراً نحو النمو والتطور

عند ملاحظة الباحث وذلك بحكم عمله مرشد تربوي في مدرسة اعدادية وتواصله مع الطلبة، فقد لاحظ انخفاض رغبة الطلبة في اكتساب المعارف بطريقة غير ملائمة تحقق نموهم المعرفي والتحاقهم بالجامعات ووجود مبالغة كبيرة في قدراتهم وإمكاناتهم مما ينعكس سلباً على طريقة تعاملهم مع تجارب الحياة وافتقارهم للنظرة الايجابية لجوانب حياتهم، لذلك تكون مشكلة البحث الحالي هو: ما طبيعة العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية؟

أهداف الدراسة:

تعد الفئة العمرية في المرحلة الاعدادية من اهم فئات المجتمع كونهم نواة المجتمع وبناء جذوره عليها لبناء مستقبل مزدهر، لذلك ان الاهتمام بهذه الشريحة ضروري جدا ولاسيما عندما يسعى المجتمع الى بناء الاسس المتينة للترقي المعرفي والتطور في جميع مجالات الحياة. (Cantor, 2003 :57)

يعد التوجه الايجابي من اهم الانشطة ذات الارتباط بالحياة والتي من خلالها يحاول الطلبة تنمية قدراتهم في مواجهة التحديات النفسية والأكاديمية والاجتماعية لتنضج قدراتهم بصناعة الحلول الإيجابية وهذا يؤدي إلى محاولاتهم لأمتلاك رؤيا وتوجهات تحقق لهم الرضا والشعور بالانفتاح والتفاؤل إزاء مواقف الحياة مما يولد نظرة واحساس عن احترام ذواتهم (Cap.,rara2010,37) وشعورهم بإمكانياتهم على تحقيق أهدافهم بكفاءة تامة

وبينت دراسة (الطائي ٢٠٢٢) أهمية التوجه الايجابي في حياة الطلبة وذلك لتخفيف المعاناة وتقليل القلق اتجاه المستويات العلمية والتنافس فيما بينهم مما يعكس ذلك لتكوين دافع مهم جدا للمنافسة الايجابية والحصول على التقبل والرضا عن حياتهم الاكاديمية خصوصاً وكافم مجالات الحياة على وجه العموم.

يعد تحسين الذات من اهم مؤشرات الصحة النفسية التي تؤدي بالفرد نحو المقبولية للتغيير مع نفسه ومع المجتمع وشعوره بالإطمئنان والامان، لذلك فأن خفض وانهزاز التوافق يؤدي للاستسلام والضعف، إذ يعد مفهوم تحسين الذات من اهم المفاهيم الدافعة للفرد نحو تحقيق المستوى المناسب من الصحة النفسية والسيطرة على ظروفه وما يواجهه عندما يتعامل مع المحيط الاجتماعي وإدراكه لتحويل الاخطاء الى خطوات سلوكية ناجحة لأستثمارها لصالح ذاته نحو الايجابية. (Johan, 2009:5)

وقد أكدت دراسة (Jankowski, 2017) على وجود علاقة بين التوجه الايجابي والسعادة إذ يعد التوجه الايجابي ضروري للطلبة وذلك لشعورهم بالثقة والرضا عن ذواتهم ومدى احترامهم لها في إداء مايناط بهم من أنشطة او واجبات محددة، لذلك يتميز الطلبة السعداء بالروح الايجابية مما يؤدي الى بناء خطط واهداف مستقبلية يحاولون السعي على تحقيقها. (Jankowski, 2017:134)

ويرى (Adler) ان الشعور بالنقص مهم وكذلك يتصف بديمومة الوجود بأعتبره قوة ذات تأثير ودافعية لغاية الحصول على القوة الملزمة نحو تحسين الحياة بشكل عام وتحسين الذات بشكل خاص، لذلك يكافح الافراد لأجل الكمال ويعد هذا الكفاح هو الوسيلة التي ترفع الفرد من الادنى الى الاعلى (شلتز، ١٩٨٣:٧٣).

أهمية الدراسة:

- التوجه الايجابي لدى طلبة المرحلة الاعدادي
- تحسين الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية
- العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية
- قوة واتجاه العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات.

مفاهيم الدراسة:

أولاً التوجه الايجابي :عرفه كل من كابرارا واخرون

هو سمة الفرد لأستعراض تجارب الحياة ونتائج احداثها بالرؤيا الايجابية نتيجة

لأستخدامه قواه الذاتية الايجابية (Caprara, al, 2009:79)

التعريف النظري:

اعتمد الباحث تعريف كابرارا تعريفا نظريا للبحث وذلك لأعتماده على نظرية

كابرارا واخرون كأطار نظري

التعريف الاجرائي:

هو يمثل عينة للنطاق السلوكي لمفهوم التوجه الايجابي والتي يمكن قياسها عن

طريق اجابته على فقرات المقياس

ثانياً تحسين الذات:

فقد عرفه هلكرد ١٩٧١ هو ميل الفرد للارتقاء بأمكانيته المعرفية والسلوكية

نحو تحقيق التحسين لذا

عرفه تايلور ١٩٩٠ دافع ذاتي يحاول الفرد اشباعه وذلك لأستثمار ذاته

ونشاطه بالمشابرة وقوة الإرادة يحاول التغيير الذي يسعى من خلاله الى تحقيق التطور

النوعي والكمي في ذاته

اعتمد الباحث على تعريف تايلور وذلك لأعتماده على نظرية تايلور في الإطار

النظري

التعريف الاجرائي

هو الدرجة التي يحصلها عليها المستجيب عندما يحاول الإجابة على مقياس

تحسين الذات

الإطار النظري:

التوجه الإيجابي: أولاً

مفهوم التوجه الإيجابي

يعد التوجه الإيجابي من المفاهيم الحديثة نسبياً والاساسية في علم النفس الإيجابي، كذلك ينظر له بالحدثة في مجال التعليم والتعلم، إذ ورد هذا المصطلح في موسوعة علم النفس الإيجابي بأنه موقف الفرد ووجهة نظره اتجاه المفاهيم والمبادئ والأشياء ويستند هذا الموقف للإطار الفكري وتوجهات الفرد الخاصة والتكوين المعرفي لديه (ابو حلاوة، ٢٠٢٠، ٧) .

عندما ننظر نحو التوجه الإيجابي فنشاهد وجوده في أبسط أمور الحياة مثل الرؤيا الإيجابية والتفاؤل اتجاه الحياة، إذ يحث على النشاط والحيوية التي تدفع الأشخاص نحو حياة هنيئة تجعلهم مواجهين للآزمات والمتاعب النفسية والتي قد تسبب لهم الأمراض النفسية مما يؤدي إلى مقاومتها لعدم تغيير نمط حياتهم نحو الأسوء. (Ouweneel, et, 2012:198)

نموذج التوجه الإيجابي كابرارا وآخرون (Caprara, al, 2009)

قدم كابرارا نموذج التوجه الإيجابي في سنة ٢٠٠٩ وهو من أبرز علماء الشخصية، إذ تم توجيه الانتباه والتركيز على دراسة السمات الإيجابية لإداء الأفراد كرد فعل لانتشار اسهامات علم النفس الإيجابي وهذه الحركة ولدت دعوة ورغبة. للعلماء بالتحقق من المؤشرات والمحددات المناسبة للاداء الصحيح (Caprara, al, 2015:1) .

