

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

الجامعة المستنصرية/ الجامعة المستنصرية

### الفصل الأول التعريف بالبحث

#### مشكلة البحث

تعد الجامعة بالنسبة للطلبة تجربة جديدة تختلف عن التجارب التعليمية السابقة التي مروا بها ، ويواجه الطلبة في بداية حياتهم الجامعية ظروفًا ومشكلات في شتى الأصعدة الأكاديمية والنفسية والاجتماعية والتربوية تتطلب منهم اجتيازها والتوافق معها ، من خلال النظرة التفاؤلية للحياة الجامعية ، حيث يعد هذا مطلباً أساسياً لنجاح الطلبة واستمرارهم في الدراسة الجامعية ، وتعد مرشداً على التوائم العام ، أما العكس فسيعد مؤشراً على إن هناك عوامل أو مشكلات أكاديمية أو نفسية أو اجتماعية أو تربوية تعيق حياتهم .

وتبرز مشكلة البحث الحالي في ضوء نظرة الشباب إلى المستقبل ولاسيما طلبة الجامعة وتشاؤمهم من عدم تحقيق أهدافهم وطموحاتهم وأحلامهم المستقبلية بعد أن أصبح الشعور بالتشاؤم والإحباط سائداً بينهم الذين ما زالوا في مرحلة الحياة الجامعية بسبب العديد من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية والصحية والضغط النفسية التي عانت منها شريحة الشباب، وهذا ما توصلت إليه دراسة (داره ، 1995) (دائرة، 1995 ، ص190) ودراسة (الكبيسي، 1992) (الكبيسي، 1992 ، ص3-12) لذا فإن لاهتمام بمشكلات الشباب بات من الضروريات التي تحتاج إلى معالجات لأن مرحلة الشباب من المراحل التي تتعرض للضغط النفسية وصراعتها التي تصل أحياناً إلى أزمت حادة تؤدي إلى اضطرابات سلوكية تأخذ صوراً متعددة من بينها عدم التفاؤل والتشاؤم في كثير من نواحي الحياة (الحكاك ، 2001 ، ص2) .

وتتلخص مشكلة البحث الحالي بالكشف عن مستوى التفاؤل والتشاؤم في البيئة الجامعية

وعلاقته بالتخصص والجنس.

أهمية البحث والحاجة إليه :

مجلة كلية التربية الأساسية

العدد الخامس والسبعون 2012

يمر الفرد في أثناء دورة حياته بعدة مراحل من النمو ، ولكل مرحلة خصائصها وإزمانها ومتطلباتها ، وقد اهتم علم النفس التكويني بدراسته مراحل نمو الفرد وتكوين شخصيته، ومن هذه المراحل مرحلة الشباب التي اكد عليها كونها تمثل قمة النضج والقوة في القدرات والامكانيات المختلفة (الرحيم ، 1981، ص2) .

إن الشباب هم المصدر الأساس لنهضة الأمة وتقدمها وهم معقد آمالها وطموحاتها . وعندما يكون الشباب ذوي كفاءة وعلم وشخصية متبلورة بشكل واضح ، يكون عنصر الإسهام والانجاز سواء على المستوى الفردي والاجتماعي أكثر قيمة ، إن الاهتمام بهم يعني الاهتمام بالمجتمع (الكناني، 1987، ص373).

وقد تزايد الاهتمام بالشباب ورعايتهم ازدياداً كبيراً من لدن جميع الامم والشعوب وأصبح موضوعهم من الموضوعات الأساسية التي يهتم علماء النفس والتربية والاجتماع والسياسة وغيرهم ، لأنهم يشكلون العنصر الأساس والعامل البشري الذي تعتمد عليه جميع الدول المتقدمة والنامية وتعدده عنصراً فعالاً في تطوير المجتمع وتقدمه وحمايته (الزبيدي ، 1993 ، ص275) .

حيث أصبح مجال رعاية الشباب بمفهومها الواسع موضوعاً استثمارياً في المقام الاول بالنسبة للمجتمع والامة لأنه المعين الذي يخطط للتنمية المستقبلية ويزودها بالعناصر البشرية الكفوءة التي تساهم في عملية البناء (اللامى، 1995، ص15) .

تبرز أهمية هذه المرحلة من التغيرات الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية التي تحدث فيها وما يصاحب ذلك من ازمات نفسية وتوترات واحباطات وخوف من المجهول أن مرحلة الشباب مرحلة تحقيق الذات وبناء الشخصية وصلها ، وفيها يؤكد الفرد ذاته ويتحمل المسؤولية الاجتماعية ويختار مهنة المستقبل (عبد الحق ، 1996 ، ص20) .

ويشكل طلبة الجامعة الطليعة الواعية المثقفة من شريحة الشباب وعليهم تقع مسؤولية البناء والتغيير التي ينشدها كل مجتمع ، إن الاهتمام بهم له ما يبرره لأن تقدم أي مجمع يقاس بمقدار الاهتمام بأبنائه وتوفير الفرص الثقافية والعلمية والفنية لهم . ويعد التعليم عنصراً ضرورياً تستند عليه الدول في تقدمها وتطورها، وقد تزايد الاهتمام بالنظام التعليمي لأن وظيفته الرئيسية إعادة انتاج البناء الاجتماعي والثقافي بما يحفظ تماسك العلاقات في المجتمع ، ويعد التعليم العالي قمة السلم التعليمي ومركز القيادة الفكرية في المجتمع الذي يعمل على تنمية الثقافة والحضارة وتوفير

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

القوة العاملة من المختصين والفنيين والكفايات العالية المستوى فضلاً عن توفير قادة المجتمع (الراوي ، 1997 ، ص72) .

وقد أصبح للجامعات النصيب الكبير في العملية التربوية ولاسيما بعد التطورات والتوسعات التي طرأت عليها متمثلة في زيادة أعداد وأعضاء الهيئات التدريسية ، وتعدد الاختصاصات وزيادة أعداد المقبولين وترصين المناهج الدراسية ، والاهتمام برفع المستوى العلمي والثقافي (السلطاني ، 1998 ، ص203) .

إن المرحلة الجامعية متميزة في حياة الطلبة ففيها تتبلور القيم وتترسخ وتتضح الأفكار وتنتفح الذهنية للمستقبل لأنها تمتلك أدوات التطور والتقدم والتغيير (الناشي ، 1999 ، ص1) .  
وإن المرحلة الجامعية من أدق مراحل التعليم ، إذا يشكل طلبتها فئة تقف على مفترق الطرق (أبو عطية ، 1988 ، ص105) . فمرحلة الجامعة نقطة انعطاف في نمو العديد من الجوانب العقلية والنفسية والاجتماعية والتفكير والابداع والفهم والتعلم والتأمل والحوار والاستقلال والتألق والتفاعل مع الآخرين ، وإن القابلية الفردية على التعلم الأكاديمي والفني والعلمي تكون على أشدها في هذه المرحلة ، مما يساعد كثيراً على تطوير الامكانيات الكامنة وتفجير الطاقات والابداعات خدمة للمجتمع والحياة الانسانية (العظماوي ، 1988 ، ص423) .

أن جميع ما يصيبنا من نجاح وما تضطع به من مهام ، إنما يعتمد على مدى إحساسنا بالتفاؤل ، فتوافر الامكانيات الموضوعية بغزارة وتنوع لا يكفي وحدة لبلوغ الاهداف وتحقيق النجاح في الحياة أي إنه إذا لم يتوافر القدر الكافي والمناسب من التفاؤل ، فإن الشخص لا يستطيع أن يخطوا اية خطوة تقدمية في حياته إذا يستبشر بالنجاح مسبقاً ، كان لديه قدرة لإحالة المستقبل إلى حاضر فيجده جيداً ويشعر بالرضى والتوافق مع مطالبه ، وتبدأ من قدرة على انجاز الاعمال إلى ما ينشأ بينه وبين الآخرين من علاقات وما يصدر من أحكام عن الناس وعن نفسه ، وما ينتج من شعور بالسعادة أو بالشفاء ، فالمتفائل يأخذ من تفاؤله نقطة انطلاق إلى مستقبل أكثر نجاحاً وإشراقاً من الحاضر ، فيزداد التفاؤل ويكثر باستمرار في وجدانه (اسعد ، 1986 : 321-324)

كما أن الناجح تكون روحه المتفائلة أكثر إيماناً بالنفس وبالمستقبل ، تعيش الامل والاتصال الدائم مع المجتمع والمبادئ وروح الأمة وهي روح مثالية واقعية، لأن الواقعي ليس الذي يستسلم للواقع بل الذي يعيشه يفهم ليماشيه ويستغل وليعلو عليه ويفسره فليس بين الانسان

مجلة كلية التربية الأساسية

والمستقبل زمن حسابي يقدر بالأشهر والسنين إنما هو زمان نفسي يستطيع تحقيقه وإملاكه فهو ليس الذي سيأتي بل هو المستوى النفسي والفكري الذي علينا أن نصل إليه في الوقت الحاضر ، فقد نصل إليه في ثانية واحدة إذا أدركنا الذات المثالية المتفائلة (الانصاري ، 1998 : 57).

إن تدريب الناس على الصفات المرتبطة بالتفاؤل تحررهم من البقاء عالقين في الفشل الذي قد يتعرضون له وتمكنهم من ان يصبحوا مليئين بالطاقة والحماس لميدان الاداء القادم ، يعد أن يكون اداؤهم افضل فعلياً وتسهم ترجمة مبادئ التفاؤل والتشاؤم إلى المناهج التعليمية والعلاجية التي تقرر إدراكات الناس ذات الاتجاه الذوقي ، فيزود التفاؤل طرائق مفيدة لفهم كيفية اشتراك الناس بالتغيير والنمو الايجابي في حياتهم مما يجعل الطلبة من ذوي الأسلوب الوصفي التفاؤلي . أفضل في الدراسة وأقل احتمالية لترك المدرسة ويجعل البائعين أكثر نجاحاً فيما يتعلق بالمنتجات المباعة ويجعل الموظفين أكثر اعتزاز بمواقعهم الوظيفية ، وحتى الرياضيين هم أكثر نجاحاً في إحراز الفوز وهم ، جميعاً أفضل من الافراد ذوي الأسلوب الوصفي التشاؤمي ( snyder , 1999 ) . 541 .

علماء نفس الشخصية ينظرون للتفاؤل والتشاؤم بوضعها خلفية عامة تحيط بالحالة النفسية العامة للفرد ، وتؤثر فيه أيما تأثير على سلوكه وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل ، فهو الميل إلى التفاؤل أو يغلب عليه التشاؤم (الانصاري ، 1998 : 11) .

أما علماء نفس الصحة فقد أكدت دراستهم على أهمية التفاؤل لبقاء الانسان متحرراً من المخاطر التي يمكن أن تفتك بصحته الجسدية والنفسية من خلال الأدلة المتراكمة فهو مفيد للصحة الجسدية والنفسية ، فالمتفائلون يكونون أفضل تكييفاً للانتقالات الحياتية المهمة أكثر من تكييف الأفراد لأكثر تشاؤماً (seheirer , et . al , 1999 : 1063)

عززت الاعمال البحثية لعام ( 1989 ) فكرة ارتباط التفاؤل والتشاؤم بالصحة الجسمية ، فقد تقصى شاير وآخرون (1989) أثر التفاؤل النزوعي على الوقائية من المرض والاستشفاء من الجراحة في الشريان التاجي باستخدام مقياس التوجه نحو الحياة (Lat) وتبين إن التفاؤل النزوعي هو مؤشر هام ينبئ بالقدرة على مواجهة نتائج التداخل الجراحي إذا ارتبط بالتطور السريع للاستشفاء الجسدي خلال فترة الإقامة في المستشفى وكذلك مع التطور السريع للاستشفاء الجسدي خلال فترة الإقامة في المستشفى وكذلك مع التطور السريع للعودة إلى ممارسة النشاطات اليومية الحياتية (seheirer , et . al , 1999 : 1024) ويشير سنايدر snydr (1994) في هذا الصدد

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

إلى إن المتفائلين يحملون نظام مناعة أفضل من المتشائمين كما إنهم يسخرون استراتيجيات معينة بتقبل احتمالية الإصابة بالأمراض (Snyder , 1994: 540)

واعطى ديمبر Dember (1989) ، توضيحاً آخر لمفهوم التفاؤل إذا يتضمن ادراك الفرد للحاضر والمستقبل وتقويمه لهما (Dember , et . al . 1989 : 115) .

وقد أعطى مارشال ولانج Marshall & Lang معنى آخر للتفاؤل كونه استعداداً شخصياً لدى الفرد ، يتوقع فيه كل ما هو ايجابي تجاه أحداث الحياة والمستقبل ، لأن المستقبل هو مستقر لآمال والرغبات وكل ما يطمح الفرد لتحقيقه في حياته سواء تحقق له ذلك أم لا (Marshall , et . al , 1992 : 1068) .

كما قدم اندرسون وآخرون Anderson , et . al (1992) تفسيراً للتشاؤم واليأس حسب طبيعة شعور الانسان حيث أشار إلى إخفاء الآمال والتوقعات الايجابية في محاولات التغيير ويستمر الفشل في تعامله مع البيئة الاجتماعية ويشعر بانه نتاج سلبي لهذه البيئة وصمما لذلك مقياس أحداث الحياة لقياس التفاؤل والتشاؤم ودلت نتائج تطبيقه على طلبة الجامعة أن المكتئبين غالباً ما يختارون الاحداث السلبية بعكسهم غير المكتئبين : (Anderson , et . al , 1992 : 713) .

وقد حاول باحثون آخرون ربط التفاؤل والتشاؤم بمتغيرات أخرى فقد درس رسيل (Reseel) (1989) أثر الاتجاه نحو المستقبل الشخص على الدافعية (Roseel , 1989) .

أما فونتاتلين وآخرون (Fontanine , et . al , 1993) فحاولوا معرفة العلاقة بين التفاؤل وادراك السيطرة على الضغوط ، وقد كانت نتيجة الدراسة تشير إلى أن هناك ارتباطاً ايجابياً بين التفاؤل وإدراك التحكم في الضغوط (Fontanine , et . al , 1993) .

