

**الاسهام النسبي للتفكير الايجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات في التنبؤ
بالتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا**
أ.د. احسان عليوي ناصر أ.د. حنان جمعة عبد الله
الجامعة المستنصرية – كلية التربية الاساسية

مستخلص البحث

هدف البحث الحالي التعرف الى:

- 1- مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الدراسات العليا.
- 2- مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.
- 3- مستوى تقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا.
- 4- مدى اسهام المتغيرات المستقلة (التفكير الايجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات متغيرات متنبئة بالتحصيل الأكاديمي)

ولتحقيق اهداف البحث تم اختيار المنهج الوصفي الارتباطي، وقد تم تحديد مجتمع البحث من طلبة الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) في جامعة بغداد-كلية التربية للعلوم الصرفة-ابن الهيثم للعام الدراسي (2024-2025). وقد تم اختيار عينة عشوائية بسيطة بلغ عددها (100) طالب وطالبة. تم اعتماد ثلاث مقاييس وهي (مقياس التفكير الايجابي ومقياس الصلابة النفسية ومقياس تقدير الذات) اما التحصيل الأكاديمي فقد تم الاعتماد على المعدل التراكمي للطلبة للعام الدراسي (2024-2025). وقد تحقق الباحث من توافر الخصائص السيكمترية للمقاييس الثلاث من خلال استخراج الصدق والثبات. وقد استخدم التحليل الاحصائي تحليل الانحدار المتعدد للتعرف على مدى الاسهامات. وقد توصل البحث الحالي الى ان المتغيرات المستقلة (التفكير الايجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات) قد ساهمت ونسب متفاوتة في المتغير التابع (التحصيل الدراسي) وتم وضع معادلة التنبؤ لكل من المتغيرات المستقلة على المتغير التابع.

مشكلة البحث:

تسم مرحلة الدراسات العليا بأهمية خاصة في مسيرة الطالب الأكاديمي، حيث تمثل مستوى متقدماً من التعلم يتطلب مهارات معرفية ونفسية متطورة، إضافة إلى القدرة على مواجهة التحديات الأكاديمية والبحثية المتعددة. ومن هنا تنبع مشكلة البحث، إذ يواجه العديد من طلبة الدراسات العليا ضغوطاً متزايدة تتمثل في كثافة المتطلبات الأكاديمية، وضيق الوقت، وتحديات البحث العلمي، الأمر الذي قد يؤثر على تحصيلهم الأكاديمي بشكل مباشر أو غير مباشر. لذلك، يصبح من الضروري التعرف على العوامل النفسية والشخصية التي قد تساهم في تعزيز الأداء والتحصيل الأكاديمي، ومن أبرز هذه العوامل: التفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، وتقدير الذات. يشير التفكير الإيجابي إلى الاتجاه نحو مواجهة المواقف الصعبة والتحديات بموقف متفائل، وإيجاد حلول مناسبة بدلاً من التركيز على الجوانب السلبية، بينما تعكس الصلابة النفسية قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والصعوبات الأكاديمية بمرونة وثبات، دون أن تتأثر دافعيته أو تركيزه. أما تقدير الذات فيمثل مدى

شعور الطالب بالكفاءة والجدارة والقدرة على مواجهة المهام الأكاديمية بثقة، وهو عامل مهم في تحقيق الإنجازات التعليمية. على الرغم من الأهمية النظرية والعملية لهذه المتغيرات، إلا أن الدراسات السابقة لم تركز بما يكفي على تحديد الإسهام النسبي لكل من التفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، وتقدير الذات في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا، خصوصاً في السياق المحلي أو العربي. وبناءً على ذلك، تأتي طبيعة المشكلة في الحاجة إلى فهم العلاقة بين هذه المتغيرات النفسية والشخصية وأدائها الأكاديمي، من أجل تقديم توصيات علمية تساعد في تحسين البرامج الإرشادية والتدريبية التي تعزز مهارات الطلبة وتدعم تحصيلهم الأكاديمي. تعتبر الفجوة العلمية المساحة المعرفية أو النقص في الدراسات السابقة التي لم تقترب من موضوع محدد أو لم تقدم إجابات كافية حول علاقة متغيرات معينة ببعضها، أو لم تتناولها من منظور محدد أو في سياق معين. وهي تُعد السبب الرئيسي الذي يبرر إجراء البحث، حيث يحدد الباحث فيها ما لم تُجب عنه الدراسات السابقة، وبالتالي يوضح قيمة البحث وأهمية النتائج المتوقعة. وفي ضوء مشكلة البحث التي تناولت “الإسهام النسبي للتفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، وتقدير الذات في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا”، تكمن الفجوة العلمية في النقاط التالية:

- 1- معظم الدراسات السابقة تناولت متغيرات مثل التفكير الإيجابي أو تقدير الذات أو الصلابة النفسية بشكل منفصل، دون دراسة الإسهام النسبي لكل منها في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي بشكل متكامل.
 - 2- قلة الدراسات التي ركزت على طلبة الدراسات العليا، حيث يختلف السياق الأكاديمي عن المرحلتين الجامعية أو المدرسية، نظراً لطبيعة التحديات والمسؤوليات الأكاديمية الأكبر.
 - 3- هناك نقص في الدراسات التي تربط بين السمات النفسية والإيجابية الشخصية (تفكير إيجابي، صلابة نفسية، تقدير الذات) وبين الأداء والتحصيل الأكاديمي في البيئة العربية أو المحلية، ما يضعف القدرة على تعميم النتائج.
 - 4- لم يتم دراسة الإسهام النسبي لكل متغير على حدة في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي، أي تحديد أي المتغيرات أكثر تأثيراً، وهو ما يمثل فجوة مهمة تسعى هذه الدراسة لسدها. وبالتالي علاقة الفجوة العلمية بمشكلة البحث تكمن في كون البحث الحالي يحاول معالجة هذا النقص من خلال دراسة متكاملة للمتغيرات الثلاثة وتأثيرها النسبي على تحصيل طلبة الدراسات العليا، ما يساهم في إثراء المعرفة العلمية وتقديم توصيات عملية لدعم الأداء الأكاديمي. تعد السمات الإيجابية مثل التفكير الإيجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات عوامل نفسية يُحتمل أن تعزز القدرة على التكيف مع متطلبات الدراسة وتنعكس على التحصيل الأكاديمي. إلا أن درجة إسهام كل متغير منها في تفسير التباين في التحصيل لدى طلبة الدراسات العليا ما تزال بحاجة إلى فحص دقيق في الدراسات المحلية.
- السؤال البحثي: ما إسهامات كل من التفكير الإيجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات للتنبؤ بالتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا؟

اهمية البحث:

تمثل أهمية البحث على المستويين النظري والتطبيقي، نظراً لدور هذه المتغيرات النفسية والشخصية في دعم الأداء الأكاديمي وتحقيق الإنجازات العلمية. فالمرحلة الدراسية في الدراسات العليا تتميز بطبيعة فريدة من التحديات الأكاديمية، تشمل الضغوط الناتجة عن البحث العلمي، ومتطلبات إعداد الرسائل العلمية، والوقت المحدود، بالإضافة إلى المسؤوليات الشخصية والمهنية التي قد يتحملها الطلاب، مما يجعل دراسة العوامل النفسية المؤثرة على التحصيل الأكاديمي ضرورة ملحة. من الناحية النظرية، يساهم هذا البحث في سد فجوة معرفية واضحة، إذ أن الدراسات السابقة لم تركز بشكل متكامل على الإسهام النسبي للتفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، وتقدير الذات معاً في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي، خاصة في سياق طلبة الدراسات العليا. كما أنه يوفر إطاراً علمياً لفهم العلاقة بين السمات النفسية والإيجابية ومستوى الأداء الأكاديمي، بما يعزز المعرفة في مجالات علم النفس التربوي والإرشاد الأكاديمي، ويساعد في تطوير النماذج التفسيرية للسلوك الأكاديمي والنجاح العلمي. من الناحية التطبيقية، فإن نتائج البحث يمكن أن تكون أساساً لتصميم برامج تدريبية وإرشادية داخل الجامعات تهدف إلى تعزيز التفكير الإيجابي، وتطوير الصلابة النفسية، وزيادة تقدير الذات لدى الطلبة، بما يدعم التكيف مع الضغوط الأكاديمية وتحسين التحصيل العلمي. كما يمكن أن تساعد هذه النتائج الأساتذة الأكاديميين في توجيه الطلبة بشكل أفضل، وتوفير بيئة أكاديمية محفزة ومرنة تدعم النجاح المستدام.

