

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية

قسم: علم النفس

أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه ل م د في علم النفس

تخصص: علم النفس الإيجابي وجودة الحياة

أنماط الشخصية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة

إشرافه:

أ. د. بشلاغم يحي

من إعداد الطالبة:

بن حدو مريم

أعضاء لجنة المناقشة:

رئيسا	جامعة تلمسان	أستاذ محاضر "أ"	د. سجلماسي محمد أمين
مشرفا ومقررا	جامعة تلمسان	أستاذ التعليم العالي	أ.د. بشلاغم يحي
عضوا مناقشا	جامعة تلمسان	أستاذة محاضرة "أ"	د. طاشمة راضية
عضوا مناقشا	جامعة مستغانم	أستاذ التعليم العالي	أ. د. بن أحمد قويدر
عضوا مناقشا	جامعة وهران 2	أستاذ محاضر "أ"	د. بلعابد عبد القادر
عضوا مناقشا	جامعة سعيدة	أستاذ محاضر "أ"	د. شريفي علي

السنة الجامعية 2018 - 2019

إهداء

إلى والدي الحبيب الذي علمني النجاح والصبر أمد الله في عمري وأمتعته الصحة والعافية
وطول العمر

إلى والدتي التي علمتني وعلمتني الصواب من أجلي إلى من كان دعائها سر نجاحي
ومنازها بسلام جراحي

إلى من أثار حياتي إلى صاحب النظرات الحنونة والضحكات والإبتسامات البريئة إلى
ابني حبيبي عبد المنصف سراج حفظك الله وربك وجعلك من الصالحين إن شاء الله
إلى جميع أفراد أسرتي العزيزة كل باسمه أينما وجدوا إلى أختي وأخز إنسان على قلبي
خالتي حبيبي

إلى جميع أصدقائي الذين شاركوني مسيرة الدراسة والبحث والتدريس داخل الجامعة
وخارجها

إلى كل من ساندني وحثني ودعمني على تجاوز مصاعب الحياة وإلى أساتذتي الكرام
حملة العلم المعرفة الذين أثاروا دروبنا

إلى جميع هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع

مريه

شكر وتقدير

أتوجه بالشكر والتقدير أولاً إلى الله تعالى الذي هداني وأرشدني لإعداد البحث والصلاة والسلام على سيدنا وحبيبنا وقدوتنا محمد بن عبد الله سيد الخلق أجمعين.

كما أتقدم بوافر الشكر وتعزيز الإمتنان أزجيه لأستاذي الكريم ومعلمي الفاضل الأستاذ الدكتور بشلاغم يحيى الذي أعطاني معظم جهده ووقته ولم يبخل علي بعلمه وتوجيهاته ومتابعته المستمرة لخطوات البحث.

كما أشكر السادة الأساتذة على قبولهم مناقشة هذا العمل وعلى جهدهم ووقتهم المبذول

إلى أعز أستاذ رافقني طيلة مشواري الدراسي أرجو من الله أن يمنحه الصحة والعافية وأن يبارك له في زواجه ويرزقه الذرية السالحة وأن يجزيه عني خيراً

وفي الختام أسأل الله عز وجل أن يجعل هذا العمل وجميع أعمالنا خالصة لوجه الله الكريم، وإن أصيب فمن الله وبفضله وتوفيقه، وإن أخطأت فمن نفسي ومن الشيطان وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين أنماط الشخصية (الانبساط- الانطواء) والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة، والفروق بين الطلبة تبعاً لمتغير الجنس، التخصص، المستوى الدراسي في مستويات الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم، وكذا قيمة التنبؤ بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم بين طلبة الجامعة.

وقد استخدمنا المنهج الوصفي بنوعيه الارتباطي والسببي المقارن، على عينة عشوائية قدرها (1000) طالبا وطالبة من بعض جامعات الغرب الجزائري معتمدين على مقياس الانبساط والانطواء (من إعداد الطالبة)، ومقياس التفاؤل والتشاؤم (من إعداد الطالبة)، وقد تم تحليل المعطيات باستخدام الحزمة الإحصائية الاجتماعية (SPSS20)، وقد أظهرت النتائج أنه:

- 1- السمة السائدة بين الطلبة هي سمة الانبساط.
- 2- سمة التفاؤل هي السمة السائدة بين الطلبة الجامعيين.
- 3- توجد علاقة ارتباطية بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة.
- 4- لا توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس.
- 5- توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص.
- 6- توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.
- 7- لا توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس.
- 8- لا توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص.
- 9- توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.
- 10- الانبساط والانطواء يتنبأ بالتفاؤل والتشاؤم بين الطلبة الجامعيين بنسبة 46%.

فهرس الدراسة	
أ	إهداء
ب	شكر وتقدير
ج	ملخص الدراسة
هـ	فهرس الدراسة
ح	قائمة الجداول
ك	قائمة الأشكال
02	مقدمة الدراسة
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	
08	دراسات تناولت متغير أنماط الشخصية
22	دراسات تناولت متغير التفاؤل والتشاؤم
39	إشكالية الدراسة
43	فرضيات الدراسة
44	أهمية الدراسة
44	أهداف الدراسة
45	التعاريف الإجرائية للدراسة
الفصل الثاني: أنماط الشخصية	
48	تمهيد
48	تعريف الشخصية
53	تعريف نمط الشخصية
55	نمط الشخصية والمفاهيم المرتبطة به
58	خصائص نمط الشخصية
61	أهمية دراسة أنماط الشخصية
65	الجوانب الأساسية في دراسة نمط الشخصية
69	نظريات تفسير نمط الشخصية
74	نمط الشخصية الانبساطي
89	نمط الشخصية الانطوائي
103	أساليب دراسة وتشخيص الانطوائية والانبساطية

111	خلاصة
الفصل الثالث: التفاؤل	
113	تمهيد
113	تعريف التفاؤل
116	خصائص التفاؤل
120	أنواع التفاؤل
126	المفاهيم المرتبطة بمفهوم التفاؤل
132	العوامل المؤثرة في التفاؤل
139	فوائد التفاؤل
144	النظريات المفسرة للتفاؤل
153	خصائص الشخص المتفائل
157	خلاصة
الفصل الرابع: التشاؤم	
160	تمهيد
160	تعريف التشاؤم
162	طبيعة التشاؤم
165	التشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة به
169	أنواع التشاؤم
175	خصائص الفرد المتشاؤم
182	التشاؤم في ضوء موضوعات علم النفس الإيجابي
186	العوامل المسببة للتشاؤم
195	آثار التشاؤم على الفرد
200	بعض الآليات العلاجية للتشاؤم
205	خلاصة
الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة	
207	أولاً: الدراسة الاستطلاعية
208	أهداف الدراسة الاستطلاعية
208	عينة الدراسة الاستطلاعية

209	الحدود الزمانية
209	الحدود المكانية
209	الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية
230	ثانيا: الدراسة الأساسية
230	مجتمع الدراسة
232	عينة الدراسة الأساسية وخصائصها
236	الحدود الزمانية للدراسة الأساسية
236	أدوات الدراسة
248	الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة
	الفصل السادس: عرض نتائج الفرضيات ومناقشتها
251	1- الخصائص السيكومترية للدراسة الأساسية
267	2- عرض نتائج الفرضيات
267	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى
269	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية
272	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة
275	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة
278	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة
280	عرض ومناقشة نتائج الفرضية السادسة
285	عرض ومناقشة نتائج الفرضية السابعة
288	عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثامنة
290	عرض ومناقشة نتائج الفرضية التاسعة
295	عرض ومناقشة نتائج الفرضية العاشرة
297	مناقشة عامة لنتائج الفرضيات
299	إسهامات الدراسة
301	خاتمة عامة
305	قائمة المراجع
320	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين المجموعات الثلاث لنمط الشخصية	52
02	يقارن بين مميزات الشخصية الانبساطية والشخصية الانطوائية	102
03	يبين فيه أنواع التفاؤل	125
04	يبين ملخص للنظريات المفسرة للتفاؤل	151
05	أنواع التشاؤم وخصائصه	174
06	يمثل توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس	209
07	يمثل الفقرات المعدلة للمقياس	211
08	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة النفسية	212
09	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة	214
10	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الدراسية	216
11	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الأسرية	217
12	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود مقياس الانبساط والانطواء	218
13	يوضح معامل التمييز للمقياس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين	219
14	يوضح معامل ثبات ألفا لكرونباخ	220
15	يوضح معامل الثبات بمعادلة جوتمان	221
16	الفقرات المعدلة لمقياس التفاؤل والتشاؤم	222
17	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد توقع المستقبل	223
18	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد النظرة للحياة	225
19	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد المعاش النفسي والعلائقي	226
20	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود مقياس التفاؤل والتشاؤم	227
21	يوضح معامل التمييز للمقياس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين	228
22	يمثل معامل ثبات ألفا لكرونباخ	229
23	يوضح معامل ثبات المقياس	230
24	وصف مجتمع البحث	231
25	توزيع عينة البحث حسب الجامعات	232
26	توزيع عينة البحث حسب متغير الجنس	233

234	توزيع عينة البحث حسب متغير التخصص الدراسي	27
235	توزيع عينة البحث حسب متغير المستوى التعليمي	28
242	يمثل طريقة ترميز الأوزان لمتغير الجنس	29
242	يمثل طريقة ترميز الأوزان لمتغير التخصص	30
243	يمثل طريقة ترميز الأوزان لمتغير المستوى الدراسي	31
243	يمثل طريقة ترميز أوزان البنود الايجابية لمقياس الانبساط والانطواء	32
244	يمثل طريقة ترميز أوزان البنود السلبية لمقياس الانبساط والانطواء	33
249	يمثل طريقة ترميز أوزان البنود الايجابية لمقياس التفاؤل والتشاؤم	34
249	يمثل طريقة ترميز أوزان البنود السلبية لمقياس التفاؤل والتشاؤم	35
252	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة النفسية	36
253	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة	37
254	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الدراسية	38
255	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الأسرية	39
256	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود مقياس الانبساط والانطواء	40
257	يوضح معامل ثبات ألفا لكرونباخ	41
257	يوضح معامل الثبات بمعادلة جوتمان	42
258	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد توقع المستقبل	43
260	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد النظرة للحياة	44
261	يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد المعاش النفسي والعلائقي	45
262	يتضح صدق الاتساق الداخلي لبنود مقياس التفاؤل والتشاؤم	46
263	يمثل معامل ثبات ألفا لكرونباخ	47
263	يوضح معامل ثبات المقياس	48
264	يوضح سمة الانبساط السائدة بين الطلبة	49
266	يوضح سمة التفاؤل السائدة بين الطلبة	50
269	يوضح العلاقة الارتباطية بين الانبساط والانطواء وبين التفاؤل والتشاؤم	51
272	يوضح الفرق في مستوى الانبساط والانطواء وفق متغير الجنس	52
275	يوضح الفرق في مستوى الانبساط والانطواء حسب متغير التخصص	53

