

التفكير الإيجابي وعلاقته بالمهارات الحياتية لدى عينة من طلبة السنة الرابعة معلم الصف في كلية التربية بجامعة طرطوس

د. منذر الشيخ *

د. جبران عاقل **

بتول غانم ***

(تاريخ الإيداع ٢٣ / ٩ / ٢٠٢٠ . قُبِلَ للنشر في ١ / ٣ / ٢٠٢١)

□ ملخص □

تهدف الدراسة الحالية إلى تعرّف العلاقة بين مهارات التفكير الإيجابي، والمهارات الحياتية لدى عينة من طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف، في كلية التربية بجامعة طرطوس، واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي باستخدام مقياس التفكير الإيجابي المكون من أربعة مجالات، ومقياس المهارات الحياتية المكون من تسعة مجالات، وأجري التحليل الإحصائي بالاعتماد على الحزمة الإحصائية SPSS25 باستخدام أسلوب تحليل الارتباط القانوني، حيث طُبِّقت أدوات الدراسة على عينة مكونة من ١١٥ / طالباً وطالبة؛ وتوصلت إلى النتائج الآتية:

- وجود علاقة دالة إحصائياً بين مهارات التفكير الإيجابي والمهارات الحياتية لدى طلبة السنة الرابعة

قسم معلم الصف في كلية التربية بجامعة طرطوس.

- تمتلك عينة البحث مستوى عالياً من مهارات التفكير الإيجابي.

- تمتلك عينة البحث مستوى عالياً من المهارات الحياتية.

وفي ضوء النتائج التي توصل إليها البحث قُدِّمت مجموعة من المقترحات أهمها:

- الاهتمام بالمهارات الحياتية وإجراءات ممارستها وفناتها وأساليبها؛ نظراً لأهميتها في بناء وإعداد

معلم المستقبل.

- إجراء دراسة تقييمية شاملة للمعوقات التي يمكن أن تواجه تنمية المهارات الحياتية لدى الطلبة في

جامعة طرطوس.

كلمات مفتاحية: مهارات التفكير الإيجابي - المهارات الحياتية.

* أستاذ مساعد في قسم تربية الطفل- كلية التربية- جامعة طرطوس.
** مدرس في قسم الإرشاد النفسي- كلية التربية- جامعة طرطوس
*** طالبة دراسات عليا (ماجستير)- قسم تربية الطفل- كلية التربية- جامعة طرطوس.

Positive thinking and its relationship to life skills have a sample of fourth year students, class teacher Department at the Faculty of Education at Tartous University

Dr. Munzer Al-Sheikh*

Dr. Jubran Akel**

Batoul Ghanem***

(Received 23/9 /2020. Accepted 3/1/2021)

□ ABSTRACT □

The current study aims to define the relationship between positive thinking skills and life skills among a sample of fourth-year students, classroom teacher department at the Faculty of Education at Tartous University, and the researcher adopted the descriptive analytical approach using a positive thinking scale consisting of four areas and a life skills scale consisting of nine fields, and a Statistical analysis based on the SPSS25 statistical package using the legal link analysis method, where the study tools were applied to a sample of / 115 / male and female students and reached the following results:

- There is a statistically significant relationship between positive thinking skills and life skills among the fourth year students of the class teacher section in the Faculty of Education at Tartous University.
- The research sample possesses a high level of positive thinking skills.
- The research sample possesses a high level of life skills.

Through the results of the research, the following was suggested:

- Paying attention to life skills and the procedures and methods of practicing them because of their importance in building and preparing the future teacher.
- Conducting a comprehensive evaluation study of the obstacles that may face developing students' life skills at Tartous University.

Key words: positive thinking skills - life skills

* Assistant Professor in the Department of Child Education - Faculty of Education - Tartous University.

** Teacher in the Department of Psychological Counseling - Faculty of Education - Tartous University.

*** Student (MA) - Child Education Department - Faculty of Education - Tartous University.

مقدمة

أصبحت موضوعات علم النفس الإيجابي مجال تركيز البحوث والدراسات النفسية في الآونة الأخيرة، حيث ظهر على الساحة العلمية العديد والكثير من الدراسات التي تركز على التوجيهات الأساسية لعلم النفس الإيجابي، ومن أبرزها التركيز على الجوانب الإيجابية للشخصية بدل التركيز على الاضطرابات والجوانب السلبية. ويندرج التفكير الإيجابي تحت مظلة علم النفس الإيجابي، على اعتبار الفرد كائناً يحمل جوانب إيجابية وسلبية، وإن الخبرات التي يمر بها تشكل شخصيته، ومن خلاله نسعى لفهم الانفعالات الإيجابية، وعلم النفس يهتم بدراسة المشاعر الإيجابية مثل الأمل، السعادة، الرضا، ومعرفة كيف يمكن للفرد اكتساب المهارات التي تسهم في ممارسة المشاعر بيجابية، فالفرد يولد ولديه العديد من المشاعر الإيجابية والسلبية التي تستثار من خلال المواقف وخبرات الحياة، لذا وجب معرفة مصدر هذه الأفكار وتمييزها وتكوينها، بالتالي نمو قدرات عقلية ومهارات اجتماعية تساعد على صقل شخصية الفرد، ويرتبط التفكير الإيجابي ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في كل مجالات الحياة، والفرد كي يحقق النجاح ويعيش سعيداً ويحيا حياة متوازنة يجب أن يغير نمط تفكيره وأسلوب حياته ونظرته تجاه نفسه والآخرين، والمواقف التي تحدث له والسعي الدائم إلى تطوير جميع جوانب حياته. (بوزاد؛ علة، ٢٠١٦، ١٢٥)

مما سبق فإن علم النفس الإيجابي يدعم كل ما من شأنه وقاية البشر من الوقوع في براثن الاضطرابات النفسية والسلوكية ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بقدرة الإنسان على التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة بمهارة وكفاءة عالية، نظراً لارتباطه بالعديد من المهارات الحياتية، إضافة إلى دراسة كل العوامل الفردية الاجتماعية والمجتمعية التي تجعل الحياة الإنسانية جديرة أن تعاش.

مشكلة البحث

في ظل المناخ السلبي الذي تعيشه سورية، بسبب الأزمة التي أثرت سلباً في جميع مناحي الحياة، وأدت إلى تدهور الحالة المعيشية والصحية وعدم الشعور بالأمن والطمأنينة لدى فئات المجتمع كافة؛ وبالأخص فئة الطلاب الجامعيين التي كانت محط اهتمام الباحثين، والتي أكدت أهميتها دراسات عدة كدراسة الكنج (٢٠١٤) ونعيسة (٢٠١٢)، وفي ظل تطوير المناهج المستمر الذي سلط الضوء على طلاب كلية التربية، وعلى الأدوار المأمولة منهم في مرحلة الأزمة لتخفيف معاناة التلاميذ والنهوض بهم على كل المستويات، مع مراعاة التطور العلمي والتكنولوجي واكتساب المعارف والمهارات المناسبة.

وفي دراسة استطلاعية أجرتها الباحثة في كلية التربية بطرطوس، شملت /١٥/ طالبة من طلبة السنة الرابعة من طالبات معلم الصف، طبقت من خلالها استبياناً مؤلفاً من /١٠/ بنود تبين أن /٣٣.٣٣% / منهن قدمن مفهوماً صحيحاً عن علم النفس الإيجابي و /٦٦.٦٦% / منهن لم يستطعن تقديم تصور واضح عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والمهارات الحياتية. كما أنه ومن خلال مراجعة الأدبيات المتعلقة بموضوع البحث فقد تبين وجود نقص وندرة في الأبحاث المتعلقة بالتفكير الإيجابي وعلاقته بمهارات الحياة، وانطلاقاً مما سبق تتلخص مشكلة البحث في السؤال الآتي: ماهي العلاقة بين التفكير الإيجابي ومهارات الحياة لدى طلاب كلية التربية في جامعة طرطوس؟

أهمية البحث

الأهمية النظرية:

- التعرف إلى مستويات التفكير الإيجابي لدى فئة الشباب وخصوصاً الجامعي، وعلاقته بامتلاكهم مهارات الحياة.

- أهمية دراسة العلاقة بين التفكير الإيجابي ومهارات الحياة لدى طلب قسم معلم الصف في كلية التربية بجامعة طرطوس؛ مما يسهم في الارتقاء بمستوى تفكيرهم، ورفع درجة امتلاكهم مهارات الحياة.

- إمكانية توضيح العلاقة التي تربط بين التفكير الإيجابي ومهارات الحياة لدى عينة من طلبة كلية

التربية في طرطوس

الأهمية التطبيقية:

- يعد الشباب الجامعي فئة مهمة جداً؛ لكونها فئة يعول عليها في المجتمع؛ وقد اهتم علم النفس الإيجابي بإظهار النقاط القوية التي تسهم في تبني برامج أو أساليب أو مناهج لرفع مستوى الفعالية لدى هذه الفئة؛ وبالتالي يستمد هذا البحث أهميته التطبيقية من كونه يسهم في الوقوف على مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين، ومستوى مهاراتهم الحياتية، والعلاقة فيما بينهما.

- الاستفادة من نتائج البحث في إعداد برامج وإستراتيجيات إرشادية؛ لتحسين جودة الحياة لدى طلاب كلية التربية في إعداد برامج لتطوير المهارات الحياتية؛ بهدف تنمية التفكير الإيجابي وفتح الباب أمام الباحثين للمزيد من الأبحاث في هذا الجانب المهم.

أهداف البحث

يهدف البحث إلى:

- تعرف العلاقة بين التفكير الإيجابي والمهارات الحياتية لدى أفراد عينة البحث باستخدام أسلوب التحليل القانوني.

