



The Ninth International Scientific Academic Conference
Under the Title "Contemporary trends in social, human, and natural sciences"

المؤتمر العلمي الأكاديمي الدولي التاسع

تحت عنوان "الاتجاهات المعاصرة في العلوم الاجتماعية، الإنسانية، والطبيعية"

17 - 18 يوليو - تموز 2018 - اسطنبول - تركيا

<http://kmshare.net/isac2018/>

Optimism and pessimism and its relation to some variables among university students

Dr. Safaa Abdulzahra Hameed Aljaman

Department of Psychological counseling and educational guidance/ College of Education for Humanities
Republic of Iraq

Director of the Centre for the development of teaching methods and university training/Basrah University
drsafaa_aljumaan@yahoo.com

Abstract: The objective of the present study was to identify optimism and pessimism among university students and their relation to some variables. To achieve this goal, the scale of Khalil was used. After verifying its validity and stability, it was applied to a sample of (400) students. The results showed that the sample tends to be pessimistic. Males More pessimistic than females.

التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة

ا.م. د. صفاء عبدالزهره حميد الجمعان

مديرة مركز تطوير طرائق التدريس والتدريب الجامعي / جامعة البصرة

تدريسية في قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي / كلية التربية للعلوم الانسانية

جمهورية العراق

الملخص: هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات، ولتحقيق الهدف تم استخدام مقياس (خليل)، وبعد ان تم التحقق من صدقه وثباته طبق على عينة بلغت (400) طالب وطالبة وظهرت النتائج ان افراد العينة يميلون الى التشاؤم. وان الذكور اكثر تشاؤما من الاناث.



التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة

مشكلة البحث

يؤثر كل من التفاؤل والتشاؤم في تشكيل سلوك الفرد، وعلاقاته الاجتماعية وصحته النفسية والجسمية، فالمتفائل يتوقع الخير والسرور والنجاح، وينجح في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، وينظر إلى الحياة بمنظار ايجابي ويكون أكثر إشراقاً واستبشاراً بالمستقبل وبما حوله، وتشير الدراسات الى وجود ارتباط ايجابي بين التفاؤل والصحة الجسمية وارتباط ايجابي بين التشاؤم والأعراض الجسمية. اذ ان المتشائم يتوقع الشر واليأس والفشل وينظر إلى الحياة بمنظار سلبي، مما يؤثر على صحته النفسية والجسمية ويؤدي بذلك الى سوء التوافق كون الناس ترغب في صحة المتفائل و مجالسته وسماع احاديثه السارة المتفائلة ويتجنبون صحة المتشائمين الذين يرون أن الأحداث السيئة دائمية ومؤذية ويصبحون يائسين ومكتئبين بسهولة أكثر من المتفائلين ، والشخص المتفائل غالبا ما يكون لديه دافع للإنجاز ويتوقع نتائج ايجابية لعمله ، وكون طلبة الجامعة هم شريحة الشباب وامل الامة فهم اولى ان يتسموا بصفة التفاؤل فهم قادة المستقبل من جهة وهم اباء الغد من جهة اخرى لذا تطمح الشعوب ان يكون ابنائها متفائلين قادرين على مواجهة صعوبات الحياة دون الشعور باليأس والاحباط التي عدت من سمات المتشائمين، لذلك تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الاتي: هل يتمتع طلبة الجامعة بالتفاؤل ام بالتشاؤم؟

اهمية البحث

تتبع اهمية الدراسة الحالية من اهمية مفهومي التفاؤل Optimism والتشاؤم Pessimism واثرها في الصحة النفسية والجسمية، فقد اثبتت الدراسات ومنها دراسة فتشل (Fatsheh 1988) الى أن التفاؤل يرتبط ايجابياً مع الثقة بالنفس، وان المتفائلون أكثر ايجابية في سلوكهم مع أسرهم من المتشائمين.. وان الشخص المتشائم تسيطر عليه مجموعة احباطات في الحاضر تجعله غير قادر على النمو الوجداني وعلى الرغم من انه يمكن ان ينجح في بعض الاعمال المسندة اليه الا انه يتوقع الفشل والنية السيئة في كل خطوة من خطوات حياته المستقبلية مما يعيق كل تقدم وكل تطور يمكن ان يصيبه في حياته بل ستصعب شخصيته بصيغة سوداء قاتمة تتسم بالجمود لذا تعد دراسة الفرد من حيث التفاؤل والتشاؤم مهمة في فهم الحياة الانفعالية للفرد. (اسعد، 1983، ص11)