يمكن تلخيص أهمية البحث في النقاط التالية:

- 1- سد فجوة علمية من خلال دراسة الإسهام النسبي للمتغيرات النفسية في التحصيل الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا.
- 2- تعزيز الفهم النظري للعلاقات بين التفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، وتقدير الذات ومستوى الأداء الأكاديمي.
- 3- تقديم توصيات عملية لتصميم برامج إرشادية وتدريبية داخل الجامعات لدعم الطلبة.
- 4- مساعدة التدريسيين في توجيه الطلبة نحو أداء أفضل والتكيف مع الضغوط الأكاديمية.
- 5- المساهمة في تطوير بيئة أكاديمية محفزة تعزز النجاح العلمي والنفسي للطلبة.

أهداف البحث:

1. مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الدراسات العليا.
2. مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.
3. مستوى تقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا.
4. معرفة دلالة الفروق الاحصائية في التفكير الإيجابي حسب متغيري الجنس (ذكور، اناث) ونوع الدراسة (ماجستير ، دكتوراه).
5. معرفة دلالة الفروق الاحصائية في الصلابة النفسية حسب متغيري الجنس (ذكور، اناث) ونوع الدراسة (ماجستير ، دكتوراه).

6. معرفة دلالة الفروق الاحصائية في تقدير الذات حسب متغيري الجنس (ذكور، اناث) ونوع الدراسة (ماجستير ، دكتوراه).

7. الاسهام النسبي للمتغيرات المستقلة (التفكير الايجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات) بالمتغير التابع (التحصيل الاكاديمي).

حدود البحث:

1-البشرية: طلبة دراسات العليا (الماجستير والدكتوراه).

2- زمانية: العام الدراسي 2024-2025.

3-مكانية: جامعة بغداد- كلية التربية للعلوم الصرفة-ابن الهيثم.

4-موضوعية: المتغيرات المستقلة الثلاثة (التفكير الايجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات) بوصفها متنبئات (بالتحصيل الأكاديمي).

مصطلحات البحث:

اولاً: التفكير الإيجابي:

• عرفه (Seligman, 2003): استعمال أو تركيز النتائج الإيجابية لعقل الفرد على ما هو بناء وجيد من أجل التخلص من الأفكار الهدامة أو السلبية ولتحل محلها الأفكار والمشاعر الإيجابية (Seligman&pawelski, 2003,p: 160).

• التعريف النظرية: تبنى الباحث تعريف (Seligman, 2003) للتفكير الايجابي.

• التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب لإجابته عن فقرات المقياس المعد في البحث الحالي.

ثانياً: الصلابة النفسية:

• عرفته (Kobasa,1979): مجموعة من السمات الشخصية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط والتحديات بطريقة ايجابية، وتقلل من التأثيرات السلبية لتلك الضغوط على الصحة النفسية والجسدية والتي تتمثل في مجموعة من الابعاد المتمثلة في كل من الالتزام والتحكم والتحدي والتي يمكن تدعيمها باعتقاد أو اتجاه عام لديه بكفاءته وقدرته على استغلال مصادره وامكاناته النفسية (الذاتية) والبيئية المتاحة كافة.

• التعريف النظرية: تبنى الباحث تعريف (Kobaza,1979) تعريفاً نظرياً للصلابة النفسية.

• التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب لإجابته عن فقرات المقياس المستخدم في البحث الحالي.

الدرجة الكلية على مقياس الصلابة (أبعاد: الالتزام-التحكم-التحدي).

ثالثاً: تقدير الذات:

• عرفه (Coopersmith,2002): الحكم على صلاحية الفرد من خلال اتجاه تقويمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية والاكاديمية والعائلية والشخصية. (Coopersmith,2002;35)

• التعريف النظرية: تبنى الباحث تعريف (Coopersmith,2002) تعريفاً نظرياً لتقدير الذات.

• التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب لإجابته عن فقرات المقياس المستخدم في البحث الحالي.

رابعاً: التحصيل الأكاديمي:

• هو حصيلة ما يكتسبه الطالب من معلومات ومهارات ومعارف نتيجة مروره بخبرة تعليمية منظمة ويقاس عادة بالاختبارات التحريرية والادائية.

خلفية نظرية:

أولاً: التفكير الإيجابي :

مفهوم التفكير الإيجابي للعالم سيلجمان الذي ركز على استبدال الأفكار السلبية بالأفكار الإيجابية، وأشار إلى أن التفاؤل والتشاؤم أسلوبان في التفكير لتفسير الأحداث، وطريقة تفسيرنا للوقائع تتوقف على الفكرة التي تكونها عن القيمة العامة التي نعطيها لأنفسنا وإمكاناتنا في الحياة، ويمكن أن نتعلم التفاؤل أو التشاؤم بناءً على خبراتنا ونمط تنشئتنا بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع، أو إهمال، وبما أن الأسلوب التفاؤلي أو التشاؤمي في تفكير المتعلم، فإنه يمكن إعادة تعلمه واستبداله من خلال أساليب تدريبية علاجية (الموسوي: 2016: 89).

نظرية سيلجمان وآخرون:

يرى سيلجمان وآخرون (Seligman et al., 1998) ان كلاً من التفاؤل والتشاؤم هما أسلوبان في التفكير، وفي تفسير الوقائع والأحداث، طريقة تفسيرنا للوقائع لا تقتصر على مجابهة حالة خاصة من نجاح أو فشل، بل هي تتوقف على الفكرة التي تكونها عن القيمة العامة التي تعطيها لأنفسنا وإمكاناتنا وفرصنا و لمكانتنا في الحياة . ويمكن أن نتعلم التفاؤل أو التشاؤم بناءً على خبراتنا ونمط تنشئتنا ، بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز ومكانة ، أو إحاطة وزجر وإهمال ، وخط من القدر، وحيث إن هذا الأسلوب التفاؤلي أو التشاؤمي في التفكير متعلم ، فإنه يمكن إعادة تعلمه ، واستبداله من خلال أساليب تدريبية علاجية (حجازي، 2012: 120).

وقد اشار سيلجمان (Seligman ، 1991) ان الافراد يملكون الحرية والمقدرة الكاملة في اختيار طريقة تفكيرهم، وان ذلك يؤدي إلى أن الفرد يكتشف جوانب القوة التي لديه ويستعمل اساليب وانشطة موجهة لإدارتها، والتي تجعله أكثر تحكماً بصورة إرادية في اتجاهات ومسارات تفكيره (العنزي، 2007: 8). يرى (Seligman، 2003) أن التفكير ينساق داخلياً من خلال أهداف الشخص، فالتفكير الإيجابي يعتمد على الثقة بأن كل شيء يحدث في الحياة يرجع إلى أفكارنا ومعتقداتنا العقلية ، إن التفكير الإيجابي يعتمد على علاقة الفرد بأيمانه الديني وعلاقته بنفسه وبالله وبالعالم (Seligman&pawelski، 2003;161)

وقد أشار (Seligman&pawelski 2003) إلى أبعاد التفكير الإيجابي التي تتضمن التوقعات الايجابية نحو المستقبل ، تلك التوقعات البناءة التي تهدف إلى تحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص الاجتماعية والمهنية في المستقبل / والمشاعر الإيجابية من حيث تمتع الشخص بالانفعالات التي تتمحور حول التعاطف والسعادة والطمأنينة في العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الآخرين /

ومفهوم الذات الإيجابي، نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات وقدرات متنوعة / والرضا عن الحياة أي تقييم الفرد النوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه والتي من خلالها يقارن الفرد ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقده والمرونة الإيجابية ، قدرة الفرد الذهنية الإيجابية على تغيير أفكاره ومعتقداته بما يناسب الموقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادر على مواجهته (Seligman&pawelski، 2003;162)

ثانياً: الصلابة النفسية:

يعد مفهوم الصلابة النفسية أحد عوامل الشخصية المهمة والحيوية التي تمكن الفرد من استثمار مصادره الشخصية وخبراته الحياتية لتحسين أدائه والمحافظة على صحته النفسية والجسدية، فقد أشارت (Kobasa) إلى أنها نمط من خصائص الشخصية تعمل كمصدر مقاومة لمواجهة المواقف الضاغطة، وتشتمل على ثلاثة مكونات ترتبط على نحو متبادل هي الالتزام ويشير إلى نزعة أو ميل للانخراط في نشاطات الحياة والاهتمام الأصيل بها والفضول حول النشاطات والأشياء والأشخاص الآخرين التحكم ويعني اعتقاد الفرد أن بإمكانه التأثير في أحداث الحياة من خلال جهده الشخصي وليس اعتماداً على الحظ أو الصدفة، التحدي: ويعني اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر ضروري أكثر من كونه تهديداً له مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد على مواجهة الضغوط بفاعلية (Kardum,Hudek-Knezevic&Krapic,2012;488).