- تعرف مستوى التفكير الإيجابي لدى أفراد عينة البحث.

- تعرف مستوى المهارات الحياتية لدى أفراد عينة البحث.

أسئلة البحث

١- ما مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف؟

٢- ما درجة المهارات الحياتية لدى طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف؟

٣- هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي وبين مهارات الحياة لدى طلبة السنة الرابعة

من قسم معلم الصف.

فرضيات البحث

يختبر البحث الفرضية الرئيسة الآتية:

لا علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارات التفكير الإيجابي وامتلاك المهارات الحياتية لدى

طلاب السنة الرابعة قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

منهج البحث

جرى اعتماد المنهج الوصفي التحليلي، الذي يفيد في رصد ظاهرة البحث كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار أو حجم الظاهرة. (ميلاد والشماس، ٢٠١٢، ٨٦).

أدوات البحث

للإجابة عن أسئلة البحث وتحقيق أهدافه استُخدمت الأدوات الآتية:

- مقياس التفكير الإيجابي ويتكون من أربعة مجالات؛ وقد أُعدَّ بالاعتماد على الأدبيات ذات الصلة.
- مقياس مهارات الحياة من إعداد الباحثة تشمل تسعة أبعاد وقد جرى إعداد مقياس مهارات الحياة بالاعتماد على العديد من الدراسات السابقة مثل (سالم، ٢٠١٥) و(وافي، ٢٠١٠) و(الحلوة، ٢٠١٤) و (حمزة، ٢٠١٧) وتقنينها بما يتناسب وظروف البحث.

مجتمع البحث وعينته

يتكون مجتمع البحث من طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف في كلية التربية بطرطوس والمكون من (١٦٣) طالباً، وتطبيق صيغة العينة من دون إعادة (العلي، ٢٠١٧، ٨) تبين أن حجم العينة كالآتي:

$$n = \frac{N * Z^2 * p(1-p)}{N * E^2 + Z^2 * p(1-p)}$$

حيث: N=163 : حجم المجتمع

E=0.05 : نسبة الخطأ المسموح به

Z=1.96 : الدرجة المعيارية عند معامل ثقة ٩٥%

P=0.5 : تقدير نسبة الخاصة في المجتمع

$$n = \frac{163 * (1.96)^2 * 0.5(1-0.5)}{163 * (0.05)^2 + (1.96)^2 * 0.5(1-0.5)}$$

$$n = 115$$

مصطلحات البحث

التفكير الإيجابي هو امتلاك الإنسان مهارات تمكنه من الممارسة الإيجابية الموجهة نحو العيش بفاعلية وسعادة ورضا، وهو أسلوب ومهارة وفن يمكن لنا أن نتعلمه ونتدرب عليه (عبد الستار، ٢٠٠٨، ١١٠) ويعرف أنه: الانتفاع بقابلية العقل اللاواعي للإقناع بشكل إيجابي؛ فإذا أردنا أن نغير سلوكنا وأداءنا فيجب أن يكون ذلك من خلال عقلنا الباطن، وهذا يعني أنه يجب أن نختار أفكاراً إيجابية جديدة ونغذيها بها مراراً وتكراراً لأن الأفكار المتكررة تترسخ في العقل اللاواعي والأفكار السلبية المتكررة تؤدي إلى إنتاج نتائج سلبية عندما تترجم الأفكار والأمنيات عن طريقه لذا يجب أن نغلب هذه الأمور كي تحقق نتائج إيجابية. (بيفر، ٢٠١١، ١٢).

وعرفته الباحثة إجرائياً أنه: الدرجة التي يحصل عليها الطلاب عن طريق الإجابة على مقياس التفكير الإيجابي المستخدم في البحث.

المهارات الحياتية: يرى (ابراهيم، ٢٠١٠، ٢٠) أن المهارات الحياتية هي مجموعة من الأنشطة والقدرات والسلوكيات والوسائل والطرق والكفاءات التي يمتلكها الفرد والتي تساعده على التفاعل الإيجابي والتكيف والتعامل بفاعلية مع متطلبات وتحديات الحياة اليومية.

وتعرفها الباحثة إجرائياً أنها: مجموعة المهارات التي تساعد الطلاب على التفاعل والنجاح في التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة؛ وتشمل مجموعة من المهارات الفردية والاجتماعية وتتمثل في (حل المشكلات، اختيار أسلوب حياة صحي، إدارة المشاعر، العمل الجماعي، الاتصال والتواصل، الاستخدام الحكيم للموارد، العمل بروح الفريق، المشاركة، المهارات الأكاديمية). وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس المهارات الحياتية.

دراسات سابقة

١- دراسة بوزاد؛ علة (٢٠١٦)، الجزائر، بعنوان: التفكير الإيجابي لدى الطلبة

الجامعيين دراسة ميدانية بالأغواط

هدفت الدراسة إلى البحث في التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين بجامعة تليجي عمار بالأغواط، ومن خلال التساؤلات الآتية:

- ما هو مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين؟ ما هي الأبعاد الأكثر شيوعاً بين

الطلبة الجامعيين؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التفكير الإيجابي وفقاً للنوع؟

وللإجابة عن هذه التساؤلات استخدم مقياس التفكير الإيجابي لعبد الستار (٢٠١٠) على عينة من الطلبة حيث بلغ عددها 633 طالباً، أما النتائج فأهمها: ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين، أما الأبعاد الأكثر شيوعاً فقد جاء الشعور العام بالرضا أولاً، ثم القبول الإيجابي للاختلاف، حب التعلم والفتح المعرفي الصحي، السماحة والأريحية، الضبط الانفعالي والتحكم، المجازفة الإيجابية، الذكاء الوجداني، التوقعات الإيجابية والتقاؤل وأخيراً تقبل المسؤولية الشخصية، أما الفروق فقد توصلت الدراسة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي لصالح الإناث.

٢- دراسة مطرش، دريد (٢٠١٣): العراق، بعنوان التفكير الإيجابي وعلاقته بالدافعية

الأكاديمية الذاتية والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى طلبة كليات التربية بجامعة بغداد والمستنصرية.

هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين المتغيرين، ومعرفة الفروق في التفكير الإيجابي بحسب النوع والتخصص، ثم تطبيق مقياس إبراهيم (٢٠١٠) للتفكير الإيجابي، ومقياس الدافعية الأكاديمية الذاتية لكوثر (٢٠١٠) على عينة قوامها (٣٤٤) طالباً وطالبة؛ وبيّنت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين التفكير والدافعية، ووجود مستوى مرتفع في التفكير الإيجابي لدى الطلبة، ووجود فروق دالة إحصائية في التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير النوع والتخصص لصالح الذكور.

٣- دراسة دندي (٢٠١٣)، سورية بعنوان العلاقة بين التفكير الإيجابي ومهارات

التواصل المدركة لدى المرشدين في مدارس محافظة دمشق الرسمية.

هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين التفكير الإيجابي ومهارات التواصل المدركة لدى المرشدين في مدارس محافظة دمشق الرسمية. وتكونت عينة الدراسة من (٣٢١) مرشداً ومرشدة، وكانت النتائج كالآتي:

- إن نمط التفكير السائد لدى المرشدين النفسيين كان إيجابياً.

- إن درجة مهارات التواصل (اللفظي-غير اللفظي) لدى المرشدين النفسيين كانت متوسطة.

- إن مهارات التواصل اللفظي كانت أكثر استخداماً لدى المرشدين النفسيين من مهارات التواصل غير اللفظي.

- يمكن التنبؤ بمهارات التواصل المدركة لدى المرشدين النفسيين من خلال التفكير الإيجابي.

٤- دراسة زميرمان (Zimmerman, 2010)، الولايات المتحدة الأمريكية بعنوان: التعلم القائم على المشاريع لبناء المهارات الحياتية في فصول الدراسات الاجتماعية للصف الثالث الثانوي.

Project based Learning for life Skills Building in 12 th Grade Social Studies Classrooms

حيث هدفت إلى تنمية المهارات الحياتية لدى الطلاب من خلال مساعدتهم على تحديد قيمة إستراتيجية التعلم القائم على المشكلات، حيث يتعلم الطلاب من خلال خبراتهم، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب بالمدرسة الثانوية بشمال كاليفورنيا، واستخدم الباحث الأسلوب الأكلينيكي في جمع البيانات من خلال المقابلات من المعلمين، وكان الهدف من ذلك هو توثيق مدى نجاح الإستراتيجية في تنمية المهارات، كما استخدم الباحث بطاقة ملاحظة لملاحظة أداء الطلاب في المهارات المختارة، وتوصلت الدراسة إلى فعالية الإستراتيجية المستخدمة في تنمية المهارات الحياتية.

التعليق على الدراسات السابقة

يتضح من الدراسات السابقة عدم وجود أية دراسة تطرقت إلى العلاقة بين التفكير الإيجابي والمهارات الحياتية، في حدود علم الباحثة، كما يلاحظ أن هناك اهتماماً ملحوظاً في السنوات الأخيرة بتنمية المهارات الحياتية، سواء على المستوى المحلي أم الدولي؛ ويتضح كذلك أنه ليس هناك تصنيف محدد وثابت للمهارات الحياتية، وإنما هناك العديد من التصنيفات التي ربما ترجع إلى اختلاف اهتمامات الباحثين وتوجهاتهم في الفترات المختلفة، وأن هناك اهتماماً كبيراً بالتفكير الإيجابي يتضح من خلال دراسة علاقته بالعديد من المتغيرات. وهو ما عزز لدى الباحثة الرغبة في التطرق للعلاقة بين التفكير الإيجابي والمهارات الحياتية.