ويعد مفهوم التوجه الإيجابي بعد ذاتي ذواهمية في الشخصية تعكس احترام الذات كذلك تعكس اعتبارات للمستقبل مفهوم التفاؤل والاحداث الماضية تعكس مفهوم الرضا عن الحياة، وبالتالي يشكل انموذج ثلاثي البنية لمعايير الإيجابية، وهذا السبب أدى إلى ظهور المفهوم الجديد في علم النفس الإيجابي لاحترام الذات للفرد وكذلك مستقبل حياته (Alessandr&caprara,215,869).

ابعاد التوجه الايجابي

يتشكل التوجه الايجابي من خلال ثلاث ابعاد اساسية وهي:

- احترام الذات: يعتبر بناء شخصي مستند الى قبول وتقييم للذات نتيجة للانجازات وخبرات النجاح التي حققها في حياته. (Caprara, et, al, 2000:1112) فعندما نلاحظ واقع الاشخاص الذين يمتلكون نظرة ايجابية لحياتهم وانفسهم فيصبح لديهم ميل كبير لقبول هوياتهم واحترام لذواتهم وكذلك احترام اجتماعي من قبل الاخرين فتصبح لديهم استراتيجيات مهمة وفعالة في التخطيط لأهدافهم وبذلك تجدهم يسيطرون على مجريات حياتهم مما يؤدي الى تقليل مخاطر التعرض للخطر الذي يعترضهم في حياتهم. (Bozoglan, et, al, 2013:153)
- الرضا عن الحياة: يعتبر التقييم العام لأنشطة الفرد وشعوره بأهمية الحياة وضرورة علاقاته مع الآخرين وإيمانه بوجود اهداف ايجابية يسعى الى تحقيقها مما يجعل لحياته قيم ذات مكانة عالية. (Caprara et, al2009:113) عندما نلاحظ الشخص الناجح في علاقاته الاجتماعية فنراه اكثر حيوية ونشاط وتعاون من خلال المشاركة في الانشطة الاجتماعية التي تشعر الفرد بالسرور والسعادة وتوصله الى طرق الرضا عن الحياة مما يجعله متقبل لذاته واشباع لحاجاته وعلاقاته الاجتماعية مع محيطه الاجتماعي (العمرى، ٢٠١٩:٨٦).
- التفاؤل: سمة ايجابية شخصية ينظر لها الافراد بأعتبارها من اقوى مؤشرات الصحة النفسية، لذلك عندما تنظر لأفكار الشخص المتشائم وطموحاته مرتبطة في اي فعل فيرى صعوبة وازمة في كل مواجهة او خطوة يفعلها، عكس الشخص المتفاؤل الذي يرى الفرصة في كل صعوبة وازمة عندما يجتاز اي خطوة، لذلك تؤكد اغلب الدراسات ان التفاؤل يحسن من جهاز المناعة لدى الانسان ويساعده على مواجهة الازمات وظروف الحياة الضاغطة (ابو حلاوة، ٢٠١٧، ٧)

ثانياً: تحسين الذات:

كان ظهور مفهوم تحسين الذات بعد الثورة الصناعية عندما كانت غزت المنتجات الصناعية الدول المتقدمة فأخذ رجال الاقتصاد يفكرون بالطريقة الملائمة لعرض بعض السلع والمنتجات التي لم تلاقي الرواج بهدف تحسينها امام انظار المستهلكين ومنذ ذلك التاريخ اصبح المفهوم اكثر انتشارا.

ويعد مفهوم تحسين الذات من اهم المفاهيم التي كان لها اهتمام الباحثين في المجال النفسي بصورة عامة وميادين العلوم النفسية بصورة خاصة فيما يتعلق بدراسة الشخصية.

النظريات التي تناولت تحسين الذات:

النظرية العضوية (كولد شتاين، ١٩٣٩)

يرى كولد شتاين ان صفة الشمولية من وجهات النظر ضمن الإطار العام والمقبول لأستعراض مفاهيم الشخصية الانسانية، إذ يرى ان الفرد يمكن تحريكه بدافع واحد او مجموعة من الدوافع لذلك يمكن ان يصبح تحسين الذات رئيسي صريح لدى بعض الافراد او يكون دافع ضمني مع الدوافع الأخرى. (chaplin, 1969:433)

النظرية التحليلية (يونك ١٩٤٣)

يؤكد يونك ان الهدف يمكن ان يكون اساسي في تحسين شخصية الفرد مما يؤكد على جوانب مستقبل الفرد لدواعي الاستمرار والمحافظة على الماضي فالتوجه والنظرة الانية قد تطورت مقارنة في الزمن البدائي (هول، ١٩٧٩، ٩).

النظرية الظواهرية (روجرز ١٩٥١)

يؤكد روجرز على الايجابية في الطبيعة البشرية وماتحملة من جوهر مما يكون من الطبيعي ان يكون نمو الانسان وسعيه ونضجه لأستثماره في تحسين نوعية حياته (Gale, 1980:39)

نظرية تحسين الذات (تايلور، ١٩٩٠)

يتطور دافع تحسين الذات تدريجياً عندما يحدث تطور في حياة الفرد العامة وهذا نتيجة الاعتماد على خبراته في الحياة وخبراته ومعلوماته من جانب، وفيما يكتشفه عن ذاته واستبصار لأهدافه في الحياة من جانب آخر.
مسلمات النظرية:

- الاتساق: ويكون بين طاقات الفرد الفعلية للتفكير والابتكار وبين طاقاته النفسية بما يضمن له توجيه سلوكه باتجاه التحسن وتحديد ميوله واتجاهاته الاجتماعية، لذلك يجعل هذا الاتساق في تحقيق التوافق بدرجة عالية يكون التحقيق في الجانب السلوكي والمعرفي والانفعالي ولا يقتصر على جانب الشخصية فقط

- يتميز دافع تحسين الذات بالثبات النسبي لذلك تكون مؤشرات متغيرة تبعاً لتغير الظروف الاجتماعية واختلاف المستوى الثقافي للفرد.
- يمكن ان يتأثر دافع تحسين الذات بعامل الزمن الذي يتميز بالسرعة في التغيير الاجتماعي وكذلك يتأثر بالبيئة والمكان الذي يعيش فيه الفرد وكذلك ماتتوجه مطالب الحياة ومستلزمات التكيف معها.
- اختلاف العادات والتقاليد التي تكون ضمن اطر المجتمعات عن طريق تفاعل الفرد معها، وكذلك يتم تحسين الذات جراء الاهداف السريعة في التغيير الذي يحدث في المجتمعات وخصوصاً في التنافس والصراع من اجل الاكتفاء

محكات النظرية:

هناك محكات يعتمدها التطور النظري وهي:

➤ الصلابة النفسية :

تعد الصلابة النفسية من اهم محكات تحسين الذات والتي تكون محصلة التفاعل بين الخبرات وحركة التغيير المستمرة ونتيجة لذلك يكون تحسين الذات من مصادر المقاومة النفسية والوقاية من الاحباط والكثير من (Nass, 1999:6) الاحداث الاخرى التي تقلل من قيمة الفرد.