وفقاً "كوبازا" فإن الصلابة النفسية هي بنية متعددة الأبعاد تتكون من الالتزام، والتحكم والتحدي. وأكدت أن هذه المكونات ذات صلة ، وقادرة على مواجهة تحديات البيئة، وتحويل الأحداث الضاغطة في الحياة إلى فرص لنمو الشخصية، ونقص هذه الأبعاد يوصف بأنه إنهاك نفسي". هذه البنية تهدف إلى التخفيف من أثر الإجهاد من خلال تغيير النظرة إلى الأوضاع المجعدة، ونقل من التأثير السلبي لأحداث الحياة من خلال التأثير على كل من التقييم المعرفي والمواجهة الفعالة (Lambert,2003;181)

• **الالتزام Commitment:**

بأنه ميل الفرد للمشاركة في أنشطة الحياة بدلاً من الاغتراب، والأشخاص الملتزمون لديهم نوع من التقييم المعرفي الذي يمنحهم شعور عام بالهدف، ويتيح لهم إيجاد معنى في الناس، والأحداث، والأشياء في بيئتهم، وهؤلاء الأشخاص لا يتخلون بسهولة عن الاستثمارات التي حدثت في أنفسهم وفي بيئتهم (Kobasa et al,1982;169)

• **التحكم Control:**

هو الميل نحو الشعور بأن الفرد هو المؤثر في أحداث الحياة وهذا لا يعني التوقع الساذج لتحديد نتائج أحداث الحياة، بل يعني إدراك الذات على أنها ذو تأثير واضح من خلال ممارسة الخيال والمعرفة والمهارة والاختيار، والتحكم يعزز إدراك مقاومة الضغوط من خلال زيادة توقع أن تكون

الأحداث ذو خبرة وأنها نتيجة طبيعية لأفعال الفرد، وهي ليست خبرات غريبة أو غير متوقعة (Kobasa et al,1982;169).

• التحدي: Challenge:

هو الاعتقاد بأن التغيير بدلاً من الاستقرار هو أمراً طبيعياً في الحياة، وأن التغييرات حوافز مثيرة للاهتمام والنمو بدلاً من التهديد للأمن، والتحدي يخفف من ضغوط الحياة على الجانب الحسي أو الإدراكي من خلال تلوين الأحداث كمثيرات للنمو مثل تعزيز الانفتاح، والمرونة، والتقييم الفعال للأحداث المتناقضة (Kobasa et al,1982;170).

ثالثاً: تقدير الذات:

يعد تقدير الذات من أهم متغيرات الشخصية التي تمثل وقاية في مواجهة الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد. فهذا المتغير يؤثر بشكل مباشر في سلوك الفرد طوال حياته، فقد أشار كوبر سميث (Coopersmith,2002;54). إلى أن تقدير الذات يؤثر في تقدير الفرد للضغوط وقدرته على تحملها ومواجهتها.

يعتبر مفهوم الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الفرد، ويعد أحد أهم أبعاد الشخصية، فلا يمكن أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الإنساني بشكل عام، دون أن تشمل مفهوم الذات. ومن هنا برز الاهتمام بمفهوم تقدير الذات الذي تناوله العديد من الباحثين بالدراسة، حيث اعتبر "كولي" أن صورة الفرد عن ذاته تمثل محصلة انعكاسات تقييم الآخرين له (شعيب، 1988:135). ويرى كوبر سميث بأن تقدير الذات بأنه الحكم على صلاحية الفرد من خلال اتجاه تقويمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية والأكاديمية والعائلية والشخصية.

نظرية كوبر سميث:

يرى كوبر سميث أن تقدير الذات ظاهرة معقدة تتضمن كل من تقييم الذات ورد الفعل أو الاستجابات الدفاعية. فتقدير الذات عند سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته وصفاته. والتعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تنصح عن تقدير الفرد لذاته، والتي يمكن ملاحظتها ملاحظة خارجية (إلياس، 2017: 222).

ويتضمن تقدير الذات حسب لـ "كوبر" سميث كل من عمليات تقييم الذات، كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات اتجاهات تقييمية نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تنسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عنده هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن ذاته إلى قسمين: التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته وصفه لها.

التعبير السلوكي: يشير إلى الأساليب السلوكية التي يفصح عن تقدير الفرد لذاته والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية، ويميز "كوبر" سميث بين نوعين من تقدير الذات وهما: تقدير الذات الحقيقي: ويكون ذو قيمة عدد الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوي قيمة.

تقدير الذات الدفاعي: يوجد عند الذين يشعرون أنهم لا قيمة لهم و لكنهم لا يستطيعون الاعتراف، يمثل هذا الشعور و التعامل على أساس مع أنفسهم و مع الآخرين. وقد ركز على الخصائص العملية التي تصبح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة الاجتماعية ذات علاقة بعملية تقييم الذات، وقد افترض في سبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات و هي: النجاحات، القيم، الطموحات، و الدفاعات. (صالح محمد ابو جادو، 1998)

الفصل الثالث: منهجية واجراءات البحث

أولاً: منهجية البحث:

لتحقيق اهداف البحث تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي ارتباطي من خلال استخدام تحليل الانحدار، وذلك لكونه من المناهج الملائمة لطبيعة البحث، إذ يساعد على دراسة العلاقات بين المتغيرات المستقلة والتابعة، والكشف عن قوة هذه العلاقات واتجاهها. كما يتيح إمكانية تحديد إسهام كل متغير مستقل في التنبؤ بالمتغير التابع، والتعرف على المتغيرات الأكثر تأثيراً، الأمر الذي يوفر تفسيراً علمياً وكمياً دقيقاً للظاهرة قيد الدراسة، ويعزز من موضوعية النتائج وصحتها.

ثانياً: مجتمع البحث:

تكون مجتمع طلبة الدراسات العليا (الماجستير والدكتوراه) في كلية التربية للعلوم الصرفة-ابن الهيثم، والبالغ عددهم (100) طالب وطالبة للعام الدراسي (2023- 2024) و (2024-2025)، ، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1) مجتمع البحث حسب الجنس ونوع الدراسة

المجموع	الجنس		نوع الدراسة
	الاناث	الذكور	
70	40	30	الماجستير
30	20	10	الدكتوراه
100	60	40	المجموع

ثالثاً: عينة البحث: تم اختيار جميع افراد المجتمع من طلبة الدراسات العليا الماجستير والدكتوراه وبنسبة (100%) من مجتمع البحث.

رابعاً: اداة البحث:

لغرض تحقيق اهداف البحث وبعد مراجعة الاطار النظري والدراسات السابقة اعتمد الباحث على المقاييس الاتية لاستخدامها في البحث الحالي:

1- مقياس التفكير الایجابي:

❖ **اعداد الفقرات:** بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة التي تناولت التفكير الایجابي، قام الباحث بإعداد مقياس للتفكير الایجابي واستناداً الى نظرية سليجمان (Seligman et al,1998) المعتمدة في البحث الحالي ، فقد تكون المقياس بصيغته الاولى من (40) فقرة وحسب المجالات كما في الجدول (2).

جدول (2) مقياس التفكير الایجابي بمجالاته وعدد فقراته

عدد الفقرات	المجالات
10	التوقعات الایجابية نحو المستقبل
10	المشاعر الایجابية
10	مفهوم الذات الایجابي
10	الرضا عن الحياة
40	المجموع

❖ **تصحيح المقياس:** يتكون المقياس من (40) فقرة، وقد وضعت امام كل فقرة خمسة بدائل متدرجة وهي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً)، وقد الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي ، وقد صيغت الفقرات بالاتجاه الایجابي للسمة.

❖ **صدق المقياس:** من أجل التحقق من الصدق الظاهري للمقياس عرضت فقرات المقياس بصيغته الاولى على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس التربوي والقياس والتقويم، لمعرفة آراءهم وملاحظاتهم بشأن مدى صحة فقرات المقياس في قياس ما وضع لأجله، ومدى دقة صياغتها العلمية واللغوية ، وتم اجراء التعديلات المقترحة على وفق آراء المحكمين وملاحظاتهم، واعتمد النسبة المئوية 80% فاكثر كمحك لقبول الفقرة من عدمها، وقد حصلت جميع فقرات المقياس على نسبة اتفاق اكبر من 80%، وبذلك تحقق الصدق الظاهري للمقياس.

❖ **التطبيق الاستطلاعي الأول:** لغرض التعرف على مدى وضوح التعليمات وفقرات المقياس من حيث الصياغة والمعنى لفقرات المقياس وبدائله ، والتعرف على الصعوبات التي تواجههم في الإجابة وكذلك الوقت المستغرق للإجابة ، لذا قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة عشوائية بسيطة من (20) طالب والطلبة من طلبة الدراسات العليا، بواقع (10) ذكور و(10) اناث، وتم استخراج المتوسط الحسابي للزمن المستغرق للجابة، إذ بلغ (30) دقيقة.