تتفق نتائج الدراسة الحالية مع ماتوصلت إليه دراسة بوزاد وعلة (٢٠١٦) ودندي (٢٠١٣) من وجود مستوى مرتفع من مهارات التفكير الإيجابي لدى أفراد عينات الدراسات، كما تتفق مع دراسة مطرش (٢٠١٣) و دراسة زميرمان (٢٠١٠) حول وجود علاقة بين التفكير الإيجابي وبعض المهارات الحياتية.

كما اختلفت مع دراسة دندي (٢٠١٣) في امتلاك أفراد العينة مستوى متوسطاً من مهارات التواصل.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في إعداد البحث من حيث: بناء فكرته، حيث أشارت بعض الدراسات السابقة إلى أهمية التفكير الإيجابي والمهارات الحياتية. وتكوين تصور واضح عن المفاهيم والإجراءات المناسبة للدراسة. وأخذ تصور متكامل عن موضوع الدراسة، والإمام بجميع جوانبه. إضافة لبناء أدوات الدراسة المناسبة، وهي الاستبانة وتحديد نوع المعالجات الإحصائية المناسبة للدراسة.

الإطار النظري

التفكير الإيجابي المفهوم والأهمية

يعرف إبراهيم (٢٠٠٦) التفكير الإيجابي أنه: توقع النجاح في القدرة على معالجة المشكلات بتوجيه من قناعات عقلية بناءة، وباستخدام إستراتيجيات القيادة، والتي تزيد من إمداد الفرد بتقته في أدائه وسيطرته وإدارته لعمليات التفكير لديه، أما زحلو (٢٠٠٩) فعرفته أنه: فن التعامل بما هو متاح من أدوات وقدرات ووسائل للحصول على أفضل النتائج، وطريقة التفكير هي إحدى خيارات الحياة، والشخص السعيد هو من يمتلك مجموعة من طرق التفكير تمكنه من التعامل بالشكل الأمثل مع مصاعب ومواقف الحياة المختلفة (بوزاد؛ علة، ٢٠١٦، ١٢٨)، ويعرف بيفر (٢٠١١) أنه: الانتفاع بقابلية العقل اللاواعي للاقتناع بشكل إيجابي (بيفر، ٢٠١١، ١٢).

ومن هنا ندرك أهمية التفكير الإيجابي؛ فالإنسان يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره فإذا اختار أن يفكر بإيجابية يستطيع أن يزيل الكثير من المشاعر غير المرغوب بها، والتي ربما تعيقه من تحقيق الأفضل لنفسه. (كينان، ٢٠٠٦، ٥١)، ولكي تحقق النجاح وتعيش سعيداً وتحيا حياة متوازنة يجب أن يشمل التغيير طريقة التفكير، وأسلوب الحياة، والنظرة تجاه النفس، والناس، والأشياء. (مصطفى، ٢٠٠٤، ٢٣)

فالتفكير الإيجابي يساعد على إيجاد الشخصية السوية المتوافقة، التي تتمتع بمظاهر سلوكية إيجابية مثل الراحة النفسية، والطمأنينة، والكفاية في العمل، والثقة بالنفس، والتعاون، والحرص، والاستقلالية، والإيثار، والإدراك الاجتماعي، والقدرة على التوافق مع الضغوط، والقدرة على التحمل، والأمل، والقدرة على ضبط الذات، وتحمل المسؤولية، والثبات الانفعالي والقدرة على تحمل الإحباط. (الأنصاري؛ كاظم، ٢٠٠٨، ١١٢).

كما أن التفكير المتقائل والأمل، كما يطرحه ويعالجه علم النفس الإيجابي، هو أبعد ما يكون عن مجرد الاسترسال في تنمية النفس بخلاص يأتي من خلال قوى خارجية لا سيطرة عليها، أو تبديل للأحوال يحمل الفرج بعد الشدة في نوع من القدرية التي لا دور للإنسان فيها، بل على العكس يكون الإنسان هو صانع التغيير وتبديل الواقع، وتدبر وسائل السير على درب تحقيق الأهداف والفاعلية في تنفيذها. (حجازي، ٢٠١٢، ١٠٨-١١٣)

مما سبق ندرك أهمية التفكير الإيجابي للمتعلم حتى يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره، فإذا اختار أن يفكر بإيجابية يستطيع بالتالي مواجهة الضغوطات التي ربما تعيق تحقيق الأفضل لنفسه وعمله التربوي.

مفهوم المهارات الحياتية:

يظهر التسارع المعرفي والمعلوماتي في عصر الثورة التقنية المعلوماتية الحاجة المستمرة للتطوير، وذلك نظراً لظهور مفاهيم جديدة في عملية التعليم وهذا يتطلب مواكبة هذا التطور المستمر بتنمية المهارات اللازمة والمتكاملة التي تمكن المتعلم من التصرف والتعامل مع مواقف الحياة اليومية المتكررة والمتنوعة بما يساعد على حل المشكلات اليومية، لذلك من الضروري معرفة المهارات الضرورية التي تساعد المتعلم على مواجهة متطلبات الحياة اليومية ودراسة العوامل التي تؤثر فيها وتمييزها.

وقد عُرِّفت المهارات الحياتية أنها: الرغبة والمعرفة والقدرة على حل مشكلات يومية حياتية شخصية واجتماعية، أو مواجهة تحديات يومية، أو إجراء تعديلات وتحسينات في أسلوب ونوعية حياة الفرد والمجتمع.

أما جونز (Jones) فقد عرفها أنها: مجموعة العمليات والإجراءات التي من خلالها يستطيع الفرد حل مشكلة أو مواجهة تحدٍ، أو إدخال تعديلات في مجالات حياته. (خليل والبا، ١٩٩٩، ٨٦)

كما تعرف المهارات الحياتية: أنها مجموعة السلوكيات التي تعتمد على معارف ومعلومات ومهارات يدوية، واتجاهات وقيم، يحتاج كل فرد إلى إتقانها وفقاً لعمره وطبيعته مجتمعه وموقعه في هذا المجتمع، ليتفاعل بإيجابية وموضوعية مع متغيرات العصر، سواء أكانت مدركات معلومات أو مواقف أو مشكلات. (أسكوس وآخرون، ٢٠٠٥، ١٩).

التفكير الإيجابي وعلاقته بمهارات الحياة

يعد التفكير الإيجابي الضامن لإعطاء القدرة على التعامل مع قضايا الحياة وأزماتها، ويعدّ المدخل لتعديل الحالة الوجدانية، وتعزيز الصحة النفسية للفرد، ولا يعني التفكير الإيجابي أن نتغاضى عن سلبيات نواجهها في حياتنا، لأن هذا ليس من الإيجابية بل ينظر إلى سلبيات وضعية، ويعمل على تعديلها إلى الإيجابية، وبذلك يقوم الفرد بالتصدي لها ويبتعد عن الرضوخ للأفكار السلبية (Aspinwall, 2003, 12)، وتستلزم فلسفة التفكير الإيجابي تنمية المهارات الحياتية وتطبيقها في تحقيق الأهداف الشخصية، لأن التفوق الذي يسعى إليه الفرد يحتاج إلى التنمية المستمرة لمهاراته الحياتية طوال حياته، والنجاح في تحقيق الأهداف يتطلب اختيار أهداف جديدة يمكن من خلالها استخدام مهارات ومواهب الفرد، وهذا يعني أن المشاركة الحيوية الفعالة عبارة عن عملية مستمرة مكملة لتحقيق الذات. (يونس، ٢٠١١، ١٤٥).

ويرتبط التفكير الإيجابي بمهارات الحياة لأنها تعبير عن الإدراك والقدرة الذي يمتلكها الإنسان ، ولأن الحياة بالنسبة إليه هي ما يدركه منها، فقدرة الفرد ومهارته في حياته ينعكس على عمله، ويتجلى ذلك في معدل إنتاجه وكفاءته، وبالتالي شعوره بالسعادة والرضا؛ وهنا تتضح علاقتها برضا الفرد عن حياته لأنها علاقة تبادلية حيث يؤثر كل منهما في الآخر (النجار؛ الطلاع، ٢٠١٨، ٤) .

وترى الباحثة أن الدراسات شملت جميع المهارات الحياتية، وقد تشابه فيها العديد من التصنيفات ونظراً لتنوع متغيرات البحث وكثرة المهارات بشكل يجعل أن ليس بالإمكان تناول أغلب هذه المهارات؛ فقد اكتفت الدراسة الحالية بثمانٍ من المهارات، والتي تناسب موضع الدراسة والعينة المستهدفة .

الجانب العملي

جرى الاعتماد على الحزمة الإحصائية SPSS 25، وعلى مقياس ليكرت الخماسي للتعويض في أوزان الإجابات وفق الآتي:

الجدول (١) أوزان الإجابات بحسب مقياس ليكرت الخماسي^(*)

الإجابة	دائماً/موافق بشدة	غالباً/موافق	أحياناً/محايد	نادراً/غير موافق	أبداً/موافق
الرمز	٥	٤	٣	٢	١

(*) مقياس ليكرت: هو أسلوب لقياس السلوكيات و التفضيلات يستعمل في الاختبارات النفسية استنبطه عالم النفس والإحصاء الأمريكي رينيس ليكرت، وشرحه في كتابه (أسلوب لبحث مقياس السلوكيات) الصادر عام ١٩٣٢، يستعمل في الاستبيانات وبخاصة في مجال الإحصاءات. ويعتمد المقياس على ردود تدل على درجة الموافقة أو الاعتراض على صيغة ما.