➤ التوافق الاجتماعي والشخصي

يرى الكثير من المهتمين بالتوافق إذ ينظرون انه عملية تفاعلية مستمرة بين قطبين احدهما هو الفرد نفسه والقطب الاخر هو البيئة الاجتماعية والمادية والتي يحاول الفرد من خلالها اشباع دوافعه المختلفة محاولا تحقيق مطالبه في التطور (Supar, 1974:23). بهدف تحقيق الوسائل المقبولة لذاته ولأفراد جماعته

ابعاد تحسين الذات

هناك ثلاث مصادر لتحسين الذات وهي:

- أ- الإنجازات الادائية: وتسمى أيضاً بخبرات التمكن وهذا المصدر يعد من اكثر المصادر تأثيراً في دافع تحسين الذات لدى الافراد وذلك لأعمداده على ما يمتلك الفرد من خبرات، فإن تكرار النجاح يؤدي الى ارتفاع مستويات التحسن في مجالات اخرى، بينما عند حدوث الإخفاق وتكراره يؤدي الى انخفاض التحسن وكذلك تأثيره على جوانب اخرى، وكذلك يمكن التعميم في تحسين الذات في مواقف اخرى لذلك يمكن للخبرات المباشرة ان تكون من أكثر أساليب التمكن في انشاء دافع تحسين الذات فعندما تتكرر حالات النجاح والإنجاز يؤدي الى تحسين الذات بأفضل صورة ممكنة. (Wills, 1974:197)
- ب- الخبرات البديلة: وتسمى أيضاً بالتجارب البديلة او الخبرات التلقائية كونها تأتي للفرد عن طريق النشاطات التي يقومون بها الافراد الاخرين، فعندما يتابع الفرد وكذلك يلاحظ نجاحات الاخرين مثل الجد والمثابرة وغيرها فيتولد لديه اعتقاد بقدراته على القيام لأداء الانشطة المماثلة مما يولد لديه الخبره واكتسابها عن طريق التجارب. (McElroy, 2002:19)
- ت- الاقناع اللفظي: ويقصد بها عملية الاقناع لدى الافراد عندما يتعلق بمتابعة أنشطة الاخرين وخبراتهم او معلوماتهم اللفظية، فيأخذ الاقناع الدور الاكبر لتوليد الرغبة بالفعل والاداء، وقد يكون الاقناع من جانب الفرد او من جانب الافراد الاخرين. فالاقناع اللفظي خبرات متخيلة يستثمرها الفرد في تحسين ذاته وهذه الخبرات تعتمد على قوة الخيال لدى الفرد فتصبح مثيرات

لأستجابات حقيقيه في استعمال الصورة الذهنية على اداء عمل معين (Wills, 1974:74)

٥. نظرية العزو - هايدر

فسرت هذه النظرية تحسين الذات هو امكانية الفرد لأستثمار خبراته وتطويرها في بيئته وكذلك الاستفادة من خبرات الآخرين، محاولا استخدام أفضل البدائل التي يستخدمها كل فرد لتحقيق ذاته. (Clifford, 1981:378)

وقد حدد هايدر قسمين من العوامل التي يمكن للفرد من توظيفها في انضاج دافع تحسين الذات وهما العوامل الداخلية التي يتميز بها الافراد اصحاب السيطرة على داخلهم واستثمار قدراتهم ومهاراتهم التي تحافظ على القوة الدافعة لتحسين الذات وهؤلاء الافراد هم اكثر سيطرة على مجريات حياتهم بالعكس من الآخرين، اما العامل الاخر هو البيئة الخارجية ويعتمد على استقرائها، يستطيع الفرد من توظيف عوامل الاستقرار وانتشارها من خلال تأثر الآخرين. (Rotter, 1975)

٦. نظرية الفاعلية الذاتية - باندورا ١٩٧٧

يعد موضوع الفاعلية من اهم المفاهيم التي اخذت تركيزا في دافع تحسين الذات وذلك من خلال الاستفادة من استثمار الطاقة الانسانية وماتحوي من سلوكيات المثابرة والمبادرة لدى الفرد واعتمادها على مهاراته وتوقعاته ومدى كفايتها للتعامل بنجاح مع الظروف البيئية والتحديات المحيطة بها. (Bandura, q978:97)

حدد باندورا ثلاث ابعاد لتحسين الذات وهي:

١ - مقدار التحسين: ويقصد به هو ما يمتلكه قوة الدافع من مستوى عند أداء الفرد في المواقف والمجالات المختلفة، ويكون هذا المستوى مختلفا تبعاً لطبيعة المواقف وخصوصيتها.

٢ - العمومية: ويقصد بها هو مدى ما ينتقل من دافع تحسين الذات من موقف معين الى مواقف اخرى تكون مشابها له، فيمكن للفرد من تحسين اداء مهامه بالمقارنة من تحسين واداء اعمال اخرى مشابهه فيحدث تعميم ضمن حيز هذا الموضوع او الحدث.

٣ - الشدة او القوة :هو مدى فترة بقاء واستمرار دافع تحسين الذات على نفس المستوى في ظروف مختلفة، فإن الافراد الذين يمتلكون تحسين ذات بمستوى عالي يمكنهم من الثبات والاستمرارية في العمل مايستطيع من بذل جهد اعلى أثناء مواجهة وأداء المهام الموكلة له، والعكس عند اصحاب تحسين الذات الضعيف فيمكنهم المواجهة لذلك وفق قوة تحسين الذات ومدى الملائمة للمواقف (Bandura, 1977:19)

منهجية البحث وإجراءاته:

أولاً: منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لكونه انسب المناهج ملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق عنهما من اجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة ، اذ ان المنهج الوصفي يمكن استخدامه في دراسة السمات والقدرات والميول والاتجاهات (جابر، ٢٠٠٦: ١٠٩) ،

ثانياً: مجتمع البحث:

تمّ تحديد مجتمّع البحث الحالي المتمثل بطلبة المدارس الإعدادية التابعة لمديرية التربية في محافظة القادسية للعام الدراسي (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤)* ، والبالغ عددهم (٨٤٠٠) طالب وطالبة مركز المحافظة ، وكانت نسبة الذكور.

ثالثاً : أدوات البحث:

تم اختيار عينة بلغت (٥٠٠) طالب وطالبة وبنسبة (٦%) تقريبا من مجتمّع البحث موزعة على مدارس الإعدادية لمديرية التربية في مركز محافظة القادسية ، بواقع (٢١٠) طالب و(٢٩٠) طالبة ، ولتحقيق اهداف البحث تطلب بناء أداتين إحداهما لقياس التوجه الايجابي وتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية وقد اتبع الباحث هذه الخطوات في عملية البناء وفيما ياتي استعراض الاجراءات التي اعتمدت في عملية البناء للمقياسين .

حصل الباحث على أعداد طلبة الاعدادية من قسم التخطيط التربوي في مديرية التربية في محافظة * القادسية للعام الدراسي (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤)

أولاً: مقياس التوجه الايجابي

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالتوجه الايجابي ، وجد الباحث انه من الافضل بناء اداة لقياسة ، وذلك لعدم وجود مقياس محلي للتوجه الايجابي لدى طلبة الاعدادية على حد علمه تتوفر فيه الخصائص السايكومترية اللازمة وقد تم بناء المقياس على وفق الخطوات العلمية المتبعة في بناء المقياسين وكالاتي : .