	الدراسي	
277	يوضح الفرق في مستوى الانبساط والانطواء باختلاف المستوى التعليمي	54
278	يمثل اختبار شيفيه البعدي	55
280	يوضح الفرق في مستوى التفاؤل والتشاؤم حسب متغير الجنس	56
283	يوضح الفرق في مستوى التفاؤل والتشاؤم حسب التخصص الدراسي	57
286	يوضح مستوى التفاؤل والتشاؤم باختلاف المستوى التعليمي	58
287	يوضح اختبار شيفيه البعدي	59
289	يوضح معامل الانحدار الخطي البسيط	60
290	يوضح تحليل تباين الانحدار الخاص بالمتغير المستقل والتفاؤل والتشاؤم	61
291	يوضح معامل بيتا لمساهمة المتغير المستقل في التنبؤ بالتفاؤل والتشاؤم	62

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
80	يوضح سمات الشخصية الانبساطية	01
85	يوضح يمثل انعكاسات الشخصية الانبساطية	02
88	يمثل سلبيات الشخصية الانبساطية	03
94	يوضح سمات الشخصية الانطوائية	04
102	يوضح ايجابيات الشخصية الانطوائية	05
110	يوضح أساليب دراسة وتشخيص الانبساطية والانطوائية	06
132	يوضح محورية التفاؤل بالمفاهيم الأخرى	07
144	يوضح فوائد التفاؤل	08
157	يوضح خصائص المتفائلين	09
165	الخصائص المحددة لطبيعة التشاؤم	10
169	محورية التشاؤم لبعض المتغيرات المرتبطة به	11
181	يوضح خصائص الفرد المتشائم	12
186	محورية التشاؤم في ظل متغيرات علم النفس الايجابي	13
195	العوامل الذاتية والموضوعية المؤدية للتشاؤم	14
200	يوضح آثار التشاؤم	15
278	يمثل المستويات التعليمية	16
287	يمثل المستويات التعليمية	17

المقدمة

المقدمة:

لقد تزايدت متطلبات الحياة الحديثة في ظل التغيرات المعاشة، وانتشار الصراعات السياسية والمشكلات الاقتصادية، فإهمال العلاقات الشخصية وتدهور القيم كلها تجعل الفرد في صراع مستمر مع الواقع المعاش، ولا يعد عصرنا هذا عصر القلق فحسب بل هو عصر القلق والضغط النفسي وهو أصعب فترة يعيشها الفرد هي فترة التوتر والإحباط والضغوطات التي يواجهها في مختلف الجوانب سواء الإنفعالية منها أو السلوكية أو ما شابه ذلك بغية الوصول إلى التكيف السوي مع بيئته ومتطلباته التي قد تفوق أحيانا قدراته، فكل فرد يلحظ الآخرين فنتبلور لديه عدة أفكار حول خصالهم ومبررات السلوكيات التي يقومون بها، والتنبؤ بهذا السلوك ومواءمة سلوكياتنا وفقا لهذه التنبؤات مع مراعاة الفروقات الفردية الموجودة بين الأشخاص ومن ثم تصنيفها إلى أنماط مختلفة، فالشخصية موضوع أثار اهتمام الكثيرين من مختلف طبقات المجتمع من شعراء وفنانين ورجال دين وسياسة وقانون وتجارة، فالشخصية في نموها وتغيرها أثناء مراحل حياة الفرد يتناولها علم النفس التربوي لأنها أحد أهداف هذا العلم متابعة نمو شخصية الطفل حتى يصبح نافعاً، وهناك عدة صعوبات في تحديد مفهوم الشخصية تحديداً دقيقاً من ذلك لأن العمليات التي تقوم بها الشخصية تتكامل وتتوحد بطريقة غير معروفة للملاحظ الخارجي فدراسة الشخصية بمنظور علمي تخصصي، فعلم النفس مثلاً يدرس الشخصية من ناحية تركيبها أو أبعادها الأساسية ونموها وتطورها ومحدداتها الوراثية والبيئية وطرق قياسها، والهدف منها هو التنبؤ بما سيكون عليه سلوك الفرد في موقف معين، حتى يمكن ضبطه والتحكم فيه، ومن جهة أخرى تعد الشخصية من الموضوعات التي يصعب الاتفاق التام على تحديد مفهومها سواء بين العوام أو بين المختصين، فالعوام ينظرون إلى الشخصية كل من وجهة نظره وأكثرهم يعرفونها بحسب الأثر الذي يحدثه الشخص في غيره من الناس سواء بمظهره الخارجي ولباسه أو طريقة حديثه مع الآخرين وأسلوبه في التعامل معهم (أبو أسعد، 2009).

فيتبع علماء نفس الشخصية مسارات مختلفة في جهودهم البحثية أحيانا تتداخل فيما بينها، إلا أنهم يختلفون فيما يدرسونه وكيف يقومون بدراسته وقد بدأ الاعتراف بالشخصية كجزء متميز من اهتمامات علم النفس وذلك عن طريق الأعمال العظيمة التي قام بها ألبرت (1937) Allport في كتاب "الشخصية تفسير نفسي"، وكتاب موراي (1983-1988) Murray "مكتشفات في الشخصية"، وبهذا المعنى فإن علم الشخصية كتخصص يعد علما شديدا الحدائة ليس له من العمر إلا ستين سنة.

وعلى الرغم من أن نظريات الشخصية ذات ماضي عريق وبارز في علم النفس وتطوره إلا أن علماء النفس لا يتفقون حول نظرية واحدة أو يعدونها النظرية المحورية فمنهم من اهتم بدراسة السمات في وصف الشخصية مثل كاتل (1933-1990) Cattell ومنهم من اهتم بتنميط الناس أي وضعهم في فئات للشخصية تشمل مجموعة من السمات ويعتقد أنها مرتبطة ببعضها مثل أيزنك (1947-1997) Eysenck وقد ظهر اتجاه حديث يختار بعض الباحثين أفضل الأفكار والمفاهيم في كل نظرية ويقومون بدمجها في نسق نظري متكامل لأن كل عالم قدم بعض الإسهامات التي يجب إهمالها أو تجاهلها.

فعلى مدى عقود عديدة تركز اهتمام علم النفس حول المشكلات والاضطرابات النفسية في حين أهملت الجوانب الإيجابية في شخصية الإنسان إلى حد كبير ولكن مع نهاية القرن العشرين بدأ اهتمام علماء النفس بالتوجه نحو مواطن القوة في شخصية الإنسان بهدف تحقيق نوعية حياة أفضل للفرد والمجتمع، وذلك في إطار ما يعرف بعلم النفس الإيجابي الذي يعد فرعا من فروع علم النفس والذي يؤكد على دراسة كل ما يؤدي إلى تحسين الأداء النفسي الوظيفي للفرد. فعلم النفس الإيجابي له عمر طويل وقديم وربما قد يكون قديما قدم البشرية، ولكن له تاريخ شديد القصر، لقد بدأ عام (1998) بعد أن تم تنصيب مارتن سليجمان M.Seligman رئيسا للجمعية الأمريكية لعلم النفس. (الصبوة، 2008)

فتقول كريستال بارك (2003) Cristal Park بأنه علم يهتم بدراسة وتحليل الخبرات الشخصية الذاتية المقدره أو ذات القيمة مثلا الرفاهية الشخصية أو جودة الوجود الذاتي الشخصي، القناعة والرضا (في الماضي) الأمل والتفاؤل (في المستقبل)، التدفق والسعادة (في الحاضر). فعلماء النفس يهتمون بالبحث على محددات السعادة البشرية والعوامل التي تؤدي بالفرد إلى العيش عيشة مرضية ومشبعة يحقق فيها طموحاته مستخدما قدراته إلى أقصى حد ممكن بغية الوصول إلى الرضا عن النفس وعن الآخرين مما يؤدي إلى تحقيق جودة الحياة التي تعتبر مفهوما حديثا ظهر في بداية النصف الثاني للقرن العشرين والذي لاقى اهتماما كبيرا في العلوم الطبيعية والعلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، فتعرفها منظمة الصحة العالمية على أنها إدراك الفرد لوضعه المعيشي في سياق أنظمة الثقافة والقيم في المجتمع الذي يعيش فيه، وعلاقة هذا الإدراك بأهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه. (Who, 1994) وبهذا الصدد قامت منال (2007) بدراسة بعنوان الشعور بالسعادة وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والتفاؤل ووجهة الضبط لدى المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل ووجهة الضبط والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين الشعور بالسعادة وكل من الرضا عن الحياة والتفاؤل ولم يكن هناك علاقة ارتباطية دالة < فأصبحت سمات الشخصية الإيجابية من أهم الموضوعات التي يتم تناولها في دراسات علم النفس ومن بينها التفاؤل الذي يعتبر من المفاهيم ذات الدلالات الإيجابية التي تعزز من صحة الفرد النفسية والجسمية.

وقد احتل مفهوم التفاؤل والتشاؤم في الآونة الأخيرة مركز الصدارة في مجالات علم النفس المختلفة كونه مهم في الإرتقاء بحياة الإنسان وتحقيق الأهداف المنشودة التي يسعى إليها الإنسان.

ومن المؤكد ان التفاؤل والتشاؤم يؤثران على سلوك الإنسان من نواحي عدة حيث يسيطر على سلوك الفرد أحيانا نزعة إلى توقع الخير والسرور، وتوصف هذه الحالة بأنها التفاؤل في حين تغلب عليه أحيانا أخرى نزعة إلى توقع الشر وسوء الطالع وتوصف هذه الحالة بأنها التشاؤم، وهذا يعني أن للتفاؤل والتشاؤم تأثيرات لا يمكن إنكارها أو التقليل من أهميتها على السلوك الإنساني حيث يؤثر كل منهما على الحالة النفسية للفرد وعلى توقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء كانت تفاؤلية أو تشاؤمية.

وعليه فإن الفرد المتفائل أو المتشاؤم يستطيع أن ينسب تفاؤله أو تشاؤمه إلى عوامل داخلية راجعة إلى ذاته أو إلى عوامل خارجية لا يستطيع ضبطها وهذا في خضم محاولة الفرد تحقيق أهدافه وتلبية متطلباته وحاجاته اليومية يكون في مواجهة دائمة مع البيئة المحيطة بكل متغيراتها وعناصرها والتي يترتب عليها العديد من الوضعيات الصعبة التي تثير في نفسه التوتر والقلق، وعلى ذلك فإن التفاؤل والتشاؤم يساعد الفرد في إحداث نوع من الانسجام والتلاؤم بينه وبين بيئته.