وربطت دراسة شكري التفاؤل والتشاؤم بأساليب مواجهة المشقة وكانت نتيجة الدراسة تشير إلى ارتباط ايجابي يبين التفاؤل وكل من أساليب المواجهة الفعالة . أما المتشائمون فقد كانوا يتجنبون المواجهة (شكري ، 1999) . أما الخضر (1999) فقد حاول معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم كلاً على حده الاداء الوظيفي للأفراد ، وقد كشفت نتيجة الدراسة ارتباط التفاؤل ايجاباً بالاداء الوظيفي ، أما التشاؤم فقد ارتبط سلبياً بالاداء الوظيفي (الخضر ، 1999)

وأشارت دراسة كانياسني وتورس (Kaniasty & Norris) (1991) التي تبحث عن علاقة ضغوط ما يعد الصدمة بالتشاؤم والاعتراب أن نتيجة الدراسة تؤكد هذه العلاقة (Kaniasty

مجلة كلية التربية الأساسية

(Norris , 1991) وشارت بعض الأدبيات السابقة إلى أن هناك علاقة بين التفاؤل والتشاؤم والمنظور الثقافي للأفراد ، وقد فسر ذلك بأن التفاؤل والتشاؤم يحدث ضمن المحيط الاجتماعي والثقافي ، واعطت مثلاً على أفراد في الولايات المتحدة ممن ينتسبون إلى جذور دينية (مسيحية أو يهودية)، إذ يقدم هؤلاء أساليب تفسيرية متفائلة للاحداث السلبية أكثر من الافراد الذين لا ينتمون إلى جذور دينية ، حيث تؤمن الفئة الاولى بأن الاقدار بيد الله وإن الله يقدم الخير لهم وهذا التفسير يمددهم بالراحة . (Westen , 2000 : 520)

وفي دراسة أخرى أجريت على سباحين ذوي الأسلوب التفسيري التشاؤمي اظهروا أداءً ضعيفاً غير متوقع خلال المسابقات مقارنة بالمتفائلين وعندما قام الباحثون باعطاء معلومات مرتجعة سلبية خاطئة للسباحين عن الزمن المستغرق في قطع المسافة المحددة وجد الباحثون أن أداء المتفائلين حافظ على مستواه (Selimon , et . al 1990) وعن علاقة التفاؤل والتشاؤم بالوضع الاجتماعي الاقتصادي للأفراد ، فقد برهنت دراسة شوته وآخرين (schatte , et . al, 1969) عن علاقة التفاؤل والتشاؤم بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي على عينة من الأمريكيين الانجليز والأمريكيين المكسيكيين ، إن هناك علاقة دالة ايجابية بين المستوى الاجتماعي والاقتصادي والتفاؤل ، وكانت العلاقة أقوى لدى الانكواميكيين مقارنة بالمكسيكيين الامريكيين . وفسرت النتائج إضافة إلى المستوى الاجتماعي والاقتصادي ، على ضوء التمايز الثقافي بين الثقافتين (Sehatte , et . al , 1986) .

وهناك دراسات ربطت التفاؤل والتشاؤم بعدة متغيرات مثل دراسة عبد الخالق (1999)، إذ وجدت أن التفاؤل يرتبط إيجاباً بدافع الانجاز وبنمط الشخصية (A) وبالتيدين وبمركز الضبط الداخلي ولا يرتبط التفاؤل بالتحصيل الدراسي وبمتغيرات اجتماعية أسرية مثل عدد الاخوة وحجم الاسرة ، ومرتبة الميلاد وعدد الاصدقاء (عبد الخالق ، 1999) .

أجرى عبد اللطيف وحمادة (1998) دراسة حول الفروق بين الجنسين في التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالانبساط والعصابية واطهرت نتيجة الدراسة إن هناك فروقاً جوهرية في متغير التفاؤل لصالح الذكور في حين لم تظهر فروق دالة إحصائياً في التشاؤم .

أما دراسة الخضر (1999) عن علاقة التفاؤل والتشاؤم والأداء الوظيفي للموظفين وبعض المتغيرات الاجتماعية كالجنس والعمر والمستوى التعليمي والحالة الاجتماعية ، فقد دلت نتائج الدراسة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والتشاؤم وكل هذه المتغيرات .

أما دراسة شكري (1999) فقد كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفاؤل لصالح الذكور وفي التشاؤم لصالح الإناث وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة إسماعيل (2001) عن التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية. وبحث دراسة عبد اللطيف (2001) عن التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعدي الشخصية الانبساطية والعصابية وأظهرت نتائج الدراسة إن هناك فروقاً جوهرية في التفاؤل لصالح الذكور ولكن لم تظهر فروق بين الجنسين في التشاؤم .

أما دراسة الأنصاري عن إعداد صورة عربية لمقياس التوجه نحو الحياة بوصفه مقياساً للتفاؤل (2002) فقد أظهرت أن هناك فروقاً بين الجنسين في التفاؤل فالذكور كانوا أكثر تفاؤلاً من الإناث يتضح مما تقدم أن التفاؤل والتشاؤم يعدان من العوامل النفسية التي تسهم في ظهور العديد من المظاهر السلوكية وهو ما سيتضح في أحد أهداف البحث الحالي .

ويكتسب البحث الحالي أهمية مضافة كونه يجري على طلبة الجامعة وتبرز هذه الأهمية من ناحيتين : الأولى هي المرحلة العمرية التي يمر بها طلبة الجامعة وهي مرحلة الشباب وما لهذه المرحلة من أهمية بالغة في حياة المجتمع حيث يمتلكون طاقات وإمكانيات غير محدودة في العطاء والبناء والتضحية والقدرات التي تؤهلهم نحو المواقع المتقدمة في المجالات كافة والناحية الثانية تتمثل في أهمية الجامعة نفسها ، فالجامعة تؤدي دوراً مهماً في المجتمع فهي تقوم في صميم رسالتها على إعداد الشباب وتأهيلهم الوظائف إنتاجية في المجتمع وتساعدهم على النضج والتطور جسماً ونفسياً واجتماعياً .

### أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي :

- 1- التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية .
- 2- الكشف عن دلالة الفروق في متغيرات البحث التفاؤل والتشاؤم بحسب الجنس والتخصص .

### حدود البحث :

يقتصر البحث الحالي على طلبة كلية التربية الأساسية لكلا الجنسين (ذكور، إناث) والتخصص (علمي ، وإنساني للعام الدراسي (2010- 2011) .

## تحديد المصطلحات

### التفاؤل - التشاؤم optimism & pessimism

#### أولاً التفاؤل :

- عرفة كرانداال (Grandal , 1969)

التفاؤل توقع قصير المدى بالنجاح في تحقيق بعض المطالب في المستقبل , (Grandal , 1969) .

- عرفة عاقل (1971) :

التفاؤل موقف الفرد نحو التنظيم الاجتماعي أو الحياة بصورة عامة ويتشدد في أهمية النواحي الجيدة ويتسم بالامل . (عاقل ، 1977 : 843)

- عرفة رزوق (1977) :

التفاؤل موقف من جانب الفرد تجاه الحياة يميل أحياناً إلى حد مفرط نحو التركيز على الناحية المشرقة منها والجانب المفعم بالامل والخير (رزوق ، 1977: 80) .

- عرفة تايجر (Tiger , 1970)

التفاؤل دافع بيولوجي يحافظ على بقاء الانسان ، ويعد الأساس الذي يمكن الافراد من وضع الاهداف أو الالتزامات إنه الافعال السلوكية التي تجعل افراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات والمحن التي تواجههم في معيشتهم (Tiger , 1978 , P. 15)

- عرفة ستيبك (Stipek , 1981)

التفاؤل هو التوقعات الذاتية الايجابية عن المستقبل الشخصي للافراد , (Stipek , 1981 , P. 33)

- عرفة ديمبر وبروكس (Dember & Brooks , 1989 , p . 102)

التفاؤل مفهوم يعكس نظرة إيجابية للحياة تتضمن إدراك الحاضر وتقويمه وكذلك المستقبل .

- عرفه ويست (Webster , 1999)

التفاؤل هو الميل إلى تبني وجهة نظر مفعمة بالامل ، والتفكير في إن كل شيء سيؤول

إلى الافضل (Webster , 1991 , P . 704)

- عرفه الكفافي وجابر (1993) :

التفاؤل استعداد نفسي عند صاحبه لرؤية الجانب الايجابي من أي موضوع، والقاضي عن الجوانب السلبية ، ولأن الخير اكبر حجماً من الشر لذلك فالانسان يصادف في حياته اموراً خيرة اكثر مما يصادف اموراً شريرة . (الكفافي وجابر 1993 ، ص 273) .

- عرفه جيلوسكي (Jablonski , 1998 , P . 4)

التفاؤل يمثل الجانب المشرق من اتجاه يملؤه الأمل ويعيش المتفائل في جنة من نسيج خياله .

- عرفه شايروكارفر (Sheier & carver , 1985)

التفاؤل النظرة الايجابية والاقبال على الحياة ، والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات من المستقبل،فضلاً عن الاعتقاد باحتمال حدوث الخير والجانب الجيد من الاشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيء (Sheier & Carver , 1984 , P. 200)

**ثانياً: التشاؤم Pessimism**

- عرفه عاقل 1971

إنه موقف من المنظمات الاجتماعية ، أو من الحياة عامة يتسم بالتشدد في إبراز المخالفة وقطع الرجاء من المنظمات الاجتماعية خاصة ، ومن الحياة عامة وعدم الايمان بجدوى التطور الاجتماعي (عاقل ، 1971 : 84)

- عرفه رزوق 1944

يعني موقفاً تجاه الحياة يعبر عن نفسه في النظرة القائلة بأنه من الافضل للمرء إلا يوجد، وإن عدمه خير من وجوده ، فهو ليس شيئاً بل هو نشاط أو عملية نفسية (رزوق ، 1977 : 81)

- عرفه ديمبر وبروكس (Dember & Brooks , 1980)

مفهوم يعكس نظرة سلبية للحياة في الحاضر والمستقبل

(Dember & Brooks , 1989 , P. 102)

- عرفه وبستر (Webster , 1991)

هو الميل إلى تبني وجهة نظر مخيبة للامل ، والتفكير في إن كل شيء سيؤول إلى الاسوء ، بما يشير إلى توقع اسوء النتائج الممكنة

- عرفه الكفافي وجابر (1993) :

استعداد نفسي عند صاحبه لرؤية الجانب السيء من أي موضوع ، والتغاضي عن الجوانب الايجابية ، ولأن الشر اكبر حجماً من الخير لذلك فالإنسان يصادف في حياته أموراً شريرة أكثر مما يصادف أموراً خيرة (الكفافي وجابر ، 1993م : 273) .

- عرفه جيلونسكي (Jablonski , 1998)

أنه يمثل الجانب المعتم من الحياة ، وأن المتشائم يرى الجانب الاسود من كل الأشياء ، وإنه يتوقع حدوث الاقدار والنتائج السيئة ، وإنه يخشى مواجهة حقائق الحياة . (Jablonski , 1998 , P . 7)

- عرفه شايرو كارفر (Seheier & carver, 1985)

أنه نظرة سلبية وعدم الإقبال على الحياة ، والاعتقاد بعدم إمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل ، فضلاً عن الاعتقاد باحتمال حدوث الشر أو الجانب السيء من الأشياء بدلاً من حدوث الخير والجانب الجيد .

(Seheier & carver 1987 , P. 200)

- عرفه الحكاك (2001)

التفاؤل نزعة لدى الفرد التكويني التوقع الايجابي الافضل لنتائج في مجالات حياته المهمة وذلك من خلال قدرته على توظيف هذه النزعة في استبشارة الاحداث السارة الخيرة ، وميله إلى تبني وجهة نظر مليئة بالامل . وشعوره بالنشاط والصحة والسعادة ، وبحثه عن السند الاجتماعي ، ورجائه في انتظار وترقب وتوقع فضل الله تعالى ، وتوكله عليه ليحل اليسر محل العسر ، أما التشاؤم فهو نزعة لدى الفرد التكويني التوقع السلبي لاسوأ النتائج في مجالات حياته المهمة من خلال توظيفها في ترقب الأحداث السيئة ، وميله إلى تبني وجهة نظر مليئة بالتوجس ، وشعوره بالكسل والمرض والشقاء وابتعاده عن السند الاجتماعي ، ويأسه من توقع فضل الله تعالى بعدم توكله عليه لتيسير العسر الحكاك ، 2001 : ص 95)

وقد تبنت الباحثة تعريف الحكاك تعريفاً نظرياً للتشاؤم والتفاؤل والتعريف الإجرائي التفاؤل والتشاؤم من خلال الدرجة التي يحصل عليها (طالب) من خلال اجابته عن فقرات مقياس التفاؤل والتشاؤم الذي تبنته الباحثة مقياس (الحكاك 2001) .

الفصل الثاني

## الإطار النظري والدراسات السابقة

### - الإطار النظري

يتضمن الإطار النظري عرضاً لأهم النظريات ووجهات النظر النفسية حول مفهومي التفاؤل والتشاؤم .

إن تاريخ الاهتمام بدراسة التفاؤل - التشاؤم لا يتجاوز على أقصى تقدير العقود الثلاثة الاخيرة من القرن العشرين ، فقد نشرت في السبعينات من القرن الماضي دراسات قليلة ومتفرقة حتى ظهر أول كتاب أسهم في بلورة هذا المجال وكان تحت عنوان التفاؤل : بيولوجية الأمل لمؤلفة تايجر (Tiger , 1979) .

إن علماء نفس الشخصية يهتمون بالتفاؤل والتشاؤم ويحاولون الخروج بتصور مقبول لهذين المفهومين ، فعلى سبيل المثال - ينظر بعض الباحثين إلى مفهومي التفاؤل والتشاؤم على إنهما من عوامل الشخصية . في حين نظر إليهما آخرون على إنهما سمتان ثنائيتا القطب أو من السمات أو الاتجاهات أو من الميول وهكذا ، والواقع إن علماء النفس الأنماط قد ذهبوا في تصانيفهم للشخصية مذهباً أدى بهم إلى تناول الشخصية من زوايا متباينة ، ومهما اختلف علماء النفس في تقسيماتهم فإنهم يتفقون جميعاً حول أمر واحد هو إن كل فرد يمكن أن ينتمي إلى فئة معينة من الفئات التي يقترحونها .