أ-تحديد مفهوم التوجه الايجابي:

لكي يكون المقياس دقيقا في قياسه لابد ان نحدد السلوك المراد قياسه بشكل واضح ودقيق تجنبا من اي تدخل قد يحدث بينه وبين سلوك اخر لندا اعتمد الباحث تعريف (caprara) في تحديد مفهوم التوجه الايجابي والذي عرفه هو سمة الفرد لأستعراض تجارب الحياة ونتائج احداثها بالرؤيا الايجابية نتيجة لأستخدامه قواه الذاتية الايجابية.

ب-تحديد مجالات المقياس :

بعد ان تم وضع التعريف النظري الخاص بالمتغير اعتماداً على تعريف "كابرازا" ، حدد الباحث (٣) مجالات حسب نموذج (التوجه الايجابي) لمقياس التوجه الايجابي وهي (احترام الذات، الرضا عن الحياة، التفاؤل)

ج- اعداد الصيغة الاولية للفقرات :

حيث اعد الباحث فقرات المقياس بصيغتها الاولية في ضوء تعريف "كابرازا" ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع البحث صاغ الباحث عدد من فقرات التوجه الايجابي وبذلك اصبح عدد فقرات مقياس التوجه الايجابي بصيغته الاولية (٣٠) فقرة بواقع (١٠) فقرة لمجال احترام الذات، وبواقع (١٠) فقرة لمجال الرضا عن الحياة ، وبواقع (١٠) فقرة لمجال التفاؤل، ولكل فقرة ثلاث بدائل (تنطبق علي - تنطبق علي احيانا - لا تنطبق علي).

هـ- تصحيح المقياس:

اعتمد الباحث على أسلوب البدائل المتدرجة في اعداد المقياس ، وذلك بوضع متدرج ثلاثي لتقدير الاستجابات على فقرات المقياس، على شكل بدائل هي (تنطبق عليّ ، وتنطبق عليّ أحياناً، ولا تنطبق عليّ) ، وهذا يعني وضع عدة بدائل للمستجيب تناسب مع مرحلة الإعدادية ليختار أكثرها انطباقا عليه ، وذلك لمرونة هذه الطريقة وتدرجها بدرجات صغيرة غير حادة (عبد الرحيم ، ١٩٨١: ١٣٩) .

التحليل المنطقي للفقرات:

صلاحية فقرات المقياس :

وقد تضمن ذلك عرضاً للتعريف النظري الذي آتت عليه الباحث ، وعرض الفقرات وبدائل الإجابة والتعليمات على مجموعة من المتخصصين في التربية وعلم النفس وطلب منهم إبداء آرائهم في مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت له ومدى صلاحية البدائل، ومدى ملائمة كل فقرة لكل ، وترك للمحكمين أمكانية إضافة فقرة أو حذف واقترح التعديل المناسب لأي فقرة تحتاج الى ذلك بما يجعل المقياس ملائماً لعينة البحث الحالي ، واعتمد الباحث على نسبة موافقة (٨٠%) من عدد المحكمين معياراً لصلاحية الفقرة في قياس ما وضعت من اجل قياسية ، ونتيجة لذلك تبين أن جميع الفقرات دالة إحصائياً لذلك بقي المقياس كما هو مكون من (٣٠) فقرة، المعدة للتطبيق على عينة التحليل الإحصائي يوضح قيمة مربع (كأي) أزاء صلاحية فقرات مقياس التوجه الايجابي .

لذلك تمّ الابقاء على الفقرات الـ (٣٠) جميعها ولم تحذف أي فقرة منها وان بعض الفقرات بقيت كما هي، والبعض الآخر نال تعديل في بناء الجملة .

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس التوجه الايجابي:

أولاً: أسلوب المجموعتين الطرفيتين

لأيجاد تمييز الفقرات تمّ التحقق من القوة التمييزية للفقرات بآستعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين بتطبيق فقرات المقياس على عينة التحليل الإحصائي وبالغلة (٣٠٠) طالب وطالبة من المرحلة الاعدادية، واعتمد الخطوات الاتية

وقد رتّب جميع الاستمّارات تنازلياً على وفق الدرجات الكلية له من أعلى درجة إلى أدنى درجة، والتي تراوحت بين (٤٣ - ١٢٩) ثم حُدِّدَت المجموعتين الطرفيتين في الدرجة الكلية إذ تمّ الاعتماد على نسبة (٢٧%) من أفراد المجموعتين الطرفيتين من أفراد العينة، وكون عينه التحليل الاحصائي من (٣٠٠) طالب وطالبة لذا كان عدد الاستمّارات (٨١) استمارة من المجموع العليا تراوحت درجاتهم بين (١٤٤ - ١٢٩) درجة و (٨١) استمارة من المجموعة الدنيا تراوحت درجاتهم بين (٦٥ - ٤٣) (Anastasi، ١٩٨٢: ٢٠٨) بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لكل فقرة، وعدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة من فقرات المقياس، ومن خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) ودرجة حرية (٢٩٨) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وقد أشارت نتائج تحليل فقرات مقياس التوجه الايجابي إلى أن جميع الفقرات كانت مميزة وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول رقم (١) القوة التميّزية لفقرات مقياس التوجه الايجابي بأسلوب

المجموعتين المتطرفتين

| تسلسل الفقرات | المجموعة العليا | | المجموعة الدنيا | | قيمة التائية المحسوبة * | الدلالة عند مستوى (٠,٠٥) |
|---------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------------|--------------------------|
| | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | | |
| ١ | 0.480 | 1.195 | 0.528 | 13.0٣ | دالة | |
| ٢ | 0.518 | 1.304 | 0.656 | 10.22٣ | دالة | |
| ٢ | 0.4873 | 1.256 | 0.580 | 11.71٧ | دالة | |
| ٤ | 0.468 | 1.060 | 0.285 | 18.21٢ | دالة | |
| ٥ | 0.440 | 1.048 | 0.266 | 19.61٥ | دالة | |
| ٦ | 0.467 | 1.048 | 0.266 | 20.24١ | دالة | |
| ٧ | 0.484 | 1.048 | 0.266 | 20.30٢ | دالة | |
| ٨ | 0.484 | 1.073 | 0.303 | 19.23٢ | دالة | |
| ٩ | 0.493 | 1.256 | 0.620 | 11.33٢ | دالة | |
| ١٠ | 0.494 | 1.121 | 0.452 | 16.06٤ | دالة | |