ومن هنا جاءت الدراسة الحالية للكشف عن العلاقة الموجودة بين أنماط الشخصية و كل من التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة، حيث تضمنت هذه الدراسة مجموعة من الفصول ذات الصلة بمتغيرات الدراسة وإجراءاتها المنهجية حيث خصص: الفصل الأول كمدخل للدراسة يحتوي الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير أنماط الشخصية والدراسات المتعلقة بمتغير التفاؤل والتشاؤم والدراسات المتعلقة بمتغيري أنماط الشخصية والتفاؤل والتشاؤم، ومن تم الإشكالية، الفرضيات، أهداف وأهمية البحث، وأخيرا التعاريف الإجرائية ثم الفصل الثاني الذي تناول متغير أنماط الشخصية حيث نجد فيه تعريف الشخصية، تعريف نمط الشخصية، نمط الشخصية والمفاهيم المرتبطة به، خصائص نمط الشخصية، أهمية دراسة أنماط الشخصية، والجوانب الأساسية في دراسة نمط الشخصية الانبساطي ثم نمط الشخصية الانطوائي، ثم أساليب دراسة وتشخيص الانطوائية والانبساطية.

ثم الفصل الثالث حيث نجد فيه تعريف التفاوض، خصائص التفاوض، أنواع التفاوض، المفاهيم المرتبطة بمفهوم التفاوض، العوامل المؤثرة في التفاوض ثم فوائد التفاوض، النظريات المفسرة للتفاوض خصائص الشخص المتفاوض.

الفصل الرابع: تعريف التفاوض، طبيعة التفاوض، التفاوض وبعض المتغيرات المرتبطة به، أنواع التفاوض، خصائص الفرد المتشائم، ثم التفاوض في ضوء موضوعات علم النفس الإيجابي، العوامل المسببة للتفاوض، آثار التفاوض على الفرد، ثم بعض الآليات العلاجية للتفاوض. ثم الفصل الخامس الذي يتضمن الإجراءات المنهجية للدراسة حيث يحوي الجانب الأول الدراسة الاستطلاعية متضمنة الأهداف والعينة ثم الحدود الزمانية والمكانية ثم الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، الجانب الثاني الدراسة الأساسية متضمنة العينة، المنهج المتبع، الحدود الزمانية والمكانية، أدوات الدراسة، الأساليب الإحصائية.

وأخيرا الفصل السادس متضمنا عرض ومناقشة نتائج فرضيات الدراسة ثم مناقشة عامة للنتائج.

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

1. الدراسات السابقة ذات الصلة بمتغيرات الدراسة:

1.1. دراسات تناولت متغير أنماط الشخصية:

دراسة الصراف (1994):

هدفت إلى التعرف على بعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة الكويت، وعلاقة هذه السمات ببعض المتغيرات الأكاديمية كالفرة الدراسية والتخصص العلمي، وقد تكونت عينة الدراسة من (98 طالبا، 284 طالبة) من كلية التربية بجامعة الكويت من السنة الأولى والرابعة. واستخدم الباحث اختبار الشخصية العاملي وهو مأخوذ من اختبار كاتل لعوامل الشخصية الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت) تحليل التباين الأحادي. وقد توصل الباحث إلى أن الفروق كانت لصالح طلبة السنة أولى وأن أبرز سمات الشخصية لدى الطلبة هي التوسط في الذكاء والاعتدال في الانفعال والسيطرة عليه والتمسك بالقيم الاجتماعية والاعتماد على الآخرين.

دراسة أبو ناهية (1997):

هدفت إلى معرفة الفروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في بعض سمات الشخصية مثل: الانبساطية، العصابية، الذهانية، الجاذبية الاجتماعية، السيطرة، المسؤولية، الإلتزان الانفعالي، الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (150) طالبا جامعيًا، (80 ذكرا، 70 أنثى) وقد تراوحت أعمارهم بين (20-23) سنة وقد تم جمع البيانات بواسطة اختبار أيزنك للشخصية تعريب وإعداد أبو ناهية، ومقياس البروفيل لجوردن اقتباس وإعداد جابر وأبو حطب 1973، وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في سمات السيطرة والذهانية والإلتزان

الإنفعالي والمسؤولية والتي كانت أعلى لدى الذكور. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في سمات العصابية والجانبية، والاجتماعية، والتي كانت أعلى لدى الإناث في حين أظهرت نتائج الدراسة أنه لا يوجد فرق بين متوسط درجات الذكور والإناث في سمة الانبساط لدى طلاب الجامعة.

دراسة الطهراوي (1997):

هدفت إلى تحديد سمات الشخصية للطلاب المتفوقين والمتأخرين أكاديميا والكشف عن الفروق بينهم وتفحص العلاقة بين سماتهم الشخصية وأسلوبهم المعرفي (الاعتماد/ الاستقلال عن المجال) لدى كل من الطلاب المتفوقين والمتأخرين أكاديميا، واشتملت عينة الدراسة على (195) طالبا، واستخدم الباحث اختبار أيزنك للشخصية EYSENEK تعريب أبو ناهية (1989) واختبار الأشكال المتضمنة من إعداد وتكن WITKIN وزملائه، وأعدده للبيئة العربية الشرقاوي والخضري (1985) لقياس الاستقلال الإدراكي عن المجال، وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتفوقين والمتأخرين في سمة الانبساط والانطواء، أما العصابية فقد كانت الفروق في صالح المتفوقين أما في الأسلوب المعرفي الاعتماد/ الاستقلال عن المجال، وكشفت النتائج أيضا عن الارتباط الدال بين سمات الشخصية وبين الأسلوب المعرفي لكلا الفئتين من الطلاب.

دراسة عسليّة (1998):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أهم سمات الشخصية لدى طلبة الجامعة في محافظات غزة، واستخدمت في هذه الدراسة أداة لقياس سمات الشخصية المميزة من إعداد الباحث، وتم اختيار عينة قوامها (385) طالبا وطالبة بمتوسط عمري (20) سنة وقد اختار الباحث طلاب السنة الأولى والرابعة للتعرف على أثر سنوات الدراسة على سمات الشخصية لدى طلبة الجامعة بغزة، وقد توصلت الدراسة

إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة في محافظات غزة.

دراسة العنزي (1999):

والتي هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في مقياس الثقة بالنفس وقائمة الأعراض والعوامل الخمسة الكبرى، كما استهدفت الكشف عن الارتباطات بين الثقة بالنفس من ناحية والعوامل الخمسة الكبرى من ناحية أخرى وتكونت عينة الدراسة من (417) طالب وطالبة من طلاب الجامعة والهيئة العامة للتعليم التطبيقي بالكويت (كلية التربية) واستخدم الباحث في دراسته مقياس الثقة بالنفس (إعداد الباحث) وقائمة العوامل الخمسة الكبرى (NEO-FFI-S) إعداد كوستا وماكري، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط سلبي بين متغير الثقة بالنفس وعامل العصابية لدى الذكور والإناث بينما وجد الباحث ارتباط موجب بين الثقة بالنفس ويقظة الضمير والانبساط لدى الذكور وارتباط موجب بين الثقة وثلاث من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (الانبساط، التفتح، الطيبة لدى الإناث) كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق جوهرية بين الجنسين في الثقة بالنفس وثلاثة من العوامل الخمس الكبرى هي (العصابية، التفتح، الطيبة) وقد كشفت عند الذكور عن حصولهم على متوسط أعلى في الثقة بالنفس مقارنة بالإناث بينما حصلت الإناث على درجات مرتفعة في قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

دراسة كاظم (2002):

هدفت إلى معرفة ترتيب العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وكذلك ترتيب القيم النفسية كما هدفت إلى معرفة العلاقة بين القيم النفسية والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وتكونت عينة الدراسة من (63) طالبا وطالبة حيث استخدم الباحث في دراسته الأدوات التالية: قائمة العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية من إعداد كوستا وماكري، تعريب الأنصاري (1997) اختبار ألبرت وفيرنون ولندزي للقيم

تعريب هنا (1986)، وقد كشف التحليل العاملي للعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية عن الحصول على ثلاث عوامل ثنائية القطب (يقظة الضمير، الانبساطية، الطيبة، التفتح، العصابية، الانبساط) وعاملين أحادي القطب (العصابية، الطيبة)، كما كشفت مصفوفة معاملات الارتباط عن دلالة معامل واحد وهو الارتباط بين القيم الدينية والعامل الأول (يقظة الضمير، الانبساط).

دراسة الداية (2002):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التوكل عند طالبات الجامعة الإسلامية كما هدفت أيضا إلى التعرف على بعض العوامل التي قد تؤثر على درجة التوكل لدى الطالبات مثل نوع التخصص، والمستوى الأكاديمي، وقد قامت الباحثة بتطبيق استبانة التوكل من إعداد الباحثة على عينة بلغت (521) طالبة ومتوسط عمري (22) سنة من طالبات الجامعة الإسلامية من كليتي العلوم وأصول الدين المسجلات في العام الدراسي 2001/2000 البالغ عددهن (1662) طالبة واستخدمت الباحثة الأسلوب الاحصائي تحليل الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) وقد خلصت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات المستوى الأول وطالبات المستوى الرابع على درجات كل من التفاؤل والتشاؤم والذكاء الاجتماعي والتوكل على الله لصالح طالبات المستوى الرابع وكذلك وجود فروق في درجة الذكاء الاجتماعي لصالح كلية العلوم وتبين ارتفاع مستوى التوكل عند طالبات الجامعة الإسلامية.

دراسة كوماراجو وكارا (Komarraju & Karau 2005):

حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين عوامل الشخصية الكبرى والدافع الأكاديمي، تكونت عينة الدراسة من (172) طالب وطالبة في المرحلة الجامعية، لجمع البيانات تم استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد كوستا وماكري (1992)، واختبار الدافع الأكاديمي من إعداد موين ودويل

(1977) وكشفت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين عوامل الشخصية والدافع الأكاديمي بأبعاده المختلفة.