اعتدالية توزيع البيانات

بما أن حجم العينة كبير ($115 < 30$) فإنه وبحسب نظرية النهاية المركزية وقانون الأعداد الكبيرة كلما ازداد حجم العينة n فإن التوزيع لمتوسط هذه المتغيرات العشوائية يقترب من التوزيع الطبيعي. بالتالي فإنه يمكن التوصل إلى أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي. (شبيجل وآخرون، ٢٠٠٤، ص ٦٥-٦٦)

الخصائص السيكو مترية لأدوات الدراسة

صدق المقياس

يقصد بالصدق: شمول المقياس كل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى، بحيث تكون مفهومة لمن يستخدمها، كما يقصد بالصدق أن أداة القياس تقيس ما وضعت لقياسه ولا تقيس شيئاً آخر، وتعد الدراسة صادقة إذا حددت مدى صلاحية درجاتها (العلي، ٢٠١٨، ٣٧)، ومن أجل التحقق من صدق أداة الدراسة قامت الباحثة بالتأكد من صدق المقياسين بطريقة الصدق البنائي وفق الآتي:

أولاً: صدق المقياس البنائي:

ويقصد بالصدق البنائي: مدى اتساق كل محور من محاور المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس الذي يتبع له، ويعدُّ أحد مقاييس صدق أداة الدراسة، حيث يقيس مدى تحقق الأهداف التي تسعى الأداة الوصول إليها.

١ - الصدق البنائي لمقياس التفكير الإيجابي: ولتحقيق ذلك جرى حساب الصدق البنائي للأداة؛ وذلك

بحساب معاملات الارتباط بين كل محور من المحاور والدرجة الكلية للاستبيان وفق الآتي:

الجدول (٢) معاملات الارتباط المحسوبة بين درجة كل محور والدرجة الكلية لبنود مقياس التفكير الإيجابي

Correlations		
المتغيرات المستقلة (x)		الدرجة الكلية
التوقعات الإيجابية (x1)	Pearson Correlation	.884**
	Sig. (2-tailed)	0.000
النظرة التفاؤلية (x2)	Pearson Correlation	.560**
	Sig. (2-tailed)	0.000
تقبل الإحباط (x3)	Pearson Correlation	.579**
	Sig. (2-tailed)	0.000
التحدي للمواجهة (x4)	Pearson Correlation	.843**
	Sig. (2-tailed)	0.000

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

المصدر: مخرجات SPSS 25

من الجدول (٢) يتبين وجود علاقة ارتباط معنوية قوية بين كل محور من محاور مقياس التفكير الإيجابي والدرجة الكلية للمقياس، حيث قيمة احتمال الدلالة لكل المحاور أصغر من مستوى الدلالة ($\text{sig} > 0.05$). وبالتالي وبما أن محاور المقياس تتمتع بدرجة ارتباط معنوية مع الدرجة الكلية للمقياس، فإنه يمكن القول إن أداة الدراسة تتمتع بصدق بنائي جيد. بمعنى أن محاور الأداة صادقة ومتسقة لما وضعت لقياسه.

٢- الصدق البنائي لمقياس المهارات الحياتية

الجدول (٣) معاملات الارتباط المحسوبة بين درجة كل محور والدرجة الكلية لبنود مقياس المهارات الحياتية

Correlations					
الدرجة الكلية لمقياس المهارات الحياتية	المتغيرات التابعة (y)		الدرجة الكلية لمقياس المهارات الحياتية	المتغيرات التابعة (y)	
.197 *	Pearson Correlation	مهارة الاستخدام الحكيم للموارد (y6)	.636**	Pearson Correlation	مهارة حل المشكلات (y1)
	Sig. (2-tailed)			Sig. (2-tailed)	
0.035			0.000		
.515**	Pearson Correlation	مهارة العمل بروح الفريق (y7)	.431**	Pearson Correlation	مهارة اختيار أسلوب حياة صحي (y2)
	Sig. (2-tailed)			Sig. (2-tailed)	
0.000			0.000		
.607**	Pearson Correlation	مهارة المشاركة (y8)	.453**	Pearson Correlation	مهارة إدارة المشاعر (y3)
	Sig. (2-tailed)			Sig. (2-tailed)	
0.000			0.000		
.618**	Pearson Correlation	المهارة الأكاديمية (y9)	.382**	Pearson Correlation	مهارة العمل الجماعي (y4)
	Sig. (2-tailed)			Sig. (2-tailed)	
0.000			0.000		
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed). * . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).			.662**	Pearson Correlation	مهارة الاتصال والتواصل (y5)
				Sig. (2-tailed)	
			0.000		

المصدر: مخرجات SPSS 25

من الجدول (٣) يتبين وجود علاقة ارتباط معنوية قوية بين كل محور من محاور مقياس المهارات الحياتية والدرجة الكلية للمقياس، حيث قيمة احتمال الدلالة لكل المحاور أصغر من مستوى الدلالة ($sig > 0.05$).

وبالتالي وبما أن محاور المقياس تتمتع بدرجة ارتباط معنوية مع الدرجة الكلية للمقياس، فإنه يمكن القول إن أداة الدراسة تتمتع بصدق بنائي جيد. بمعنى أن محاور الأداة صادقة ومتسقة لما وضعت لقياسه.

ثانياً: قياس ثبات أدوات الدراسة

يقصد بثبات المقياس أنه يعطي النتيجة نفسها لو أُعيد توزيعه أكثر من مرة، تحت الظروف والشروط نفسها، أو بعبارة أخرى، إن ثبات الاستبيان يعني الاستقرار في نتائج الاستبيان، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو أُعيد توزيعها على أفراد العينة عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، (العلي، ٢٠١٨، ٢٦)، وقد تم التحقق من ثبات أدوات الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ. وتجدر الإشارة إلى أن قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين (٠-١)، وكلما اقترب من الواحد، دلّ على وجود ثبات عالٍ، وكلما اقترب من الصفر، دلّ على ضعف الثبات. وفيما يأتي قيم معاملات الثبات الكلي لكل مقياس:

١- ثبات مقياس التفكير الإيجابي

الجدول (٤) يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لبنود مقياس التفكير الإيجابي

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.٨٠٢	30

المصدر: مخرجات SPSS 25

من الجدول (٤) يتبين أن قيمة معامل الثبات لبنود مقياس التفكير الإيجابي هو ٠.٨٠٢ وهي قيمة تشير إلى أن قيمة الثبات مرتفعة، بمعنى أن هذه البنود ذات ثبات كبير يجعلنا على ثقة بصحتها وصلاحيتها لتحليل وتفسير نتائج الدراسة الخاصة بهذا المقياس.

١- ثبات مقياس المهارات الحياتية

الجدول (٥) يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لبنود مقياس المهارات الحياتية

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.78٩	45

المصدر: مخرجات SPSS 25

من الجدول (٥) يتبين أن قيمة معامل الثبات لبنود مقياس المهارات الحياتية هو ٠.٧٨٩ وهي قيمة تشير إلى أن قيمة الثبات مرتفعة، بمعنى أن هذه البنود ذات ثبات مقبول يجعلنا على ثقة بصحتها وصلاحيتها لتحليل وتفسير نتائج الدراسة الخاصة بهذا المقياس.

الأهمية النسبية لبنود ومحاور المقياسين

جرى اعتماد مقياس ليكرت الخماسي من أجل إعطاء أوزان لإجابات أفراد عينة البحث بحسب الجدول

(١):

كما جرى حساب تقديرات الإجابة من خلال حساب مجالات التقدير وفق الآتي:

$$١- \text{حساب طول المجال: } \frac{5-1}{5} = 0.8$$

الجدول (٦) مجالات تقديرات إجابة أفراد العينة

منخفض جداً	منخفض	متوسط	عالي	عالي جداً
١-١.٧٩	١.٨-٢.٥٩	٢.٦-٣.٣٩	٣.٤-٤.١٩	٤.٢-٥

المصدر من إعداد الباحثة

الجدول (٧) مجالات تقديرات إجابة أفراد العينة وفق الوزن النسبي^(٢)

منخفض جداً	منخفض	متوسط	عالي	عالي جداً
٢٠-٣٥.٩	٣٦-٥١.٩	٥٢-٦٧.٩	٦٨-٨٣.٩	٨٤-١٠٠

المصدر من إعداد الباحثة

وللإجابة عن أسئلة البحث اعتمدت الباحثة على الحزمة الإحصائية SPSS 25 في حساب المتوسط الحسابي لكل بند من بنود المقياسين وكل مجال، كما جرى حساب الوزن النسبي (الأهمية النسبية) بالاعتماد

* الوزن النسبي = المتوسط/٥ * ١٠٠ (٥ على اعتبار أن مقياس ليكرت خماسي)

على EXCEL، حيث تمت مقارنتها بتقديرات الجدولين (٦) و (٧) وبناء عليه جرى اتخاذ قرار المستوى المتوفر.