التوجه الإيجابي وعلاقته بتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية

| | | | | | | |
|------|--------|-------|-------|-------|-------|----|
| دالة | 15.05٣ | 0.528 | 1.158 | 0.480 | 2.458 | ١١ |
| دالة | 14.84١ | 0.478 | 1.121 | 0.493 | 2.223 | ١٢ |
| دالة | 15.33٥ | 0.487 | 1.134 | 0.494 | 2.620 | ١٣ |
| دالة | 15.63٧ | 0.505 | 1.158 | 0.519 | 2.419 | ١٤ |
| دالة | 14.38٧ | 0.536 | 1.170 | 0.463 | 2.308 | ١٥ |
| دالة | 11.97٣ | 0.585 | 1.268 | 0.514 | 2.320 | ١٦ |
| دالة | 11.52٤ | 0.553 | 1.243 | 0.564 | 2.271 | ١٧ |
| دالة | 10.04٤ | 0.618 | 1.304 | 0.553 | 2.234 | ١٨ |
| دالة | 12.35٢ | 0.518 | 1.219 | 0.574 | 2.283 | ١٩ |
| دالة | 10.08٧ | 0.644 | 1.329 | 0.634 | 2.345 | ٢٠ |
| دالة | 11.15٨ | 0.547 | 1.231 | 0.659 | 2.29 | ٢١ |
| دالة | 9.48٧ | 0.653 | 1.365 | 0.675 | 2.358 | ٢٢ |
| دالة | 10.40٦ | 0.547 | 1.280 | 0.699 | 2.436 | ٢٣ |
| دالة | 9.516 | 0.598 | 1.304 | 0.688 | 2.271 | ٢٤ |
| دالة | 9.89٥ | 0.634 | 1.365 | 0.639 | 2.363 | ٢٥ |
| دالة | 9.495 | 0.590 | 1.280 | 0.698 | 2.246 | ٢٦ |
| دالة | 9.19١ | 0.581 | 1.317 | 0.698 | 2.436 | ٢٧ |
| دالة | 8.99٣ | 0.553 | 1.243 | 0.759 | 2.185 | ٢٨ |
| دالة | 11.8٢ | 0.469 | 1.219 | 0.681 | 2.296 | ٢٩ |
| دالة | 5.838 | 0.618 | 1.304 | 0.747 | 1.938 | ٣٠ |

ثانياً: أسلُوب الاتساق الداخلي

هناك عدة أساليب للتحقق من الاتساق الداخلي تتمثل بما يأتي

١- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال : تم حساب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، بأستعمال معامل ارتباط بيرسون لدرجات مقياس التوجه الايجابي لعينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (٣٠٠) طالباً وطالبة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) إذ تراوحت بين (٠.٤٠ - ٠.٧٦)

٢- ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التوجه الايجابي:

اذ تم حساب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للأسلُوب الذي تنتهي إليه، وأن المقياس الذي تنتخب فقراته على وفق ذلك يكون صادقاً في بنائه، وقد أستعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لأستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (١,١٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، تبين أن جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً دالة إحصائياً

٣- علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس

تم استخراج هذا المؤشر بأيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات كل مجال والدرجة الكلية للمقياس، وبأستعمال معامل ارتباط بيرسون يتضح لنا أن معاملات ارتباط كل مجال من مجالات مقياس التوجه الايجابي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) وكانت القيمة الجدولية (١,٩٦)

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً : صدق المقياس

وتَمَّ التحقق من صدق مقياس التوجه الايجابي من خلال الاتي :

أ-الصدق الظاهري:

تحقق الصدق الظاهري لمقياس التوجه الايجابي بعد عرضه بصورته الأولى على مجموعة من المحكمين المتخصصين لتقدير مدى صلاحية وملاءمة فقرات المقياس وتعليماته وبدائله وكما مر ذكره في إجراءات بناء المقياس (دويدري، ٢٠٠٠: ٣٤٦) .

ب-الصدق المنطقي:

المنطقية المناسبة لكل أسلوب ومن ثم عرضها على مجموعة من المتخصصين والأخذ بأرائهم حول مدى ملائمة الفقرات للأسلوب الذي وضعت فيه إذ اظهرت النتائج الابقاء على فقرات المقياس جميعها مع تعديل بعضها ، وكما مر ذكره في إجراءات بناء المقياس (عبيدات ، ١٩٩٨ : ١١٤) .

ثانياً: ثبات المقياس

ولغرض التحقق من ثبات المقياس اعتمد الباحث على طريقتين هما:

أ - طريقة الاختبار وإعادة الاختبار

ولحساب معامل الثبات بهذه الطريقة طبق مقياس (التوجه الايجابي) على عينة مكونة من (٦٠) طالباً وطالبة من طلبة المدارس الاعدادية وفق التخصص (علمي ، ادبي) ، وبعد مرور (١٤) يوماً من التطبيق الأول أُعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والثاني، وقد بلغت (٠,٨٠) وهو معامل ثبات جيد على استقرار استجابات الأفراد،

ب- طريقة الاتساق الداخلي بأستعمال معادلة الفا كرونباخ

وقد تم تطبيق معادلة الفا كرونباخ على عينة التحليل الإحصائي والبالغ عددها (٣٠٠) طالباً وطالبة، وقد ظهرت قيمة معامل ثبات المقياس (٠,٨٦) وهو معامل ثبات جيد وبهذا اصبح المقياس جاهزاً بصيغته النهائية.

ثانياً: مقياس تحسين الذات:

اعتمد الباحث على نظرية (تايلور، ١٩٩٠) ، في بناء مقياس تحسين الذات، وتم بناء المقياس وفق الخطوات التالية:

أ - تحديد مفهوم تحسين الذات: بعد اطلاع الباحث على الادبيات والدراسات لم يجد مقياس يلائم عينة البحث ، اذ تم بناء المقياس وفق نظرية تايلور لتحسين الذات وتم تعريفه دافع ذاتي يحاول الفرد اشباعه وذلك لأستثمار ذاته ونشاطه بالمثابرة وقوة الإرادة يحاول التغيير الذي يسعى من خلاله الى تحقيق التطور النوعي والكمي في ذاته

تحديد مجالات المقياس: بعد الرجوع لنظرية تحسين الذات والحصول على تعريف تحسين الذات ، اذ تم تحديد ثلاث مجالات وفق المفهوم بعد الرجوع الى النظرية وهي (الانجازات الادائية، الخبرات البديلة، الاقناع اللفظي) وبذلك تم بناء (٢٧)فقرة للمقياس.

د- اعداد تعليمات المقياس وبدائله :

وتم ذلك بوضع مدرج ثلاثي امام كل فقرة يبدا من (تنطبق علي ، تنطبق علي احيانا ، لا تنطبق علي) مع اوزانها وعلى وفق اتجاهاتها ولحساب الدرجة الكلية للمستجيبين على المقياس تعطى الاوزان (٣،٢،١) في حال كانت الفقرات العكسية وتعكس للفقرات الايجابية .