دراسة عبد العال (2006):

هدفت الدراسة التعرف على الفروق بين الجنسين في بعض متغيرات الذات والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية لدى مضطربي الهوية من طلاب الجامعة واستهدفت الدراسة التعرف على الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة، كما هدفت إلى الوقوف على طبيعة العلاقة بين عوامل الشخصية الخمسة الكبرى واضطراب الهوية، وتكونت عينة الدراسة من (426) طالبا وطالبة موزعين (213) طالبة، (213) طالب بمتوسط عمري قدره (18) سنة، استخدم الباحث في دراسته مقياس تقدير الذات ومقياس فاعلية الذات ومقياس اضطراب الهوية للشباب (إعداد الباحث) ومقياس العوامل الخمسة الكبرى (إعداد الباحث) وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين اضطراب الهوية والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، حيث بينت نتائج الدراسة وجود معامل ارتباط موجب بين اضطراب الهوية والعصابية، كما بينت وجود ارتباط سلبي دال إحصائيا بين اضطرابات الهوية وكل من الانبساط والتفتح على الخبرة والطيبة أو الموافقة ويقظة الضمير، كما بينت الدراسة أنه يمكن التنبؤ بمضطربي الهوية من خلال متغيرات الذات والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية.

دراسة السليم (2006):

هدفت الدراسة البحث عن طبيعة الارتباط بين التفاؤل والتشاؤم والعوامل الخمس الكبرى للشخصية، كما هدفت التعرف على الفروق في التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد عينة البحث تبعا لاختلاف الوضع الاقتصادي، التخصص، المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية، تكونت عينة الدراسة من (1200) طالبة من طالبات جامعة الملك سعود واستخدمت الباحثة كأدوات للدراسة مقياس التفاؤل والتشاؤم (إعداد الباحث)، مقياس

العوامل الخمسة الكبرى من إعداد الروتيع، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والانفتاح على الخبرة والطيبة والانبساط كما دلت على وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التفاؤل والعصابية، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب بين التشاؤم والعصابية وارتباط سالب بين الانبساط والانفتاح على الخبرة والطيبة وبين التشاؤم.

دراسة اللحياي (2007):

بعنوان نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقته بالذكاء والتفكير الناقد بهدف الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأبعاد المختلفة للشخصية وفق نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا وماكري (Costa & McCrae 1992) وكلا من الذكاء العام والتفكير الناقد بقدراته الفرعية المختلفة، كما هدفت إلى الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بالذكاء والدرجة الكلية للتفكير الناقد من خلال نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين التخصصات (العلمي، الأدبي) في الدرجات الفرعية لنموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ولتحقيق هذه الأهداف طبقت الدراسة على عينة مكونة من (495) طالبة، حيث بلغ عدد الطالبات بالأقسام العلمية (240) طالبة في حين بلغ إجمالي عدد الطالبات بالأقسام الأدبية (255) المستوى الثالث، فاستخدم الباحث في دراسته ثلاث مقاييس وهي مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية إعداد الروتيع (2007)، ومقياس رافن للمصفوفات المتتابعة المتقدم (المجموعة الأولى والثانية) من إعداد العسيري (1995)، ومقياس التفكير الناقد من إعداد فاروق عبد السلام وممدوح سليمان (1982) وبناء على نتائج التحليلات توصلت الباحثة إلى وجود ارتباط سالب دال بين العصابية والذكاء، بينما لا توجد ارتباط دال بين بقية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية الأخرى (الانبساط والانفتاح على الخبرة والوداعة والتفاني) والذكاء، كما أظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بالذكاء من خلال عامل (العصابية) بنموذج العوامل الخمسة الكبرى كمل يمكن التنبؤ

بالدرجة الكلية للتفكير الناقد من خلال بعدي (الانفتاح على الخبرة والتفاني) بنموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وكشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائية في عوامل (الانبساط- الانفتاح على الخبرة- التفاني) تعزى للتخصص (العلمي، الأدبي) لصالح الأقسام الأدبية.

دراسة الزبيدي (2007):

بعنوان العوامل الخمسة الكبرى لدى الطلبة العنيفين وغير العنيفين والتي هدفت إلى التعرف على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلبة ممارسي العنف المدرسي ومقارنتها مع الطلبة غير العنيفين، كما هدفت للكشف عن الفروق في عوامل الشخصية لدى الطلبة العنيفين حسب متغيرات "الدخل الشهري للأسرة المستوى التعليمي للوالدين، الترتيب الولادي"، وتكونت عينة الدراسة من جميع الطلبة العنيفين في مدارس تبوك للعام (2006-2007) والبالغ عددهم (261) طالبا عنيفا و(264) طالبا غير عنيف، واستخدم الباحث في دراسته قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية وقد كشفت نتائج الدراسة أن الطلبة العنيفين أميل للعصابية من غير العنيفين بينما كان الطلبة غير العنيفين أميل إلى الانبساطية والانفتاحية ويقظة الضمير لدى الطلبة غير العنيفين تبعا لمتغيرات (الدخل الشهري، مستوى تعليم الأب، الترتيب الولادي)، بينما وجد الباحث فروق ذات دلالة إحصائية على عامل العصابية تعزى لاختلاف (الدخل الشهري، مستوى تعليم الأب، الترتيب الولادي).

دراسة قاروت (2007):

كشفت عن طبيعة الرضا عن الحياة وبعض سمات الشخصية، والفرق بين مرتفعات ومنخفضات الرضا عن الحياة في بعض سمات الشخصية، والفرق في سمات الشخصية الحياة لدى عينة الدراسة في ضوء التخصص، وقد تكونت عينة الدراسة من (480) طالبة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، وقد استخدمت الباحثة مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1999)، وقائمة العوامل الخمسة

الكبرى للشخصية كوستا وماكري (1992) وقام بترجمته بدر الأنصاري (1997)، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة والانبساطية والمقبولية ويقظة الضمير بينما سمة الانفتاح توجد علاقة ارتباطية ضعيفة لم ترق لمستوى الدلالة، حين كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة وسمة العصابية، كما بينت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضات ومرتفعات الرضا عن الحياة في كل من سمة العصابية والانبساطية والطيبة ويقظة الضمير، وبينت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الدرجات التي حصلت عليها الطالبات من أفراد العينة على عامل كل من (الانبساطية والانفتاح على الخبرة والمقبولية ويقظة الضمير) نتيجة لاختلاف التخصص، بينما أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في عامل العصابية تعزى للتخصص.

دراسة أبو غزالة (2009):

هدفت إلى الكشف عن العلاقة الممكنة بين كل من عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والدرجة الكلية لمقياس كفاءة المواجهة لدى عينة من طلاب جامعة القاهرة، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب و(200) طالبة بالمستويين الثالث والرابع، واستخدمت الباحثة مقياس كفاءة المواجهة إعداد ويجلنيد ويونج (Wignild & Young 1993)، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط دال موجب بين مقياس كفاءة المواجهة وبين الانبساط، الانفتاح على الخبرة، المقبولية ويقظة الضمير.

دراسة أحمد (2009):

هدفت إلى فحص العلاقة بين أسلوب الحياة وكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومفهوم الذات لدى طلبة الجامعة، ومعرفة أي أبعاد مفهوم الذات وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى التي تتنبأ دون غيرها بأسلوب الحياة، كما هدفت إلى معرفة مدى الفروق في أسلوب الحياة التي تعزى إلى عوامل

الشخصية الخمسة الكبرى ومفهوم الذات، وذلك على عينة قدرها (200) من طلبة جامعة بنها (125) ذكور، (75) إناث. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أسلوب الحياة تعزى إلى عوامل الشخصية الخمسة الكبرى وكانت الفروق لصالح مرتفعي الانبساطية والمقبولية ويقظة الضمير والتفتح ومنخفضي العصابية، كما وجدت علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة على قائمة أسلوب الحياة وبين درجاتهم على عوامل الشخصية الخمسة الكبرى، كما كشفت الدراسة أن يقظة الضمير والانبساطية والتفتح والمقبولية كعوامل للشخصية تتنبأ دون غيرها بالدرجة الكلية لأسلوب الحياة بنسبة مساهمة (56.7%)، (9%)، (2.6%)، (2%)، (0.8%) على التوالي، أما العصابية لم تتنبأ بالدرجة الكلية لأسلوب الحياة لدى أفراد عينة الدراسة.

دراسة ملحم (2010):

هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الشعور بالوحدة والعوامل الخمسة للشخصية لدى عينة من طلاب جامعة دمشق، كما استهدفت الكشف عن الفروق في أداء عينة البحث التي تعزى لمتغير الجنس والتخصص وتكونت العينة من (120) طالبا وطالبة واستخدم الباحث في دراسته مقياس العوامل الخمسة للشخصية من إعداد كوستا وماكري Costa & Macre ومقياس الشعور بالوحدة إعداد راسل وآخرون (1980)، وقد توصلت إلى وجود ارتباط إيجابي دال إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والعصابية، بينما كشفت الدراسة عن وجود ارتباط سلبي دال إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والانبساط، الصفاوة، الطيبة، يقظة الضمير، كما بينت عدم وجود فروق دالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية تبعا لمتغير الجنس بينما كشفت عن وجود فروق دالة إحصائية في الطيبة لصالح المعلوماتية.

دراسة العنزي (2010):

بعنوان العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بأساليب التفكير والتحصيل الأكاديمي، بهدف الكشف عن طبيعة العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات كليات التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (306) طالبا وطالبة (167) ذكور، (139) إناث واستخدم الباحث قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري Costa & Macre وقائمة أساليب التفكير وبيانات التحصيل الأكاديمي لستيرنبرج وواجنر (Sternberg & Wagner 1992)، وقد أظهرت نتائج الدراسة حصول عينة الإناث على درجات أعلى من الذكور في بعدين من أبعاد الشخصية "العصابية ويقظة الضمير" كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وأساليب التفكير لدى الذكور والإناث وأسفر تحليل الانحدار المتدرج إلى إمكانية التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي من خلال عامل يقظة الضمير لدى عينة الإناث.