❖ **التطبيق الاستطلاعي الثاني:** لغرض اجراء التحليل الاحصائي لفقرات المقياس فقد تم تطبيقه على عينة البحث والتي تبلغ (100) طالب وطالبة، وبعد تطبيق المقياس تطلب اجراء الاتي:

- 1- تصحيح استمارات عينة التحليل الاحصائي والتي تبلغ (100) ستارة.
- 2- ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها افراد عينة التحليل الاحصائي ترتيباً تنازلياً من اعلى درجة الى ادنى درجة في المقياس.
- 3- اختيار نسبة (27%) من الاستمارات التي حصلت على اعلى الدرجات، ونسبة (27%) التي حصلت على ادنى الدرجات، وبذلك اصبح عدد الاستمارات التي سوف تخضع للتحليل الاحصائي (54) استمارة، تمثل (27) استمارة منها للفئة العليا ، و(27) استمارة للفئة الدنيا. وحلت الاجابات احصائياً وحلت الاجابات احصائياً وحسبت القوة التمييزية لكل فقرة ومعامل صدقها وثباتها وكما يأتي:

أ- القوة التمييزية لفقرات المقياس:

تم تحليل كل فقرة من فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين، وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز الفقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية التي تساوي (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (52)، وتبين ان القيم التائية المحسوبة لجميع الفقرات اكبر من القيمة التائية الجدولية وهي دالة احصائياً اي مميزة، والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) القوة التمييزية لفقرات المقياس

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة عند 0.05
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	3.45	1.03	2.92	1.001	3.80	دالة
2	4.43	0.80	3.52	1.17	6.61	دالة
3	3.31	1.13	2.82	1.11	3.73	دالة
4	4.57	0.89	3.71	1.20	5.94	دالة
5	2.83	1.51	1.73	1.31	5.32	دالة
6	4.74	0.55	3.47	1.15	10.28	دالة
7	4.009	1.06	2.96	1.22	6.68	دالة
8	4.13	1.15	2.50	1.29	9.81	دالة
9	4.60	0.68	3.87	1.18	5.49	دالة
10	3.74	1.41	3.01	1.56	3.56	دالة
11	3.72	1.15	2.94	1.35	4.53	دالة
12	4.23	0.94	3.01	1.19	8.26	دالة
13	4.00	0.98	2.77	1.24	8.01	دالة
14	2.93	1.60	1.84	1.29	5.49	دالة

دالة	6.14	1.01	3.18	0.81	3.95	15
دالة	8.22	1.39	3.51	0.70	4.75	16
دالة	11.35	1.14	3.21	0.59	4.62	17
دالة	8.20	1.28	3.32	0.82	4.52	18
دالة	7.09	1.31	3.42	0.77	4.47	19
دالة	4.29	1.32	2.99	1.36	3.77	20
دالة	5.92	1.19	3.71	0.84	4.54	21
دالة	6.54	1.04	3.76	0.78	4.59	22
دالة	2.41	1.33	2.39	1.32	2.77	23
دالة	7.11	1.33	3.34	0.89	4.44	24
دالة	8.77	1.23	2.95	1.07	4.01	25
دالة	8.20	1.20	3.41	0.76	4.54	26
دالة	4.77	1.28	3.76	0.97	4.50	27
دالة	9.86	1.21	3.22	0.70	4.55	28
دالة	2.48	1.31	2.41	1.31	2.86	29
دالة	7.09	1.21	3.11	0.98	4.17	30
دالة	5.46	1.23	3.75	0.95	4.57	31
دالة	5.581	1.0970	3.0463	1.1219	3.8889	32
دالة	8.265	1.2540	2.7500	0.9857	4.0185	33
دالة	7.167	1.2112	3.4815	0.8911	4.5185	34
دالة	10.431	1.1328	3.3148	0.6761	4.6389	35
دالة	10.003	1.1051	3.2222	0.8354	4.5556	36
دالة	6.497	0.9799	2.7407	1.1107	3.6667	37
دالة	5.956	1.3518	3.2037	1.0515	4.1852	38
دالة	9.030	1.0945	3.1296	0.8664	4.3426	39
دالة	3.574	1.0754	2.2407	1.5145	2.8796	40

ب- صدق البناء: صدق الاتساق الداخلي (Construct Validity)

لغرض التحقق من صدق البناء من خلال:

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

للتحقق من هذا الاجراء تم تحليل درجات عينة التحليل الاحصائي والتي تبلغ (100) طالباً وطالبة، وتم تحليل فقرات المقياس باستعمال معامل "إرتباط بيرسون"، لاستخراج معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية ، ونتيجة لهذا الاجراء تبين ان جميع الفقرات

دالة عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (98)، إذ كانت معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيمة معامل ارتباط القيمة الجدولية البالغ (0.098). والجدول (4) يوضح ذلك

جدول (4) قيم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	الدالة عند 0.05	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	الدالة عند 0.05
1	0.439	دالة	21	0.491	دالة
2	0.407	دالة	22	0.524	دالة
3	0.399	دالة	23	0.345	دالة
4	0.359	دالة	24	0.346	دالة
5	0.510	دالة	25	0.479	دالة
6	0.499	دالة	26	0.539	دالة
7	0.310	دالة	27	0.495	دالة
8	0.453	دالة	28	0.437	دالة
9	0.378	دالة	29	0.213	دالة
10	0.407	دالة	30	0.407	دالة
11	0.372	دالة	31	0.372	دالة
12	0.478	دالة	32	0.478	دالة
13	0.366	دالة	33	0.366	دالة
14	0.426	دالة	34	0.426	دالة
15	0.472	دالة	35	0.339	دالة
16	0.421	دالة	36	0.432	دالة
17	0.418	دالة	37	0.612	دالة
18	0.322	دالة	38	0.356	دالة
19	0.380	دالة	39	0.423	دالة
20	0.329	دالة	40	0.500	دالة

-علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه:

للتحقق من هذا الاجراء تم تحليل فقرات المقياس الى التحليل الاحصائي وذلك باستعمال معامل "ارتباط بيرسون"، لاستخراج معامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه، وكانت جميع الفقرات دالة عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (98)، إذ كانت معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيمة معامل ارتباط القيمة الجدولية البالغ (0.098). والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) قيم معامل الارتباط بين درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه للمقياس

المجال	رقم الفقرة	قيم معاملات الارتباط	الدالة عند 0.05
التوقعات الايجابية نحو المستقبل	4	0.532	دالة
	5	0.642	دالة
	6	0.684	دالة
	7	0.572	دالة
	8	0.452	دالة
	9	0.735	دالة
	10	0.686	دالة
المشاعر الايجابية	11	0.640	دالة
	12	0.684	دالة
	13	0.572	دالة
	14	0.452	دالة
	15	0.735	دالة
	16	0.323	دالة
	17	0.660	دالة
	18	0.627	دالة
	19	0.700	دالة
	20	0.674	دالة
مفهوم الذات الايجابي	21	0.374	دالة
	22	0.543	دالة
	23	0.339	دالة

دالة	0.421	24	
دالة	0.376	25	
دالة	0.445	26	
دالة	0.398	27	
دالة	0.550	28	
دالة	0.511	29	
دالة	0.401	30	
دالة	0.410	31	
دالة	0.211	32	الرضا عن الحياة
دالة	0.380	33	
دالة	0.480	34	
دالة	0.610	35	
دالة	0.380	36	
دالة	0.400	37	
دالة	0.620	38	
دالة	0.634	39	
دالة	0.200	40	

-: علاقة الدرجة الكلية لكل مجال مع الدرجة الكلية (مصفوفة الارتباط الداخلية):
 للتحقق من هذا الاجراء تم تحليل فقرات المقياس الى التحليل الاحصائي وذلك باستعمال معامل "إرتباط بيرسون"، بين الدرجة الكلية لكل مجال ومع الدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميع الفقرات دالة عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (98)، إذ كانت معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيمة معامل إرتباط القيمة الجدولية البالغ (0.098). والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) معاملات الارتباط للمجالات مع الدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية	الرضا عن الحياة	مفهوم الذات الايجابي	المشاعر الايجابية	التوقعات الايجابية	المجالات
0.622	0.523	0.480	0.610	1	التوقعات الايجابية
0.536	0.468	0.366	1	0.610	المشاعر الايجابية
0.477	0.533	1	0.366	0.480	مفهوم الذات الايجابي
0.554	1	0.533	0.468	0.523	الرضا عن الحياة
1	0.554	0.477	0.536	0.622	الدرجة الكلية

ثبات المقياس:

لغرض التحقق من ثبات المقياس استخدمت طريقتين وهما:

1- **طريقة الاختبار وإعادة الاختبار:** وتسمى بطريقة الاتساق الخارجي أي درجة استقرار الأشخاص في اجابتهم عبر مدة زمنية مناسبة ، وتقضي طريقة اعادة الاختبار اجراء الاختبار على مجموعة معينة من الطلبة واستخراج نتائجها ، ثم اعادة الاختبار نفسه على المجموعة نفسها بعد مدة زمنية ، ثم نستخرج نتائجها في المرة الثانية ، وايجاد معامل الارتباط بين الاختبارين ، ويسمى معامل الارتباط بهذه الطريقة بمعامل الثبات ، كما يسمى ايضا بمعامل الاستقرار، والذي يفضل ان يكون اكثر من (0.70) أي ان نتائج الطلبة مستقرة خلال فترتي التطبيق (الدليمي، 2014: 206). وللتحقق من ثبات المقياس بهذه الطريقة تم توزيع المقياس على (50) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا سحبت بطريقة عشوائية من مجتمع البحث، وتم إعادة التطبيق على العينة نفسها بعد مرور اسبوعين، وتم حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين مرتي التطبيق، وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.864) وهو معامل ثبات جيد.