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس تحسين الذات :

وقد اتبع الباحث في التحليل الاحصائي الخطوات الاتية :

أولاً: أسلوب المجموعتين الطرفيتين لمعرفة القوة التميّيزية للفقرات:

ثم أختيار نسبة (٢٧%) العليا من الاستثمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وسميت بالمجموعة العليا حيث بلغ عددها (٨١ أستمارة) وكانت حدود الدرجات فيها من (١٤٠ - ١٢٢) درجة، وكذلك أختيار نسبة(٢٧%) الدنيا من الاستثمارات الحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا (٨١ أستمارة) أيضاً، وكان حدود الدرجات فيها من (٨٢ - ٦٠) درجة وُعُدت القيمة التائية المحسوبة تمييزاً لكل فقرة من خلال

التوجه الإيجابي وعلاقته بتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية

مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) وبدرجة حرية (٢٩٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) ومن خلال هذه الخطوة أظهرت النتائج أن معظم الفقرات ذات دلالة إحصائية وقيمها التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية وكما موضح في جدول (٣)

جدول رقم (٢) القوة التمييزية لفقرات مقياس التوجه الإيجابي بأسلوب

المجموعتين المتطرفتين

| الدلالة عند مستوى (٠,٠٥) | قيمة التائية المحسوبة * | المجموعة الدنيا | | المجموعة العليا | | تسلسل الفقرات |
|--------------------------|-------------------------|-------------------|--------------|-----------------|---------------|---------------|
| | | الانحراف المعياري | لوسط الحسابي | انحراف المعياري | الوسط الحسابي | |
| دالة | ٢2.12 | 0.795 | 1.975 | 0.762 | 2.234 | ١ |
| دالة | ٢4.33 | 0.773 | 1.756 | 0.777 | 2.296 | ٢ |
| دالة | ٢4.30 | 0.810 | 1.951 | 0.724 | 2.476 | ٢ |
| دالة | ٢3.38 | 0.770 | 1.939 | 0.809 | 2.370 | ٤ |
| دالة | ٨5.97 | 0.761 | 1.829 | 0.651 | ٥٤2.4 | ٥ |
| دالة | ٢4.07 | 0.803 | 2.012 | 0.707 | 2.493 | ٦ |
| دالة | ٤3.32 | 0.761 | 2.134 | 0.773 | 2.530 | ٧ |
| دالة | ٦4.42 | 0.754 | 1.939 | 0.740 | 2.454 | ٨ |
| دالة | ٦4.00 | 0.779 | 1.95 | 0.755 | 2.445 | ٩ |
| دالة | ٨5.33 | 0.811 | 1.890 | 0.651 | 2.553 | ١٠ |
| دالة | ٢3.10 | 0.792 | 2.073 | 0.739 | 2.456 | ١١ |
| دالة | ٢2.47 | 0.869 | ٢,٣٤٢ | 0.787 | 2.308 | ١٢ |
| دالة | ٨5.90 | 0.826 | 1.780 | 0.707 | 2.481 | ١٣ |
| دالة | ٢6.28 | 0.767 | 1.817 | 0.705 | 2.537 | ١٤ |
| دالة | ٢5.74 | 0.808 | 1.829 | 0.689 | 2.518 | ١٥ |
| دالة | ٤5.46 | 0.842 | 1.853 | 0.670 | 2.515 | ١٦ |
| دالة | 3.350 | 0.828 | 2.146 | 0.687 | ٥2.55 | ١٧ |

م.م/ على ناظم جبار

| | | | | | | |
|------|--------|-------|-------|-------|-------|----|
| دالة | ٦7.31 | 0.788 | 1.841 | 0.593 | 2.629 | ١٨ |
| دالة | ٢4.70 | 0.874 | 1.939 | 0.688 | 2.506 | ١٩ |
| دالة | ٢2.15 | 0.830 | 2.280 | 0.669 | 2.543 | ٢٠ |
| دالة | ٧5.91 | 0.813 | 1.817 | 0.632 | 2.506 | ٢١ |
| دالة | ٧3.59 | 0.832 | 2.036 | 0.650 | 2.469 | ٢٢ |
| دالة | ٨5.14 | 0.854 | 1.951 | 0.589 | 2.546 | ٢٣ |
| دالة | ٨5.56 | 0.828 | 1.853 | 0.688 | 2.518 | ٢٤ |
| دالة | ٧16.97 | 0.406 | 1.134 | 0.315 | 2.114 | ٢٥ |
| دالة | ٧12.78 | 0.497 | 1.182 | 0.418 | 2.143 | ٢٦ |
| دالة | ٧9.80 | 0.618 | 1.304 | 0.374 | 2.098 | ٢٧ |
| دالة | ٢2.12 | 0.795 | 1.975 | 0.762 | 2.234 | ٢٨ |
| دالة | ٢4.33 | 0.773 | 1.756 | 0.777 | 2.296 | 29 |
| دالة | ٧4.30 | 0.810 | 1.951 | 0.724 | 2.476 | 30 |

ثانياً: أسلوب الاتساق الداخلي (لصدق الفقرات) :

للتحقق من صدق المقياس بأسلوب الاتساق الداخلي اتخذ الباحث الاجراءات الاتية

١ - علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال :

للتأكد من أن فقرات المقياس تسير في المسار الذي يسير فيه استعمل الباحث هذا المؤشر المجال، حيث تم إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، ولتحقيق ذلك تم حساب الدرجة الكلية لأفراد العينة على وفق المجالات الثلاث لمقياس التوجه الايجابي، ومن ثم أستخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجات الأفراد تبعاً لكل فقرة من فقرات المجال ودرجاتهم الكلية على ذلك المجال، وظهر أن معاملات ارتباط

الفقرات جميعها دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (٠,١١) ودرجة (٢٩٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥)

٢- علاقة درجة الفقرة بدرجة الكلية للمقياس :

استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لأستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠,١١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، تبين أن جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً دالة إحصائياً

٣- علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس :

ولتحقيق ذلك استعمل الباحث (٣٠٠) أستمارة، لقد أشارت النتائج الى أن معاملات الارتباط الدرجة لكل مجال بالدرجة الكلية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس

١- الصدق الظاهري

وقد تحقّق هذا النوع من الصدق لمقياس تحسين الذات من خلال عرضه بصيغته الأولى المتكونة من (٢٧) فقرة على مجموعة من المحكمين المتخصصين في القياس النفسي، والعلوم التربوية والنفسية، والصحة النفسية، والقياس والتقويم إذ بلغ عددهم (٢٣) محكماً، لتقدير صلاحية وملاءمة فقرات المقياس وتعليماته وبدائله، وكما مرّ ذكره في إجراءات اعتماد المقياس.

٢- صدق البناء:

وقد عدّ هذا الصدق مُتوفراً في المقياس الحالي، وذلك بعرض كل أسلوب والفقرات الممثلة له على المحكمين المتخصصين لبيان آرائهم حول ملاءمة الفقرات للأسلوب الذي وضعت فيه .

٣- الصدق المنطقي

كما وأظهرت النتائج الأبقاء على جميع فقرات المقياس من خلال ما تم ذكره من إجراءات إعداد المقياس ويعد الصدق الظاهري والصدق المنطقي ممثلان لصدق المحتوى .

ثانياً : ثبات المقياس

تمَّ التحقّق من ثبات مقياس مهارات ما بعد الانفعال من خلال طريقتين ،هما:

طريقة الاختبار واعادة الاختبار

طبق المقياس على عينة من طلبة الإعدادية* اختبرت بالطريقة التطبيقية العشوائية بلغ عددها (٦٠) طالباً وطالبة. ثم اعيد تطبيق المقياس على العينة نفسها، وبعد مرور (١٤) يوماً من التطبيق الأول إذ ينبغي أن لا يتجاوز المدة الزمنية بين التطبيق الأول والثاني أسبوعين وبأستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول، والثاني، إذ بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس تحسين الذات هي (٠.٨٢) ، وهو معامل ثبات جيد إذ أشارت الأدبيات إلى انه إذا كان معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني (٠.٧٠) فأكثر فإن ذلك يُعد مؤشراً جيداً لثبات الاختبارات في العلوم التربوية والنفسية (العيسوي، ١٩٨٥: ٨٥) .