دراسة عبد الحميد (2010):

هدفت إلى دراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما حاولت الكشف عن الفروق بين الجنسين في الذكاء الوجداني والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية كل على حدة، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة منهم (200) ذكر و(200) أنثى، وقد طبق الباحث في دراسته مقياسين هما اختبار الذكاء الوجداني لماير وآخرون (Mair et al 1999) وقائمة العوامل الخمسة الكبرى إعداد كوستا وماكري (Costa & Macre 1992) تعريب الأنصاري، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود ارتباط إيجابي دال بين الذكاء الوجداني وعامل المقبولية والانبساط لدى الذكور والإناث،

كذلك كشفت النتائج عن غياب الارتباطات الدالة بين الذكاء الوجداني والعوامل الثلاثة الأخرى وهي "العصابية والانفتاح ويقظة الضمير" مما يشير إلى أن الذكاء مفهوم مستقل عن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما أظهرت الدراسة ارتفاع متوسطات درجات الإناث مقارنة بمتوسطات الذكور على عامل العصابية من بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

دراسة خرنوب (2010):

هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الثقافي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة المعهد العالي للغات في جامعة دمشق، تكونت عينة الدراسة من (74) طالبا وطالبة من طلبة المعهد منهم (39) طالبا من الطلبة السوريين الذين يدرسون اللغة الإنجليزية و(35) من الطلبة الأمريكيان الذين يدرسون اللغة العربية، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (25-36) عاما واستخدمت الباحثة قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري (1992) Costa & Macre ومقياس الذكاء الثقافي إعداد انج وآخرون (2004) Ang et al، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الذكاء الثقافي والطبية، وعدم وجود علاقة دالة إحصائية بين الذكاء الثقافي والعصابية والانبساط والانفتاح على الخبرة لدى عينة من الطلاب السوريين، كما دلت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الذكاء الثقافي والانفتاح على الخبرة ويقظة الضمير، بينما لم تكن العلاقة دالة إحصائية بين الذكاء الثقافي والعصابية والانبساط والطبية لدى عينة من الطلبة الأمريكيين.

دراسة أبو هاشم (2010):

هدفت إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. حيث تكونت عينة الدراسة من (405) طالبا وطالبة بكلية التربية جامعة الزقازيق بواقع (159) طالبا، (296) طالبة، واستخدم الباحث

مقياس السعادة النفسية إعداد (Spiger , Hansar (2006) قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إعداد (1999) Goldberge تعريب السيد أبو هاشم (2007)، مقياس المساندة الاجتماعية إعداد (1999) Zemit, Canty، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من (الإنبساطية والانفتاح على الخبرة والمقبولية ويقظة الضمير) والسعادة النفسية، بينما كانت العلاقة سلبية مع العصابية كما تبين بأنه يمكن التنبؤ من العوامل الخمسة الكبرى بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما أظهرت الدراسة أن المتغيرات المستقلة (المقبولة والضمير الحي والانفتاح على الخبرة وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية) تفسر حوالي (6.5%) من التباين في درجات المتغير التابع (السعادة النفسية).

دراسة خرنوب (2010):

والتي هدفت على معرفة العلاقة بين الذكاء الثقافي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة المعهد العالي للغات في جامعة دمشق، تكونت عينة الدراسة من (74) طالبا وطالبة من طلبة المعهد منهم (39) طالبا من الطلبة السوريين الذين يدرسون اللغة الإنجليزية و(35) من الطلبة الأمريكيين الذين يدرسون اللغة العربية، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (25-36) عاما واستخدمت الباحثة قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري (Costa & Macre (1992) ومقياس الذكاء الثقافي إعداد انج وآخرون (Ang et al (2004)، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الذكاء الثقافي والطبية، وعدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين الذكاء الثقافي والعصابية والانبساط والانفتاح على الخبرة لدى عينة من الطلاب السوريين، كما دلت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الذكاء الثقافي والانفتاح على الخبرة ويقظة الضمير، بينما لم تكن العلاقة دالة إحصائيا بين الذكاء الثقافي والعصابية والانبساط والطبية لدى عينة من الطلبة الأمريكيين.

دراسة أبو هاشم (2010):

هدفت إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. حيث تكونت عينة الدراسة من (405) طالبا وطالبة بكلية التربية جامعة الزقازيق بواقع (159) طالبا، (296) طالبة، واستخدم الباحث مقياس السعادة النفسية إعداد (Spiger , Hansar (2006) قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إعداد (Goldberge (1999) تعريب السيد أبو هاشم (2007)، مقياس المساندة الاجتماعية إعداد (1999) Zemit, Canty، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من (الإنبساطية والانفتاح على الخبرة والمقبولية ويقظة الضمير) والسعادة النفسية، بينما كانت العلاقة سلبية مع العصائية كما تبين بأنه يمكن التنبؤ من العوامل الخمسة الكبرى بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما أظهرت الدراسة أن المتغيرات المستقلة (المقبولة والضمير الحي والانفتاح على الخبرة وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية) تفسر حوالي (6.5%) من التباين في درجات المتغير التابع (السعادة النفسية).

دراسة صالح (2011):

هدفت إلى التعرف على العلاقة بين اتخاذ القرار المهني والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، تكونت عينة الدراسة من (230) طالب وطالبة من الملتحقين بالمدارس الثانوية في سلطنة عمان، لجمع البيانات تم استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس معايير اتخاذ القرار المهني وهما من إعداد الباحثة، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (يقظة الضمير، الانفتاح على الخبرات، المقبولية، والانبساطية) وعملية اتخاذ القرارات بالنسبة للمستقبل المهني

بينما كانت العلاقة سلبية مع خاصية العصابية، كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق المصاحب لعملية اختيار المستقبل المهني والعصابية.

. تعقيب على الدراسات السابقة:

لقد تباينت أهداف الدراسات السابقة التي تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مع متغيرات أخرى فدراسة خرنوب (2010) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الثقافي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكذا دراسة عبد المجيد (2010) للكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وهدفت دراسة أحمد (2009) فحص العلاقة بين أسلوب الحياة وكل من العوامل الخمسة الكبرى، ودراسة قاروت (2007) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة الرضا عن الحياة وبعض سمات الشخصية، كما استهدفت دراسة السليم (2006) الكشف عن طبيعة العلاقة بين التفاوض والتشاور والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وكذا دراسة العنزي (1999) التي هدفت الكشف عن الفروق بين الجنسين في مقياس الثقة بالنفس وقائمة الأعراض والعوامل الخمسة الكبرى، دراسة ملحم (2010) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الشعور بالوحدة والعوامل الخمسة للشخصية، دراسة أبو غزالة (2009) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة الممكنة بين كل من عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، دراسة كوما راجو وكارا (Komarraju & Karau (2005) حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين عوامل الشخصية الكبرى والدافع الأكاديمي، دراسة الصراف (1994) التي هدفت إلى التعرف على بعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة الكويت،

معظم الدراسات أجريت على عينة من طلبة الجامعات مثل دراسة صالح (2011) ودراسة أبو هاشم (2010)، دراسة خرنوب (2010) دراسة عبد المجيد (2010)، ودراسة العنزي (2010)، دراسة ملحم

(2010)، دراسة أحمد (2009)، دراسة أبو غزالة (2009)، دراسة قاروت (2007)، الزبيدي (2007)، ودراسة اللحياني (2007).

معظم الدراسات استخدمت العوامل الخمسة الكبرى من إعداد كوستا وماكري (1992) Costa & Macre، والدراسات الأخرى فقد اعتمدت على مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد جولدرج (1999) Goldberge وقد خلصت نتائج الدراسات إلى وجود علاقة موجبة بين العصابية واضطرابات القلق والاكتئاب بأنواعها في دراسة صالح (2011) التي خلصت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العوامل الباطنية موجبة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (يقظة الضمير، الانفتاح على الخبرات، المقبولية، والانبساطية)، دراسة خرنوب (2010) التي توصلت إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الثقافي والعصابية والانبساط والانفتاح على الخبرة لدى عينة من الطلاب السوريين، ودراسة عبد المجيد (2010) التي توصلت إلى وجود ارتباط إيجابي دال بين الذكاء الوجداني وعامل المقبولية والانبساط لدى الذكور والإناث، ودراسة أبو غزالة (2009) التي أظهرت وجود ارتباط دال موجب بين مقياس كفاءة المواجهة وبين (الانبساط، الانفتاح على الخبرة، المقبولية ويقظة الضمير)، ودراسة السليم (2006) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والانفتاح على الخبرة والطيبة والانبساط.

2.2. دراسات تناولت متغير التفاؤل والتشاؤم:

دراسة ديلاي (1994) Delaney:

هدفت الدراسة إلى معرفة مدى تأثير التفاؤل والتشاؤم على العمل الإشرافي وتم إجراء الدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية، حيث تكونت عينة الدراسة من (45) زوجاً من طلبة الدراسات العليا من وجهة نظر المشرفين عليهم، وتم في هذه الدراسة مناقشة الخصائص الشخصية لعينة الدراسة ودور التفاؤل والتشاؤم وتم توزيع استبانة على عينة الدراسة تقيس الخصائص الشخصية والتفاؤل والتشاؤم

لدى عينة الدراسة وأشارت النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية ما بين الإشراف ونتائج اختبارات توجهات الحياة والخصائص الشخصية لدى أفراد عينة الدراسة.

دراسة كوزومي (1995):Kouzumi:

هدفت الدراسة إلى التعرف على توقعات الطلبة نحو الحياة والمستقبل (التفاؤل) وعلاقته بالشعور بالفشل لدى عينة من الطلبة اليابانيين في جامعة (فوكوبا) في اليابان حيث تكونت العينة من (584) طالبة من المنتقلين إلى المدارس الثانوية في اليابان حيث توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تتعلق بإحساس الطلبة نحو المستقبل مرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة.

دراسة عبد الخالق (1998):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والصحة الجسمية وكانت عينة الدراسة قوامها (281) طالبا وطالبة من جامعة الكويت بواقع (147) طالبا و(134) طالبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين التفاؤل والصحة العامة بينما كانت العلاقة سلبية بين الصحة العامة والتشاؤم.

دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998):

هدفت الدراسة إلى التعرف على سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعدي الشخصية (الانبساط والعصابية)، والتعرف على أثر متغير الجنس وكانت عينة الدراسة (220) طالبا وطالبة وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التفاؤل والتشاؤم والانبساطية وكانت العلاقة بينهما سلبية مع العصابية وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التشاؤم والعصابية وكانت

سلبية مع الانبساطية، وأظهرت النتائج وجود فروق في التفاؤل بين الذكور والإناث ولصالح الذكور أكثر تفاؤلاً بينما الإناث أكثر تشاؤماً.

دراسة بركات (1998):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي كالجنس والعمر والحالة الاجتماعية، والتخصص الأكاديمي ونوع العمل ومكان السكن وطبق لهذا الغرض مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم على عينة مكونة من (254) طالبا وطالبة (102) طالب و(152) طالبة) من طلبة جامعة القدس المفتوحة، مركز طولكرم، وقد أشارت النتائج أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيرات التخصص ونوع العمل ومكان السكن بينما لم تتوصل نتائج هذه الدراسة من جهة أخرى إلى وجود فروق جوهرية بخصوص متغيرات الجنس والحالة الاجتماعية كما نوقشت نتائج الدراسة واقترحت بعض التوصيات أهمها تعزيز وجهة النظر المتفائلة لدى الأبناء والتلاميذ.