وتشير بعض الدراسات كدراسة كراندل (1972) الى ان مفهوم التفاؤل يرتبط ايجابيا مع احترام الذات والقدرة على حل المشكلات ودافع الانجاز وموقع الضبط الداخلي ونمط الشخصية (A) في حين يرتبط التشاؤم بهذه المتغيرات ارتباطا سلبيا (كراندل، 1972 ص55)، (عبدالخالق، 1999، ص46). وأشارت دراسة (Raikkonen et al, 1999) ودراسة (Creed, et al 2002)، أن التفاؤل مرتبط بالمستويات العالية من التخطيط للحياة، و الاكتشاف، و الثقة في اتخاذ القرار. أما التشاؤم فإنه يرتبط بالتردد، والحيرة في الحياة، واحترام الذات الواطي. (Raikkonen et al, 1999)، (Creed, et al 2002). والشخصية المتفائلة تعبر عن امتلاك الفرد لتوقعات ايجابية عامة نحو الاشياء التي تمر به وتولد لديه الاحباط، اذ يعد التفاؤل هنا بمثابة ميكانزم نفسي يساعد على مقاومة الكآبة والفشل والياس، اما الشخصية المتشائمة فتعبر عن امتلاك صاحبها لتوقعات سلبية عامة نحو هذه الاشياء التي تمر به وتوصله بالتالي الى حياة رتيبة تمتاز بعدم الاهتمام واللامبالاة والتعاسة (Goldman,1995,137)

إن طبيعة الحياة التي نعيشها تفرض على إنسان اليوم واقعا يشعره بأنه لا يستطيع أن يغير الكثير، مما يجعله ضحية سهلة للتشاؤم واليأس، ولا فكاك من ذلك إلا بتغيير طريقة تفكيره وحديثه لنفسه، فسمتي التفاؤل والتشاؤم كبعد اساسي للشخصية يمكن تعلمها واكتسابها من البيئة والخبرة، مما يجعل من عملية تعديلها امرا ممكنا ليصبح مدعما لشخصية الفرد بدلا من ان يكون نمطا محبطا لها. (Selgman,1995,p137)، ونظرا لأهمية التفاؤل في بناء الشخصية الإنسانية الفاعلة فقد سعت الدراسة الحالية للكشف عن مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة لوضع النتائج امام انظار المختصين لاتخاذ الاجراءات اللازمة من اجل بناء شخصيات متفائلة تتسم بالمبادرة والانتاج وتتنظر للمستقبل نظرة تفاؤلية مما تجعلهم اداة هامة من ادوات التنمية في زمن تزداد فيه الحاجة لطاقات شابة واعدة وطموحة قادرة على اتخاذ القرار تنظر للمستقبل نظرة ايجابية تفاؤلية، لذلك تتبع اهمية البحث الحالي من الاتي:

1. اهمية مرحلة الشباب والتي تتسق مع المرحلة الجامعية في بناء مستقبل البلاد.
2. ان شباب اليوم هم ابناء الغد والاباء المتفائلين سيؤثرون في ابنائهم وفي نظرة الابناء للحياة.
3. اهمية سمتي التفاؤل والتشاؤم وتأثيرهما في الشخصية والصحة النفسية والجسمية للأشخاص.
4. اعطاء صورة للمسؤولين حول مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى شريحة مهمة في المجتمع يفترض ان تكون واعية ومدركة لأهمية التفاؤل كجانب ايجابي وبعبكسه بالنسبة للتشاؤم كجانب سلبي.



اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى تعرف الاتي:

1. التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة
2. التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - اناث)
3. التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير السنة الدراسية (الاول - الرابع)
4. التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير سكن الطالب (مع أسرته - الاقسام الداخلية)

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية للعلوم الانسانية المرحلتين الاولى والرابعة للدراسة الصباحية للعام الدراسي (2016 - 2017)

تحديد المصطلحات

التفاؤل: عرفه كل من

1. منظمة الصحة العالمية (2004) تشير الى ان:
التفاؤل: هو عملية نفسية ارادية تولد افكارا ومشاعرا للرضا والتحمل والثقة بالنفس، وهو عكس التشاؤم الذي يميز الجوانب السلبية للأحداث فقط مما يستنزف طاقة المرء ويشعره بالضعف والنقص في نشاطه.
(نبيل ويزيد، 2014، ص 143)
2. Scheier & Carver (1985): التفاؤل هو النظرة الايجابية والاقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل فضلا عن الاعتقاد باحتمال حدوث الخير او الجانب الجيد من الاشياء بدلا من حدوث الشر او الجانب السيئ وعكسه التشاؤم (Scheier, & Carver, 1985,p220).
3. الحكاك: التفاؤل هو نزعة الفرد لتكوين توقعات مهمة لنتائج سارة في المجالات المهمة من حياته، والتشاؤم هو نزعة منظمة لدى الفرد لتكوين توقعات مهمة لنتائج غير سارة (الحكاك، 2001، ص14)