إن التفاؤل من الناحية اللغوية هو من الفأل وهو قول أو فعل يستبشر به وتسهل الهمزة فيقال : الفأل ، وتفاعل بالشيء تيمن به ، وقال ابن السكيت : الفأل أن يكون الرجل مريضاً فيسمع آخر يقول يا سالم ، أو يكون طالب بضاله فيسمع الآخر يقول يا واجد فيقول تفاعل بكذا . ويتوجه له في ظنه كما سمع أنه سيبرأ من مرضه . او سيجد ضالته . ويقال لا فال عليك لا ضير عليك ، ويستعمل في الخير والشر والفال ضد ، والتفاؤل ضد تشاؤم .

والتفاؤل من الناحية الفلسفية كما فسره (Pope , 1960) اتجاه من جانب فريد في الحياة أو نحو أحداث معينة يميل أحياناً إلى حد مفرط في العيش على الأمل ، وفلسفة حياة وفلسفة كون . تتميز بفكرة أن : (ليس في الإمكان أبدع مما كان) ... وعرف التفاؤل بأنه اتجاه عام جداً ، يرى الخير في معظم الأشياء والأحداث ويتوقع أن تكون العواقب سليمة أو في صالح المرء .

ورد التفاؤل والتشاؤم في المعاجم العربية القديمة مثل لسان العرب لابن منظور ، وتاج اللغة وصحاح العربية للجوهري ، والقاموس المحيط للفيروز آبادي ... وغيرهم ، واستخدم لفظ

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

التفاؤل والتشاؤم في لغة الحياة اليومية لدى غير المتخصص منذ زمن بعيد وحتى اليوم في حالات الاسم والفعل والصفة ، وعلى الرغم من هذا الاستخدام القديم للكلمتين (التفاؤل والتشاؤم) فإن الاهتمام بالمفهومين ودراستهما بشكل مفصل في إطار علم النفس لم يحدث بشكل منظم إلا في أواخر السبعينات من القرن الماضي ، فقد نشرت آنذاك دراسات قليلة ومتفرقة حتى اظهر أول كتاب أسهم في بلورة هذا المجال ، وكان من وضع تايجر (Tiger , 1979) : ((تحت عنوان التفاؤل : بيولوجية الأمل)) كما ذكرنا هذا سابقاً ثم تزايدت البحوث زيادة مضطردة ، هذا على المستوى العالمي ، أما على المستوى العربي فإن الاهتمام بالتفاؤل والتشاؤم قد بدأ في عام 1995 فقط .

خضع مفهوم التفاؤل والتشاؤم إلى عدد من الدراسات والأبحاث والآراء النظرية المختلفة فقد أشار كراندل (Grandle , 1970) إلى ارتباط التشاؤم سلباً باحترام الذات والقدرة على حل المشكلات .

وتوصل مارون (Marrone , 1987) إلى أن المتفائلين يتميزون باستقلالية عالية ويتحررون من كل سيطرة داخلية في دراسة لمعرفة أثر التفاؤل - والتشاؤم في الانجاز الأكاديمي والاستقلالية ومركز السيطرة ، أكثر من المتشائمين ولم تكن هناك فروق في الانجاز الأكاديمي (Morrone , 1984)

كما توصل فاينشل (Fatschel , 1988) إلى إن التفاؤل يرتبط إيجابياً مع الثقة بالنفس بعد أن طبق مقياس اليأس والتشاؤم الاجتماعي ومقياس الثقة بالنفس وقد وجد إنه لا فروق إحصائية بين المتفائلين والمتشائمين من حيث الانجاز الدراسي أو حضورهم ، وكان المتفائلون أكثر ايجابية في سلوكهم مع أسرهم من المتشائمين (Fatschel , 1989 : p250) .

توصلت دراسة أجراها عبد الخالق (1998) عن التفاؤل وصحة الجسم على عينة من (147) طالبة من جامعة الكويت طبق عليها مقياس القائمة العربية للتفاؤل من أعداد الباحث إلى وجود ارتباط ايجابي بين التشاؤم والاعراض الجسمية .

كما اشارت (الخضر ، 1999) إلى أن هناك ارتباط موجب بين التفاؤل وكل من السعادة وتقدير الذات والانبساط والتغلب على الضغوط بنجاح وحل المشكلات والنظرة الايجابية للمواقف الضاغطة وكشفت دراسة (Grewen - et, al., 2000) إن النساء الأكثر تشاؤماً لديهن مستوى عال من ضغط الدم الانقباضي .

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

وفي دراسة (الانصاري ، 2000) الذي اعد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطالب والطالبات في الكويت ظهر النتائج عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل الواقعي .

تشير منظمة الصحة النفسية 2004 إلى إن التفاؤل عملية نفسية إرادية تولد أفكار ومشاعر حديث إن التفاؤل من الناحية النفسية ، فينظر إليه كميّار للفرد حيث يتوقع فيه الفرد توقعاً كبيراً للنجاح تجاه الأحداث أو المواقف ، وهو شعور مرتبط بمشاعر الرضا ، وهو أيضاً استعداد نفسي يجعل صاحبه متعلقاً بالنواحي الجيدة من الحياة أو يجعله يتوقع خير من مجريات الأمور . وهناك بعض المفاهيم المرتبطة بالتفاؤل مثل الشعور بالسعادة التي هي حالة من المرح والهناء والإشباع تنشأ من إشباع الدوافع لكنها تسموا إلى مستوى الرضاء النفسي ويصاحب تحقيق الذات ككل . ومن المفاهيم أيضاً الأمل الذي هو مجموعة معرفية موجهة للحصول على هدف ما يتكون من عنصرين متبادلين .

العنصر الأول هو الفعالية (الإصرار والعزيمة على تحقيق النجاح لأهدافه) سواء في حاضرة أو مستقبلة ، والعنصر الثاني هو المسارات (خطط وطرق تحقيق الأهداف) (سوقي ، 1990 ، ص 365) .

أما التشاؤم من باب شأم وشأم الرجل قومه أي جر عليهم الشؤم فهو شائم وتشائم الامر تطير به وعنده شوما وترقب الشر ، والمتشائم المتطير من يسيئ الظن بالحياة وهذا استخدام محدث . ومن النظر فلسفي التشاؤم هو اتجاه يذهب إلى القول بان الشر اكبر حجماً من الخير ، وبالتالي فالإنسان يصادف في حياته أموراً شريرة أكثر مما يصادف أموراً خيرة (جابر والقاضي، 1993، ص 173).

كما نظر الفلاسفة إلى التشاؤم كمذهب فلسفي يقوم على أساس إن كل ما في الحياة شر ، وإن العالم يعتريه النقص فكانت الزلازل والبراكين والجفاف والسيول والامراض والبرد والأمطار والمصائب والحروب وإن الإنسان نفسه مفطور أما على التشاؤم أو على التفاؤل وأكثر الناس مع التشاؤم ولا يستشعر التفاؤل إلا الحمقى والأحمق هو المتقائل الذي لا مبرر لتفاؤله وإن الالم طابع الوجود وقانون الحياة .

وهناك بعض المفاهيم المرتبطة بالتشاؤم منها القلق ، حيث تدل الخصائص الأساسية له على توقع الأمور السلبية في شتى مجالات الحياة ، ومن المفاهيم الأخرى هو اليأس الذي هو

مجلة كلية التربية الأساسية

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية عبد الكريم عبد الحسن

حاله وجدانية تبعث على الكآبة وتتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو اتجاه والمستقبل وخيبة الأمل والتعاسة (الأنصاري ، 2003 : ص151) .

### التفاؤل والتشاؤم في التراث العربي الإسلامي:

لقد عرف العرب من القدم التفاؤل أو التيمن التشاؤم أو تطير وكانوا يحكمون على كل طائر يحكم فالزائر الذي يمر على اليمين محمود ، والبارح الذي يمر على الشمال مذموم . وكانوا إذا هبت عليهم الرياح الجنوبية الآتية من ناحية اليمن وهي رياح رطبة ممطرة ، تيمنوا ، وإذا هبت عليهم الرياح الشمالية الآتية من الشام وهي رياح حارة جافة ، تشاءموا .

ولأهمية التفاؤل في بناء الشخصية الإنسانية الفاعلة فقد دعا الإسلام إليه ، وحذر من أثر التشاؤم على بنية الذات فعن انس قال : قال رسول الله 6 لا عدى ولا طيرة ويعني الفأل ، قالوا : وما الفال قال : الكلمة الطيبة أحسبها الفال والطيرة هي التشاؤم من شيء (ما) رواة مسلم والبخاري ، أن التفاؤل هو حسن ظن بالله والمؤمن مأمور بحسن الظن بالله تعالى (على كل حال) ، وقد ورد ذكر الطيرة في القرآن الكريم في قوله تعالى : [فَإِذَا جَاءَتْهُمْ الْحَسَنَةُ قَالُوا لَنَا هَذِهِ وَإِنْ تُصِبْهُمْ سَيِّئَةٌ يَطَّيَّرُوا بِمُوسَى وَمَنْ مَعَهُ أَلَا إِنَّمَا طَائِرُكُمْ عِنْدَ اللَّهِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ] (الأعراف:131) وقوله تعالى: [قَالُوا طَائِرُكُمْ مَعَكُمْ أَئِنْ ذُكِّرْتُمْ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ] (يس:9) وقوله تعالى: [قَالُوا اطَّيَّرْنَا بِكَ وَبِمَنْ مَعَكَ قَالَ طَائِرُكُمْ عِنْدَ اللَّهِ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ تُفْتَنُونَ] (النمل: 47) وقد أكد القرآن الكريم في أكثر من آية على التفاؤل وعدم التشاؤم فمن تلك الآيات القرآنية قوله [قَالُوا إِنَّا تَطَيَّرْنَا بِكُمْ] (يس: 18) [قَالُوا اطَّيَّرْنَا بِكَ وَبِمَنْ مَعَكَ] (النمل: 47) ، وهي تستعمل للخير والشر ، والقرآن الكريم يهدي الإنسان إلى التوافق ، وينعم عليه بالأمن الداخلي ويصلح قلبه فيمسح عنه القلق والتشاؤم ، لأنه يحدد له الهدف من الحياة ، فلا يشعر بالفراغ النفسي الناتج من انقطاع الطموحات وعدم وجود هدف معين تصير إليه ويتحرك سلوكه ليحققه يعمل متحدد ومستمر ينشط تجعله في اعتدال عند التعامل مع كل الأمور في العمل والعلاقات فيحصل على التوافق النفسي

وأكد القرآن الكريم على التفاؤل وتيسير الأمور ، فمن الآيات قوله تعالى : [فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا] (سورة الانشراح آية 5- 6) ، وقوله [يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ] (سورة البقرة: آية 85) .

وهناك العديد من الأحاديث النبوية التي تناولت موضوع التفاؤل أو التشاؤم ففي الفأل تقوية العزم ، وبات على الجد ، ومعونة على الظفر ، فقد تفاعل رسول الله 6 في غزواته وحروبه .  
وعن انس 2 : عن النبي 6 قال ( لا عدوى ولا طيرة ويعجبني الفأل الصالح الكلمة الحسنة )

وقال الإمام علي ٧ (العين حق ، والرقي حق ، والفأل حق ، والطيرة ليست بحق .  
والعدوى ليست بحق والطيب نشره والركوب نشره . والنظر إلى الخضرة نشره) ، فما وصف بالحق أي له وجود ، أما الطيرة ، وتعني التشاؤم فليست بحق ولا وجود لها .

### العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم:

هناك بعض العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم والمساعدة على نشوءهما يمكن إيجازها بما يأتي :

أولاً : العوامل البيولوجية : وتتضمن المحددات والاستعدادات الوراثية ، وقد افترض بعض الباحثين أن لهذه المحددات دوراً في التفاؤل والتشاؤم .

ثانياً : العوامل الاجتماعية : وتتمثل في التنشئة الاجتماعية التي تطيع الفرد وتساعد على اكتساب اللغة والعادات والقيم والاتجاهات السائدة في مجتمعه .

ثالثاً : المواقف الاجتماعية المفاجئة : إن الشخص الذي يصادف في حياته سلسلة من المواقف العصبية المحيطة أو المفاجئة يميل في الغالب إلى التشاؤم والعكس صحيح إلى حد بعيد . (الأنصاري ، 1998 : 12 - 20)

العوامل السياسية : التضامن والحروب النفسية والعسكرية وما تخلقه من عوامل الصراع والاضطراب النفسي ، فضلاً عن استغلال التطور وتقدم المخترعات لهيمنة الدول على غيرها من أجل إهلاك النوع الأدمي وتضاربها مع العوامل الثقافية والحضارية والاجتماعية السائدة في أي مجتمع ، وما تسببه من نشأة الاضطرابات في العلاقات الإنسانية الذي يولد الانعزال الوجداني والفقر العاطفي والشعور بفراغ الحياة وفقدان التوازن النفسي فيشعر الفرد إنه عاجز ضعيف مهدد لا يجد من يحميه فيقع فريسته الهم والقلق النفسي كل ذلك يؤدي إلى صراعات نفسية لا تلبث أن تصبح مظاهر سلوكية الفرد كالخوف من المستقبل والتشاؤم والشعور بالنقص والتردد والشك (طه وعلي خان : 199 ، 434)

العوامل الاقتصادية : يشير (رسيل) Raseel (1989) كما ورد في الانصاري (1998) ، بان التراجع الاقتصادي المستمر الذي يقلل من إمكانيات الاستخدام والعمل في معظم الدول الغربية منذ أواخر السبعينات من القرن العشرين، قد اثر دون شك على أهداف الحياة ، التي يضعها صغار الشباب لحياتهم، ونظراً للشك في المستقبل فمن المتوقع بوجه عام أن يطور صغار الشباب لحياتهم ، اتجاهات متأثرة بهذه الظروف فيصبحون متردين جداً بشأن وضع خطط لحياتهم ولاسيما في مجال العمل مما يؤثر بلا ريب على معدلات التشاؤم والتفاؤل لديهم (الانصاري ، 1998 : 60)

التفاؤل هو حالة فعالة وهو مصدر قوة حيث تخلق الظروف المطلوبة للنجاح بوساطة التركيز على الإمكانيات والفرص فالشخص المتفاؤل لا يحاول أن يخترق ما يسمى بالمستحيل فهو يؤمن بوجود هذه القيود ولا يحاول منع المستحيل، وفي حالة تأكده من استحالة تحقق هدفه لا يقف مكتوف الأيدي فقد يغير البيئة والمحيط ، وفي هذه الحالة قد يستطيع أن يحقق هدفه ولا يكون مستحيلاً عليه .