دراسة شكري (1999):

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم فضلا عن الفروق بينهما في استخدام أساليب مواجهة المشقة بين طبيعة علاقات الارتباط بين كل من التفاؤل والتشاؤم وقد شملت العينة (210) من طلبة الجامعة (85 طالب و142 طالبة) وتم تطبيق مقياس أساليب مواجهة المشقة من إعداد الباحثة، وبينت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في التفاؤل والتشاؤم حيث كانت الإناث أكثر تشاؤماً وعدد من الأساليب العامة في مواجهة المشقة، أيضا أوضحت نتائج معاملات الارتباط الخطي أن هناك علاقة وارتباط إيجابي موجب بين

التفاؤل وبعض أنماط المواجهة التي تركز على المشكلة وبين التشاؤم وأنماط التجنب وبعض أساليب التركيز على الانفعال.

دراسة حمدان (1999):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين إضافة إلى معرفة أثر متغيرات كل من الجنس ونوع فرع الثانوية العامة والمستوى التعليمي للأب والمستوى التعليمي للأم، وعمل الأب، وعمل الأم، ومكان المدرسة وعدد أفراد الأسرة والترتيب الولادي للطلاب في الأسرة وعدد غرف المنزل وكان قوام العينة (563) طالب وطالبة بواقع (279) طالبا و(266) طالبة وقد استخدم مقياس سيلجمان للتفاؤل والتشاؤم وتوصلت الدراسة إلى أن طلبة الثانوية العامة كانوا متفائلين ولكن بدرجة قليلة حيث وصل متوسط الاستجابة على مقياس سيلجمان إلى (25.98) درجة من أصل (48) درجة بينما عدم وجود فروق في سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى التعليمي للأب، والمستوى التعليمي للأم، وعمل الأب، وعمل الأم، ومكان المدرسة، وعدد أفراد الأسرة، وعدد غرف المنزل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيرات فرع الثانوية العامة ولصالح الفرع الأدبي والترتيب الوالدي في الأسرة، ولصالح الترتيب الولادي (11 و 12)، ونوع المدرسة لصالح المدارس المختلطة.

دراسة المشعان (2000):

هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (319) طالبا وطالبة منهم (160) ذكور و(159) من الإناث وطبق على العينة أدوات تشمل مقياس التفاؤل والتشاؤم، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق جوهرية بين الذكور الإناث في التفاؤل والاضطرابات النفسية الجسمية حيث أن الذكور كانوا

أكثر تفاؤلا من الإناث، والإناث كن أكثر اضطرابا نفسيا وجسيميا من الذكور وكذلك عدم وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في التشاؤم وضغوط الحياة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط جوهرى سلبى بين التفاؤل والتشاؤم ولكن لا وجود ارتباط موجب جوهرى بين التشاؤم والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة.

دراسة عبد الخالق (2000):

هدفت إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم على النوم واضطراباته، وقد أجريت دراسة عربية بهذا الخصوص على عينة من 235 طالبا وطالبة من جامعة الكويت، وتم تطبيق القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم بالإضافة إلى ثلاثة متغيرات تتعلق بالنوم واضطراباته وهي (عدد ساعات النوم ليلا، عدد ساعات النوم نهارا، عدد مرات الإستيقاظ من النوم ليلا) وقد تبين من الدراسة عند مستوى 0.001 ما يلي:

أ-مقدار ارتباط عدد ساعات النوم في الليل بالتفاؤل 0.052مقدرا ارتباط ساعات النوم في الليل بالتشاؤم 0.095 (من هذا يتبين أنه لا يوجد ارتباط دال بين عدد ساعات النوم في الليل لا بالتفاؤل ولا بالتشاؤم).

ب-مقدار ارتباط عدد ساعات النوم في النهار بالتفاؤل 0.105 ومقدار ارتباط عدد ساعات النوم في النهار بالتشاؤم 0.74 (من هذا يتبين أنه لا يوجد ارتباط دال بين عدد ساعات النوم نهارا لا بالتفاؤل ولا بالتشاؤم).

ج- عدد مرات الإستيقاظ من النوم أثناء الليل لها ارتباط سلبى بالتفاؤل (-0.240) ولها ارتباط ايجابي بالتشاؤم (0.225).

دراسة إسماعيل (2001):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مقدار واتجاه العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وكل من الشعور بالوحدة النفسية وقلق الموت ومركز الضبط والوضع الاجتماعي والإقتصادي كما هدفت إلى الكشف عن الفروق العمرية والجنسية في التفاؤل والتشاؤم والتفاعل بينهما والتعرف على أكثر متغيرات الدراسة تنبؤًا بالتفاؤل والتشاؤم تكونت عينة الدراسة من (240) من طلبة جامعة أم القرى (160) من الذكور و(80) إناث تراوحت أعمارهم بين (19-28 سنة)، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التفاؤل وكل من الشعور بالوحدة وقلق الموت ومصدر الضبط الخارجي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التشاؤم وكل من الشعور بالوحدة وقلق الموت ومصدر الضبط الخارجي، عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفاؤل والتشاؤم تعزى الوضع الاجتماعي والإقتصادي، توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في متوسط التفاؤل (للذكور متوسط أعلى)، في حين عدم وجود تلك الفروق بينهما في متوسط التشاؤم، عدم وجود فروق عمرية دالة إحصائياً في التفاؤل والتشاؤم كما أنه عدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم نتيجة التفاعل بين العمر والجنس كانت أكثر المتغيرات تنبؤًا بالتفاؤل هي على التوالي: الشعور بالوحدة، وجهة الضبط ثم قلق الموت أخيراً الوضع الاجتماعي والإقتصادي.

دراسة رضوان (2001):

هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين الإكتئاب والتشاؤم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية وبالعمر والجنس، وتحديد الفروق بين الجنسين والفئات العمرية المختلفة في كل من الإكتئاب والتشاؤم وتحديد نسب انتشار الإكتئاب والتشاؤم لدى الطلبة وطالبة المرحلة الثانوية السوريين، وتكونت عينة الدراسة من (1134) طالبا وطالبة من كلية جامعة دمشق و(522) طالب وطالبة من مدارس مدينة

دمشق، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة بين كل من الإكتئاب والتشاؤم وجود ارتباط دال بين الجنسين والإكتئاب في حين لم يرتبط الجنس بالتشاؤم كما لم يظهر ارتباط دال بين العمر والإكتئاب في التشاؤم، وكانت هناك فروق دالة بين الجنسين في بعض بنود قائمة الإكتئاب والتشاؤم وظهرت فروق بين طالبة المرحلة الجامعية والثانوية فيما يتعلق بالإكتئاب والتشاؤم.

دراسة الأنصاري (2001):

هدفت الدراسة إلى تقديم مفهوم التفاؤل غير الواقعي بوصفه سمة في الشخصية ووضع أو إثبات وتحديد معالمه السيكومترية، وفحص ارتباطه بمتغيرات الشخصية واستخدمت هذه الدراسة عينات متعددة من طلبة الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب من جامعة الكويت بواقع سبع عينات، وبواقع (270) من طلبة الجامعة لإجراء السؤال المفتوح لجمع عينة بنود المقياس و(425) طالبا وطالبة لحساب الصدق والثبات العاملي (644) فردا لفحص الفروق بين الجنسين (360 فردا) و(85) فردا و(162) طالبا وطالبة، و(274) فردا من طلبة جامعة الكويت لحساب معاملات ثبات مقياس الشخصية. وأظهرت النتائج عن تمتع مقياس التفاؤل غير الواقعي بخصائص قياسية من ناحية الصدق والثبات، وقد كشفت نتائج التحليل العاملي عن استخلاص عاملي (الأحداث السارة والأحداث الموجعة) وقد ارتبط التفاؤل غير الواقعي ارتباطات جوهرية موجبة مع التفاؤل في حين ارتبط ارتباطات جوهرية سالبة مع كل من التشاؤم والقلق، وأخيرا أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل غير الواقعي وقدم الباحث عدد من المعايير لمقياس التفاؤل الغير واقعي.

دراسة هاردن (2002):Hardin:

هدفت الدراسة إلى التعرف على القلق الإجتماعي والإكتئاب لدى الأمريكيين من الأصول الآسيوية والأوروبية ودور كل من الإنضباط الداخلي والتفاؤل والتشاؤم، وقد تم إجراء الدراسة في جامعة

(أوهايو) في الولايات المتحدة الأمريكية وهدفت الدراسة إلى التعرف على المفاهيم الحضارية للذات والإنضباط الذاتي ودورها في التفاؤل والتشاؤم لدى عينة مكونة (148) من الأمريكيين من الأصول الأوروبية والآسيوية و(193) من الطلبة ذوي العرقيات الأخرى وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الأمريكيين ذوي الأصول الأوروبية يعانون من الإكتئاب عندما تكون مؤشرات الإنضباط الذاتي والقلق الإجتماعي عالية لديهم، أما بالنسبة للأمريكيين من الأصول الآسيوية فإن عدم التغلب على الإنضباط الداخلي يعد من أهم الأسباب التي تسبب الإكتئاب لديهم، وتشير الدراسة أيضا إلى النظرة الذاتية للنفس كانت من أهم المؤشرات على القلق الإجتماعي ضمن المجموعتين التي تم إجراء الدراسة عليهم.

دراسة الجوفي (2002):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والدين من المتغيرات الإجتماعية الديمغرافية من وجهة أخرى، والطبقة الإجتماعية والجنس والموقع الجغرافي والوضع العائلي والانتماء الديني والجامعة وكذلك هدفت الدراسة إلى معرفة مدى انتشار التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد العينة، اختيرت عينة عشوائية من طلبة السنة الثانية في فروع كليات الآداب والعلوم الإنسانية من الجامعتين اللبنانية والأمريكية في بيروت وعددهم (200) ذكر و(310) أنثى، (304) مسيحيين، (306) مسلمين، (408) من الجامعة اللبنانية، و(202) من الجامعة الأمريكية، (281) من المدينة، (320) من الريف، وأظهرت النتائج إلى وجود تفاعل دال إحصائيا بين الجامعة والدين، كما تبين ارتباط قوي بين الجامعة والدين وتبين أن الذكور المسيحيين الذين ينتمون إلى الجامعة الأمريكية هم أكثر تفاؤلا من لأقرانهم كما ظهر تفاعل دال إحصائيا بين متغير الدين والطبقة الإجتماعية وأشارت إلى متوسط المسلمات الإناث من الطبقة الوسطى اللواتي ينتمين إلى الجامعة الأمريكية هو الأعلى، باختصار تدل النتائج على أن الذكور المسيحيين حضريين، والإناث المسلمات من الطبقة الوسطى الذين ينتمون إلى الجامعة

الأمريكية هم أكثر تفاؤلا مقارنة بأقرانهم طلبة الجامعة اللبنانية، أما التفاعلات الأخرى بين كافة المتغيرات فلم تسفر عن نتائج دالة إحصائياً.