الجدول (٨) الإحصاءات الوصفية لبنود مقياس التفكير الإيجابي

Descriptive Statistics						
المستوى	الأهمية النسبية	معامل الاختلاف cv	Std. Deviation (الانحراف المعياري)	Mean (المتوسط)	Sum (المجموع)	محاور مقياس التفكير الإيجابي
عالي	73.99	0.29	1.06	3.70	425.44	المتغير المستقل الأول (التوقعات الإيجابية)
عالي	78.70	0.20	0.77	3.93	452.5	المتغير المستقل الثاني (النظرة التفاضلية)
عالي	78.96	0.24	0.95	3.95	454	المتغير المستقل الثالث (تقبل الإحباط)
عالي	75.68	0.26	0.98	3.78	435.14	المتغير المستقل الرابع (التحدي للمواجهة)
عالي	76.63	0.25	0.94	3.83	440.63	المتوسط العام

المصدر: مخرجات SPSS 25 و Excel بتعديل من الباحثة

سؤال البحث الأول: ما مستوى التفكير الإيجابي عند طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف؟

الإجابة عن سؤال البحث الأول: من الجدول (٨) نجد أن تقدير المحاور الأربعة لمقياس التفكير الإيجابي المقياس من الدرجة العالية، والتقدير الكلي لبنود المقياس هو أيضاً من الدرجة العالية، مما يشير إلى امتلاك طلبة السنة الرابعة اختصاص معلم الصف درجة عالية من التفكير الإيجابي. كما يلاحظ انخفاض في قيمة معامل الاختلاف الأمر الذي يشير إلى عدم وجود تشتت كبير في البيانات وبالتالي فإنها تعدّ بيانات متجانسة.

الجدول (٩) الإحصاءات الوصفية لبنود مقياس مهارات الحياة

Descriptive Statistics						
المستوى	الأهمية النسبية	معامل الاختلاف cv	Std. Deviation (الانحراف المعياري)	Mean (المتوسط)	Sum (المجموع)	محاور مقياس المهارات الحياتية
عالي	68.87	0.35	1.20	3.44	396.00	متوسط مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار
عالي	80.31	0.26	1.03	4.02	461.80	متوسط مهارة اختيار أسلوب حياة صحي ومناسب
عالي	80.00	0.32	1.27	4.00	460.00	متوسط مهارة إدارة المشاعر
عالي	80.10	0.26	1.05	4.01	460.60	متوسط مهارة العمل الجماعي
عالي	70.75	0.31	1.11	3.54	406.80	متوسط مهارة الاتصال والتواصل
عالي	80.73	0.22	0.88	4.04	464.20	متوسط مهارة الاستخدام الحكيم للموارد
عالي	75.55	0.21	0.81	3.78	434.40	متوسط مهارة العمل بروح الفريق
عالي	80.45	0.19	0.77	4.02	462.60	متوسط مهارة المشاركة
عالي	77.88	0.28	1.09	3.89	447.80	متوسط المهارات الأكاديمية
عالي	77.18	0.26	1.02	3.86	443.8	المتوسط العام

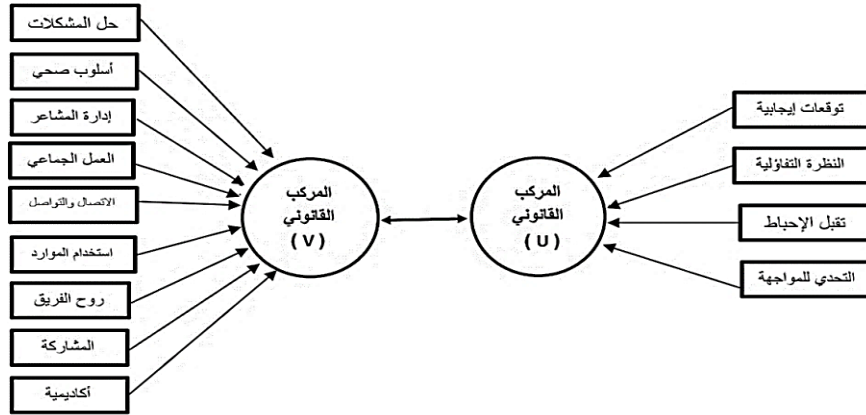
المصدر: مخرجات SPSS 25 و Excel بتعديل من الباحثة

سؤال البحث الثاني: ما درجة امتلاك طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف المهارات الحياتية؟
الإجابة عن سؤال البحث الثاني: من الجدول (٩) نجد أن تقديرات جميع المهارات هي من الدرجة العالية والتقدير الكلي لبند المقياس هو أيضاً من الدرجة العالية، مما يشير إلى امتلاك طلبة السنة الرابعة اختصاص معلم الصف درجة عالية من المهارات الحياتية، كما يلاحظ انخفاض في قيمة معامل الاختلاف الأمر الذي يشير إلى عدم وجود تشتت كبير في البيانات وبالتالي فإنها تعدّ بيانات متجانسة.

الأسلوب الإحصائي (الارتباط القانوني) Canonical Correlation

يعد الارتباط القانوني الطريقة الأنسب لدراسة العلاقة بين مهارات التفكير الإيجابي والمهارات الحياتية حيث يتم فيه إحلال كل من مجموعتي المتغيرات التابعة والمتغيرات المستقلة بتراكيب خطية لهذه المتغيرات، تسمى هذه التراكيب الخطية بالمتغيرات القانونية، والارتباط بين هذه المتغيرات القانونية بالارتباط القانوني. وهو يعد أحد الأساليب (الطرق) الإحصائية المتعددة المتغيرات، وهو من التقنيات المهمة والمتاحة؛ إذ يستخدم في الحالات التي يكون فيها مجموعة متنوعة من المتغيرات تؤثر وتتأثر في تغيراتها بمجموعة أخرى من المتغيرات. فهو يقيس ويحدد الارتباط بين مجموعتين من المتغيرات. (العلي، ٢٠٢٠، ص ٣٧٣)

وفي هذه الدراسة سيتم استخدام الارتباط القانوني لدراسة مهارات التفكير الإيجابي والتي تعدّ متغيرات مستقلة (X) وعلاقتها بالمهارات الحياتية لطلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف والتي تعدّ متغيرات تابعة (Y). والشكل (١) يعبر عن الارتباط القانوني بين المتغيرات المستقلة والتابعة:



الشكل (١) الارتباط القانوني بين المتغيرات المستقلة (مهارات التفكير الإيجابي) والمتغيرات التابعة (مهارات الحياة)

المصدر: من إعداد الباحثة

اختبار الفرضية الرئيسية: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مهارات التفكير الإيجابي وامتلاك المهارات الحياتية لدى طلاب السنة الرابعة قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.
جرى تحديد مهارات التفكير الإيجابي بأربعة متغيرات (التوقعات الإيجابية للفرد في الحياة الحالية والمستقبلية - النظرة التفاؤلية للفرد نحو المواقف والأحداث والأشخاص - تقبل الإحباط والفشل في الحياة ومحاولة التغلب عليها - التحدي لمواجهة الحياة بقدرة ذاتية). كما جرى تحديد المهارات الحياتية باستخدام تسعة متغيرات (حل المشكلات، اختيار أسلوب حياة صحي، إدارة المشاعر، العمل الجماعي، الاتصال والتواصل، الاستخدام الحكيم للموارد، العمل بروح الفريق، المشاركة، المهارات الأكاديمية)، ولدراسة العلاقة بين هذه المتغيرات مجتمعة سيتم استخدام اختبار تحليل الارتباط القانوني (Analysis Correlation Canonical) بالاعتماد على الحزمة الإحصائية SPSS25.

وقد بلغ عدد المتغيرات المستقلة (X) أربعة متغيرات تمثل متغيرات مرتبطة بمهارات التفكير الإيجابي وهي أما المتغيرات التابعة (Y) فقد بلغت تسعة متغيرات مرتبطة بالمهارات الحياتية .

تحديد معاملات الارتباط القانونية المعنوية:

يبين لنا الجدول رقم (١٠) اختبارات الثقة لمعاملات الارتباط القانوني

الجدول رقم (١٠) اختبارات الثقة لمعاملات الارتباط القانوني

Canonical Correlations							
	Correlation	Eigenvalue	Wilks Statistic	F	Num D.F	Denom D.F.	Sig.
1	1.000	2341.752	.000	1440.803	36.000	383.979	.000
2	.997	165.853	.000	478.620	24.000	299.333	.000
3	.974	18.390	.004	221.778	14.000	208.000	.000
4	.961	12.083	.076	211.459	6.000	105.000	.000

H0 for Wilks test is that the correlations in the current and following rows are zero

المصدر: مخرجات SPSS 25

يشير الجدول (١٠) إلى أن هناك أربعة معاملات ارتباط قانونية بين مهارات التفكير الإيجابي وبين المهارات الحياتية أولها وهو الأكبر وهو ارتباط تام ويبلغ (١٠٠%) والثاني ويساوي (٩٩.٧%) في حين أن معامل الارتباط الثالث يبلغ (٩٧.٤%) والرابع (٩٦.١%) وقيمة احتمال الدلالة له ($0.000 > 0.005$) وبما أن الجذر الكامن المقابل لها جميعاً كبير فإنه سيتم اعتمادها جميعاً.

كما يشير العمود الثالث من الجدول نفسه، إلى قيمة الجذر الكامن لكل متغير قانوني، كما تبين قيمة احتمال الدلالة Sig لمعاملات الارتباط الأربعة أنها أقل من مستوى الدلالة (٠.٠٥) بالنسبة إلى المتغيرات القانونية الأربعة الأولى.