أما المتشاؤم فهو يرفض الإصرار ويبتعد عنه لأنه يفقد إلى الثقة بالنفس (More , 2002 : 16-2)

من خلال ما تقدم نلاحظ أن التفاؤل هو متغير مهم . وقد حاول الباحثون على مر السنين دراسته وربطه بمتغيرات نفسية . فقد ربط الصحة النفسية والجسمية . فقد ظهر أن المتفائلين يتعرضون لانخفاض ضغط الدم الانقباضي الذي أشارت إليه دراسة شاير وكارفر (sheier & carver) 1985 في حين يرتفع لدى المتشائمين ، كما إن معدل نبضات القلب ينخفض بمرور الزمن عند المتفائلين في حين يتصف المتشائمين بعكس ذلك . وقد قام شاير وزملائه (Shrier , et . al) (1989) دراسة لمعرفة أثر سمة التفاؤل في الشفاء ، من جراحة الشريان التاجي لدى مجموعة من الراشدين ، وقد كانت نتيجة الدراسة تشير إلى إن سمة التفاؤل يمكن أن تنشأ بمحاولات التكيف أو التغلب على المشكلات بعد جراحة القلب (Sheier , et . al , 1989) كما وجد أن هناك ارتباط سلبياً بين التفاؤل والاكتئاب وارتباط ايجابياً بين التشاؤم والاكتئاب من خلال راسة قام بها كل من اندرسون وآخريين (Anderson , et . al) (1992) ودراسة مارشال ولانج (Marshall & Lang) (1990) وقام شولز وآخرون (Schalz , et . al) (1996) بدراسة عن التشاؤم والنجاة من مرض السرطان ، وكانت نتيجة الدراسة تؤكد على إن هناك ارتباطاً

إيجابياً بين التشاؤم وحالات الوفاة عند المصابين بالسرطان (Schlz , et . al 1996 . 309) . أما عن التوافق النفسي والجسمي فقد وجدت دراسة (change) (1998) إن هناك ارتباطاً إيجابياً بين التفاؤل والتوافق النفسي والجسمي (change , 1998) وفي دراسة قام بها سليجان وآخرون (Seligman , et . al) (1989) على مجموعة من الرجال الذين شاركوا في الحرب العالمية الثانية كشفت نتائج الدراسة أن الأفراد المتشائمين يقومون بتفسير الأحداث السيئة التي حدثت لهم باعتبارها حالة مستمرة وعامة وسببها راجع أن تلك الأحداث السيئة مردها إلى عوامل مؤقتة ليس لهم علاقة بها، حيث اتضح إن التدهور في صحتهم بدأ في حوالي السنة الخامسة والأربعين وجميع الذين تم تصنيفهم على أنهم متشائمون ماتوا قبل السنة الخامسة والخمسين في حين عاش معظم المتفائلين أطول من ذلك (الخضر، 1999: 214)

### وجهات النظر التي تناولت مفهومي التفاؤل والتشاؤم:

تنوعت النظريات حول تفسير التفاؤل والتشاؤم وتعدد الباحثون والمهتمون بدراستها ومن

هذه النظريات

#### 1- نظرية الأنماط

أن أقدم ما عرفته البشرية من محاولات لتصنيف الشخصية إلى أنماط تصنيف هيبوقراط (400 ق.م) حين قسم الناس إلى أربعة أنماط على أساس سوائل الجسم الأربعة التي افترض أن الجسم يتكون منها (نجاتي ، 1983 ، ص326) .

أ- الدموي : صاحبه متفائل ومرح . ونشط وممتلئ الجسم ، سهل الاستشارة سريع الاستجابة لا يهتم إلا باللحظة الحاضرة ولا يأخذ الأمور جدياً ومن أظهر ما يميزه التقلب في السلوك .

ب- الصفراوي : صاحبه قوي الجسم طموح ، وعنيد واهم ما يميزه حدة الطبع وسرعة الغضب .

ج- السوداوي : متأمل بطيء التفكير ، ولكنه قوي الانفعال ، وثابت الاستجابة ويعلق أهمية بالغة على كل ما يتصل به ويجد صعوبة في التعامل مع الناس ، واهم يميزه الوجوم والانطواء والتشاؤم .

د- البلغمي للمفاوي : وهو بطيء الاستشارة والاستجابة وخامل . وبليد قليل الانفعال وبدين ويميل إلى الشره . وقد زعم القدماء ان كل طراز يرجع إلى غلبة عنصر او مزاج خاص في الجسم الدم او الصفراء او البلغم وما اسموه بالسواد . كانوا يرون أن الشخصية السوية المتزنة تنشأ من توازن هذه الأمزجة الأربعة . (أميمة ، 1990، ص422) .

## 2- نظرية السمات

نظرية السمات وثيقة الصلة بنظرية الانماط ، بل يمكن القول ان النمط إنما هو سمة عامة أو سمة غالبية ، وسايكولوجية السمات شأنها شأن نظرية الانماط تميل بصورة عامة إلى توكيد ما هو بيولوجي وما هو فطري (مخيمر ، 1968 ، ص164) والسمة افتراض عقلي وليست شيئاً نلاحظه مباشرة هناك بعض العلماء الذين يرون ان التحكم على الشخصية يكون بدراسة جميع سماتها وتعتمد هذه النظرية على فكرة شبكات الشخصية فالشخص الواحد يسلك سلوكاً متشابهاً في المواقف المتشابهة ، فالشخص الواحد يسلك سلوكاً متشابهاً في المواقف المتشابهة كذلك تعتمد هذه النظرية على اختلاف الافراد فيما يملكون من سمات (عيسوي ، 1980 : ص215) .

### نظرية آيزنك

كان توجه آيزنك نحو الأنماط أمراً ملحوظاً حيث أن مفهوم الطرز والانماط يحل مكانه مركزية في نظريته فهو يعرف السمة بأنها تجمع ملحوظ من النزاعات الفردية للفعل أو يعرف الطرز بأنه تجمع ملحوظ أو سمة ملحوظة من السمات . أي أن الطرز نوع من التنظيم أكثر عمومية وشمولاً ويضم السمة بوصفها جزءاً مكوناً . (لنذري 1971 : ص497) . حاول آيزنك تنظيم دليل يومي بالقدرة على تحليل الشخصية إلى بعدين أساسيين هما بعد الانبساط - الانطواء وبعد الانفعال - الاتزان . وإمكانية تحديد أنماط الشخصية بتقاطع هذين البعدين المتصلين عمودياً . (نشوائي ، 1989 : ص256) وينطوي ذلك على ان كل شخص لا بد وأن يكون له مكان محدد على كل بعد من هذه الأبعاد (عيسوي ، 1986 : ص18) .

انفعال			
نمط	نمط		
الانطواء - الانفعال	انبساط - انفعال		
نمط انطواء	نمط انبساط		
نمط	نمط		
الانطواء - الانفعال	الانبساط - الاتزان		

اتزان

شكل (1)

يوضح الابعاد الاساسية في نظرية آيزنك

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

وقد وصف ايزنك نموذجاً للمنبط والمضطوي . فالاول يميل إلى التفاؤل والابتهاج ويهون الامور بكل بساطة وبلا تعقد ، أما المنطوي فتمر وشكاك وقلق ويهول الامور ومكتئب وشكل (3) يوضح الأبعاد الأساسية.



### 3- نظرية التحليل النفسي

يرى فرويد أن الشخصية تتكون من ثلاث نظم اساسية :

الهو (Id) والانا (Ego) والانا الاعلى (Suopen Ego) وبالرغم من ان كل نظام من هذه النظم الثلاثة له وظائفه وخصائصه ومكوناته التي يعمل وفقاً لها وله ايضاً ميكانزماتة الخاصة فأنها جميعاً تتفاعل معاً بحيث يصعب فصل تأثير كل منهما . وأن السلوك هو محصلة تفاعل هذه النظم (هول والنذري ، 1969 ، ص 53) .

وتمر الشخصية اثناء نموها وبناءها بعدد من المراحل حيث أنه اشار إلى أن تثبت الشخصية نحو المرحلة الفمية ذات الاشباع الزائد للبدو (الاكل والشرب) تتسم بالتفاؤل والانفعال والمواقف المتجه نحو الاعتماد على العالم الخارجي ، فالذي اشبع بشكل مفرط في طفولته سيكون عرضته للتفاؤل المفرط والاعتماد على الاخرين إما إذا أحببت اللذة الفمية فأن الشخصية الفمية تتسم بالسلوك الذي يميل إلى الكره والعداء للأخرين والتشاؤم . والذي يتوقف نموه في هذه المرحلة يكون عرضة للإفراط في هذا التشاؤم (شلتز ، 1983 : ص 50) .

### النظرية الاجتماعية

يرى أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي أن بناء شخصية الفرد يتكون من التوقعات والأهداف والمطامع وفعاليات الذات . حيث تعمل هذه الأبنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة والذي يتم في ضوء مفاهيم المنبه والاستجابة والتدعيم . لذلك فأن سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التدعيم لبعض المواقف ، وبناء على ذلك فقد ينجح بعض الافراد في اداء بعض المهمات في بعض المواقف ، ومن ثم تتكون لديهم توقعات إيجابية للنجاح في المستقبل إزاء هذه المواقف وكثيراً ما يتطلب عليهم التفاؤل على حين قد يفشل بعض الافراد في النجاح في اداء بعض المهمات ، ومن ثم تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه هذه الامور والمواقف، وكثيراً ما يتطلب عليهم التشاؤم وبهذا يختلف الافراد في توقعاتهم للنجاح أو الفشل

(Fible & Hale , 1978, P925)

أي أن نظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory) تؤكد على أن سلوك الفرد تحدده اعتقادات أو توقعات أكثر من المعطيات الواقعية ، أي أننا نتصرف ليس طبقاً للواقع ، ولكن طبقاً لإدراكنا لهذا الواقع (ربيع 1994 ، ص 432) .

## النظرية المعرفية :

تناول سلجمان (Seligman, 1990) مفهومي التفاؤل والتشاؤم حيث اناء في كتابه التفاؤل المتعلم (Learnedoptimism) إلى أن التفاؤل يمكن تعلمه ، فنحن لسنا متفائلين بالفطرة ، أو متشائمين بالفطرة . والمتفائل يعتقد أن الاحباط وخيبة الامل هما تحديان واعاقتان مؤقتتان لن تهزمناه بعكس المتشائم . وقد استخدم سلجيمان أسلوباً يدعى اعادة البناء المعرفي ( Cognitiv Restructring) والذي يتضمن تحديد انواع الافكار والمعتقدات السلبية الاعتيادية لدى الافراد ، ثم تعديلها وذلك بالتاكيد على عدم منطقيتها والرغبة في تعديلها ، وإحلال أخرى مكانها تفاؤلية منطقية تساعدهم في تفسير حالتهم المزاجية السلبية إلى أخرى إيجابية (Seligman, 1990) .

وقد استخدم سلجيمان وزملاءه مفهوم جديداً في تفسير الاحداث التي يتعرض لها الفرد أطلق على المفهوم الجديد اسلوب التفسير التشاؤمي (Pessimistic Explanatory style) من خلال التطور الذي ادخله حديثاً على نظريتهم في أسلوب التفسير (Explanatory style) (Seligman , 1991) (Peterson , et . a1 . 1988)

وقد أوضح كل من يفرسون وسلجيمان ان لاسلوب التفسير التشاؤمي ثلاثة أبعاد هي :

### 1- التفسير الداخلي Internal Explanation

وهو يشير إلى الذات

### 2- التفسير الثابت stable Exlonation

ويشير ذلك إلى إقتناع بان الاسباب ستظل ثابتة دائماً .

### 3- التفسير الشامل Global Exlonation

ويعود هذا التفسير إلى تعميم اثر الاحداث

(Peteron, et . a1 . 1988)

وقد أوضح بوشانن وسلجيمان (Buchanam & Seligman , 1995) أن الذين يفسرون الاحداث السيئة بطريقة غير مباشرة ويقدمون مبررات خارجية غير ثابتة ونوعية ينعتون بالمتفائلين في حين ينعت المتشائمون بالميل إلى تقديم أسباب داخلية وثابتة وشاملة ( Buchanan & Seligman , 1995) .

يؤكد سلجيمان على أن أسلوب التفسير التشاؤمي يؤدي إلى الوقوع في العجز والاكنتاب عندما يواجه الفرد أحداثاً لا يستطيع التحكم فيها فيضخم الحالات النفسية (Seligman , 1991).

### نظرية شاير وكارفر Scheier & Carrer

أن التفاؤل والتشاؤم في رأيهما هو سمة من سمات الشخصية تتسم بالثبات النسبي عبر المواقف والأوقات المختلفة ولا تقتصر على بعض المواقف ( Scheier & Carrer 1985, 1987) حيث يرى شاير وكارفر ان التفاؤل صفة مهمة في الشخصية تتضمن توقعات عامة حول المستقبل . ويقع الافراد على خط متصل من التشائمين (الذين يتوقعون بشكل عام أشياء سيئة ستحدث) على احد طرفي ذلك المستقيم ، إلى المتفائلين (الذين يتوقعون بشكل عام أشياء حسنة ستحدث) على الطرف الآخر .

حيث يعرفان 1983 التفاؤل بأنه النظرة الايجابية المستقبل فضلاً عن الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الاشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيء ويضيفان في نص أحدث 1987 أن التفاؤل استعداد عام أو توقع النتائج الايجابية للأحداث المقبلة . ويؤكد أن وجود الفروق الفردية الثابتة في التفاؤل ، كما يبرهنان على وجود علاقة بين التفاؤل والصحة البدنية ، حيث أن التفاؤل يوظف استراتيجيات فعالة لدى الفرد للتغلب على الضغوط والإحباطات الواقعة عليه . ويضيف شاير وكارفر بان التفاؤل يرتبط بالتوقعات الايجابية التي لا تتعلق بموقف معين . لذلك يعتقد أن التفاؤل يحدد للناس الطريقة لتحقيق أهدافهم.