دراسة البيجوفي والأنصاري (2005):

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين اللبنانيين والكويتيين في التفاؤل والتشاؤم فضلا عن التعرف إلى فروق بين الذكور والإناث في هاتين السمتين من الثقافة الواحدة، وتألفت عينة الدراسة من (1587) من طلبة الجامعات اللبنانية والكويتية وكشفت النتائج عن وجود فروق جوهرية بين اللبنانيين والكويتيين حيث تبين أن الكويتيين من الجنسين أكثر تفاؤلا من اللبنانيين، كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق جوهرية بين الجنسين إذ أن الذكور اللبنانيين أكثر تشاؤما من الإناث اللبنانيات في حين لم تظهر فروق جوهرية في التفاؤل كما كشفت النتائج أيضا عن فروق جوهرية بين الجنسين في التفاؤل لدى العينة الكويتية حيث حصل الكويتيون الذكور على متوسط أعلى من الإناث في التفاؤل في حين لم تظهر فروق جوهرية بينما في التشاؤم.

دراسة علي (2005):

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد، وعلاقة التفاؤل والتشاؤم بالجنس والتخصص والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة جامعة بغداد، واقتصر البحث على (470) من طلبة جامعة بغداد موزعين بالتساوي حسب الجنس والصف من طلبة الدراسات الأولية الصباحية من العراقيين للعام الدراسي (2003-2004) ولتحقيق أهداف الدراسة تبنت الباحثة مقياس التفاؤل والتشاؤم (للحكاك 2001) المعد خصيصا لطلبة الجامعة الذي يتكون من (49) فقرة، وطبق المقياس على عينة مؤلفة من (470) طالبا وطالبة اختيروا بالأسلوب العشوائي من الكليات الثماني، وخلصت الدراسة إلى أن طلبة جامعة بغداد يتسمون بمستوى عال من التفاؤل في حياتهم الجامعية، وأن الطلبة من كلا

الجنسين ومن التخصصين العلمي والإنساني ومن الصفوف الأربعة على مستوى واحد من التفاضل أي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا للمتغيرات (الجنس، التخصص، الصف) ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير التخصص لدى طلبة جامعة بغداد، وليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير (الجنس، الصف، التحصيل) أي أن متغير التخصص له نسبة إسهام مؤثر في التفاضل والتشاؤم ولصالح التخصص العلمي.

دراسة المنشاوي (2006):

تهدف هذه الدراسة إلى التنبؤ بكل من التفاضل والتشاؤم من خلال بعض المتغيرات النفسية متمثلة في كل من الصلابة النفسية، والذكاء الوجداني، والتحصيل الدراسي، ومجموعة من المتغيرات الديموغرافية تمثلت في الجنس، المستوى الدراسي، التخصص الدراسي، وذلك لدى عينة من طلاب كلية التربية بدمنهور، كما هدفت الدراسة التعرف على مدى شيوع التفاضل والتشاؤم لدى عينة الدراسة، وكذلك معرفة الفروق بين الجنسين في التفاضل والتشاؤم. وتكونت عينة الدراسة من 380 طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية بدمنهور تمثل المتغيرات الديموغرافية (طلاب/طالبات، الفرقة الأولى/ الفرقة الرابعة، التخصصات الأدبية/ التخصصات العلمية) ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة:

1- يمكن التنبؤ بكل من التفاضل والتشاؤم من خلال متغيرات الصلابة النفسية والذكاء

الوجداني والتحصيل الدراسي وان اختلف الإسهام النسبي لهذه المتغيرات باختلاف المتغيرات الديموغرافية.

2- وجود علاقة موجبة ودالة إحصائيا بين التفاضل وكل من الصلابة النفسية والذكاء

الوجداني والتحصيل الدراسي.

- 3- وجود علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين التشاؤم وكل من الصلابة النفسية والذكاء الوجداني والتحصيل الدراسي.
- 4- عدم وجود فروق بين الجنسين في التفاؤل والتشاؤم.
- 5- شيوع التفاؤل المرتفع لدى عينة الفرقة الأولى بنسبة أكبر من شيوعه لدى عينة الفرقة الرابعة.
- 6- نسبة شيوع التفاؤل المرتفع لدى البنات أكبر منها لدى البنين.
- 7- وجود فروق دالة إحصائياً في كل من التفاؤل والتشاؤم ترجع إلى المستوى الدراسي.

دراسة المحتسب (2008):

التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأحداث الحياة اليومية الضاغطة وأساليب المواجهة لدى طلبة جامعة القدس، حيث تكونت عينة الدراسة من (313) طالبا وطالبة من طلبة جامعة القدس، (سنة أولى، ورابعة) والمسجلين للفصل الأول (2007-2008) والبالغ عددهم (6232) في التخصصات العلمية والإنسانية كافة، وتم اختيارهم بطريقة العينة الطبقية العشوائية وتمثل العينة ما نسبته 5% من مجتمع الدراسة. وتوصلت الدراسة إلى أن درجتي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس كانت متوسطة، وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجتي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس تعزى لمتغيرات الدراسة، وأن أكثر الأحداث الضاغطة شيوعاً لدى طلبة جامعة القدس هي الأحداث الضاغطة الدراسية، أما أقلها تأثيراً فكانت الأحداث الضاغطة الاجتماعية، بينما تبين أن درجة الأحداث الضاغطة بصورة عامة كانت منخفضة، وتبين عدم وجود فروق في متوسطات درجات أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس تعزى إلى متغيرات الدراسة على الدرجة الكلية، بينما تبين فروق بين الجنسين على بعد الأحداث الضاغطة الاقتصادية والاجتماعية لصالح الذكور.

دراسة القبسي (2008):

هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بتقدير الذات ووجهة الضبط لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة أبها بمنطقة عسير، فكتشفت الدراسة عن ارتفاع متوسط التفاؤل وكذلك ارتفاع متوسط تقدير الذات، وبينت الدراسة أن وجهة الضبط للعينة كانت داخلية، وبينت الدراسة وجود علاقة سالبة بين التفاؤل والتشاؤم، وكذلك وجود علاقة موجبة ودالة بين التفاؤل وتقدير الذات، ووجود علاقة سالبة بين تقدير الذات ووجهة الضبط الخارجي ولم توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم وفقا لمتغيري الصف والتخصص، وأخيرا أظهرت الدراسة أن أكثر المتغيرات تتبؤا بالتفاؤل هي تقدير الذات في حين أن وجهة الضبط كانت أكثر المتغيرات تتبؤا بالتشاؤم.

دراسة روثيج وآخرون (2009) Ruthig, Haynes, Stupnisky Perry :

هدفت إلى التعرف على تأثير التفاؤل والدعم الاجتماعي على الصحة النفسية لطلاب الجامعات في السنة الجامعية الأولى وذلك من منطلق أن الطلاب في السنة الجامعية الأولى يواجهون خبرات وتحديات عديدة بحكم البيئة الجديدة التي انتقلوا إليها حيث من الممكن أن تصبح هذه التأثيرات أكثر حدة وأكثر سلبية وتؤدي إلى تعرض الطلبة للضغوط النفسية والاكتئاب، لهذا بحثت هذه الدراسة الطولية العلاقة بين التفاؤل والدعم الاجتماعي والضغوط النفسية والاكتئاب لدى العينة. حيث تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد لتقييم قدرة متغيرات التفاؤل والدعم الاجتماعي في بداية العام الدراسي، وتكونت العينة من (288) طالبا من طلبة الجامعات الجدد، وقد خلصت الدراسة إلى أن كلا من التفاؤل والدعم الاجتماعي تنبأ بمستويات أقل من الضغوط النفسية والاكتئاب، حيث تبين وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين التفاؤل والضغوط النفسية وبين التفاؤل والاكتئاب، ووجود علاقة ارتباطية سلبية دالة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية وبين الدعم الاجتماعي والاكتئاب ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين التفاؤل والتحصيل.

دراسة الحميري (2010):

أجري البحث للتعرف على مدى شيوع سمة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة دمار، وطبيعة الفروق بينهم في السمة المذكورة بحسب الجنس (ذكورا، إناثا). ولتحقيق ذلك طبق الباحث مقياس التشاؤم والتفاؤل على عينة من مجتمع البحث بلغ حجمها: (600) طالب وطالبة، وحلت البيانات إحصائيا وتبين

أن ما يقرب من ثلثي أفراد العينة البالغ عددهم (390) وبنسبة (65%) من إجمالي أفراد العينة الكلية منهم التشاؤم المعتدل يتسمون بالتفاؤل منهم (42%) ذكورا (51%) إناثا فيما بلغ أفراد التشاؤم المتطرف (106) وبنسبة (18%) من إجمالي العينة الكلية منهم (46%) ذكورا (58%) إناثا.

وبلغ عدد الأفراد ذوي التفاؤل المتطرف (104) بنسبة (17%) من إجمالي العينة ككل منهم (54%) ذكورا (46%) إناثا، ولم تبين النتائج الإحصائية وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي الذكور والإناث في سمة التفاؤل والتشاؤم وقد نوقشت النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

دراسة جودة أبو جراد (2011):

وهدف إلى الكشف عن حجم العلاقة الارتباطية بين السعادة والأمل والتفاؤل والتعرف على الأهمية النسبية لكل من الأمل والتفاؤل في التنبؤ بالسعادة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وتألفت عينة الدراسة من (187) طالبا وطالبة منهم (163) طالبا و(84) طالبة من طلبة القدس المفتوحة المسجلين للعام الدراسي (2009-2010) واستخدمت الباحثة مقياس التفاؤل وهو فرع من القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم إعداد أحمد عبد الخالق (1996) ومقياس الأمل إعداد سنايدر وزملائه (1991) ترجمة أحمد عبد الخالق (2004) وقائمة أكسفورد للسعادة (1995) تعريب أحمد عبد الخالق.

وبينت نتائج البحث أن متغير السعادة ارتبط مع متغير (الأمل، التفاؤل) وكانت معاملات الارتباط موجبة ودالة إحصائيا، أشارت النتائج إلى أن متغير الأمل والتفاؤل يسهمان في تفسير درجات الأفراد

على مقياس السعادة وقد فسر متغير التفاؤل ما نسبته (42.2%) للعينة الكلية و(43.2%) لعينة الذكور، ولإناث (45%) بينما فسر الأمل (7.1%) للعينة الكلية و(4%) لعينة الذكور و(12.2%) لعينة الإناث.