تحديد معاملات الارتباط بين المتغيرات المستقلة والتراكيب الخطية الممثلة لها:

يشير الجدول رقم (١١) إلى معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية المستقلة وبين التراكيب الخطية الممثلة

لها:

جدول رقم (١١) معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية المستقلة وبين التراكيب الخطية الممثلة لها:

Set 1 Canonical Loadings				
Variable	Canon 1	Canon 2	Canon 3	Canon 4
X1	-.863-	.147	-.364-	-.317-
X2	-.718-	-.262-	.586	.268
X3	-.352-	-.874-	-.325-	-.080-
X4	-.614-	-.123-	.182	-.758-

المصدر: مخرجات SPSS 25

يوضح الجدول (١١) ارتباط أو تشبعت المتغيرات القانونية بمتغيرات مهارات التفكير الإيجابي؛ حيث يرتبط المتغير القانوني الأول (Canon1) مع المتغير (X1 التوقعات الإيجابية) بمعامل ارتباط قدره (٨٦.٣%)، ويرتبط مع المتغير (X2 النظرة التفاؤلية) بمعامل ارتباط قدره (٧١.٨%)، كما يرتبط مع المتغير (X3 تقبل الإحباط) بمعامل ارتباط وقدره (٣٥.٢%) ويرتبط مع المتغير (X4 التحدي للمواجهة) كما يبين الجدول قيم معاملات الارتباط القانونية

Canon2-Canon3-Canon4) مع المتغيرات المستقلة ويتضح أنها ليست بقوة (Canon1) ولكنها معنوية كما ورد في الجدول (١٠)

تحديد معاملات الارتباط بين المتغيرات التابعة والتراكيب الخطية الممثلة لها:

يوضح الجدول رقم (١٢) معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية التابعة وبين التراكيب الخطية الممثلة لها، وفق الآتي:

جدول رقم (١٢) معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية التابعة وبين التراكيب الخطية الممثلة لها:

Set 2 Canonical Loadings				
Variable	Canon 1	Canon 2	Canon 3	Canon 4
y1	-.638-	-.178-	-.269-	.395
y2	.005	-.114-	-.224-	-.267-
y3	.198	-.509-	-.463-	-.135-
y4	-.023-	-.178-	-.370-	.074
y5	-.826-	.159	-.260-	-.396-
y6	-.614-	.140	.145	.481
y7	-.797-	-.270-	.306	-.155-
y8	.020	-.804-	-.097-	-.342-
y9	-.706-	-.408-	-.130-	-.284-

المصدر: مخرجات SPSS 25

يوضح الجدول (١٢) ارتباط أو تشبعت المتغيرات القانونية بمتغيرات المهارات الحياتية؛ حيث يرتبط المتغير القانوني الأول (Canon1) مع المتغير (y1) بمعامل ارتباط قدره (٦٣.٨ %)، ويرتبط مع المتغير (y2) بمعامل ارتباط قدره (٠.٥ %)، كما يرتبط مع المتغير (y3) بمعامل ارتباط وقدره (١٩.٨ %) في حين يرتبط مع المتغير (y4) بمعامل ارتباط هو (٢.٣ %) ومع المتغير (y5) بمعامل ارتباط هو (82.6 %)، وهو الأقوى (٩٠.٧ %) ومع المتغير (y6) بمعامل ارتباط هو (61.4 %) ومع المتغير (y7) بمعامل ارتباط هو (79.7 %)، ومع المتغير (y8) بمعامل ارتباط هو (0.2 %)، ومع المتغير (y9) بمعامل ارتباط هو (70.6 %)، كما يبين من الجدول قيم معاملات الارتباط القانونية (Canon2، Canon3، Canon4) مع المتغيرات التابعة، ويتضح أنها ليست بقوة (Canon1) باستثناء المتغير القانوني (Canon2) مع المتغير التابع (y3، y8) حيث يرتبط معه بمعاملات ارتباط على الترتيب (٥٠.٩، ٨٠.٤) %، والمتغير القانوني (Canon3) مع المتغير التابع (y4) حيث يرتبط معه بمعامل ارتباط وقدره (٣٧ %) والمتغير القانوني (Canon4) مع المتغير التابع (y2) حيث يرتبط معه بمعامل ارتباط وقدره (26.7 %) وهي جميعها معنوية كما ورد في الجدول (١٠).

معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية للمجموعة الأولى والمتغيرات المستقلة:

يوضح الجدول رقم (١٣) معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية للمجموعة الأولى والمتغيرات المستقلة وفقاً للآتي:

الجدول رقم (١٣) معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية والمتغيرات المستقلة

Set 1 Cross Loadings				
المتغير المستقل	Canon 1	Canon 2	Canon 3	Canon 4
x1	-.863-	.147	-.355-	-.305-
x2	-.718-	-.261-	.571	.258
x3	-.351-	-.872-	-.317-	-.077-
x4	-.614-	-.122-	.177	-.729-

المصدر: مخرجات SPSS 25

يبين الجدول رقم (١٣) معاملات الارتباط بين متغيرات التفكير الإيجابي والمتغيرات القانونية الممثلة للمهارات الحياتية؛ حيث يتضح وجود علاقة مقبولة وإيجابية بين المتغير (Canon1) وبين متغيرات التفكير الإيجابي حيث كانت العلاقة الأقوى هي مع متغير التوقعات الإيجابية للفرد في الحياة الحالية والمستقبلية؛ حيث بلغ معامل الارتباط (٨٦.٣%) تلاها متغير النظرة التفاؤلية للفرد نحو المواقف والأحداث والأشخاص بمعامل ارتباط بلغ (٧١.٨%) ثم متغير التحدي لمواجهة الحياة بقدرة ذاتية بمعامل ارتباط بلغ (٦١.٤%) وأخيراً متغير تقبل الإحباط والفشل في الحياة ومحاولة التغلب عليها بمعامل ارتباط بلغ (٣٥.١%) في حين نجد أن العلاقة بين المتغير القانوني (Canon2) ومتغيرات التفكير الإيجابي أضعف (Canon1) باستثناء متغير تقبل الإحباط والفشل حيث ارتبط به بمعامل ارتباط بلغ (٨٧.٢%) وبالنسبة إلى (Canon4) فقد كانت العلاقة الأقوى مع متغير التحدي لمواجهة الحياة بقدرة ذاتية بمعامل ارتباط بلغ (٧٢.٩%).

معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية للمجموعة الأولى والمتغيرات التابعة:

يوضح الجدول رقم (١٤) معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية للمجموعة الأولى والمتغيرات التابعة وفقاً

للآتي:

الجدول رقم (١٤) معاملات الارتباط بين المتغيرات القانونية والمتغيرات التابعة

Set 2 Cross Loadings				
المتغيرات التابعة	1	2	3	4
y1	-.638-	-.177-	-.262-	.380
y2	.005	-.114-	-.218-	-.257-
y3	.198	-.508-	-.451-	-.130-
y4	-.023-	-.177-	-.360-	.071
y5	-.826-	.158	-.254-	-.380-
y6	-.614-	.140	.141	.462
y7	-.797-	-.269-	.298	-.149-
y8	.020	-.801-	-.094-	-.329-
y9	-.706-	-.406-	-.126-	-.273-

المصدر: مخرجات SPSS 25

يبين الجدول رقم (١٤) معاملات الارتباط بين متغيرات المهارات الحياتية والمتغيرات القانونية الممثلة لمتغيرات التفكير الإيجابي؛ حيث يتضح وجود علاقة مقبولة وإيجابية بين المتغير (Canon1) وبين متغيرات المهارات الحياتية؛ حيث كانت العلاقة الأقوى هي مع المتغير (الاتصال والتواصل y5) بمعامل ارتباط بلغ (٨٢.٦%)، تلتها العلاقة مع

المتغير (العمل بروح الفريق y7) بمعامل ارتباط (٧٩.٧ %) ثم العلاقة مع المتغير (المهارة الأكاديمية y9) بمعامل ارتباط (٧٠.٦ %) ومع متغير (حل المشكلات y1) بمعامل ارتباط بلغ (٦٣.٨ %) ثم مع المتغير (الاستخدام الحكيم للموارد y6) في حين نجد أن العلاقة بين المتغير القانوني (Canon2) قوية مع كل من المتغيرات (إدارة المشاعر y3) و (المشاركة y8) حيث بلغ معاملي الارتباط على الترتيب (٥٠.٨، ٨٠.١) في حين كانت العلاقة بين المتغير القانوني (Canon3) أقوى مع المتغير (العمل الجماعي y4) حيث بلغ معامل الارتباط (٣٦%)، كما كانت العلاقة بين المتغير القانوني (Canon4) أقوى مع المتغير (اختيار أسلوب حياة صحي y2) حيث بلغ معامل الارتباط (٢٥.٧) .

تحديد دوال الارتباط القانونية لمتغيرات التفكير الإيجابي ومتغيرات المهارات الحياتية:

يحدد الجدول (١٥) دوال الارتباط القانوني للمتغيرات المستقلة (Xi) (متغيرات التفكير الإيجابي) وفقاً

للآتي:

جدول (١٥) المعاملات المعيارية للتركيب الخطية الممثلة لمتغيرات مهارات التفكير وراء المعرفي

Set 1 Standardized Canonical Correlation Coefficients				
Variable	1	2	3	4
X1	-.811-	.620	-.874-	.346
X2	-.545-	-.101-	.706	.627
X3	.007	-.983-	-.452-	.045
X4	.145	-.190-	.663	-1.246-

المصدر: مخرجات SPSS 25

$$u1 = 0.811 X1 + 0.545 X2 + 0.007 X3 + 0.145 X4$$

عندما يزداد متغير (التوقعات الإيجابية للفرد في الحياة الحالية والمستقبلية X1) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن المتغير القانوني (u1) يزداد بمقدار (٠.٨١١)، وعندما يزداد متغير (النظرة التفاضلية للفرد نحو المواقف والأحداث والأشخاص X2) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن (u1) يزداد بمقدار (٠.٥٤٥)، وعندما يزداد متغير (تقبل الإحباط والفشل في الحياة ومحاولة التغلب عليها X3) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن (u1) يزداد بمقدار (٠.٠٠٧)، وعندما يزداد متغير (التحدي لمواجهة الحياة بقدرة ذاتية X4) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن (u1) يزداد بمقدار (٠.١٤٥).