وقد طور شاير وكارفر نظريتهما عن مفهومي التفاؤل والتشاؤم بوصفهما جزءاً من نظريتهما في الضبط للوظيفة الموجه نحو الهدف (Directed Functioning) Contiol Theory Gool ويفترضان أن الانفعال لا يرتبط فقط بالخبرة الخاصة بمدى الحركة نحو الاهداف أو بعيداً عنها ، بل بالتوقعات المتعلقة بالنتائج ، وعلى هذا فالانفعالات الايجابية ليست مرتبطة بالتقدم نحو الهدف فقط ولكن بالتوقع الايجابي لنتائج ذلك التقدم (المشاعر التفاؤلية) وعلى العكس من ذلك نجد المشاعر السلبية المرتبطة بالتوقع السلبي ذلك التقدم (المشاعر التشاؤمية) وقد اعطى شاير وكارفر وآخرون نواح عدة يمكن التفرقة فيها بين المتفائلين والمتشائمين ، فالمتفائلين يستخدمون استراتيجية مواجهة متمركزة على المشكلة ، وتستند إلى العاطفة والاستعانة بالمرح والصياغة الايجابية للموقف الذي يواجهونه . في حين يميل المتشائمون إلى المواجهة من خلال الرفض الظاهر وعدم الاهتمام بالناحية العقلية والسلوكية بالاهداف التي تعترضها المؤثرات ، بغض النظر عما إذا كانت الحلول ممكنة للمشكلة أم لا . فالشخص المتشائم يبعد نفسه عن تلك المواقف والاهـداف التي تعترضها المـؤثرات

(Schereir & carver) (Change, 1998, P.1120) وقد أكدت البحوث على أن الفروق الفردية على بعد التفاؤل والتشاؤم ثابتة بشكل نسبي ولفترة لا تقبل عن ثلاث سنوات حتى لدى أولئك الأفراد الذين تواجههم أحداث جسيمة (schereir & carver, 1993) وأكدت دراسة شاير وكارفر (1987) . أن هناك ارتباط موجباً دالاً بين التفاؤل والتحمل النفسي والصحة الجسمية ، وارتباط سالب دال بين التفاؤل وانخفاض ضغط الدم والانقباض واليأس، والعداونية (schereir & carver, 1987, P. 210) .

وأثبتت دراسة شاير وكارفر (1989) إن المتفائلين الخاضعين لعملية جراحة القلب ، كانوا أكثر تحملاً من الضغوط وأكثر إشباعاً ورضاً عن علاقتهم بالآخرين وباعمالهم (Scheierer . al. 1989, P228) .

### الدراسات السابقة

1- دراسة واينشتاين Weinstein (1980) استهدفت الدراسة اختبار فرضية اعتقاد الأفراد بأن احتمالية تعرضهم للأحداث السلبية أقل من احتمالية تعرض الآخرين لها ، واعتقادهم باحتمالية تعرضهم للأحداث الايجابية أكثر من احتمالية تعرض الآخرين لها واستخدم في الدراسة مقياس أحداث الحياة السلبية والايجابية لقياس التفاؤل والتشاؤم الذي أعده واينشتاين (1980) ، ويتألف المقياس من (18) حدث حياة ايجابي و (24) حدث حياة سلبي بتدرج من (اقل بكثير من المعتدل ، أكثر بكثير من المعتدل) ، وتأخذ الدرجات (-2 ، -1 ، صفر ، 1 ، 2) وبلغ عدد أفراد العينة التي طبق عليها المقياس لغرض تجريبه (120) طالبا وطالبة . والتي طبق عليها المقياس لعرض النتائج المتعلقة بفرضيات البحث (130) طالب وطالبة ولغرض التحقق من صدق المقياس فقد استخدمت الارتباطات الداخلية بين درجات التفاؤل والتشاؤم ونوع الحدث ، وقد أوضحت بشكل عام صدقا مناسباً للمقياس ، وأشارت النتائج الدراسة إلى أنه كلما زادت لامرغوبة الحدث أي كبرت الرغبة في أن لا يحدث حدث ما ، زادت قوة النزعة نحو الاعتقاد بأن فرص الفرد هي أقل من المتوسط ، في حين كلما زادت الرغبة في وقوع الاحداث الايجابية قويت النزعة نحو الاعتقاد بان فرص الفرد هي اكبر من المتوسط ، أي تعرض الفرد للحدث الايجابي مما يؤكد الفرضية . (Weinsteien , 1980)

2- دراسة شاير وكارفر Sheier & Carver (1978) :

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

استهدفت الدراسة استكشاف اثر النزعة التفاؤلية على العمليات التي تؤسس التفاعل او الانسجام مع الضغط في سياق له علاقة بالصحة واستخدم مقياس التوجه نحو الحياة (Los) الذي أعده شاير وكارفر نفسهما لقياس التفاؤل ويتألف المقياس من (8) فقرات ، (4) ذات صياغة نفي ، و (4) ذات صياغة إثبات ويجب عن كل فقرة على أساس خمسة اختيارات . وطبق المقياس على عينة من (155) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة ، واستخرج معامل ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار بفاصل اربعة أسابيع إذا بلغت قيمته (0.79) وبفاصل ثلاثة عشر اسبوعاً إذ بلغت قيمته (0.72) وبطريقة الفاكرونباخ إذا بلغت قيمته (0.76) واستخرج صدق المقياس من خلال ارتباطه مع مقاييس اخرى مثل مقياس بيك للاكتئاب إذ بلغت قيمته (-0.53) ومقياس التوقع العام للنجاح إذ بلغت قيمته (0.74) ومقياس اليأس وبلغت قيمته (-0.68) ومقياس العدوانية إذ بلغت قيمته (-0.39) ، كما استخرج الصدق التعاملي للاستخراج عملي التفاؤل والتشاؤم .

أشارت نتائج الدراسة إلى إن التفاؤل يرتبط سلبيا مع الاعراض اكدته مثل السعال والاجهاد والصداع والالام العضلي حسب إفادة الطلبة لها ، واستمرار الارتباط سلبيا بمرور الوقت أي من كان متفائلاً بدء الدراسة كانوا هم انفسهم الذين أفادوا باعراض أقل بعد اربعة اسابيع (في فترتي التقييم) (sheier) & carver

### دراسته ديمبر دبروكس 1989 Dember & Brooks

استهدفت الدراسة بناء مقياس جديد لقياس سمة التفاؤل والتشاؤم ، إذا عد ديمبر وبروكس (1989) مقياساً يتألف من (56) فقرة ، (18) فقرة للتفاؤل و (18) فقرة للتشاؤم و (20) فقرة مكررة ، ويجب عن كل فقرة على أساس اربعة اختيارات من (موافق جداً) إلى (معارض جداً) . وطبق المقياس على (106) من طلبة الجامعة (44) طالباً و (62) طالبة . واستخرج معامل ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختيار بفاصل أسبوعين إذ بلغت قيمته (0.84) للتفاؤل و (0.75) للتشاؤم بطريقة الفاكرونباخ إذ بلغت قيمته (0.84) للتفاؤل و (0.86) للتشاؤم . واستخرج صدق المقياس من علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس إذ تراوحت معاملات الصدق بين (0.26) و (0.63) للتفاؤل والتشاؤم فبلغت قيمته (-0.75) واستخرج صدق المقياس أيضاً من خلال ارتباطه مع مقياس القلق فبلغت قيمته (-0.34) مع التفاؤل و (0.60)

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

مع التشاؤم والسعادة (0.61) مع التفاؤل و (-0.65) مع التشاؤم (0.27) مع التفاؤل و (0.01) مع التشاؤم .

### دراسة كوليجان وآخرون (1994) Colligan . et . al

استهدفت الدراسة تطوير قائمة ميسونتا ثنائية القطب ومتعددة الأوجه فالارض وجعلة مقياساً للتفاؤل والتشاؤم بتحليل محتوى الشروحات المستجدة في القائمة (mmpt) واستخدم مقياس التفاؤل والتشاؤم المشتق من قائمة ميسونا المتعددة الأوجه التي اعدھا سيلجان وآخرون (1994) ، ويتألف المقياس من (106) فقرة لاحداث جيدة (192) فقرة لاحداث سيئة اشتقت من أصل (298) فقرة من القائمة (mmpj) يجاب عن كل فقرة على اساس سبعة اختيارات .

طبق المقياس على (1408) من طلبة الجامعة من كلا الجنسين . واستخرج معامل ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختيار إذ بلغت قيمته (0.90) كما استخرج معامل ثبات الاتساق الداخلي إذ بلغت قيمته (0.93) ، كما استخرج صدق المقياس من خلال ارتباطه مع مقياس اخرى فرعية في القائمة (mmpt) وكانت الارتباطات دالة . ومع مقياس بيك للاكتئاب إذ بلغت قيمته (0.64) .

وأشارت نتائج الدراسة إلى تحديد مكونات العاملة للمقياس واستخرجت معايير يحدد في ضوءها مستويات التفاؤل والتشاؤم لدى الراشدين ، ودلت النتائج على امكانية استخدامه في التنبؤ بجوانب مهمة كالصحة الجسمية ومستوى التحصيل وفعالية الذات والعادات الصحية والسيئة واحداث الضاغطة وحالات اكتئاب colligon , 1994

### دراسة عبد اللطيف وسماوة (1998)

استهدفت الدراسة اختيار ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في سمة التفاؤل والتشاؤم ومعرفة ما إذا كانت هناك ارتباطات بين التفاؤل والتشاؤم ومع كل من بعدي الشخصية الانبساط والعصابية ، وما إذا كان هناك ارتباط بين كل من التفاؤل والتشاؤم .

واستخدمت القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم الذي اعدھا عبد الخالق (1996) ومقياس ايزنك للشخصية (Eysenck (Eps) (1975) ، المعرب من قبل عبد الخالق (1991) ، لقياس اربعة ابعاد من الذهانية والانبساطية والعصابية والكذب وأشارت نتائج الدراسة على وجود فروق بين الذكور والاناث ، إذ ارتفع التفاؤل لدى الذكور عنه لدى الاناث ، وحسبت معاملات الارتباط بين التفاؤل والانبساط إذ بلغت قيمتها (0.31) وبين التفاؤل والعصابية (-0.44) ، وبين التفاؤل

مجلة كلية التربية الأساسية

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

.....م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن  
والجنس (-0.31) أما بين التشاؤم والانبساط فقد بلغت قيمته (-0.18) ، وبينما التشاؤم والعصابية (0.54) ، وبين التشاؤم والجنس (-0.319) ، وجميعها ارتباطات دالة احصائياً وتحقق صحة الفروض ، (عبد اللطيف وحمادة ، 1998) دراسة عبد الخالق (1999).

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالتحصيل الدراسي وبدافع الانجاز تألفت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلاب جامعة الكويت وقد استخدمت القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم واستخرج المعدل الدراسي العام لافراد العينة ومقياس ري لن (Rray- Lyn) لقياس دوافع الانجاز وهو يشمل على (14) سؤالاً يجاب عنها باختيار احد البدائل (نعم ، غير ماكو ، لا) . وتشير نتائج الدراسة إلى إنه لا يوجد ارتباط جوهري بين التحصيل الدراسي وكل من التفاؤل (0.55) والتشاؤم (0.054) . أما دافع الانجاز فقط ارتبط ارتباطاً دالاً احصائياً بكل من التفاؤل (0.229) دال عند مستوى (0.001) والتشاؤم (0.173) دال عند مستوى (0.01) أي إن هناك علاقة ارتباطية دالة احصائية بين التفاؤل ودوافع الانجاز . (عبد الخالق ، 1999)

### مناقشة الدراسات السابقة:

- 1- كانت عينة الدراسات السابقة من طلبة الجامعة كما في الدراسة الحالية .
- 2- شملت عينة الدراسات السابقة ومنها الدراسة الحالية لكلا الجنسين (ذكور - اناث)
- 3- بعض الدراسات عمدت إلى تبني مقياس معدل أصلاً لقياس التفاؤل والتشاؤم كما في الدراسة الحالية مثل دراسة عبد اللطيف (1989) ودراسة عبد الخالق (1999) وعمدت الدراسات الباقية على بناء مقياس لقياس التفاؤل والتشاؤم .
- 4- تحققت معظم الدراسات منت صدق المحكمين للمقياس المستخدم فيها وبعضها تحقيق من الصدق التمييزي ، وتحقق معظمها من ثبات المقياس مستخدمة طريقة التجزئة النصفية أو طريقة إعادة الاختيار ، أو تحليل التباين وقد يستخدم طريقتان أو أكثر للتحقق من ذلك ، فضلاً عن الاتساق الداخلي للمقياس الذي تحقق منه بعض الدراسات.
- 5- أثبتت الدراسات أن جوانب التفاؤل والتشاؤم لأفراد عينها كانت ذات دلالة احصائية مع متغيرات الجنس ذكور اناث .

### الفصل الثالث

مجلة كلية التربية الأساسية

العدد الخامس والسبعون 2012

قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية  
 ..... د. أيمن عبد الكريم عبد الحسن .....

منهجية البحث وإجراءاته

- مجتمع البحث

يشمل مجتمع البحث الحالي على طلبة كلية التربية الأساسية ، للعام الدراسي 2011/2010 . ويتكون المجتمع الاحصائي من (4543) طالب وطالبة موزعين بحسب القسم والتخصص والجنس والجدول (1) يوضح ذلك

الجدول (1)

مجتمع البحث موزع حسب القسم والتخصص والجنس

المجموع	الجنس		التخصص	القسم	
	إناث	ذكور			
303	158	146	تخصص انساني	التربية الفنية	1
317	151	166		معلم الصفوف الاولى	2
330	95	235		التربية الرياضية	3
316	142	174		الارشاد النفسي	4
384	215	169		التربية الاسلامية	5
397	246	151		اللغة العربية	6
238	166	72		التربية الاسرية	7
440	224	216		الجغرافية	8
420	207	213		التاريخ	9
154	60	94		التربية الخاصة	10
275	201	74		اللغة الانكليزية	11
283	283	صفر		رياض الاطفال	12
338	250	88	علمي تخصص	الرياضيات	13
348	239	109		العلوم	14

## - عينة البحث

تم اختيار عينة مكونة من (100) طالب وطالبة تم اختيارها عشوائياً من طلبة كلية التربية الأساسية في الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2010-2011) بالاسلوب الطبقي العشوائي بواقع (50) طالب و (50) طالبة وكما موضح في الجدول (2) موزعين بحسب التخصص والقسم والمرحلة والجنس.