ب- طريقة الاتساق الداخلي: معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach-alpha):

تمثل معادلة الفا-كرونباخ لحساب ثبات المقاييس والاختبارات بطريقة الاتساق الداخلي، إذ تتمثل بالرجوع إلى عدد الفقرات ومجموع تبايناتها، وكذلك تباين المقياس ككل، تعد هذه الطريقة من أكثر الطرق شيوعاً إذ تمتاز بتناسقها وإمكانية الوثوق بنتائجها، أن الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته، (Cronbach, 2004; 391). ولغرض حساب ثبات المقياس بهذه الطريقة فقد تم تحليل درجات عينة التحليل الاحصائي والتي تبلغ (100) استمارة، وقد بلغ معامل ثبات المقياس (0.810)، وتعد هذه القيم للثبات جيدة. إذ يشير (McDonald, 2002) الى ان معامل ثبات الاختبار تعد جيدة اذا كانت قيمها 0.60 فأكثر (Linn & Gronlund, 2000)

مقياس التفكير الابداعي بصيغته النهائية:

بعد استخراج الخصائص الاحصائية والسيكومترية للمقياس فقد تكون المقياس بصيغته النهائية من (40) فقرة، وقد وضعت امام كل فقرة خمسة بدائل وهي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً) واعطيت الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي لل فقرات الايجابية وبالعكس لل فقرات السلبية، وبذلك فأعلى درجة للمقياس (200) درجة، وأقل درجة للمقياس (40) درجة، بمتوسط فرضي للمقياس (120) درجة.

2-مقياس الصلابة النفسية:

استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية الذي طوره كل من بنيشك وفيلدمان وشييون ومشيان ولوبيز (Benishek, Feldman, Shipon, Mecham & Lopez, 2005) يتكون المقياس من (40) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات وهي: الالتزام (12) فقرة، والتحكم (17) فقرة، والتحدي (11) فقرة، وتكون الاستجابة على هذه الفقرات وفقاً للأسلوب (ليكرت) ذي التدرج خماسي، بحيث يمثل الرقم (5) دائماً، ويمثل الرقم (1) ابداً.

صدق المقياس بصورته الاصلية: قام بنيشك وزملاؤه (Benishek et al., 2005) بالتحقق من صدق المقياس باستخدام أسلوب التحليل العاملي الاستكشافي، وذلك بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (350) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة، وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي عن وجود ثلاثة عوامل للمقياس فسرت ما نسبته (33%) من التباين الكلي المفسر، حيث فسر العامل الأول (19.3%) من التباين الكلي المفسر، وفسر العامل الثاني (7.9%) من التباين الكلي المفسر، وفسر العامل الثالث (5.8%) من التباين الكلي المفسر.

وقام بنيشك وزملاؤه (Benishek et al., 2005) بالتحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التلازمي، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين مقياس الصلابة النفسية ومقياس مفهوم الذات (0.68)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين مقياس الصلابة النفسية ومقياس العصابية (0.41)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين مقياس الصلابة النفسية ومقياس القلق (0.23)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين مقياس الصلابة النفسية ومقياس التسامح المعرفي للمخاطرة (0.41).

صدق المقياس في الدراسة الحالية: تم التحقق من صدق المقياس بصورته المعربة بعرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس التربوي والقياس والتقويم، لمعرفة آراءهم وملاحظاتهم بشأن مدى صحة فقرات المقياس في قياس ما وضع لأجله، ومدى دقة صياغتها العلمية واللغوية، واعتمد النسبة المئوية 80% فأكثر كمحك لقبول الفقرة من عدمها، وقد حصلت جميع فقرات المقياس على نسبة اتفاق اكبر من 80%، وبذلك تحقق الصدق الظاهري للمقياس.

ثبات المقياس بصورته الاصلية: قام بنيشك وآخرون (Benishek et al., 2005) بالتحقق من دلالات ثبات مقياس الصلابة النفسية بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط للمقياس ككل (0.86)، و (0.81، 0.88، 0.86) لمجالات المقياس (الالتزام، التحدي، التحكم) على التوالي، وكذلك قام بنيشك وآخرون (Benishek et al., 2005) بالتحقق من دلالات

المقياس باستخدام مؤشر الاتساق الداخلي باستخدام معادلة (الفا كرونباخ)، (0.90) للمقياس ككل، و (0.81، 0.88، 0.91) لمجالات المقياس (الالتزام، التحدي، التحكم) على التوالي.

ثبات المقياس في الدراسة الحالية: حسب معامل الثبات بطريقتين وهما:

1-طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: للتحقق من ثبات المقياس بهذه الطريقة تم تطبيق المقياس على (50) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا سحبت بطريقة عشوائية من مجتمع البحث، وتم إعادة التطبيق على العينة نفسها بعد مرور اسبوعين، وتم حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين مرتي التطبيق، وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.873) للمقياس وهو معامل ثبات جيد.

1- طريقة الاتساق الداخلي: معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach-alpha):

لغرض حساب ثبات المقياس بهذه الطريقة فقد تم تحليل درجات عينة التحليل الاحصائي والتي تبلغ (100) استمارة، وقد بلغ معامل ثبات المقياس (0.794) وهو معامل ثبات جيد.

مقياس الصلابة النفسية بصيغته النهائية:

بعد استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس فقد تكون المقياس بصيغته النهائية من (40) فقرة، وقد وضعت امام كل فقرة خمسة بدائل وهي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابدأ)، واعطيت الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي، وقد صيغت الفقرات بالاتجاه الايجابي للسمة. وبذلك فإن أعلى درجة للمقياس (200) درجة، وأقل درجة للمقياس (40) درجة، بمتوسط فرضي للمقياس (120) درجة.

3-مقياس تقدير الذات:

استخدم الباحث مقياس الباحث الامريكي "كوبر سميث" سنة (1967)، ولهذا المقياس اتجاه تقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية والاكاديمية، بالإضافة إلى العائلية والشخصية، يحتوي المقياس على (25) فقرة تتوزع على اربعة مجالات وهي:

-: الذات العامة (12) فقرة.

-: الذات الاجتماعية (4) فقرات.

-: المنزل والوالدين (6) فقرات.

-: الاكاديمية (3) فقرات.

تكون الاستجابة على هذه الفقرات وفقاً الأسلوب (ليكرت) ذي التدرج خماسي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابدأ)، وتعطى الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) للفقرات الايجابية، وبالعكس للفقرات السلبية، يحتوي المقياس على (8) فقرات ايجابية، و(17) فقرة سلبية.

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس التربوي والقياس والتقويم، لمعرفة آراءهم وملاحظاتهم بشأن مدى صحة فقرات المقياس في قياس ما وضع لأجله، ومدى دقة صياغتها العلمية واللغوية، واعتمد النسبة المئوية 80% فأكثر كمحك لقبول الفقرة من عدمها، وقد حصلت جميع فقرات المقياس على نسبة اتفاق اكبر من 80%، وبذلك تحقق الصدق الظاهري للمقياس.

ثبات المقياس : حسب معامل الثبات بطريقتين وهما:
أ- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: تم توزيع المقياس على (50) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا سحبت بطريقة عشوائية من مجتمع البحث، وتم إعادة التطبيق على العينة نفسها بعد مرور اسبوعين، وتم حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين مرتي التطبيق، وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.783) وهو معامل ثبات جيد.