ب - طريقة الاتساق الداخلي بأستعمال معادلة الفا كرونباخ:

ولتقدير الاتساق الداخلي للمقياس استخدم إجابات عينة التحليل الإحصائي البالغ حجمها (٣٠٠) طالبٍ وطالبة، وكانت قيمة معامل ثبات المقياس بأستعمال معادلة الفا كرونباخ (٠,٨٦٤) وهو مؤشر اضافي على ان معامل الثبات جيد .

خامساً: التطبيق النهائي :

بعد ان تم بناء مقياس التوجه الايجابي ،وبناء مقياس تحسين الذات باتخاذ الإجراءات المعمول بها جميعها في بناء المقاييس النفسية ، وبعد استخراج الخصائص السيكومترية، تحقيقاً لأهداف البحث طبّق الباحث المقياسين معاً بصيغتهما النهائية على عينة البحث التطبيقية البالغ عددها (٥٠٠) طالب وطالبة من المدارس الاعدادية في محافظة القادسية للدراسة الصباحية وفي التخصصين (العلمي والادبي)

وللصفوف (الرابع والخامس) للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)، للمدة من (١٢/٣/٢٠٢٤) ولغاية (١٠/٤/٢٠٢٤).

سادساً: الوسائل الإحصائية:

١ - مربع كاي: لأستخراج اراء المحكمين في الاتفاق على صلاحية فقرات المقياسي.

٢ - الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: لأستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياسين وكذلك لأستخراج الفرق بين الذكور والاناث لكل مقياس.

٣ - معامل ارتباط بيرسون: لأستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل مقياس.

عرض النتائج وتفسيرها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج البحث على وفق أهدافه وتفسيرها ومناقشتها على وفق أهدافه في ضوء الاطار النظري والدراسات السابقة ، الى جانب ذلك التوصل الى استنتاجات وتقديم مقترحات وتوصيات استنادا الى ما تم التوصل اليه من نتائج على النحو الاتي

الهدف الاول : التوجه الايجابي لدى طلبة المرحلة الإعدادية .

تم استخراج الوسط الحسابي لدرجات الطلبة والبالغ عددهم (٥٠٠) طالب وطالبة حيث بلغ (٩٣.٨٦٦) وبانحراف معياري (٩,١٤٤) وعند مقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي* للمقياس البالغ (٨٦) ، اتضح انه اعلى من الوسط الفرضي ، لغرض التحقق من هذا الهدف الذي يهدف الى معرفة مستوى التوجه الايجابي لدى طلبة الاعدادية ، والاختيار دلالة هذا الفرق إحصائيا بين المتوسطين استخدام الباحث معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة ، وتبين ان القيمة المحسوبة بلغت (١٩,٢٣٤) درجة هي اعلى من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) وذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) درجة حرية (٢٩٨) وهذا يشير ان طلبة الاعدادية لديهم توجه ايجابي بدرجة فوق المتوسط ، والجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣) يوضح ذلك نتائج الاختبار التائي لدرجات أفراد عينة البحث على

مقياس تحسن الذات

| المتغير | عدد الافراد | الوسط الفرضي | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (T) المحسوبة | قيمة (T) الجدولية | الدالة |
|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------------|-------------------|-------------------|--------|
| تحسين الذات | 500 | 100 | 108.136 | 10.352 | ١٧.٥٦٣ | ١.٩٦ | دالة |

الهدف الثاني: تحسين الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية

لغرض التحقق من هذا الهدف الذي يرمي الى التعرف على تحسين الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية ، وعند مقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي لمقياس الذي يبلغ (١٠٠) حيث اتضح ان الوسط الحسابي اعلى من الوسط الفرضي والاختبار دلالة هذا الفرق احصائياً أستخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة ، وتبين ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (١٧,٥٦٣) هي اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) وهي ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨).

وهذا يدل على ان مستوى تحسين الذات لأفراد عينة البحث الحالي عالي ، ا يمكن ان يعزو الباحث السبب الى طبيعة البيئة الاعدادية حيث يسودها نوع من التعاطف والمرونة عند الطلبة فيما بينهم مما يساعدهم في القدرة على اكتشاف مشاعر واحاسيس اصدقائهم وفهم مشاعر الافراد الاخرين المحيطين بهم ومعاملة الاصدقاء، ولديهم قدرة على بناء صداقات والتواصل مع الاخرين وهذه كلها مهارات اساسية في تحقيق تواصل يتناسب مع الاخرين ، كذلك فان توقعات المجتمع من هذه الفئة من طلبة الاعدادية قد تدفعهم الى التصرف مما يتناسب مع قدراتهم ، حيث يتوقع المجتمع من طلبة المرحلة الاعدادية التعامل الجيد الذي يقدم العون والمساعدة للطلبة الاخرين وبالتالي يمكنهم من تنظيم وادارة انفعالهم، ويجيدون معرفة وفهم مشاعر الاخرين مما يؤدي الى تحسين الذات لديهم بصورة متأقمة مع طبيعة اعمارهم وهذه النتيجة اتفقت مع نتيجة دراسة (كاظم، ٢٠١٣).

الهدف الثالث:العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات طلبة المرحلة الإعدادية .
حسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات افراد العينة البالغة (٥٠٠) طالب وطالبة من كلا المتغيرين التوجه الايجابي وتحسين الذات ، لغرض التحقق من هذا الهدف لا يجاد العلاقة الارتباطية بين التوجه الايجابي وتحسين الذات ، فقد بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٧٦٧) وهي اعلى من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠.٠٨٧) وهي قيمة ارتباط دلالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٤٩٦) كما في الجدول (٤)

جدول (٤)معامل ارتباط بيرسون بين التوجه الايجابي وتحسين الذات

| المتغير | عدد افراد العينة | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معاملات الارتباط المحسوبة | معاملات الارتباط الجدولية | الدلالة(*) |
|-----------------|------------------|---------------|-------------------|---------------------------|---------------------------|------------|
| تحسين الذات | ٥٠٠ | 108.1360 | 10.35238 | ٠.٧٦٧ | ٠.٠٨٧ | ٠.٠٠٠ |
| التوجه الايجابي | ٥٠٠ | 93.8660 | 9.14458 | | | |

وتشير هذه النتيجة الى العلاقة الارتباطية الموجبة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات ، والسبب يعود الى دور الخبرات الايجابية اتجاه الحاضر والمستقبل وهذا يعزز القدرة على الانسجام مع مهام الحياة وكذلك تعزيز القدرة على التفاؤل ، اذ ان الطلبة ذوي التوجه الايجابي يتمتعون بالرضا عن الحياة ، ومدى تقبلهم للعلاقة مع الاخرين ، وكذلك التفاؤل عند التعامل مع مواقف الحياة والتحديات التي يتعرضون لها وغالبا يشعرون الطلبة الذين لديهم تحسين الذات بالرضا عن انفسهم وعلاقتهم مع الاخرين ، يستنتج الباحث ان الطلبة الذين يمتلكون توجهها ايجابيا لديهم القدرة على تنمية وتحسين ذواتهم من خلال تعزيز التوجهات الايجابية والنظرة المستقبلية اتجاه حياتهم ، وهذا يدفعهم الى التقدم ومواجهة تحديات الحياة ومواصلة مشوارهم الدراسي.