### الجدول (2)

عينة البحث موزع بحسب التخصص والقسم  
 والمرحلة والجنس

المجموع	الجنس		المرحلة	القسم	التخصص
	إناث	ذكور			
106	75	31	المرحلة الاولى	العلوم	العلمي
57	35	22	المرحلة الثانية		
88	44	44	المرحلة الثالثة		
83	60	23	المرحلة الاولى	الرياضيات	
72	53	19	المرحلة الثانية		
72	60	12	المرحلة الثالثة		
143	55	88	المرحلة الاولى	معلم الصفوف الاولى	الانساني
61	29	32	المرحلة الثانية		
45	21	24	المرحلة الثالثة		
78	36	42	المرحلة الاولى	التربية الخاصة	
21	4	17	المرحلة الثانية		
23	12	11	المرحلة الثالثة		

## - أداة البحث

لما كان البحث الحالي يرمي إلى قياس مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة . لذا كان من الضروري أن يتوفر لدى الباحثة مقياس لقياس التفاؤل والتشاؤم . ومن خلال اطلاع الباحثة على عدد من الدراسات والبحوث وجدت الباحثة مقياس التفاؤل والتشاؤم المعد من قبل الحكاك (2001) هو الأنسب ويكون ذلك للاعتبارات الآتية :

- 1- المقياس معد حديثاً 2001 .
- 2- المقياس معد للبيئة الجامعية .
- 3- المقياس معد للبيئة العربية والعراقية على الأخص .
- 4- لم يستخدم المقياس للأغراض البحثية .

حيث أن لكل فقرة في المقياس بديلين يعبر مضمون أحدهما عن التفاؤل ويعبر مضمون الاخر عن التشاؤم . فإذا اختار المستجيب البديل ذا المضمون المتفاؤل له الدرجة (2) . أما إذا اختار المستجيب البديل ذا المضمون المتشاؤم فتعطي له الدرجة (1) وقد استخدم مفتاح تصحيح منقّب STENCIL صمم خصيصاً لهذا المقياس بورقة تماثل ورقة الاجابة تظهر فيه البدائل الاجابة وحسب تسلسل الفقرات أنظر ملحق (2) بحسب الدرجات للمقياس من خلال اعطاء كل فقرة احدى الدرجات . (1) أو (2) ولن المفتاح صمم على بدائل التفاؤل . فالتى تظهر للباحثة هي الاحرف التي درجتها (2) والتي لا تظهر هي الاحرف التي درجتها (1) . وبذلك تمتد درجات التفاؤل بين (106) كأعلى مستوى للتفاؤل و(53) كأدنى مستوى للتفاؤل أي أعلى مستوى للتشاؤم .

وبما إن الدرجة العالية في المقياس تمثل التفاؤل والدرجة الواطئة تمثل التشاؤم فإن الدرجة (79.5) تمثل المتوسط النظري للمقياس أو درجة القطع بين التفاؤل والتشاؤم . وكلما زادت الدرجة عن هذا المتوسط النظري زادت نزعة التفاؤل لدى المجيب وكلما قلت عنه دلت على التشاؤم .

### الخصائص السيلومترية للمقياس :

أولاً : صدق المقياس:

يعد الصدق أهم الخصائص القياسية السيكومترية التي يجب أن تتوفر في المقاييس النفسية (Ebel , 1972 , 42:435) لأنه مؤشر على قدرة المقياس في قياس ما أعد لقياسه (tlarrision 1933:11) , ومن خلاله يتحقق من مدى قدرة المقياس على تحقيق الغرض الذي أعد من أجله (عودة ، 998 :333-335) ، ويشير المعنيون إلى تعدد اساليب وطرائق حساب وتقدير الصدق ، فنحصل في بعض الحالات على معامل كمي للصدق ، وفي حالات أخرى تحصل على تقدير كيفي له (فرج ، 1980 :360) ، ولغرض إيجاد الصدق الظاهري تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمحكمين ذوي الاختصاص في العلوم التربوية والنفسية ملحق (1)، ومن خلال اراء الخبراء تبين إن جميع فقرات المقياس صالحة كون المقياس معد حديثاً ويلائم طبيعة العينة كونه معد على عينة طلبة الجامعة.

### ثانياً : ثبات المقياس

يعد الثبات من الخصائص القياسية الاساسية للمقاييس النفسية مع اعتبار تقدم الصدق عليه . لأن المقياس الصادق يعد ثابتاً ، فيما قد لا يكون المقياس الثابت صادفاً ، ويمكن القول إن كل اختيار صادق هو ثابت بالضرورة (الإمام وآخرون ، 1990 : 143) .  
ولحساب الثبات طبق المقياس على عينة مكونة (30) طالب وطالبة ، اختيروا بالاسلوب العشوائي من طلبة كلية التربية الأساسية والجدول (3) يوضح ذلك .

### الجدول (3)

#### حجم أفراد عينة ثبات المقياس

القسم	الأسرية	الرياضيات	اللغة الانكليزية	المجموع
العدد	10	10	10	30

وتم حساب الثبات بطريقتين :

### 1- طريقة اعادة الاختيار

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

يتطلب حساب الثبات بهذه الطريقة والذي يسمى بمعامل الاستقرار عبر الزمن إعادة تطبيق المقياس على عينة الثبات نفسها بفارق زمني (Zeller & carmines 1986 :52) لذا طبق المقياس مرة ثانية على عينة الثبات نفسها البالغة (30) طالب وطالبة بعد مرور 15 يوماً وبعد الانتهاء من التطبيق حسب ثبات المقياس بحساب درجات هذه العينة من درجاتها في التطبيق الاول واستخدم معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق .

وكانت قيمة معامل الثبات (0.79) وهو معامل ثبات جيد ، إذ يشير فورم (foram) إلى إن معامل الثبات الجيد ينبغي أن يزيد عن (0.70) (Forom , 1961 :83) .

### 2- طريقة استخراج ثبات المقياس بطريقة الفاكرونيان

إذ تعتمد هذه الطريقة على تحليل البنية الداخلية للمقياس للتعرف على مدى تجانس فقرات المقياس (2-1: 1985) (Aera , 1985) .

وقد بلغت قيمة معامل الفاكرونيان لمقياس التفاؤل والتشاؤم (0.84) وهو معامل ثبات جيد .

### تطبيق النهائي للمقياس

بعد أن تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس ، أصبح المقياس جاهز للتطبيق ، حيث تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة من أقسام كلية التربية الأساسية موزعين بحسب التخصص والجنس والقسم والجدول (4) يوضح ذلك .

### الجدول (4)

#### عينة التطبيق موزعة بحسب التخصص والجنس والقسم

المجموع	المجموع العام		المجموع	إناث		المجموع	ذكور		الجنس والتخصص القسم
	انساني	علمي		انساني	علمي		انساني	علمي	
25	25	-	13	13	-	12	12	-	معلم الصفوف الاولى
25	25	25	13	13	-	12	12	-	تربية خاصة
25	25	-	13	-	13	12	-	12	علوم
25	25	25	13	-	13	12	-	12	رياضيات
100	50	50	52	26	26	48	-	24	المجموع

قياس التفأول والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية  
م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

---

---

## الوسائل الاحصائية

بالاستعانة بالحقيقة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) تم استخدام الوسائل الاحصائية الاتية في استخراج الثبات واستخراج نتائج البحث الحالي :

- 1- معامل ارتباط بيرسون
- 2- معادلة الفاكرونيخ لاستخراج معامل الثبات
- 3- اختيار الثاني لعينة واحدة لقياس مستوى التفاؤل والتشاؤم .
- 4- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري كمؤشرات للمقياس .
- 5- الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين لقياس مستوى التفاؤل والتشاؤم بنسبة للتخصص .

## الفصل الرابع عرض النتائج ومناقشتها

### عرض النتائج

1- تم التحقق من الهدف الاول للبحث الحالي هو ((التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية ، تم استخدام الاختبار الثاني لعينة واحدة للتعرف على الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري . وقد بلغ المتوسط الحسابي لتفاؤل (19.94) وبانحراف معياري مقداره (8.51) وعند مقارنته بالمتوسط النظري البالغ (26.5) تبين ان القيمة الثانية المحسوبة (7.705) أكبر من القيمة الثانية الجدولية (2) عند مستوى (0.05) بدرجة حرفية (99) بنسبة إلى مفهوم التفاؤل والجدول (5) يوضح ذلك .

### جدول (5)

نتائج الاختبار التائي لإيجاد دلالة الفروق بين متوسطات درجات العينة والمتوسط الفرضي

### لمفهوم التفاؤل

القيمة الثانية		درجة الحرية	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
الجدولية	المحسوبة				
2	7.705	99	26.5	8.5136	19.94

أما بنسبة إلى مفهوم التشاؤم فقد بلغ المتوسط الحسابي (33.060) وبانحراف معياري (8.5136) وعند مقارنته بالمتوسط النظري البالغ (26.5) تبين أن القيمة التائية المحسوبة

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

(7.705) أكبر من القيمة التائية الجدولية (2) عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (99) نسبة إلى مفهوم التشاؤم والجدول (6) يوضح ذلك .

### جدول (6)

نتائج الاختبار التائي لايجاد دلالة الفروق بين متوسطات درجات العينة والمتوسط الفرضي لمفهوم التشاؤم

القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
الجدولية	المحسوبة				
2	7.705	99	26.5	8.5136	33.0600

وهذه النتيجة تبين عن التشاؤم الافراد العينة كان مرتفع بنسبة إلى التفاؤل وذلك بسبب كون المتوسط الحسابي للتفاؤل هو أصغر من المتوسط الحسابي للتشاؤم .

2- تم التحقق من الهدف الثاني للبحث الحالي ((تعرف دلالة الفروق بين الذكور والإناث بنسبة لمفهوم التفاؤل والتشاؤم إذ بلغ متوسط درجات الذكور (19.28) درجته بانحراف معياري قدره (9.57) درجة ، في حين بلغ متوسط درجات الإناث (20,6000) درجة وبانحراف معياري قدره (7,342) درجة وعند إجراء الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين ، فبلغت القيمة التائية المحسوبة (774) درجة وهي أصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (2) عند مستوى دلالاته (0,05) وبدرجة حرية (98) مما يشير إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فبنسبة لمفهوم التفاؤل والجدول (7) يوضح ذلك .

### جدول (7)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدرجات الذكور والإناث

لمفهوم التفاؤل

القيمة التائية المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط	عدد الافراد	المتغيرات
774	9.572	19,2800	50	ذكور
	7,3429	20,6000	50	إناث

أما بنسبة إلى مفهوم التشاؤم فقد بلغ متوسط درجات الذكور (33.7200) درجة بانحراف معياري قدره (9,572) درجة ، في حين بلغ متوسط درجات الإناث (32, 4000) درجة وبانحراف

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

معياري قدره (7,4329) درجة وعند اجراء الاختبار التائي لعينتين مستقلتين بلغت القيمة التائية المحسوبة (0,774) درجة وهي أصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (2) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (98) مما يشير إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث بنسبة لمفهوم التشاؤم والجدول (8) يوضح ذلك .

### جدول (8)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدرجات الذكور والإناث لمفهوم التشاؤم

القيمة التائية المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط	عدد الافراد	المتغيرات
0,774	9.5726	33,7200	50	ذكور
	7,3429	32,4000	50	إناث

ومن خلال هذه النتائج يتضح أن لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث بنسبة لمفهوم التفاؤل والتشاؤم وتتفق هذه الدراسة مع دراسة عبد اللطيف وسماوه (1998) .  
3- تم التحقق من الهدف الثالث الذي ينص على تعرف دلالة الفروق بين التخصيص علمي انساني بنسبة إلى مفهوم التفاؤل والتشاؤم إذ بلغ متوسط درجات التخصيص الانساني لمفهوم التفاؤل (20.0200) وبانحراف معياري قدره (7.9449) درجة ، في حين بلغ متوسط درجات التخصيص العلمي (19.8600) درجة وبانحراف معياري قدره (9.1272) درجة وعند اجراء الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، بلغت القيمة التائية المحسوبة (0.093) درجة وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (2) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حربه (98).  
مما يشير إلى عدم وجود فروق بين التخصصات بنسبة لمفهوم التفاؤل والجدول (9) يوضح ذلك .

### جدول (9)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدرجات التخصصات العلمية والانسانية لمفهوم التفاؤل

القيمة التابعة		الانحراف	المتوسط	العدد	التخصص
الجدولية	المحسوبة				
2	0.093	7.9449	20.0200	50	انساني
		9.1272	19.8600	50	علمي

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

أما بنسبة إلى مفهوم التشاؤم فقد بلغ متوسط درجات التخصص الانساني لمفهوم التشاؤم (32.9800) درجة وبانحراف معياري قدره (7.9449) درجة في حين بلغ متوسط درجات التخصص العلمي (33.1400) درجة ، وبانحراف معياري قدره (9.1272) درجة وعند اجراء الاختبار التائي لعينتين مستقلتين بلغت القيمة التائية المحسوبة (0.093) درجة هي اصغر من القيمة التائية الجدولة البالغة (2) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (98) ، مما يشير إلى عدم وجود فروق بين التخصصات بنسب لمفهوم التشاؤم والجدول (10) يوضح ذلك .

### جدول (10)

#### نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدرجات التخصصات

#### العلمية والانسانية لمفهوم التشاؤم

التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف	القيمة التابعة	
				المحسوبة	الجدولية
انساني	05	32.9800	7.9449	0.093	2
علمي	05	33.1400	9.1272		

#### تفسير نتائج :

يتضح مما سبق أن طلبة الجامعة لا يتمتعون بشخصية متفائلة وفي اعتقاد الباحثة أن هذا الأمر هو طبيعي في ظل الظروف التي يمر بها طلبة الجامعة من جراء الوضع الراهن الذي يعيشه الطالب حيث أنه يواجه الكثير من المشكلات المادية والاقتصادية والسياسية والاجتماعية إذ تحيط به ضغوط الحياة بكل أنواعها سواء كان الطالب في داخل بيته أو في الشارع أو في داخل الجامعة مما أثر سلباً على شخصية وظهرت شخصية غير متفائلة وهذا ما لم يتفق مع أي من الدراسات السابقة واتضح أن جانب شخصيته قد اصطبغ بتشؤم مما جعلهم يتميزون بهذا الجانب السلبي من الشخصية والذي من الممكن أن استطعنا أن نحد من الضغوط التي تحيط بهم أن نحصل على شخصية متفائلة ، وهذه النتيجة تتفق مع نظرية شاير وكاربر من أن التفاؤل والتشاؤم هي سمات شخصية تتسم بالثبات النسبي تتغير مع المواقف التي تواجه الفرد حيث أنهم سمات تشير في طرفيها تحت توقعات الفرد عن المستقبل والظروف التي تحيط به وهو ما يتفق مع وضعنا الراهن فالنتيجة من وجهة نظر الباحثة هي متفئة تماماً مع واقع الظروف التي نعيشها .