$$u2 = 0.62 X1 + 0.101 X2 + 0.983 X3 + 0.19 X4$$

عندما يزداد متغير (التوقعات الإيجابية للفرد في الحياة الحالية والمستقبلية X1) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن المتغير القانوني (u2) يزداد بمقدار (٠.٦٢)، وعندما يزداد متغير (النظرة التفاضلية للفرد نحو المواقف والأحداث والأشخاص X2) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن (u2) يزداد بمقدار (٠.١٠١)، وعندما يزداد متغير (تقبل الإحباط والفشل في الحياة ومحاولة التغلب عليها X3) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن (u2) يزداد بمقدار (٠.٩٨٣)، وعندما يزداد متغير (التحدي لمواجهة الحياة بقدرة ذاتية X4) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات المستقلة الأخرى، فإن (u2) يزداد بمقدار (٠.١٩) .

$$u^3 = 0.874 X_1 + 0.706 X_2 + 0.452 X_3 + 0.663 X_4$$

$$u^4 = 0.346 X_1 + 0.627 X_2 + 0.045 X_3 + 1.246 X_4$$

يحدد الجدول (١٦) دوال الارتباط القانوني للمتغيرات التابعة (yi) (المهارات الحياتية) وفقاً للآتي:

جدول (١٦) المعاملات المعيارية للتراكيب الخطية الممثلة لمتغيرات المهارات الحياتية

Set 2 Standardized Canonical Correlation Coefficients				
المتغيرات التابعة	1	2	3	4
y1	-.078-	-.276-	-.565-	.969
y2	-.080-	.062	-.304-	.303
y3	-.043-	-.030-	-.960-	.587
y4	-.134-	-.091-	.248	.135
y5	-.435-	.830	-.085-	-1.293-
y6	-.408-	.096	.298	-.061-
y7	-.486-	-.155-	1.032	.696
y8	.061	-.589-	.951	-1.176-
y9	.060	-.652-	-1.066-	.034

المصدر: مخرجات SPSS 25

$$V_1 = 0.078 y_1 + 0.08 y_2 + 0.043 y_3 + 0.134 y_4 + 0.435 y_5 + 0.408 y_6 + 0.486 y_7 + 0.061 y_8 + 0.06 y_9$$

عندما يزداد متغير (مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار y1) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن المتغير القانوني (V1) يزداد بمقدار (٠.٠٧٨)، وعندما يزداد متغير (مهارة اختيار أسلوب حياة صحي ومناسب y2) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V1) يزداد بمقدار (٠.٠٠٨)، وعندما يزداد متغير (إدارة المشاعر y3) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V1) يزداد بمقدار (٠.٠٤٣)، وعندما يزداد متغير (مهارة العمل الجماعي y4) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V1) يزداد بمقدار (٠.١٣٤) عندما يزداد متغير (متوسط مهارة الاتصال والتواصل y5) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن المتغير القانوني (V1) يزداد بمقدار (٠.٤٣٥)، وعندما يزداد متغير (متوسط مهارة الاستخدام الحكيم للموارد y6) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V1) يزداد بمقدار (٠.٤٠٨)، وعندما يزداد متغير (متوسط مهارة العمل بروح الفريق y7) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V1) يزداد بمقدار (٠.٤٨٦)، وعندما يزداد متغير (متوسط مهارة المشاركة y8) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V1) يزداد بمقدار (٠.٠٦١). وعندما يزداد متغير (متوسط المهارات الأكاديمية y9) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V1) يزداد بمقدار (٠.٠٠٦).

$$V_2 = 0.276 y_1 + 0.062 y_2 + 0.030 y_3 + 0.091 y_4 + 0.83 y_5 + 0.096 y_6 + 0.155 y_7 + 0.589 y_8 + 0.652 y_9$$

عندما يزداد متغير (مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار y1) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن المتغير القانوني (V2) يزداد بمقدار (٠.٠٢٧٦)، وعندما يزداد متغير (مهارة اختيار أسلوب حياة صحي ومناسب y2) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V2) يزداد بمقدار (٠.٠٦٢)، وعندما يزداد

متغير (إدارة المشاعر y3) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V2) يزداد بمقدار (0.030)، وعندما يزداد متغير (مهارة العمل الجماعي y4) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V2) يزداد بمقدار (0.091) عندما يزداد متغير (متوسط مهارة الاتصال والتواصل y5) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن المتغير القانوني (V2) يزداد بمقدار (0.83)، وعندما يزداد متغير (متوسط مهارة الاستخدام الحكيم للموارد y6) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V2) يزداد بمقدار (0.096)، وعندما يزداد متغير (متوسط مهارة العمل بروح الفريق y7) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V2) يزداد بمقدار (0.155)، وعندما يزداد متغير (متوسط مهارة المشاركة y8) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V2) يزداد بمقدار (0.089). وعندما يزداد متغير (متوسط المهارات الأكاديمية y9) بمقدار وحدة واحدة مع ثبات المتغيرات التابعة الأخرى، فإن (V2) يزداد بمقدار (0.652).

$$V^3 = 0.565 y_1 + 0.304 y_2 + 0.96 y_3 + 0.248 y_4 + 0.085 y_5 + 0.298 y_6 + 1.032 y_7 + 0.951 y_8 + 1.066 y_9$$

$$V^4 = 0.969 y_1 + 0.303 y_2 + 0.587 y_3 + 0.135 y_4 + 1.293 y_5 + 0.061 y_6 + 0.696 y_7 + 1.176 y_8 + 0.034 y_9$$

نسبة التباين في المتغيرات المستقلة والتابعة المفسرة بواسطة المتغيرات القانونية:

يبين الجدول رقم (17) التباين في المتغيرات المستقلة والتابعة المفسرة بواسطة المتغيرات القانونية

جدول رقم (17) التباين في المتغيرات المستقلة والتابعة المفسرة بواسطة المتغيرات القانونية

Proportion of Variance Explained				
المتغيرات القانونية	الكفاءة المباشرة للمركبات (u1 , u2, u3, u4)	الكفاءة العابرة للمركبات (u1 , u2, u3, u4)	الكفاءة المباشرة للمركبات (v1 , v2, v3, v4)	الكفاءة العابرة للمركبات (v1 , v2, v3, v4)
Canonical Variable	Set 1 by Self	Set 1 by Set 2	Set 2 by Self	Set 2 by Set 1
1	0.44	0.44	0.293	0.293
2	0.217	0.216	0.141	0.14
3	0.154	0.146	0.076	0.072
4	0.189	0.174	0.096	0.088
TOTAL	1	0.976	0.606	0.593

المصدر: مخرجات SPSS 25

الكفاءة المباشرة:

- الكفاءة المباشرة للمركبات u1 و u2 و u3 و u4 تساوي (0.44 ، 0.217 ، 0.154 ، 0.189) أي تفسر التغيرات الحاصلة في مهارات التفكير الإيجابي 44% من التباينات الحاصلة في u1 و 21.7% من التباينات الحاصلة في u2، و 15.4% من التباينات الحاصلة في u3، و 18.9% من التباينات الحاصلة في u4 أي أن التغيرات الحاصلة في مهارات التفكير الإيجابي تفسر 100% من التباينات الحاصلة فيما بينها (متغيرات التفكير الإيجابي)

- الكفاءة المباشرة للمركبات V1 و V2 و V3 و V4 تساوي (٠.٢٩٣، ٠.١٤١، ٠.٠٧٦، ٠.٠٩٦)

أي تفسر التغيرات الحاصلة في المهارات الحياتية ٢٩.٣% من التباينات الحاصلة في V1 و ١٤.١% من التباينات الحاصلة في V2 و ٧.٦% من التباينات الحاصلة في V3 و ٩.٦% من التباينات الحاصلة في V4. أي أن التغيرات الحاصلة في مهارات الحياة تفسر ٦٠.٦% من التباينات الحاصلة فيما بينها (متغيرات مهارات الحياة)

الكفاءة العابرة:

- الكفاءة العابرة للمركبات U1 و U2 و U3 و U4 تساوي (٠.٤٤، ٠.٢١٦، ٠.١٤٦، ٠.١٧٤) أي

تفسر التغيرات الحاصلة في مهارات التفكير الإيجابي ٤٤% من التباينات الحاصلة في U1 و ٢١.٦% من التباينات الحاصلة في U2، و ١٤.٦% من التباينات الحاصلة في U3، و ١٧.٤% من التباينات الحاصلة في U4 أي أن التغيرات الحاصلة في مهارات التفكير الإيجابي تفسر ٩٧.٦% من التباينات الحاصلة في مهارات الحياة.

- الكفاءة العابرة للمركبات V1 و V2 و V3 و V4 تساوي (٠.٢٩٣، ٠.١٤، ٠.٠٧٢، ٠.٠٨٨) أي

تفسر التغيرات الحاصلة في المهارات الحياتية ٢٩.٣% من التباينات الحاصلة في V1 و ١٤% من التباينات الحاصلة في V2 و ٧.٢% من التباينات الحاصلة في V3 و ٨.٨% من التباينات الحاصلة في V4. أي أن التغيرات الحاصلة في مهارات الحياة تفسر ٥٩.٣% من التباينات الحاصلة في مهارات التفكير الإيجابي.

-نتيجة الفرضية الرئيسية:

على ضوء نتائج التحليل القانوني (الارتباط القانوني)، يتضح مدى إسهام مهارات التفكير الإيجابي في تعزيز المهارات الحياتية لدى أفراد العينة، كما تبين وجود إسهام للمهارات الحياتية في تطور مهارات التفكير الإيجابي؛ وعليه فإننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة والتي تقول بأنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مهارات التفكير الإيجابي ومهارات الحياة لدى طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف في كلية التربية بطرطوس.