ب- طريقة الاتساق الداخلي: معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach-alpha):
لغرض حساب ثبات المقياس بهذه الطريقة فقد تم تحليل درجات عينة التحليل الاحصائي والتي تبلغ (100) استمارة، وقد بلغ معامل ثبات المقياس (0.714) وتعد هذه القيم للثبات جيدة.
مقياس تقدير الذات بصيغته النهائية:

بعد استخراج الخصائص السيكمترية للمقياس فقد تكون المقياس بصيغته النهائية من (25) فقرة، وقد وضعت امام كل فقرة خمسة بدائل وهي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً)، واطليت الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) لل فقرات الايجابية، وبالعكس لل فقرات السلبية، وتتراوح الدرجة الكلية على مقياس الصلابة النفسية بين (125- 25)، بمتوسط فرضي (75) درجة.
الوسائل الاحصائية :

تم استعمال الوسائل الاحصائية الاتية لمعالجة بيانات البحث ، وتم ذلك من خلال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS+22).

1. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين متساويتين :لايجاد القوة التمييزية لفقرات المقياس.
2. معامل ارتباط بيرسون: لحساب ثبات المقياس، وايجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية ، ودرجة الفقرة بدرجة المجال ، ودرجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس .
3. معامل الفايكرونباخ Alpha cronbach Coefficient : لحساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي للمقياس.
4. الاختبار التائي لعينة واحدة one sample t-test : للتحقق من اهداف لبحث .
5. تحليل التباين الثلاثي ذي التفاعل: لمعرفة الفروق في اللقب العلمي والجنس والتخصص والتفاعل لدرجات مقياس .

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

تحقق الباحث من اعتدالية توزيع البيانات على المقاييس البحث (التفكير الايجابي، الصلابة النفسية، تقدير الذات) لتحديد صلاحية استخدام أساليب الاحصاء البارمترية في التحقق من الاهداف، تم اعتماد اختبار "Kolmogorov-Smirnov" والذي يستخدم اذا كان حجم العينتين اكبر من (50) فرداً، فكانت النتائج كما في الجدول (7).

جدول (7) الاحصاءات الوصفية لدرجات افراد العينة على مقاييس البحث

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار Kolmogorov-Smirnov"	درجة الحرية	الدالة الاحصائية	مستوى الدالة المعتمد 0.05
التفكير الايجابي	135.250	9.232	0.290	100	0.084	غير دال
الصلابة النفسية	149.430	14.956	0.277	100	0.154	غير دال
تقدير الذات	82.080	7.008	0.191	100	0.241	غير دال

يتضح من خلال الجدول (7) ان درجات عينة البحث تتبع توزيعاً اعتدالياً حيث كانت قيمة اختبار "Kolmogorov-Smirnov" غير ذات دلالة احصائية وهي اكبر من مستوى الدالة المعتمد، لذا فإن الباحث اعتمد على الاساليب البارامترية في التحقق من اهداف البحث.

1- مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الدراسات العليا:
 للتحقق من الهدف الاول قام الباحث بمعالجة البيانات الإحصائية وتبين ان المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة قد بلغ (135.250) درجة، وبانحراف معياري قدره (9.232) درجة، في حين بلغ المتوسط الفرضي (120) درجة، فكانت النتائج كما في الجدول (8).

جدول (8) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس التفكير الايجابي

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدالة المعتمد 0.05
				الدالة الاحصائية	المحسوبة		
100	135.250	9.232	120	0.000	11.102	99	دال

يتضح من خلال الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة احصائية، حيث كانت القيمة التائية ذات دلالة عند مستوى (0.000) وهي اقل من مستوى الدالة المعتمد، وهذا يعني ان عينة البحث لديهم مستوى مقبول من التفكير الايجابي. ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الدراسات العليا يكونون في هذه المرحلة

تتطلب قدراً عالياً من الدافعية الذاتية والوعي بأهمية الإنجاز العلمي، حيث تسهم الرغبة في تطوير الذات وتحقيق الأهداف المستقبلية في تعزيز الاتجاهات الإيجابية نحو الدراسة والحياة. كما أن النضج المعرفي والانفعالي الذي تميز به الطلاب، والخبرة السابقة في تجاوز متطلبات المراحل الدراسية السابقة، ساعدهم على التعامل بمرونة أكبر مع التحديات والضغوط الأكاديمية. يضاف إلى ذلك ما توفره البيئة الأكاديمية من دعم وإشراف علمي وتعاون بين الزملاء، فضلاً عن الدعم الأسري والاجتماعي، مما ينعكس إيجاباً على مستوى التفكير الإيجابي لديهم ويجعل مستواه فوق الوسط.

2- مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا:

للتحقق من الهدف الثاني قام الباحث بمعالجة البيانات الإحصائية وتبين ان المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة قد بلغ (149.430) درجة وبانحراف معياري قدره (14.956) درجة، في حين بلغ المتوسط الفرضي (120) درجة، فكانت النتائج كما في الجدول (9).

جدول (9) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الصلابة النفسية

مستوى الدلالة المعتمد 0.05	درجة الحرية	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
		الدلالة الاحصائية	المحسوبة				
دال	99	0.000	16.335	120	14.956	149.430	100

يتضح من خلال الجدول (9) وجود فروق ذات دلالة احصائية، حيث كانت القيمة التائية ذات دلالة عند مستوى (0.000) وهي اقل من مستوى الدلالة المعتمد، وهذا يعني ان عينة البحث لديهم مستوى مقبول من الصلابة النفسية. ويمكن تفسير ذلك بأن هذه الفئة تمتلك درجة من النضج الشخصي والقدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية ومتطلبات البحث العلمي، نتيجة ما اكتسبه الطلبة من خبرات سابقة في المراحل الدراسية المختلفة. كما أن وضوح الأهداف المستقبلية لدى الطلبة، وسعيهم لتحقيق إنجاز أكاديمي ومهني، يعزز قدرتهم على مواجهة التحديات بثبات وإصرار. إضافة إلى ذلك، فإن ما توفره البيئة الجامعية من دعم أكاديمي واجتماعي، إلى جانب الدعم الأسري، يساهم في تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على ضبط الانفعالات والتعامل المرن مع المواقف الضاغطة، وهو ما يفسر ارتفاع مستوى الصلابة النفسية إلى ما فوق المتوسط.

3- مستوى تقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا:

للتحقق من الهدف الثالث قام الباحث بمعالجة البيانات الإحصائية وتبين ان المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة قد بلغ (82.080) درجة، وبانحراف معياري قدره (7.008) درجة، في حين بلغ المتوسط الفرضي (75) درجة، فكانت النتائج كما في الجدول (10).

جدول (10) نتائج الاختبار الثاني لعينة واحدة لمقياس تقدير الذات

مستوى الدلالة المعتمد 0.05	درجة الحرية	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
		الدلالة الاحصائية	المحسوبة				
دال	99	0.000	10.101	75	7.008	82.080	100

يتضح من خلال الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة احصائية، حيث كانت القيمة التائية ذات دلالة عند مستوى (0.000) وهي اقل من مستوى الدلالة المعتمد، وهذا يعني ان عينة البحث لديهم مستوى مقبول من تقدير الذات. ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الدراسات العليا جاء فوق الوسط أو بمستوى جيد، بأن هذه المرحلة الأكاديمية تتطلب قدراً عالياً من الثقة بالنفس والقدرة على الإنجاز، وهو ما يعكس وجود تقدير إيجابي للذات لدى الطلبة. كما أن وصولهم إلى هذه المرحلة يعد بحد ذاته إنجازاً أكاديمياً واجتماعياً يعزز شعورهم بالكفاءة والجدارة، ويزيد من احترامهم لذواتهم. إضافة إلى ذلك، فإن ما يتمتعون به من خبرات سابقة في تجاوز متطلبات المراحل التعليمية، والدعم الأسري والاجتماعي، والبيئة الجامعية المشجعة، كلها عوامل تسهم في رفع مستوى تقدير الذات، وتجعل الطلبة أكثر قدرة على مواجهة التحديات بثقة وإيجابية، الأمر الذي يفسر ارتفاعه إلى ما فوق المتوسط.

4- معرفة دلالة الفروق الاحصائية في التفكير الايجابي حسب متغيري الجنس (ذكور، اناث) ونوع الدراسة (ماجستير ، دكتوراه).

للتحقق من الهدف الرابع تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية حسب متغيري الجنس ونوع الدراسة في درجات مقياس التفكير الايجابي والجدول (11) يوضح ذلك.

جدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على وفق متغيري الجنس ونوع الدراسة

الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	العدد	نوع الدراسة	الجنس
10.142	137.633	30	الماجستير	الذكور
7.735	132.500	10	الدكتوراه	
9.765	136.350	40	المجموع	
8.078	133.625	40	الماجستير	الاناث
10.255	136.300	20	الدكتوراه	
8.867	134.516	60	المجموع	
9.171	135.342	70	الماجستير	المجموع
9.528	135.033	30	الدكتوراه	
9.232	135.250	100	المجموع	

وللتحقق من دلالة الفروق حسب متغيري (الجنس ونوع الدراسة)، تم استعمال تحليل التباين الثنائي ذي التفاعل (Two- Way Analysis of variance with interaction) وأظهرت النتائج كما في الجدول (12).

جدول (12) تحليل التباين الثنائي تبعاً للجنس ونوع الدراسة لدرجات مقياس التفكير الإيجابي

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	القيمة الفائية	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة المعتمد 0.05
الجنس	0.208	1	0.208	0.002	0.960	غير دال
نوع الدراسة	29.008	1	29.008	0.345	0.558	غير دال
الجنس × نوع الدراسة	292.656	1	292.656	3.484	0.065	غير دال
الخطأ	8065.042	96	84.011			
الكلية	8386.914	99				

يتبين من خلال الجدول (12) أن القيمة الفائية المحسوبة في الجنس (0.002)، وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.960) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمدة، وهذه النتيجة تشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية حسب الجنس (الذكور والاناث) في التفكير الإيجابي. كما يتبين من خلال الجدول أن القيمة الفائية المحسوبة في نوع الدراسة (0.345)، وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.558) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمدة، وهذه النتيجة تشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية حسب نوع الدراسة (الماجستير والدكتوراه) في التفكير الإيجابي. وأشارت النتائج الى عدم وجود تفاعل بين متغيري الجنس ونوع الدراسة، اذ كانت القيمة الفائية المحسوبة (3.484) وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.065) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمد. ويمكن تفسير ذلك بعدم وجود فروق دالة إحصائية في التفكير الإيجابي لدى طلبة الدراسات العليا تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) أو نوع الدراسة (ماجستير، دكتوراه) بأن التفكير الإيجابي يمثل سمة عامة ترتبط بمتطلبات المرحلة الأكاديمية ذاتها أكثر مما ترتبط بالاختلافات الفردية بين الجنسين أو مستويات الدراسة. فالجميع في هذه المرحلة يواجهون ضغوطاً أكاديمية وتحديات بحثية مقاربة تستدعي قدراً من المرونة النفسية والتفاؤل لمواصلة المسيرة العلمية. كما أن الانخراط في بيئة جامعية متشابهة من حيث الإشراف الأكاديمي، وطبيعة المهام البحثية، والدوافع المستقبلية، يسهم في تقارب مستويات التفكير الإيجابي بين الطلبة بغض النظر عن الجنس أو نوع الدراسة، وهو ما يفسر عدم ظهور فروق ذات دلالة إحصائية.

5- معرفة دلالة الفروق الاحصائية في الصلابة النفسية حسب متغيري الجنس (ذكور، اناث) ونوع الدراسة (ماجستير ، دكتوراه).

للتحقق من الهدف الخامس تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية حسب متغيري الجنس ونوع الدراسة في درجات مقياس الصلابة النفسية والجدول (13) يوضح ذلك.
جدول (13) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على وفق متغيري الجنس ونوع الدراسة

الجنس	نوع الدراسة	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية
الذكور	الماجستير	30	155.566	22.289
	الدكتوراه	10	142.500	8.249
	المجموع	40	152.300	20.444
الاناث	الماجستير	40	145.900	7.791
	الدكتوراه	20	150.750	11.728
	المجموع	60	147.516	9.473
المجموع	الماجستير	70	150.042	16.319
	الدكتوراه	30	148.000	11.264
	المجموع	100	149.430	14.956

وللتحقق من دلالة الفروق حسب متغيري (الجنس ونوع الدراسة)، تم استعمال تحليل التباين الثنائي ذي التفاعل (Two- Way Analysis of variance with interaction) وأظهرت النتائج كما في الجدول (14).

جدول (14) تحليل التباين الثنائي تبعاً للجنس ونوع الدراسة لدرجات مقياس الصلابة النفسية

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	القيمة الفائية	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة المعتمد 0.05
الجنس	9.633	1	9.633	0.046	0.830	غير دال
نوع الدراسة	324.065	1	324.065	1.555	0.215	غير دال
الجنس × نوع الدراسة	540.833	1	540.833	2.595	0.814	غير دال
الخطأ	20001.217	96	208.346			
الكلية	2875.748	99				

يتبين من خلال الجدول (14) أن القيمة الفائية المحسوبة حسب الجنس (0.046)، وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.830) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمدة، وهذه النتيجة تشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية حسب الجنس (الذكور والاناث) في الصلابة النفسية.

كما يتبين من خلال الجدول أن القيمة الفائية المحسوبة حسب نوع الدراسة (1.555)، وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.215) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمدة، وهذه النتيجة تشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً حسب نوع الدراسة (الماجستير والدكتوراه) في الصلابة النفسية. وأشارت النتائج الى عدم وجود تفاعل بين متغيري الجنس ونوع الدراسة، إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة (2.595) وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.814) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمد. ويمكن تفسير ذلك مكن تفسير بعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) أو نوع الدراسة (ماجستير، دكتوراه) بأن الصلابة النفسية تُعد سمة شخصية تتأثر بدرجة أكبر بمتطلبات المرحلة الأكاديمية والضغوط المرتبطة بها أكثر من تأثرها بالفروق الفردية المتعلقة بالجنس أو مستوى الدرجة العلمية. فجميع طلبة الدراسات العليا يواجهون تحديات مقاربة تتمثل في متطلبات البحث العلمي، وضغوط الإنجاز، والالتزام الأكاديمي، الأمر الذي يستدعي قدراً مشتركاً من الصبر والمثابرة والقدرة على التكيف. كما أن طبيعة البيئة الجامعية بما تتيحه من دعم علمي وأكاديمي وظروف متشابهة للدراسة تسهم في تقارب مستويات الصلابة النفسية بينهم، مما يفسر عدم ظهور فروق جوهرية بين الذكور والإناث أو بين طلبة الماجستير والدكتوراه.

6- معرفة دلالة الفروق الاحصائية في تقدير الذات حسب متغيري الجنس (ذكور، اناث) ونوع الدراسة (ماجستير ، دكتوراه).

للتحقق من الهدف السادس تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية حسب متغيري الجنس ونوع الدراسة في درجات مقياس تقدير الذات والجدول (15) يوضح ذلك.

جدول (15) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على وفق متغيري الجنس ونوع الدراسة

الجنس	نوع الدراسة	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية
الذكور	الماجستير	30	81.266	5.895
	الدكتوراه	10	87.300	9.707
	المجموع	40	82.775	7.388
الاناث	الماجستير	40	83.900	6.875
	الدكتوراه	20	77.050	3.501
	المجموع	60	81.616	6.767
المجموع	الماجستير	70	82.771	6.561
	الدكتوراه	30	80.466	7.837
	المجموع	100	82.080	7.008

وللتحقق من دلالة الفروق حسب متغيري (الجنس ونوع الدراسة)، تم استعمال تحليل التباين الثنائي ذي التفاعل (Two- Way Analysis of variance with interaction) وأظهرت النتائج كما في الجدول (16).

جدول (16) تحليل التباين الثنائي تبعاً للجنس ونوع الدراسة لدرجات مقياس تقدير الذات

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	القيمة الفاتية	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة المعتمد 0.05
الجنس	78.465	1	78.465	1.915	0.211	غير دال
نوع الدراسة	3.201	1	3.201	0.078	0.780	غير دال
الجنس × نوع الدراسة	96.705	1	96.705	2.360	0.078	غير دال
الخطأ	3932.517	96	40.964			
الكلية	4110.888	99				

يتبين من خلال الجدول (16) أن القيمة الفاتية المحسوبة حسب الجنس (1.915)، وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.211) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمدة، وهذه النتيجة تشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً حسب الجنس (الذكور والاناث) في تقدير الذات.