وفيما يخص مسألة الجنس فأظهرت النتائج بعدم وجود فروق بين الذكور والإناث وهذا هو أمر طبيعي لأن الضغوط التي تحيط بطلبة الجامعة هي تقريباً نفس الضغوط التي تواجه الإناث والذكور مما انعكس سلباً على شخصيتهم فجعلها شخصية تبتعد عن التفاؤل في جوانبها وتتجه نحو التشاؤم ، ولم تتفق هذه النتيجة مع أي من الدراسات السابقة .

كما أظهرت النتائج بعدم وجود فروق بين التخصصات علمي إنساني بين طلبة الجامعة وهذا هو أمر طبيعي كما ذكرنا سابقاً وهذا ما يؤيد حقيقة النتيجة التي توصلت إليها هذه الدراسة وأسبابها هي كما ذكرنا في بداية تفسيرنا لنتائج البحث .

### التوصيات :

- 1- قيام أجهزة الإعلام ببث برامج خاصة تثير التفاؤل في نفس الطلبة .
- 2- حث الأسرة والأسرة التعليمية على مراعاة الطلبة في هذه الفترة ومعرفة حاجاتهم ومتطلباتهم المادية والمعنوية .
- 3- قيام المرشدين التربويين والإرشاد التربوي في الجامعة بإقامة علاقة تواصل بين كل من أخصائي الإرشاد والطلبة لمعرفة مدى توافق الطلبة وما هي أسباب هذه السمات التشاؤمية لديهم سواء في البيت والجامعة .

### المقترحات :

- استكمالاً للفائدة المرجوة من البحث الحالي تقترح الباحثة بما يأتي :
- 1- إجراء نفس الدراسة على عينات أخرى مختلفة .
  - 2- إجراء نفس الدراسة باستخدام متغيرات أخرى كالمستوى الاقتصادي والاجتماعي والتحصيل الدراسي لكل من الأب والأم .
  - 3- إجراء دراسات مقارنة بين الكليات في الجامعات الحكومية مع الكليات الأخرى في الجامعات الأهلية .

## المصادر العربية :

- القرآن الكريم .
- 1- أبو عطية، سهام درويش، 1988، مبادئ الإرشاد النفسي، العلم للنشر والتوزيع ، الكويت .
- 2- أسعد ، يوسف ميخائيل، (1986)، التفاؤل والتشاؤم ، القاهرة، النهضة المصرية.
- 3- أميمة، خان، حسين ياسين طه، (1990) ، علم النفس العام، مطبعة التعليم العالي، بغداد، الطبعة الأولى .
- 4- الأنصاري، بدر محمد (1998) ، التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات ، الكويت ، مطبعة جامعة الكويت ، الطبعة الأولى .
- 5- الأنصاري، بدر محمد (2002)، إعداد صورة عربية لمقياس التوجه نحو الحياة بوصفه مقياساً للتفاؤل ، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلة 30، العدد 4.
- 6- الحكاك، وجدان جعفر (2001) بناء مقياس للتفاؤل - التشاؤم لدى طلبة جامعات بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية- ابن رشد/ جامعة بغداد .
- 7- الخضر، عثمان حمود (1990) : التفاؤل والتشاؤم والأداء الوظيفي، المجلة العربية للعلوم الإنسانية، العدد 67، 213-242.
- 8- داره، فريدة جاسم (1995)، المشكلات السلوكية في الوسط الطلابي الجامعي بعد العدنان الثلاثي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب - جامعة بغداد .
- 9- الراوي ، اكرام دحام زغير (1997) : مشكلات الشباب الجامعي في كلية المعلمين في ظل ظروف الحصار على القطر العراقي، خلاصة بحوث المؤتمر الفكري السادس لاتحاد التربويين العرب ، بغداد، للفترة 24-26 آب .
- 10- الرحيم ، أحمد حسن (1981): العوامل النفسية والاجتماعية والحضارية التي تميز وتنمي قابليات الشباب والعلماء في مجال الإبداع الفني والعلمي ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، جامعة بغداد .
- 11- رزق، أسعد (1977)، موسوعة علم النفس ، مراجعة عبد الله عبد الدايم، بيروت- لبنان، المؤسسة العربية للدراسات والنشر .
- 12- الزبيدي ، كامل علوان (1993) : توقعات الشباب لمشكلاتهم لعام 2000، مقدم إلى الندوة الدولية لعلم النفس بالمغرب .
- 13- السلطاني ، عدنان محمود ناظم هاشم العبيدي (1988): علاقة بعض المفردات النفسية والبيئية بالنجاح الدراسي لطلبة قسم المدرسين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، العدد (9) : بغداد .

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيوان عبد الكريم عبد الحسن

- 14- شلتر، دوان (1983) ، نظريات الشخصية ، ترجمة د. حمودلي الكربولي ود. عبد الرحمن القيسي، العراق، مطبعة جامعة بغداد.
- 15- طه ، حسين ياسين وعلي خان، أميمة يحيى (1990)، علم النفس العام، بغداد، العراق، الدار الوطنية .
- 16- عبد الحق، عماد حسين (1998): المشكلات التكيفية التي تواجه طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في المدارس الحكومية في محافظة نابلس، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطني، نابلس.
- 17- عبد الخالق، أحمد محمد (1999) : التفاؤل والتشاؤم عرض لدراسات عربية، مؤتمر الخدمة النفسية والتنمية ، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية - جامعة الكويت للفترة 5-6 فبراير .
- 18- عبد اللطيف ، حسن ، لؤلؤة (1998) ، التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بعدي الشخصية الانبساط والعصابية، مجلة العلوم الاجتماعية، 26 (1) 84-104.
- 19- العظماوي، إبراهيم كاظم، (1988)، معالم سيكولوجية الطفولة والفتوة والشباب، بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة .
- 20- عيسوي، عبد الرحمن محمد (1980): معالم علم النفس، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 21- عيسوي، عبد الرحمن محمد (1986) : أمراض العصر النفسية والعقلية والسايكومترية ، ط1، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية .
- 22- الكبيسي ، وهيب مجيد (1992) : مسببات الظواهر السلوكية غير المرغوب في الوسط الجامعي ، المؤتمر العلمي الثاني لكلية المأمون الأهلية، بغداد .
- 23- الكفائي ، علاء الدين، وجابر عبد الحميد (1993) ، معجم علم النفس والطب النفسي، القاهرة، مصر، النهضة العربية، ج 6 .
- 24- الكنانى ، إبراهيم وسهام. سعيد (1987): تقنين مقياس التفضيل الشخصي على طلبة المرحلة الجامعية ، مجلة آداب المستنصرية ، العدد (15).
- 25- اللامي ، نشعة كريم عذاب (1995) : بناء برنامج إرشادي لمشكلان التوافق الدراسي للطلبة الجدد في الجامعة المستنصرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية- الجامعة المستنصرية .
- 26- مخيمر، صلاح ، عبد ميخائيل رزق ، (1968) سيكولوجية الشخصية ، مكتبة الأنجلو المصرية .
- 27- الناشئ، وجدان عبد الأمير (1999): القيم الدينية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة جامعة بغداد، كلية التربية- جامعة بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة .
- 28- نجاتي ، محمد عثمان ، (1987): علم النفس في حياتنا اليومية، دار القلم، الكويت، الطبعة العاشرة .
- 29- هول . لا . لندزي، ج (1971): نظريات الشخصية، ترجمة: د. فرج أحمد فرج وقدرى محمود حنفي ولطفي محمد فطيم، القاهرة، دار الفكر العربي، مصر.

المصادر الأجنبية :

- 1- Andersen S. M. Spielman L. A. & Barq. J. A. (1990): Fulreent Schemes and certainty a bout the certainty a bout the future: Automaticity in depressives Future- event predictions. Journal of personality and Social psychology, 63, 711-723.
- 2- Dember, W. N., & Brooks, J. (1989). Ahewinstrumeht for Measuring optimism and pessimism: Test- re- test reliability and Relations with Happiness and religious commitment. Buletin of the Psychonomic Society, Vol. 23, 365-366.
- 3- Fibel. B., & Hale, W. D. (1978). Ageheraliuzed expectancy for Success Scale: A new measure. Journal of consulting and clinical psychology, 46, 924-931.
- 4- Fomtaine. R. R. Manstead A. S. & Wagner. H. (1993). Optimism Perceived control over stress- and coping. European Journal of Personality. 7, 767-281.
- 5- Jablonsri, J. (1998). Creative visualization and the Law of attraction How to create what yow what in yourlife. From in temet: <http://www.Psychic journal.com/ archivesu /980907/980907 fl.htm>.
- 6- Marshall, G. N. Wortman, C. B, Vichers, R. R., Rasulas, J. W. & Herving, L. K (1994). The five- Factor model of Personality as a frame work for personality health research. Journal of personality and Social Psychology, 67, 278-286.
- 7- More, M. (2002). Dynamic optimism: an Extropian cognitive Emotionar virtue. From Intemet: <http://www.mox morecomoptimism.htm>.
- 8- Peterson, C., Seligmam, M. E. P. & Vaillanr, G. (1988). Pessimistic explanatory style is arisk factor for physicarillness: A35- year longitudinal study. Journal of Personalitg at and socialpsychology, 55, 23-27.
- 9- Rossel, E. (1989). The impact of attitude ed to ward the personal future on study motirarion and work orientations of non working adolescents. Adolescence, 24, 73-93.
- 10- Scheier, M. F., & Carver, C. S (1984) Dispositional optimism and physical well- being . The influence of generalized outcome expectation sonhealth. Journal of Personalita, 55, 169-210.
- 11- Stipek, D. J. (1981). Social- motivational develop men ment in first grade. Com temporary Eduational Psychology, 6, 33-45.
- 12- Tiger, L. (1979). Optimam: The biology of hope New York: Simon & Schuster.

- 13- Dewberry, C. K., & Richard son, S. (1990). Effect of anxiety on optimism. *Journal of Social Psychology*. 130, 731-738.
- 14- Kaniaty, K., & Norris, F. H. (1991). Some psychological consequences of the persiam Gulf waron ameriecan people: Anempirical Study. *Contemporary Social Psychology*, 15 (4) 121-126.
- 15- Scheier, M. F., M. F., & Carver, C. S (1993). On the Power of Positive Thinkng: the benefits of being optimistic *psychological Science*, 2, 1, 26-30.
- 16- Webster. (1999). *New international Dictionary of the English language*.
- 17- Westen. D. (2000). *Psychology*. U. S. A., John Wiley & Sons, 2Ed.
- 18- Webestev (1993) on the Power of Positive thinking: the benefits of being optimistic *Psychological Science*, 21, 26-30.
- 19- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*. 4, 219-247.
- 20- Schulz, R.: Book Wala. K.: Rnapp. JE: Scheier. M. & etal (1996) Pessimism, age and cancer mortality. *Psychology & Aging*. 11. 304-309 .
- 21- Schutte, J. W.: Valerio, J. K. & Carrillo, V. (1996). Optimism and Socioeconomic Status- Cultural Study. *Social Behavior and Personality*, 24 (1). 2-18.
- 22- Seligman. M. E.: Nolen, N. P. : Hochsem, A. N.: Thomson, N. S & Thomson. G. K. (1990). *Heamed optimism*. New York : Norton.
- 23- Colligan, R. C. : Offord, K.: Malinchoc, M.: Schulman, P., & Seligman, M. (1994). " Caveing The MMPI For an Optimism- Pessimism Scale: Selig man Attributional model and the Assessment of Explanatory Style" *Journal of Clinical Psychology* Vol. 50, No. 1. 71-95.
- 24- Gvndall, V. C. (1969). Sex Differences in forcement. in C. P. Smilh (Ed). *Achievement Related motives in Children*. New York: Russell Sage.

ملحق (1)

أسماء الخبراء

أسماء الخبراء حسب التخصص ومكان العمل

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1-	د. هناء رجب الدليمي	قياس وتقييم	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية
2-	د. وجدان عبد الأمير	قياس وتقييم	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية
3-	د. خليل إبراهيم السامرائي	إدارة تربوية	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية
4-	د. اكرام دحام زغير	إرشاد تربوي	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية
5-	د. نشعة كريم عذاب	إرشاد تربوي	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية
6-	د. عبد الله العبيدي	قياس وتقييم	الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية

ملحق (2)

ورقة تعليمات الإجابة

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

قسم معلم الصفوف الأولى

عزيزي الطالب .....

عزيزتي الطالبة .....

تحية عطرة وسلام ...

بهدف إجراء دراسة حول توقعات طلبة الجامعة وتوجهاتهم نحو بعض المواقف المهمة في حياتهم، وضعت الباحثة عدداً من المواقف اللفظية على شكل فقرات يحتوي كل منها بديلين للإجابة هما (أ ، ب) ويمثل كل بديل توجهاً معيناً قد ينطبق عليك .  
لذلك نرجو الباحثة من فضلك ...

أن تقرأ كل فقرة من فقرات المقياس طياً بعناية ودقة، وتقرر إلى أي حد يعد أحد البديلين ( أ ) أو (ب) في كل فقرة مميزاً لمشاعرك وسلوكك وتوجهك نحو المجالات المهمة في الحياة بكل صراحة، سيما أن إجابتك سرية ولا يطلع أي فرد سوى الباحثة .  
تعليمات الإجابة :

- 1- أرجو منك ملء المعلومات الخاصة بك في أعلى ورقة الإجابة .
- 2- أرجو أن تكون إجابتك باختيار أحد البديلين (أ) أو (ب) لكل فقرة والذي ينطبق عليك أكثر من البديل وذلك بوضع دائرة حول الخاص لكل بديل في ورقة الإجابة الخاصة .
- 3- أرجو منك الإجابة بصراحة وبسرعة على كل الفقرات بعد قراءتك كل فقرة وبدليها بعناية ودقة .