4. سيلجمان (Selgman 1995): التفاؤل هو الطريقة التي يفسر فيها الفرد اتجاهه نحو النجاح. فالفرد المتفائل يرى الفشل بأنه عبارة عن مصدر يساعد على التطور والنجاح. فهو يتصرف ويستجيب بفاعلية وسعادة. أي إدراك الفرد للأشياء من حوله بطريقة إيجابية
- التشاؤم: هو إدراك الفرد للأشياء والظواهر من حوله بطريقة سلبية فالفرد المتشائم يرى الفشل بأنه مأساة لا يمكن الخروج منها وهو عادة لا يستطيع وضع حلول ناجعة لمشاكله اليومية مما يجعله دائم السؤال وفي حالة من التردد والشك لا يستطيع الاعتماد على نفسه فهو كثيرا ما يطلب المساعدة من الآخرين لتأدية أبسط الأعمال.
5. عبد الخالق (2000) :

التفاؤل نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير.

التشاؤم: بأنه توقع سلبي للاحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الاسوأ ويتوقع الشر والفشل وخيبة الامل.

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف عبد الخالق للتفاؤل والتشاؤم

التعريف الاجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس (خليل) للتفاؤل والتشاؤم.

الفصل الثاني

الاطار النظري

النظريات التي فسرت التفاؤل والتشاؤم

1. نظرية التحليل النفسي

يرى فرويد ان التشاؤم لا يقع في حياة الفرد الا اذا تكونت لديه عقدة نفسية، ويعد الفرد متفائلا اذا لم يقع في حياته حادث يجعل نشوء العقدة النفسية لديه امرا ممكنا ولو حدث العكس لتحول الى شخص متشائم. (Kline & Stor, 1978, p:89) ومعنى ذلك ان الفرد قد يكون متفائلا جدا ازاء احد الموضوعات او المواقف فتقع حادثة مفاجئة له تجعله متشائما جدا من هذا الموضوع ذاته ويقصد بذلك الحالات التي تثير التفاؤل التي تكون مؤقتة وسريعة الزوال غالبا .



ويشير فرويد الى ان الاثار التي تترتب على سلوك ما في مرحلة الطفولة تؤثر في شكل ذلك السلوك في المستقبل اذ ان هناك علاقة بين التنظيم الشخصي للراشد وبين تربيته وطريقة معاملته في مرحلة الطفولة (العناني، 2000، ص 69) كما اشار الى ان الشخصية الفمية ذات الاشباع الزائد لليبدو (الاكل والشرب) تتسم بالتفاؤل فالذي شبع في طفولته سيكون عرضة للتفاؤل المفرط والحب والاعتماد على الآخرين ، اما اذا احبطت اللذة الفمية فان الشخصية تتسم بالسلوك الذي يميل الى التشاؤم والكره للآخرين و يتوقف نموه في هذه المرحلة ويكون عرضة للأفراط في التشاؤم (شلتر ، 1983، ص 50) بمعنى ان التشاؤم الفمي يعود للخبرات القاسية في هذه المرحلة اذ ان الطفل المصاب بنشوب المرحلة الفمية تكون احدى خصائص شخصيته التشاؤم اما المشبع في المرحلة الفمية فإحدى خصائص شخصيته التفاؤل (Eisler,1964,P102).

ويتفق اريكسون مع فرويد في ان المرحلة الفمية الحسية قد تشكل لدى الرضيع الاحساس بالثقة او عدمها والذي يكون المصدر الذاتي لكل من الامل والتفاؤل او اليأس والتشاؤم خلال بقية حياته. (عبدالله، 2008، ص 52).

2. النظرية السلوكية

ترى هذه النظرية ان التفاؤل والتشاؤم من بعض الرموز والاعمال يمكن ان تنتقل من شخص لآخر عن طريق التقليد والمحاكاة ويفسر هذا الانتقال في بعض رموز التفاؤل والتشاؤم وعلامتهما الني نجدها في اماكن متباعدة وازمان مختلفة . ومن ناحية اخرى يمكن ان يكون لرمز التفاؤل والتشاؤم اكثر من نشأة فقد اثبتت تجارب الفعل المنعكس الشرطي امكانية تكوين استجابة معينة للرموز او اكتساب التفاؤل والتشاؤم من الرموز بطريقة تجريبية متى توفر الدافع او المنبه .