كما يتبين من خلال الجدول أن القيمة الفاتية المحسوبة حسب نوع الدراسة (0.078)، وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.780)، وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمدة، وهذه النتيجة تشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً حسب نوع الدراسة (الماجستير والدكتوراه) في تقدير الذات. وأشارت النتائج الى عدم وجود تفاعل بين متغيري الجنس ونوع الدراسة، اذ كانت القيمة الفاتية المحسوبة (2.360) وهي غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.814)، وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمد. ويمكن تفسير ذلك تفسير بعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) أو نوع الدراسة (ماجستير، دكتوراه) بأن تقدير الذات يرتبط بالخصائص المشتركة لهذه المرحلة الأكاديمية أكثر من ارتباطه بالاختلافات الفردية. فجميع الطلبة في هذه المرحلة يمتلكون مستوى معيناً من الكفاءة والإنجاز مكّنهم من الالتحاق بالدراسات العليا، الأمر الذي يعزز لديهم شعوراً إيجابياً بالقدرة والجدارة بغض النظر عن الجنس أو مستوى الدرجة العلمية. كما أن طبيعة البيئة الجامعية وما توفره من خبرات متشابهة، ومتطلبات أكاديمية متقاربة، ودعم اجتماعي وأكاديمي، تسهم في توحيد مستوى تقدير الذات بين الطلبة. لذا، فإن عدم ظهور فروق يعكس أن تقدير الذات يُعد سمة عامة تسود بين طلبة الدراسات العليا بمختلف فئاتهم.

7- الاسهام النسبي للمتغيرات المستقلة (التفكير الايجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات) بالمتغير التابع (التحصيل الاكاديمي).
للتحقق من الهدف السابع تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات المستقلة والتابعة، والجدول (17) يوضح ذلك.

جدول (17) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

المتغيرات	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	العدد
التفكير الايجابي	135.250	9.232	100
الصلابة النفسية	149.430	14.956	100
تقدير الذات	82.080	7.008	100
التحصيل الاكاديمي	76.790	4.344	100

والجدول (18) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة والمتغير التابع.
جدول (18) مصفوفة معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة بعضها بعضاً وبين والمتغير التابع

المتغيرات	التفكير الايجابي	الصلابة النفسية	تقدير الذات	المعدل الاكاديمي
التفكير الايجابي	1	0.891	0.866	0.618
الصلابة النفسية	0.881	1	0.863	0.619
تقدير الذات	0.866	0.863	1	0.573
التحصيل الاكاديمي	0.618	0.891	0.573	1

يتضح من خلال الجدول (18) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المتغيرات المستقلة والمتغير التابع حيث كانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة اقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05). وللتأكد من عدم وجود التعددية الخطية بينهما قام الباحث بإيجاد قيم معامل تضخيم التباين (VIF) وقيم التحميل (Tolerance) لكل متغير من المتغيرات المستقلة والجدول (19) يوضح ذلك.

جدول (19) قيم معامل تضخيم التباين وقيم التحمل

المتغيرات	معامل تضخيم التباين	التحمل
التفكير الايجابي	7.47	0.64
الصلابة النفسية		
تقدير الذات		

يتضح من خلال الجدول (19) نجد ان قيمة معامل تضخيم التباين (7.47) وهي قيمة مقبولة لأنها اقل من (10)، كما بلغت قيمة التحمل (0.64) وهي قيمة اكبر من (0.1) مما يعني عدم وجود

ازدواج خطي بين المتغيرات المستقلة. والجدول (20) يوضح نتائج تحليل التباين الاحادي للانحدار المتعدد.

جدول (20) تحليل التباين الاحادي للانحدار المتعدد

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة المعتمد 0.05
الانحدار	1557.615	3	519	223.289	0.000	دال
الباقي	223.225	96	2.325			
الكلي	1780.840	99				

يتضح من خلال الجدول (20) أن القيمة الفائية المحسوبة حسب الجنس (223.289) وهي دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.000) وهي اكبر من مستوى الدلالة المعتمدة، وهذه النتيجة تشير إلى وجود علاقة بين المتغيرات المستقلة والمتغير التابع ونستطيع التنبؤ بالمتغير التابع من خلال المتغيرات المستقلة. ولمعرفة مدى اسهام كل متغير مستقل على المتغير التابع فكانت النتائج كما في الجدول (21).

جدول (21) اسهام المتغيرات المستقلة في المتغير التابع

المتغير التابع	B	Std. Error	Beta	T	Sig	المتغيرات المستقلة
الثابت	62.969	5.706		11.035	0.000	
التفكير الايجابي	0.117	0.054	0.594	2.168	0.033	التحصيل
الصلابة النفسية	0.139	0.068	0.744	2.057	0.042	الاكاديمي
تقدير الذات	0.268	0.122	0.414	2.201	0.030	

يتضح من خلال الجدول (21) ان المتغيرات المستقلة قد ساهمت جميعها في المتغير التابع حيث كانت قيمة الاختبار التائي دالة احصائياً وهي ذات دلالة اقل من الدلالة المعتمد (0.05) ، فقد بلغت قيمة معامل الانحدار للتفكير الايجابي (0.117)، وكان اسهام التفكير الايجابي (12%) من التباين الكلي في المتغير التابع، وبلغت قيمة معامل الانحدار للصلابة النفسية (0.139)، وكان اسهام الصلابة النفسية (14%) من التباين الكلي في المتغير التابع، وبلغت قيمة معامل الانحدار لتقدير الذات (0.268) ، وكان اسهام تقدير الذات (27%) من التباين الكلي في المتغير التابع.

ويمكن الحصول على معادلة الانحدار التنبؤية للمتغيرات :
(المعدل الأكاديمي) = 62.969 (الثابت) + 0.12 (التفكير الإيجابي) + 0.14 (الصلابة النفسية) + 0.27 (تقدير الذات).

التوصيات:

- 1- تضمين برامج تدريبية داخل الجامعات تهدف إلى تعزيز التفكير الإيجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا.
- 2- توفير دعم نفسي وأكاديمي مستمر من خلال وحدات الإرشاد الجامعي لمساعدة الطلبة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية.
- 3- تشجيع الأنشطة البحثية والتعاونية التي تنمي مهارات العمل الجماعي وتزيد من الثقة بالنفس والشعور بالجدارة.
- 4- تصميم بيئة أكاديمية محفزة تعزز الاستقلالية والابتكار، بما ينعكس إيجاباً على التفكير الإيجابي والصلابة النفسية.
- 5- تفعيل ورش عمل تنمية المهارات الشخصية مثل إدارة الضغوط، والمرونة الانفعالية، والوعي الذاتي، لتعزيز السمات النفسية الإيجابية المقترحات:

- 1- إجراء دراسات مستقبلية على عينات أكبر وأكثر تنوعاً من طلبة الدراسات العليا للتأكد من ثبات النتائج.
- 2- دراسة أثر المتغيرات الأخرى مثل التخصص الأكاديمي أو الخبرة العملية على التفكير الإيجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات.
- 3- إجراء دراسات مقارنة بين طلبة الدراسات العليا في الجامعات الحكومية والأهلية لمعرفة الفروق المحتملة.
- 4- فحص العلاقة بين التفكير الإيجابي والصلابة النفسية وتقدير الذات مع متغيرات أخرى مثل الرضا عن الحياة أو الصحة النفسية.
- 5- بناء برامج إرشادية أو تدريبية مقترحة واختبار فاعليتها تجريبياً في تعزيز السمات النفسية الإيجابية لدى طلبة الدراسات العليا

المصادر العربية:

- ابو جادو، صالح محمد علي (2017): سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- حجازي، مصطفى (2012): اطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الإيجابي)، التنوير للطباعة والنشر، بيروت - لبنان.
- الأسم، ابراهيم جبر (2020): تقدير الذات وعلاقته بالانحياز الانفعالي لدى عينة من الطلبة المراهقين في مدارس مدينة رهط. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الخليل.

- العنزي، يوسف محيلان سلطان (2007): أثر التدريب على التفكير الايجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دول الكويت، اطروحة دكتوراه، كلية التربية الاساسية، جامعة الكويت.
 - شعبان، عبد ربه (2010): الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً (رسالة ماجستير غير منشورة) الجامعة الاسلامية، غزة.
 - الموسوي، عبد العزيز حيدر (2016): التدفق النفسي على وفق التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية، 10 (18)، 92-49.
- المصادر الاجنبية:**

- Coopersmith,S.(2002).Revised Coopersmith self-esteem inventory manual Redwood City; Mind Garden .
- Klink,J.L,Byars-Winston,A.,& Bakken,L.L.(2014);Coping efficacy and perceived family support; potential factors for reducing stress in remedial students. Medical Education,42,572-579.
- Kobasa,S.(1979).Stressful life events personality and health; An inquiry into hardiness.Journal of personality and Social Psychology,37,1-11.
- Kobasa,Suzann C;Maddi,Salvatore R&Kahn,S.(1982).Hardiness and health ;Aprospective study. Journal of personality and Social psychology. Vol.(42),No.(1),pp168-177.
- Lambert, Vickie A;Lambert, Clinton E&Yamase, Hiroaki(2003).Psychological hardiness, Work place and related stress reduction strategies, Journal of nursing and health Sciences, Vol.(5),No.(2).pp181-184.
- Seligman&pawelski,J.O.(2003).Positive Psychology; psychological Inquiry.14,159-163.