الهدف الرابع : قوة واتجاه العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية

لغرض تحقيق هذا الهدف في معرفة قوة واتجاه العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٧٦٣) تعطي درجة او قوة العلاقة بين المتغيرين وتجاه هذه العلاقة ، حيث تنحصر قيمة معامل الارتباط بين (+١ ، -١) فاذا كانت قيمة الارتباط تساوي (+١) فمعنى ذلك ان الارتباط بين المتغيرين طردي تام ، وهو اقوى أنواع الارتباط الطردي بين المتغيرين ، اذا كانت قيمة معامل الارتباط تساوي (-١) فمعنى ذلك ان الارتباط بين المتغيرين عكسي تام وهو اقوى أنواع الارتباط العكسي بين المتغيرين ، كما اقتربت قيمة معامل الارتباط من (+١ او -١) كلما كان الارتباط قوياً ، كلما اقترب من الصفر كلما كان الارتباط ضعيفاً حيث ان العلاقة بين المتغيرين علاقة طردية قوية كما في الجدول(٦)

جدول رقم (٦) قوه واتجاه العلاقة بين التوجه الايجابي وتحسين الذات

| المتغير | عدد افراد العينة | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معاملات الارتباط المحسوبة | معاملات الارتباط الجدولية | الدلالة (*) | اتجاه العلاقة |
|-----------------|------------------|---------------|-------------------|---------------------------|---------------------------|-------------|---------------|
| التوجه الإيجابي | ٥٠٠ | 108.1360 | 10.35238 | ٠.٧٦٣ | ٠٠٠٨٨ | | طردي قوي |
| تحسين الذات | ٥٠٠ | 93.8660 | 9.14458 | | | | |

التوصيات :

- يوصي الباحث اعتماداً على ما توصل اليه البحث من نتائج بما يلي :
- اهمية رصد وتعزيز توجهات الايجابية للطلبة مما يؤدي الى بث روح التعاون والتعاطف فيما بينهم .
- تنمية دافع تحسين الذات واطاحة الفرص الملائمة لطلبة والتي تشجعهم على تبادل العلاقات الاجتماعية بينهم والاعتماد على خبراتهم في مواجهة المشكلات التي قد تواجههم.

- ان تقوم المؤسسات الإعلامية بنشر معلومات ثقافية حول متغير تحسين الذات، ليستفيد من ذلك أكبر قدر من شرائح المجتمع في مختلف المهن .
- توجيه المرشدين التربويين بتفعيل الجانب الايجابية وتنمية الشعور الايجابي في نفوس الطلبة وذلك من خلال اقامة الفعاليات مثل الندوات والمهرجانات التي تعزز من الايجابية.

المقترحات :

- استكمالاً للبحث الحالي ،فأن الباحث يقترح مايلي:
- اجراء دراسة التوجه الايجابي وعلاقته بالمتغيرات أخرى مثل (الوعي النفسي ، اليقظة الاخلاقية، المهارات الاجتماعية)
- اجراء دراسة مماثلة للبحث على عينات اخرى مثل المرشدين التربويين ،طلبة الجامعة وغيرها.

المصادر:

- ___ ابو حلاوة ،محمد السعيد (٢٠٢٠):التوجه الايجابي في الحياة ،منظور فلسفي - نفسي.المؤتمر الدولي الاول لقسم علم النفس "قضايا منهجية وبحثية معاصرة في علم النفس ،كلية التربية ،جامعة المنوفية.
- ___ "قضايا منهجية وبحثية معاصرة في علم النفس ،كلية التربية ،جامعة المنوفية.
- ___ العمري،عائشة بلهيش والباسل،رباب محمد عبدالحميد(٢٠١٩):برنامج مقترح لتوظيف التعلم المنتشر في التدريس وتأثيره على تنمية نواتج التعلم وخفض التجول العقلي لدى طالبات كلية التربية جامعة طيبة،الجمعية العربية لتكنولوجيا التربية،العدد(٣٨).
- ___ الطائي، بيداء صالح (٢٠٢٢):التوجه الايجابي وعلاقته بالتفوق المدرك والرغبة في التعلم لدى طلبة الجامعة، جامعة بغداد، كلية التربية، اطروحة دكتوراه.

الساعدي ، كاظم شنون كاظم (٢٠١٠) . تصنيف الذات وعلاقته بالتوجه نحو الهيمنة الاجتماعية لدى طلبة الكلية ، جامعة بغداد ، كلية الآداب ، قسم علم النفس (رسالة ماجستير غير منشورة) .
شلتز ، داون (١٩٨٣) . نظريات الشخصية ، ترجمة حمد الكربولي وعبد الرحمن القيسي ، بغداد : مطبعة التعليم العالي

Bandura, A. (1977) Self Efficacy Toward a Unifying Theory of Behavioral Change, Journal of Psychological Review, Vol.84, No.2.

Bandura A. Res & Adm N. (1987) Ineroanalysis of action and fear a rousal as a function of differential levels of perceived self- efficacy, Journal of personality and social psychology.

Chaplin , J . P . (1969) Systems & Theories of psychology , New York, John Wiley

lifford D. M. (1981) Practicing educational psychology, New York, Houghton Mifflin company

McElroy K. (2002) Factor Associated with high self – efficacy among. California public child, welfare wor.kers, California staf university.

Myers , D . G . (1986) Social Psychology , New York , Worth Publisher .

Taylor, M. & Popma, J.(1990) An examination of the relationships among career decision-making self-improvement , career sqlience, Locus of control and vocational indecision. Journal of Vocational Behavior. (37), PP. (17-31).

- Wills, R . S . (1974) **Personality Variables which Discriminate between group differing in level of self – improvement** . Journal of Counseling Psychology , Vol .21 No. 3 , pp.222-227.
- Bozoglan, B., Demirer, V., & Sahin, I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: a cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian, Journal of Psychology*, 54(4),p.p.
- Cantor, N. (2003). Constructive cognition, personal goals and the social embedding of personality. In L.G. Aspinwall & U.M. Staudinger (Eds.), *A Psychology of Human Strengths. Fundamental Questions and Future Directions for a Positive Psychology* (pp. 49-60).
- Caprara, Alessandri, G., & Barbaranelli, C. (2010). Optimal functioning: Contribution of self-efficacy beliefs to positive orientation. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 79, 328–330.
- Jankowski1, Tomasz .(2017). Positive Orientation—a Common Base for Hedonistic and Eudemonistic Happiness, *Applied Research Quality Life* (2018) 13:105–117 .
- Lukasz& Tomasz .(2016). Incremental validity of positive orientation: predictive efficiency beyond the five-factor model. *Health psychology report*, “original article v. (),1 -7.
- Ouweneel, E., Le Blanc, P. M., Schaufeli, W. B., & van Wijhe, C. I. (2012). Good morning, good day: A diary study on positive emotions, hope, and work engagement. *Human Relations*, 65(9), 1129–1154.