ويرى السلوكيون ان التفاؤل والتشاؤم كغيرهم من السلوكيات يمكن تعلمها من خلال الاقتران او على اساس الفعل المنعكس الشرطي على اعتبار ان التفاؤل والتشاؤم من الاستجابات الشرطية المكتسبة فتكرار ظهور مثير ما بحادث سيء لشخص ما وتكرار هذا المثير قد يؤدي الى التشاؤم، وان ارتباط مثير ما بشيء سار يترتب على هذا المثير التفاؤل عند الشخص الاخر. (محيسن، 2012، ص 59)



3. نظرية العجز المتعلم

يرى سليجمان (Seligman) صاحب النظرية ان الالية المسؤولة عن اكتساب التفاؤل - التشاؤم انما تعود الى اسلوب التفكير الذي يمارسه الفرد في مواجهة المواقف المزعجة والمفرحة وهو ما يسمى بالاسلوب التفسيري التفاؤلي (ptimism Explantony Style) والتفسير التشاؤمي (imistic Explantony Style) (Seligman, 1990,p28) ولاحظ سليجمان ارتباط التفاؤل - التشاؤم بالأسلوب التفسيري وهي الطريقة التي يفسر بها الاشخاص كيفية وسبب الاحداث بالطريقة التي يريدونها ففي هذا النموذج التفسيري تؤثر التفسيرات السلبية للأشخاص المتعلقة بأحداث الماضي على توقعاتهم الخاصة في السيطرة على الاحداث المستقبلية وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك (Martin, 2000, p29) ويرى سليجمان اهمية مرحلة الطفولة في اكتساب التفسير التفاؤلي - التشاؤمي حيث يلعب الوالدان دورا كبيرا في تفاؤل - تشاؤم الطفل فلو كان للطفل ام متفائلة وهنا الطفل سيتعلم اسلوب التفكير التفاؤلي واذا كان للطفل ام متشائمة فسوف يتعلم الطفل منها اسلوب التفكير التشاؤمي واذا القى الشخص اللوم على الوالدين لكونه متشائما فلن يؤدي هذا تحفيزه ومتى ما اراد ان يزيل التأثير المستمر لاحد الوالدين المتشائمين من طفولته فلن يستطيع القاء اللوم على الاخرين ولن يحفز ابدًا في ابدال التشاؤم بتفاؤل لأنه سيقوي عنده الاعتقاد بان يشكل غيره والافضل من هذا هو (الخلق الذاتي) اي ان يخلق الشخص صوتا في عقله يتلاشى معه صوت الام ويصبح صوته هو الصوت الوحيد الذي يسمعه ولحسن الحظ فان دراسة سليجمان توضح ان كلا من التفاؤل والتشاؤم يمكن اكتسابهما في اي عمر لان الفرد المتشائم يمكن ان يتغير ليصبح فردا متفائلا (تشاندلر، ب ت، ص3) وطور سليجمان برنامجا لتصحيح التفسيرات المتشائمة للمشكلات ويتضمن هذا البرنامج دراسات عديدة، وفي البحث الذي اجراه سليجمان برنامجا فعلا جدا في تحويل المفكرين المتشائمين ليكونوا مفكرين متفائلين (Wiley& Jandsons, 2011, p255)

الدراسات السابقة

1. دراسة اندرسون وآخرون 1992

هدفت دراسة اندرسون وآخرون الى التنبؤ بالاكتئاب من خلال التشاؤم ازاء احداث المستقبل وتكونت العينة من (681) طالبا وطالبة من المسجلين في مقرر مدخل الى علم النفس في جامعة نيويورك الامريكية اذ تم



اختيارهم على اساس استجاباتهم لمقياس بيك للاكتئاب ثم صنفوا بعد ذلك الى ثلاث فئات : 1. مجموعة غير المكتئبين وعددهم (36) فردا ، 2. مجموعة المكتئبين بدرجة منخفضة وعددهم (15) فردا، 3. مجموعة المتوسطين في الاكتئاب وعددهم (17) فردا. كما استخدم مقياس احداث الحياة (Lsd) من اعداد الباحثين والذي يحتوي على (49) عبارة لأحداث ايجابية واخرى سلبية لقياس التشاؤم . وظهرت هذه الدراسة زيادة في تشاؤم المكتئبين وذلك باختيارهم الاحداث السلبية من قائمة احداث الحياة بنسبة تفوق مجموعة غير المكتئبين مما يشير الى ارتباط التشاؤم بالاكتئاب ومن هنا انتهى الباحثون الى القول بانه يمكننا التنبؤ بالاكتئاب من خلال النظرة المتشائمة او السلبية لأحداث الحياة في المستقبل. (Andersen,1992.p711-123)