تقبل خالص شكر والتقدير

الباحثة

د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

### ملحق (3)

#### فقرات المقياس

- 1- إذا ما عم الشر في معظم الأمور أتوقع أنني :  
أ - سأنظر بمنظار أسود إلى كل العالم .  
ب- سألتزم التعامل مع الخير في العالم وأن كان ضئيلاً .
- 2- إذا توقعت أحداثاً سارة ستحدث في حياة الآخرين فإنني :  
أ - سأعمل على أخبارهم بها لأسعدهم .  
ب- سأتغاضى عن أخبارهم بها خشية أن تخالف توقعي .
- 3- إن الحديث عن الزمن ودوره في تقرير مصير الإنسان يجعلني اعتقد أنه يخبئ لي :  
أ - مآسي وآلاماً تؤدي إلى الأسوأ .  
ب- أحداثاً سارة تؤدي إلى الأفضل .
- 4- لو حدثت عاصفة ترابية في الجو ليلة أحد الأيام أتوقع إنها :  
أ - ستسوء صباحاً فتتحول إلى أعاصير وزوابع .  
ب- ستتحسن صباحاً ويكون الغد يوماً مشرقاً نقياً .
- 5- عندما أتطلع إلى المستقبل وأنا في المراحل الأخيرة من الدراسة فإنني :  
أ - أترقب النجاح لأعيش المستقبل العملي برؤيا مضيئة .  
ب- أتوقع الفشل فيه لأن دراستي لا تعني شيئاً في المستقبل العملي .
- 6- لو كنت أحد المدعويين لحفلة ما أعتقد أنني :  
أ - سأحضرها لاستمتع بفقراتها وأبهج كل المدعويين .  
ب- لن أحضرها لأنها لا تسرني مهما تنوعت فقراتها .
- 7- لو شعرت بأن الظلم قد يزداد يوماً بعد آخر في العالم فاعتقد :  
أ - أنه سيسود في النهاية بين الناس .  
ب- لا أفقد الأمل بتحقيق العدالة في نهاية المطاف .
- 8- عندما أفكر في أجل الإنسان الذي يوافيه في هذه الحياة فإنني :  
أ - أتمنى أن أعيش طويلاً لأحظى بكل ملذاتها .  
ب- ارتقب الموت لأن فيه الخلاص الوحيد من ضيقها .
- 9- اعتقد أن علاقاتي مع الآخرين وأنا أعيش معهم يجعلني :  
أ - لا اختار أياً منهم لصعوبة إيجاد أصدقاء بالمعنى الحقيقي .  
ب- أرغب باختيار أصدقائي الحقيقيين من بينهم .
- 10- إذا كانت دورة العالم في أحداثه أشبه بدورة العجلة لذلك أتوقع أننا :  
أ - سرعان ما سنحقق كل الطموحات ونصل إلى ما نصبوا إليه .  
ب- سننتهي من حيث بدأنا ونعود إلى ما كنا عليه .

- 11- لو أنني تعرضت لضغوط الحياة المختلفة اعتقد :  
أ - أن حالتي الصحية ستسوء من إرهاقي في مواجهة شدتها .  
ب- أنني سأتحمل كل الارهاق رغم شدتها .
- 12- عندما أعيش أحداث يومي اعتقد أن كثرة المشكلات فيها ستجعلني أشعر بأني :  
أ - أموت في اليوم مائة مرة .  
ب- قادر على تحملها بوصفها حالة طبيعية .
- 13- عندما ألمس نعمة الله Y فأني :  
أ - أقبلها وأدعوه أن يديمها علي .  
ب - أرى أن الخير فيها أقل بكثير من الذي أنعمه على الآخرين .
- 14- عندما أتعرض لمشاحنة مع أحد الأشخاص فأني سأبدأ بالتحدث إلى نفسي كي :  
أ - ألومها لأنها لم تحتاط قبل الوقوع في المشاحنة .  
ب- أرفع همتها وأشجعها لمعالجة المشاحنة .
- 15- عندما أفكر بالهدف من وجود الإنسان في هذه الحياة اعتقد :  
أ - أن وجوده فيها لكي يحقق الخير والعدالة .  
ب- أنه لا داعي لحياته فهو سيعيش ليتألم ويحزن .
- 16- إذا سنحت لي فرصة زيارة معرض للقصص اعتقد أنني سأختار منها ذات العناوين :  
أ - المؤلمة التي تحرك مشاعري الإنسانية .  
ب- المفرحة التي تجدد الأمل لدي بالخير .
- 17- لم طلب مني استخدام برنامج علاجي مع جماعة من الجانحين اعتقد :  
أ - أنه لا جدوى من معالجتهم بأي برنامج .  
ب- إنني سأستخدم أي برنامج قادر على تغيير سلوكهم .
- 18- إذا كانت الضغوط الخارجية تتطلب اتباع بعض الاجراءات لمواجهتها فأني :  
أ - سأتحلى بالجرأة لأنجح في تحمل عواقبها .  
ب- سأهيا مبدئياً لتحمل الفشل في مواجهتها .
- 19- اعتقد أن الاختراعات والتجارب العلمية الكونية الحديثة واكتشاف الطاقة الذرية سيؤدي إلى :  
أ - تحقيق التقدم والسعادة للبشرية .  
ب- تدمير العالم ويقرب نهاية الكون .
- 20- لو أنني نظرت إلى الدنيا وشؤونها على أساس الحظ والصدفة أتوقع أن سوء الحظ :  
أ - صدفة واحدة والحياة فيها الكثير من الصدف الأفضل .  
ب- سيلازمني ويجعلني أتعس مخلوق فيها .
- 21- إذا لجأ لي الآخرون في الاستفسار والاستشارة عن بعض الأمور المعقدة أعتقد أنني :  
أ - سوف لا أشجعهم على الخوض فيها لأن خسائرهم جسيمة .

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

- ب- سأشجع همهم للمضي قدماً نحو الأمام .
- 22- إذا كان النجاح يتطلب إرادة قوية لتحقيقه أتوقع :
- أ - سأحدد طريقي لتحقيقه بإرادتي القوية .
- ب- لن أقدر على تحقيقه رغم كل إرادتي .
- 23- إذا واجهتني مشكلة عائلية ما ولم أجد لها حلاً سريعاً أتوقع أنني :
- أ - سوف أياس في تجاوز حجمها .
- ب- سأجرب كل الحلول الممكنة لتجاوزها .
- 24- لو تعرضت لأزمة اجتماعية اعتقد إنني سأراها :
- أ - عقبة عارضة سرعان ما سأتغلب عليها .
- ب- طريقاً مسدوداً أمام تحقيق رغباتي وطموحاتي .
- 25- عندما أتعرض لبعض المواقف الغامضة في حياتي أتوقع إن :
- أ - علي توضيحها لتحمل أي نتائج تأتي منها .
- ب- كل نتائجها ستكون شديدة الوطأة علي .
- 26- إذا كان إحراز التقدم لا يتم إلا بالاجتهاد اعتقد أن :
- أ - الاجتهاد في اكتساب كل جديد سوف يسهم في إحراز أي تقدم مطلوب .
- ب- كل جهود الإنسان يستحيل عليها تحقيق أي تقدم .
- 27- لو تعرضت لموقف ضاغط اعتقد أنني سأشعر :
- أ - بالاسترخاء والهدوء في محاولاتي لامتناسص شدة ضغطه .
- ب- بالتوتر والاضطراب في محاولاتي لمواجهة شدة ضغطه .
- 28- عندما أخلد إلى النوم اعتقد أنني :
- أ - سأحلم أحلاماً جميلة وهانئة ستسعدني .
- ب- سأحلم أحلاماً مزعجة تأرق نومي .
- 29- عندما أرى العالم من حولي اعتقد أن نظرتي لحياتي فيه ستكون بمنظار يميل إلى :
- أ - التمنيات والتطلع نحو الأفضل .
- ب- النحس وسوء الحظ في كل شيء .
- 30- عندما أحاول إقامة علاقات جديدة مع الآخرين من حولي فإنني أتوقع :
- أ - أن حواجز ستكون موجودة بيني وبينهم لا يمكن تخطيها بسهولة .
- ب - إنني منفتح عليهم ولدي ثقة بالتقرب منهم .
- 31- عندما التقى الأحبة بعد غيابهم تراودني أفكار تكون لدي توقع :
- أ - بأنه سيكون آخر فاق بيننا وسيجتمع شملنا إلى الأبد .
- ب- بأنه سافارقهم مرة ثانية مدة طويلة .
- 32- عندما أقرأ مجلة اعتقد أنني سأبدأ بقراءة أخبار :

- أ - النجاح والشهرة والتقدم التقني .  
ب- الحوادث المؤلمة والفاضحة في العالم .  
33- لو أني حصلت على ورقة يا نصيب فأني أتوقع :  
أ - الفوز بها والحصول على جائزتها .  
ب- خسارتها فكل أوراق الحظ في حياتي خاسرة .  
34- عندما أفكر في مسيرة حياتي فأني كثيراً ما أتوقع أني سأكون :  
أ - شخصاً مهماً ملفتاً لأنظار الآخرين .  
ب- ضحية حادث مؤسف يودي بحياتي .  
35- لو أمعنت النظر في الأشياء من حولي اعتقد أني سأتبني وجهة نظر :  
أ - مطمئنة في كل شيء فيها .  
ب- متوجسة من كل شيء فيها .  
36- لو أني تعرضت لشدة ما في حياتي أتوقع :  
أ - أنه ما أن تفرج إلا وتجر خلفها شدة أكبر منها .  
ب - أن الفرج سيأتي بعدها وأنه سيكون قريباً .  
37- إذا واجهتني أزمة مالية فأني أتوقع :  
أ - ازديادها سوءاً وضيق الحال بعدها .  
ب- الفرج بعدها وتحسن الحال إلى رضاء .  
38- أتوقع أن ما سأحصل عليه من مكاسب الحياة سوف لا يكفيني :  
أ - مما يجعلني أحزن لقلته .  
ب- لذلك سأسعى لكسب المزيد .  
39- لو اجتمعت مع جماعة من الناس فأني أميل إلى الأحاديث التي :  
أ - تجسد التطور التقني والتقدم الذي يصله العالم .  
ب- تذكر بالآلام والشقاء والدمار المحتمل في العالم .  
40- خلال عيشي أحداث حياتي اليومية فأني أتوقع :  
أ - إنها سوف تكون سعيدة معظم الوقت .  
ب- أن الشقاء سيملؤها من بدايتها إلى آخر لحظة فيها .  
41- اعتقد أن شعوري بالحياة كثيراً ما يكون ممزوجاً :  
أ - بالضجر والاختناق لعدم وجود منافذ للتعبير والتحرر .  
ب- بإحساس كبير بالتحرر وقدرة للخوض في كل شيء .  
42- لو ألم بي قدر من أقدار الزمان أعتقد :  
أ - إنني نادراً ما سأجد أحداً يسأل عني في مصيبي .  
ب- أن الجميع سيسأل عني ويشاركني مصيبي .

## قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

43- لو تعرضت لموقف مفرح أتوقع أن إحساسي بالسرور منه سيمتدح بشيء:

أ - يفرحني فأطمئن وأنسى كل أحزاني .

ب- يخيفني من الأحزان التي قد تعقبه .

44- كثيراً ما أردد مقولة :

أ - أن العالم رديء في ذاته مهما حاول المرء في إصلاحه .

ب- لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس .

45- عندما أفكر بالمستقبل وما ستحمله طيافته أتوقع أنني سأشعر :

أ - بالمخاوف تضايقيني .

ب- بالراحة والاطمئنان .

46- عندما أفضل في مادة من المواد الدراسية أتوقع أن فشلي فيها :

أ - سيقبل فرص النجاح في بقية المواد .

ب - سيكون حافزاً لتجنب الفشل في بقية المواد .

47- لو كانت الأعمال الموكلة لي تتطلب جهداً مضاعفاً أعتقد أنني :

أ - سأبدل جهداً لإظهار كفاءتي في إنجازها .

ب- سأتذمر وأتعب لمجرد التفكير بكثرتها .

48- عندما أعلم بأن أحد معارفي أصيب بمرض عضال أتوقع :

أ - أنه سييأس من الحياة ويعيش بانتظار الموت .

ب- إنني سأتمنى أن يعيش بأمل متجدد في الشفاء .

49- عندما أنظر إلى أحد الأشخاص المتألمين أتوقع أن نظرتي له :

أ - ستزيد من الألم الذي في داخله .

ب- ستبعث في نفسه الطمأنينة .

50- عندما أتعاش مع الآخرين خلال ساعات يومي أعتقد أنني :

أ - أحذرهم حتى لا يسببوا لي الأذى .

ب- سأشعر بأنهم يريدون لي الخير دائماً .

51- إذا شعرت بوجود خطر كبير يهدد حياتي أتوقع أنني :

أ - سأوفر ما يلزم لمواجهةته والخروج منه بأقل خسارة ممكنة .

ب- سوف لا أقدر على توفير ما يكفي لمواجهةته وقد أخرج بخسارة .

52- لو وقعت في محنة وأنا أعيش حياتي الاجتماعية أعتقد :

أ - أنها ستنتهي يوماً ما وتحل محلها الراحة .

ب- أنها خلقت من أجلي وأن الشفاء مكتوب علي .

53- لو أردت شراء ملابس جديدة أعتقد أنني سأختار الملابس ذات الألوان :

# قياس التفأول والتشأؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية

م. د. إيمان عبد الكريم عبد الحسن

- أ - الداكنة والموحدة فهي رمز للوقار .
- ب- الزاهية والبسيطة فهي رمز للحبوية .

الملحق (4)

مفتاح تصحيح المقياس

رقم الفقرة في المقياس	حرفي بديلي الإجابة						
40		27		14		1	
41		28		15		2	
42		29		16		3	
43		30		17		4	
44		31		18		5	
45		32		19		6	
46		33		20		7	
47		34		21		8	
48		35		22		9	
49		36		23		10	
50		37		24		11	
51		38		25		12	
52		39		26		13	
53							