الاستنتاجات والمقترحات:

الاستنتاجات:

من خلال الاختبارات التي أجريناها تم التوصل الى مجموعة من النتائج، تتمثل بالآتي:

-تؤثر مهارات التفكير الإيجابي لدى طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف في كلية التربية بجامعة طرطوس تأثيراً كبيراً في المهارات الحياتية عندهم، حيث بينت نتائج الاختبارات المطبقة وجود علاقة بينهما، وحيث إن العلاقة موجبة فهذا يعني أن العمل باتجاه تطوير وتمكين التلاميذ مهارات التفكير الإيجابي إنما ينعكس تطوراً في المهارات الحياتية لديهم.

-بحسب الجدول (١٣) تعد مهارة تقبل الإحباط والفشل لدى طلبة السنة الرابعة من قسم معلم الصف

أكثر مهارات التفكير الإيجابي تأثيراً في تطور المهارات الحياتية لديهم، بمعنى أن رفع مستوى الاهتمام بتطوير هذه المهارة لدى هؤلاء الطلبة سينعكس إيجاباً على امتلاكهم للمهارات الحياتية، تليها مهارة التوقعات

الإيجابية للفرد في الحياة الحالية والمستقبلية، ثم مهارة النظرة التفاضلية للفرد نحو المواقف والأحداث والأشخاص، ثم مهارة التحدي لمواجهة الحياة.

- يتمتع أفراد العينة من طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف بمستوى عالٍ من مهارات التفكير الإيجابي؛ حيث بلغت نسبة امتلاك أفراد العينة مهارات (التحدي لمواجهة الحياة - تقبل الإحباط- النظرة التفاضلية للفرد- التوقعات الإيجابية) على الترتيب (٧٥.٦٨ - ٧٨.٩٦ - ٧٨.٠٧ - ٧٣.٩٩)؛ في حين بلغ المستوى العام لامتلأهم مهارات التفكير الإيجابي (٧٦.٦٣) وجميعها ضمن التقدير المرتفع بحسب توصيفات الجدول (٨).

- يتمتع أفراد العينة من طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف بمستوى عالٍ من مهارات الحياة (حل المشكلات- اختيار أسلوب صحي- إدارة المشاعر- العمل الجماعي- الاتصال والتواصل- الاستخدام الحكيم للموارد- روح الفريق- المشاركة - المهارات الأكاديمية) حيث بلغت نسبة امتلاك أفراد العينة هذه المهارات على الترتيب (٦٨.٨٧ - ٨٠.٣١ - ٨٠ - ٨٠.١ - ٧٠.٧٥ - ٨٠.٧٣ - ٧٥.٥٥ - ٨٠.٤٥ - ٧٧.٨٨) ، وبناء عليه كان المستوى العام لامتلأهم المهارات الحياتية (٧٧.١٨) وهي ضمن التقدير العالي بحسب توصيفات الجدول (٩).

المقترحات:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها فإن الدراسة تقترح الآتي:

- الاهتمام بالمهارات الحياتية وإجراءات وفنيات وأساليب ممارستها؛ نظراً لأهميتها في بناء وإعداد معلم المستقبل.
- توجيه اهتمام المعنيين بإعداد المعلم بضرورة تطوير برامج الإعداد في ضوء المهارات الحياتية وأن تكون المهارات الحياتية من المقررات المميزة التي تسهم في إعداد الطلاب.
- إجراء دراسة تقييمية شاملة للمعوقات التي يمكن أن تواجه تنمية مهارات الحياة لدى الطلبة في جامعة طرطوس.
- إجراء دراسات لاحقة حول التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى التي لم يتم تناولها.
- إجراء دراسات لاحقة حول فاعلية بعض البرامج التدريبية في تنمية التفكير الإيجابي.
- إجراء دراسات لاحقة حول فاعلية بعض أساليب التدريس في تنمية التفكير الإيجابي.
- ضرورة تدريب المعلمين وتأهيلهم على كيفية إكساب الطلبة مهارات التفكير الإيجابي، من خلال المنهاج أو المواد المساعدة له، ومن خلال التدريب في دورات المناهج المطورة.

المراجع

١. إبراهيم، سليمان عبد الواحد يوسف.(٢٠١٠). *المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات رؤية سيكومترية، إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة*
٢. أسكاوس، فيليب وآخرون. (٢٠٠٥). *تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب التعليم الثانوي في إطار*
٣. الأنصاري، بدر محمد، وكاظم، علي مهدي(٢٠٠٨). *قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة*، دراسة ثقافة مقارنة بين الكويتيين والعمانيين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين. ، العدد ٩
٤. بوزاد، نعيمة؛ علة، عيشة.(٢٠١٦). *التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بالأغواط، مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد(٣)، العدد(٢)، الجزائر. ١٢٤-١٤٩.*
٥. بيفر، فيرا. (٢٠١١). *التفكير الإيجابي، ط٨، مكتبة جرير، الرياض.*
٦. حجازي، مصطفى(٢٠١٢). *إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي، التنوير للطباعة والنشر، بيروت.*
٧. الحلوة، طرفة.(٢٠١٤). *المهارات الحياتية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في ضوء التحديات المعاصرة، مجلة العلوم التربوية، المجلد(٢)، العدد(٣)، كلية التربية، الرياض. ١٧٧-٢١٨.*
٨. حمزة، ميساء.(٢٠١٧). *أثر استخدام بعض تطبيقات ويب (٢.٠) في مقرر تكنولوجيا التعليم على تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب الفرقة الثانية شعبة الفلسفة والاجتماع بكلية التربية، جامعة بنها، مصر.*
٩. خليل، محمد؛ الباز، خالد. (١٩٩٩). *دور مناهج العلوم في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ*
١٠. دندي، إيمان.(٢٠١٢). *العلاقة بين التفكير الإيجابي ومهارات التواصل المدركة لدى المرشدين في مدارس محافظة دمشق الرسمية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.*
١١. سالم، حنان.(٢٠١٥). *فعالية برنامج مقترح في ضوء نموذج (H-4) في تنمية المهارات الحياتية وعمليات العلم بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثامن الأساسي بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.*
١٢. شبيجل، موراي؛ شيلر، جون؛ سرينيفاسان، ألو.(٢٠٠٤). *الاحتمالات والإحصاء، ترجمة: محمود أبو النصر، مصطفى مصطفى، ط١، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية، القاهرة.*
١٣. عبد الحميد، إيمان سعيد(٢٠١٢). *برنامج إرشادي قائم على إستراتيجيات التفكير الإيجابي لخفض بعض المشكلة السلوكية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية، مجموعة الطفولة والتربية، المجلد(١)، العدد(١٢)، ٢٦٧-٢٦٨.*
١٤. عبد الستار، إبراهيم.(٢٠٠٨). *عين العقل دليل المعالج النفسي للعلاج المعرفي الإيجابي، دار الكتاب، القاهرة.*
١٥. العلي، إبراهيم.(٢٠١٧). *كيفية تحديد عينة حجمها n من مجتمع حجمه N، كلية الاقتصاد، جامعة تشرين، اللاذقية، سورية.*
١٦. العلي، إبراهيم.(٢٠١٨). *كيفية اختبار الفرضيات البسيطة وحساب احتمال الدلالة p أو sig، كلية الاقتصاد، جامعة تشرين، اللاذقية، سورية.*

١٧. العلي، إبراهيم.(٢٠٢٠). *أسس التحليل الإحصائي متعدد المتغيرات*، كلية الاقتصاد، جامعة تشرين، اللاذقية، سورية.
١٨. الكنج، أحمد.(٢٠١٤). *العلاقة بين جودة الحياة والدافعية الأكاديمية من منظور إيجابي لعلم النفس*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق، سورية.
١٩. كينان، كيت(٢٠٠٦). *تنظيم وتفعيل الذات*، ط١، الدار العربية للعلوم، بيروت.
- المرحلة الابتدائية، المؤتمر العلمي الثالث مناهج العلوم للقرن الحادي والعشرين، الجمعية المصرية للتربية العلمية، المجلد الثاني
٢٠. مصطفى، وفاء(٢٠٠٤). *حقق أحلامك بقوة تفكيرك الإيجابي*، ط١، دار ابن حزم، بيروت.
- مناهج المستقبل، المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية، القاهرة
٢١. ميلاد، محمود؛ الشماس، عيسى.(٢٠١٢). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*، كلية التربية، جامعة دمشق، سورية.
٢٢. النجار، يحيى؛ الطلاع، عبد الرؤوف(٢٠١٥). *التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظة غزة*، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.
٢٣. نعيمة، رغداء.(٢٠١٢). *جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين*، مجلة جامعة دمشق، المجلد(٢٨)، العدد(١)، دمشق، ١٤٥-١٨١.
٢٤. وافي، عبد الرحمن.(٢٠١٠). *المهارات الحياتية وعلاقتها بالنكاهات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
٢٥. يونس، مرعي(٢٠١١). *علم النفس الإيجابي*، ط١، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

المراجع الأجنبية

- 1- Aspinwall, Lisa G.&Staudinger,Ursula M.(2003). *Psychology of human strengths: Some central issues of an emerging field*. In Lisa G. Aspinwall and Ursula M.Staudinger , (Ed.), Amazon kindle *Psychology of human strengths :Fundamental questions and future directions for a positive psychology*
- 2- Zimmerman, Daniele (2010). *Project based Learning for life Skills Building in 12 th Grade Social Studies Classrooms: A Case Study*. Master of Science in Education, School of education, University of California.