2. دراسة عبدالخالق (1998) التفاؤل والتشاؤم وقلق الموت

هدفت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين قلق الموت والتشاؤم. ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين قلق الموت والتفاؤل بلغت عينة الدراسة (270) من طلاب جامعة الكويت من الجنسين واستخدمت القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم ومقياس قلق الموت الذي اعده (تمبلر) وظهرت النتائج ارتباطات سالبة دالة بين التفاؤل وقلق الموت وارتباطات موجبة بين التشاؤم وقلق الموت (عبدالخالق،1998،ص8-9)

3. دراسة بسيوني

التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالانجاز الاكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة
هدفت الدراسة الى اعداد مقياس للتعرف على سمتي التفاؤل والتشاؤم والتعرف على العلاقة الارتباطية بين كل من التفاؤل والتشاؤم ومتغيري الانجاز الاكاديمي والرضا عن الحياة
تكونت عينة الدراسة من 343 طالبة من كلية التربية للبنات وتم تطبيق مقياس التفاؤل / التشاؤم اعداد الباحثة.

توصلت النتائج الى انه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين درجات الطالبات الجامعيات على مقياس التشاؤم ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والانجاز الاكاديمي، كما انه توجد علاقة ارتباطية



سالبة دالة احصائيا بين درجات الطالبات الجامعيات على مقياس التفاؤل ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والانجاز الاكاديمي.

واسفرت النتائج عن وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات درجات مرتفعي ومنخفضي التفاؤل على مقياس الرضا عن الحياة والانجاز الاكاديمي لصالح مرتفعي التفاؤل اضافة الى وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات درجات مرتفعي ومنخفضي التشاؤم على مقياس الرضا عن الحياة والانجاز الاكاديمي لصالح منخفضي التشاؤم (بسيوني، 2011، ص67)

4. دراسة سيلكمان (1994)

هدفت الدراسة الى الكشف عن استجابات السلوك التفاولي والتشاؤمي لدى طلبة بنسلفانيا وقد استخدمت هذه الدراسة مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم وتوصلت الدراسة الى النتائج الاتية: ان الطلبة الجدد اظهروا ميلا نحو سمة التفاؤل افضل من الطلبة القدامى . كما خلصت الدراسة الى ان سمة التفاؤل تساعد على الانجاز والتحصيل. (Selgman, 1995)

الفصل الثالث

يتضمن هذا الفصل وصفا للطريقة والاجراءات التي اتبعتها الباحثة في تحديد مجتمع البحث والعينة واجراءات تطبيق المقياس بعد التحقق من صدقه وثباته.

منهج الدراسة

نظرا الى ان البحث الحالي يسعى الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملائمته كونه المنهج الملائم في الكشف عن مثل هذه العلاقات، ويعد المنهج الوصفي اكثر المناهج شيوعا واستخداما في الدراسات التربوية والنفسية بصفة خاصة والاجتماعية بصفة عامة، وهو لا يقتصر على جمع المعلومات وتبويبها وعرضها فقط، بل يشتمل على تحليل دقيق وتفسير عميق



لها من اجل استخلاص الحقائق والتعميمات الجديدة التي تساهم في تراكم وتقدم المعرفة الانسانية. (عليان وغنيم، 2000، ص44)

مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية للعام الدراسي (2016- 2017)

عينة البحث

بلغت عينة البحث (400) طالب وطالبة (200) من المرحلة الاولى و(200) طالب وطالبة من المرحلة الرابعة وتم اختيارهم بطريقة عشوائية وفق متغير السكن فبلغ عدد الاناث من الاقسام الداخلية (52) طالبة من المرحلة الاولى و(51) طالبة من المرحلة الرابعة وعدد الذكور (48) طالبا من المرحلة الاولى و (46) طالبا من المرحلة الرابعة. كما بلغ عدد الاناث اللواتي يعشن مع الاهل (50) طالبة من المرحلة الاولى و(47) طالبا من المرحلة الرابعة و(50) طالبا من المرحلة الاولى و(56) طالبا من المرحلة الرابعة. جدول (1)

جدول (1) عينة البحث وفق متغير الجنس والمرحلة الدراسية والسكن

المجموع	المراحل				سكن الطالب
	الرابعة		الاولى		
	مع الاهل	الاقسام الداخلية	مع الاهل	الاقسام الداخلية	
200	56	46	50	48	ذكور
200	47	51	50	52	اناث
400	102	98	100	100	المجموع

اداة البحث

استخدمت الباحثة مقياس (خليل) للتفاؤل والتشاؤم ويتكون من (32) فقرة ازاء كل فقرة خمس بدائل (دائما، كثيرا، احيانا ، قليلا، ابدا) وتأخذ الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) بالنسبة لل فقرات الايجابية والعكس بالنسبة لل فقرات السلبية وبذلك تكون اعلى درجة (160) واقل درجة (32) وبمتوسط نظري (96) درجة وكلما ترتفع



الدرجة على هذا المقياس فان ذلك يشير الى الاتجاه نحو التفاؤل وكلما قلت الدرجة يشير ذلك الى التشاؤم. (خليل، 2009، ص 35-59) ملحق (1)

صدق المقياس

يعد الصدق من اهم الخواص التي ينبغي الاهتمام بها في بناء الاختبارات فالاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس السمة او الظاهرة التي وضع من اجلها (الزوبعي واخرون، 1981، ص39)

الصدق الظاهري

وهو المظهر العام او الصورة الخارجية للمقياس من حيث نوع الفقرات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها كذلك مدى دقة التعليمات وما تتمتع به من (الغريب، 1988، ص680) عرض المقياس على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص والخبرة في مجال علم النفس والارشاد النفسي من اجل تحديد مدى تمثيلها للسمة المراد قياسها . ويرى ايبيل ان حكم الخبراء على الصدق الظاهري ذو وزن جدير بالاهتمام خاصة اذا كان الخبراء من ذوي الدراية والخبرة (Ebel, 1972,p555) ملحق (2)

ثبات المقياس Scale Reliability

من اجل تحديد ثبات المقياس استخدمت الباحثة طريقة اعادة الاختبار (Test-retest) بعد ان طبق المقياس على عينة قوامها (40) طالب وطالبة وكان معامل الثبات يساوي (0.84) وهو معامل ثبات عال.

التطبيق النهائي

بعد ان تم التحقق من الصدق والثبات طبق المقياس بصيغته النهائية على عينة البحث والبالغة (400) طالب وطالبة وتم معالجة البيانات احصائيا باستخدام الوسائل الاحصائية.



الوسائل الاحصائية

1. معامل ارتباط بيرسون
2. الاختبار التائي T-Test عينة ومجتمع
3. الاختبار التائي T-Test لعينتين متساويتين
4. الاختبار التائي T-Test لعينتين غير متساوية

الفصل الرابع

سيتم في هذا الفصل عرض النتائج التي توصل اليها البحث وتفسيرها.

الهدف الاول

1. التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة

من اجل تحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجات الكلية لأفراد العينة على مقياس التفاؤل والتشاؤم ومن ثم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري وتبين الاتي:

اظهرت نتائج التحليل الاحصائي للبيانات عدم وجود دلالة احصائية، اذ بلغ متوسط درجات افراد العينة على مقياس التفاؤل والتشاؤم (94,31) وانحراف معياري قدره (30,928) فكانت القيمة التائية المحسوبة (1,092) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (399) جدول (2)

الجدول (2) الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمجتمع على مقياس التفاؤل والتشاؤم

مستوى الدلالة 0.05	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
غير دال	1,96	1,092	399	30,928	94,31	96	400



وتشير النتيجة الى ان افراد العينة يميلون الى التشاؤم ويعود هذا الى الظروف التي يمر بها افراد المجتمع.

الهدف الثاني

التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) .
اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) فكانت قيمة المتوسط الحسابي للذكور فبلغ (85,55) وبانحراف معياري قدره (29.935) اما المتوسط الحسابي للاناث (103,07) بانحراف معياري قدره (29.386) فكانت القيمة التائية المحسوبة (5,891) جدول (3)

الجدول (3) التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق الجنس (ذكور - اناث)

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	200	85,55	29,935	5,891	1.96	دال احصائيا
اناث	200	103,07	29,386			

ومن خلال هذه النتيجة توصلت الباحثة الى وجود ارتفاع في متوسط درجات التفاؤل لدى الطلبة من الاناث مقارنة بالذكور اي ان الذكور اكثر تشاؤما من الاناث وهذا بسبب توقعاتهم السلبية نحو المستقبل.

الهدف الثالث

التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير السنة الدراسية (الاول - الرابع) فكان متوسط درجات الطلبة في المرحلة الاولى على مقياس التفاؤل - التشاؤم (100,51) وبانحراف معياري بلغ (26,397) وبلغ المتوسط الحسابي لطلبة المرحلة الرابعة (88,11) بانحراف معياري (33,755) فكانت القيمة التائية المحسوبة (4,082) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) جدول (4)



الجدول (4) التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير السنة الدراسية (الاول - الرابع)

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
الاولى	200	100,51	26,397	4,082	1.96	دال احصائيا
الرابعة	200	88,11	33,755			

اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المرحلة الاولى فهم اكثر تفاؤلا من طلبة المرحلة الرابعة وتفسر الباحثة هذا التشاؤم لكونهم على اعتاب تحمل مسؤوليات كبيرة وتكوين اسرة وعليهم تحمل اعباء الحياة وقلق من مواجهة المجهول .

الهدف الرابع

التعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير سكن الطالب (مع اسرته - الاقسام الداخلية) اظهرت النتائج وجود دلالة احصائية لصالح الطلبة الذي يعيشون مع اسرهم اذ بلغ المتوسط الحسابي (100,074) بانحراف معياري قدره (26,509) بينما بلغ المتوسط الحسابي للطلبة داخل الاقسام الداخلية (88,538) بانحراف مقداره (33,831) فكانت القيمة التائية المحسوبة (3,792) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية جدول (5)

الجدول (5) التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة وفق متغير سكن الطالب (مع اسرته - الاقسام الداخلية)

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
داخل الأقسام الداخلية	200	88,538	33,831	3.792	1.96	دال احصائيا
خارج الاقسام الداخلية	200	100,074	26,509			



يعود هذا التفاؤل لدى الطلبة الذين يعيشون مع اهلهم بإحساسهم بالامن والانتماء وسط جو من المشاعر الايجابية بالإضافة الى تلبية احتياجاتهم اليومية وتعرضهم للمشكلات يكون اقل من الطلبة داخل الاقسام الداخلية.

الاستنتاجات

1. يميل طلبة الجامعة الى التشاؤم .
2. يكون الاناث اكثر تفاؤلا من الذكور .
3. الطلبة الذين يعيشون مع ذويهم اكثر تفاؤلا من الذين يعيشون في الاقسام الداخلية

التوصيات

1. الاهتمام بمشكلات الطلبة والعمل على ازالة المعوقات.
2. تفعيل دور الوحدات الارشادية في الكليات والعمل على حل الازمات التي تواجه الطلبة

المقترحات

1. تصميم برامج ارشادية لتنمية التفاؤل لدى مختلف المراحل العمرية

المصادر

اولا: المصادر العربية

- اسعد ، يوسف ميخائيل (1983). الشخصية القوية . القاهرة، دار غريب للطباعة.
- بركات، زياد. (1998). سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي. مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي، غزة. ع 11 ص 55-78
- بسيوني، سوزان بنت صدقة بن عبدالعزيز. مجلة الارشاد النفسي - مركز الارشاد النفسي - العدد 28 - ابريل 2011

تشاندلر، ستيف. (ب. ت.). الطريقة 69: اترك التشاؤم الوراثي مئة طريقة لتحفيز نفسك كيف تكون الشخص الذي تريد. من شبكة المعلومات العالمية.

الحكاك، وجدان جعفر (2001) : بناء مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد. كلية التربية. ابن رشد.



خليل، عفراء ابراهيم. (2009). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتفاؤل – التشاؤم لدى عينة من طالبات كليتي التربية والعلوم. مجلة البحوث التربوية والنفسية العدد 20 ص 35- 59 . جامعة بغداد.
شلتر، داون. (1983). نظريات الشخصية. ترجمة احمد دلي الكربولي وعبدالرحمن القيسي. مطبعة جامعة بغداد.

عبدالخالق ، احمد محمد.(2001) التفاؤل والتشاؤم عرض لدراسات عربية. مجلة الدراسات النفسية، مجلد 11 ع2 . مصر

_____ (1999) : التفاؤل التشاؤم دراسات عربية ،مؤتمر الخدمة النفسية والتنمية، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت .

_____ .(1998). التفاؤل وصحة الجسم. دراسة عاملية، مجلة العلوم الاجتماعية. مجلد(26). ع.(2). ص9- 28.

عليان، رحي مصطفى وغنيم، عثمان محمد. (2000). مناهج واساليب البحث العلمي. ط1. دار صفاء للنشر والتوزيع. عمان. الاردن.

العناني، حنان عبدالحميد. (2000). الصحة النفسية. دار الفكر للطباعة والنشر. عمان.

محيسن، عون. (2012). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الاقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية مجلد(20) ع (2) . 53- 93

نبيل، بحري ويزيد، شويلع. (2014). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بمركز الضبط واساليب التعامل مع الضغط النفسي. مجلة جيل العلوم الانسانية والاجتماعية. ع (2). ص145-171.

المصادر الاجنبية

Andersen,S.M.,Spielman,L.A.,&Bargh, J.A,(1992). **Future events schemes and certainty about the future: Automaticity in depressive future –event predictions.** Journal of personality and social psychology.63, 711-723

Ebel,R.(1972).**Essentials of education measurement.** New Jersey: Englewood Cliff.
Fatshel, R. (1988).**Social change and self – respect.**Economic Journal.Vol.45

Goldman,D(1995). **Emotional Intelligence.** New York: Bantam books



Kline,P.&Story,R.(1978). **The dynamic PersonalityInventory what dose it measure** “British Journal of psychology Vol 136.8594

Martins,E.P. (2000). **Optimism,Pessimism and Mortality,university of Pennsylvania.**

Raikkonen – K et al . (1999). **Effects of optimism and traits anxiety on ambulatory blood Pressure and mood during everyday life. J– Pers – Soc Psychol . 1999 Jan76(1),pp104-113, U.S .A**

Scheier, M.F& Carver C.S (1985). **Optimism ,coping and health Assessment and implication of generalized out com expctance. New jersy**

Selgman,.M. (1994).**What can you change&What you can’t. New York:Knopf.**

Selgman,.M.E. (1995). **The Optimistic Child, New York: Houghton Mifflin**

Wiley& ,Jandsons. (2001). **Understanding Motivation and Emotion. United State of America**

الملاحق

ملحق (1) مقياس التفاؤل والتشاؤم

الرقم	العبارة	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
1.	اشعر ان الغد سيكون يوما مشرقاً					
2.	اتوقع ان تتحسن الاحوال مستقلاً					
3.	اشعر ان مستقبلي ياس وان الامور لن تتحسن					
4.	الامال والاحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غداً					
5.	اترقب حدوث الاسوأ باي لحظة					
6.	اوْمن بالآية القرآنية بسم الله الرحمن الرحيم فان مع العسر يسراً ان مع العسر يسراً					



					7. اتوقع حدوث امر حسنة حتى في اصعب الظروف والمواقف
					8. كل المصاعب خلقت لأجلي انا
					9. يخبئ لي الزمن مفاجآت سارة
					10. هموم الحياة لا تنتهي
					11. لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس
					12. اتوقع ان اعيش حياة تعيسة في المستقبل
					13. انا مؤمن بان الامر ستتحسن
					14. انا محظوظ في هذه الحياة
					15. افضل الموت على حياتي
					16. اتوقع الافضل
					17. الدنيا سوداء قليل مظلم
					18. تبدو لي الحياة سعيدة
					19. اقوم من مشكلة اقع في ثانية
					20. افكر في الامور المبهجة
					21. انا مقبل على الحياة بحب وامل
					22. اشعر ان الامور لن تسير لصالحني
					23. اتجنب الضحك لأنه سيلحق بأحداث سيئة
					24. اشعر ان الموت قريب مني وان عمري قصير في هذه الدنيا
					25. اتوقع حدوث امور سيئة في معظم المواقف والاقوات
					26. ستكون حياتي المقبلة سعيدة
					27. لدي شعور باني سأفارق الاحبة



					28. انظر الى الجانب المشرق المضيء من الامور
					29. اشعر انني لا استطيع التغلب على متاعبي
					30. مستقبلي باهر
					31. اشعر بهبوط همتي بالنسبة الى المستقبل
					32. البارحة افضل من اليوم وهو افضل من الغد ايضا

ملحق (2)

الخبراء حسب تخصصهم والقابهم العلمية

ت	الخبراء	التخصص	الجامعة
1.	ا. د. سناء عبدالزهرة حميد الجمعان	الارشاد النفسي	جامعة البصرة
2.	ا. د. عياد اسماعيل صالح	الارشاد النفسي	جامعة البصرة
3.	ا. د. فاضل عبدالزهرة مزعل	الارشاد النفسي	جامعة البصرة
4.	ا. د. مائدة مردان	الارشاد النفسي	جامعة البصرة
5.	ا. م. د. عبدالمحسن عبدالحسين	الارشاد النفسي	جامعة البصرة
6.	ا. م. د. عبدالكريم زاير	الارشاد النفسي	جامعة البصرة
7.	ا. م. د. عبدالكريم غالي	الارشاد النفسي	جامعة البصرة
8.	ا. م. د. هناء عبدالنبي كبن	الارشاد النفسي	جامعة البصرة