دراسة تان (2011) Tan :

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والضغط النفسية الأكاديمية لدى عينة من طلاب المدارس الإعدادية في سنغافورة ذوي القدرة العالية، وسعت أيضا إلى فهم العلاقة بين التفاؤل ومجموعة من المتغيرات النفسية الأخرى مثل احترام الذات والكفاءة الذاتية الأكاديمية، والأمل، والمرونة الأكاديمية والرضا عن المدرسة، كما هدفت إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في التفاؤل والضغط النفسية الأكاديمية وباقي العوامل النفسية، حيث تكونت عينة الدراسة من (272) طالبا من ذوي المستوى الأكاديمي المرتفع كشفت النتائج عن وجود علاقة سلبية عالية ودالة إحصائيا بين التفاؤل والضغط النفسية الأكاديمية لدى الطلاب، وتبين من خلال النتائج أن متغيرات التفاؤل والجنس تتبأت وبشكل دال.

دراسة سوزان (2011):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين كل من التفاؤل والتشاؤم ومتغيري الإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة، كما هدفت إلى إعداد مقياس للتعرف على سمتي التفاؤل والتشاؤم في المجتمع السعودي وبالأخص لدى الطالبات الجامعيات، حيث تكونت العينة من (343) طالبة من كلية التربية للبنات وينتمون إلى مستويات تعليمية مختلفة تتراوح أعمارهم الزمنية بين (21-25) عاما، فقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين درجات الطالبات الجامعيات على مقياس التفاؤل ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي.

وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين درجات الطالبات الجامعيات على مقياس التشاؤم ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات درجات مرتفعي ومنخفضي التفاؤل على مقياس الرضا عن الحياة، والإنجاز الأكاديمي لصالح مرتفعي التفاؤل. إضافة إلى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات درجات مرتفعي ومنخفضي التشاؤم على مقياس الرضا عن الحياة، والإنجاز الأكاديمي لصالح منخفضي التشاؤم، كما أسفرت الدراسة عن وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) لمتغير المستوى الدراسي في تباين درجات الطالبات على مقياس الرضا عن الحياة، والإنجاز الأكاديمي.

دراسة محيسن (2012):

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على نسبة شيوع التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة، وعلاقتها بالتدين ودرجة اختلاف الفروق في التفاؤل والتشاؤم باختلاف الجنس، التخصص، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، الانتماء التنظيمي، وما إذا كان التفاؤل والتشاؤم يمثلان عاملاً واحداً أم عاملين مستقلين، وأجريت الدراسة على عينة من (263) من طلبة جامعة الأقصى بغزة، ولتحقيق أهداف الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي وقد أسفرت نتائج الدراسة عن شيوع التفاؤل بنسبة 60.66% وتعد هذه النسبة متوسطة، والتشاؤم بنسبة 41.6 وتعد دون المتوسط، كما وجدت علاقة إيجابية بين تفاؤل الطالب ودرجة تدينه، وسلبية بين التشاؤم ودرجة التدين، وعدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم تعزى للجنس أو لمكان السكن (قرية، مدينة، معسكر)، وأن المتزوجين أقل تشاؤماً من غير المتزوجين، كما كشفت أن طلبة التخصص الأدبي أكثر تشاؤماً من طلبة التخصص العلمي، ووجود فروق دالة إحصائياً في التفاؤل تعزى للانتماء التنظيمي ولصالح المنتمين للإتجاه الإسلامي في التفاؤل، والمنتمين لحركة فتح في التشاؤم وعدم تمايز التفاؤل عن التشاؤم في عامل مستقل.

دراسة منار وتامر (2014):

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الحكم الأخلاقي ومستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة اليرموك، والتعرف على العلاقة بين الحكم الأخلاقي والتفاؤل والتشاؤم التي يمكن أن تعزى إلى كل من: الجنس والتخصص، حيث تكونت عينة الدراسة من (500) طالب وطالبة تم اختيارهم في الفصل الدراسي الثاني من عام 2012-2013، حيث أظهرت النتائج أن مستوى الحكم الأخلاقي جاء بدرجة متوسطة لدى الطلبة وفي المرحلة الرابعة وهي: (التمسك الصارم بالقوانين والأنظمة) من مراحل الحكم الأخلاقي الستة عند كولبرج Kohlberg، وأظهرت نتائج الدراسة مستوى مرتفعا من التفاؤل لدى طلبة جامعة اليرموك، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط إيجابي دال إحصائيا بين الحكم الأخلاقي والتفاؤل والتشاؤم على الدرجة الكلية للمقياس، كما أشارت أيضا إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الحكم الأخلاقي يعزى لمتغير الجنس فكانت الفروق لصالح الإناث، كذلك وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الحكم الأخلاقي تعزى لمتغير التخصص ولصالح تخصصات الكليات الانسانية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة اليرموك تعزى لأثر الجنس أو التخصص.

التعقيب على الدراسات التي تخص التفاؤل والتشاؤم:

لقد تعددت الدراسات التي تناولت متغير التفاؤل والتشاؤم وتتنوعت من حيث الأهداف المراد دراستها والعينة المدروسة والنتائج المتوصل إليها:

فأغلب الدراسات كان هدفها الرئيسي هو الكشف عن العلاقة الموجودة بين التفاؤل والتشاؤم ومتغيرات أخرى كدراسة كوزومي (1995) Kozoumi توقعات الطلبة نحو الحياة والمستقبل (التفاؤل) وعلاقته بالشعور بالفشل، دراسة عبد الخالق (1998) العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والصحة الجسمية، دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998) سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعدي الشخصية، ودراسة بركات (1998)

العلاقة بين سيكولوجية التفاوض والتشاور وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي، دراسة المشعان (2000) العلاقة بين التفاوض والتشاور والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة، دراسة عبد الخالق (2000) العلاقة بين التفاوض والتشاور على النوم واضطراباته، دراسة إسماعيل (2001) التي حاولت التعرف على مقدرا واتجاه العلاقة بين التفاوض والتشاور وكل من الشعور بالوحدة وقلق الموات ومركز الضبط والوضع الاجتماعي والاقتصادي ، وكذا دراسة رضوان (2001) العلاقة بين الاكتئاب والتشاور وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية، دراسة اليجوفي (2002) العلاقة بين التفاوض والدين من المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية من جهة أخرى، دراسة علي (2005) علاقة التفاوض والتشاور بالجنس والتخصص والتحصيل الأكاديمي، دراسة المحتسب (2008) التفاوض والتشاور وعلاقتها بأحداث الحياة اليومية الضاغطة وأساليب المواجهة، دراسة القببسي (2008) العلاقة بين التفاوض والتشاور وعلاقتها بتقدير الذات ووجهة الضبط، دراسة تان (2011) العلاقة بين التفاوض والضعوط النفسية والأكاديمية، دراسة سوزان (2011) العلاقة الارتباطية بين كل من التفاوض والتشاور ومتغيري الإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة، دراسة منار وتامر (2014) العلاقة بين الحكم الأخلاقي والتفاوض والتشاور.

بالمقابل الدراسات التي كان الهدف منها هو معرفة تأثير التفاوض والتشاور والفروق بينهما مع متغيرات أخرى دراسة ديلاي (1994) Delaney التي هدفت إلى معرفة تأثير التفاوض والتشاور على العمل الإشرافي، دراسة شكري (1999) الكشف عن الفروق بين الجنسين في سيكولوجية التفاوض والتشاور، دراسة اليجوفي والأنصاري (2005) هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين اللبنانيين والكويتيين في التفاوض والتشاور.

معظم الدراسات أجريت على عينة من طلبة الجامعات مثل دراسة ديلاي (1994) Delaney، دراسة كوزومي (1995) Kouzumi، دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998)، دراسة بركات (1998)، دراسة حمدان

(1999)، دراسة عبد الخالق (2000)، ودراسة رضوان (2001)، دراسة المحتسب (2008)، دراسة سوزان (2011)، دراسة منار ونامر (2014).

وقد توصلت نتائج دراسة كوزومي (1995) Kouzumi إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تتعلق بإحساس الطلبة نحو المستقبل مرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة، ودراسة بركات (1998) توصلت إلى أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيرات التخصص ونوع العمل ومكان السكن، دراسة حمدان (1999) توصلت إلى عدم وجود فروق في سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى التعليمي للأب والأم. وفي دراسة المحتسب (2008) حيث تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجتي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس تعزى لمتغيرات الدراسة.

الإشكالية:

يعد علم النفس من أهم العلوم التي يسعى لدراسة المفاهيم المعقدة والمتداخلة فيما بينها، والبحث في الشخصية هو من أهم أبحاث علم النفس لما لها من فوائد مهمة على المجتمعات الإنسانية وذلك بفهم مكونات شخصية الفرد وتحليلها واستيعاب طبيعتها، فالشخصية من أكثر المفاهيم تعقيدا لأنه يشمل الصفات الجسمية والعقلية والوجدانية كافة والمتفاعلة مع بعضها داخل سمات الفرد. (محمد جاسم، 2011). فموضوع الشخصية لفت أنظار علماء النفس على مختلف توجهاتهم وهو علم يقوم أساسا على المشاهدات المنتظمة للأداء البشري أو الإنساني، فلذلك نحن بحاجة إلى الدراسة العلمية الدقيقة لفهم أهمية سلوك الإنسان في مختلف جوانبه النفسية والاجتماعية والعقلية والفيسيولوجية الشخصية فقد قام مقداد وعبد الله (2014) بدراسة بعنوان أنماط الشخصية وعلاقتها بالميل المهنية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مملكة البحرين والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الميل المهنية وأنماط الشخصية

وأثر كل من الجنس (ذكر/أنثى) والمستوى الأكاديمي (أول ثانوي، ثاني ثانوي، ثالث ثانوي)، وطبقت الدراسة على (546) طالبا وطالبة، باستخدام مقياسين هما مقياس الميول المهنية الذي أعد وفقا لنظرية هولاند، ومقياس أنماط الشخصية الذي أعد وفقا لتصنيف مايرز - برجز، فأظهرت النتائج أن الميول الستة التي أشارت إليها نظرية هولاند موجودة كلها لدى أفراد العينة وأشارت بالمقابل إلى وجود الأنماط الستة عشر في الشخصية وكشفت عن وجود علاقات متعددة بين الميول المهنية وأنماط الشخصية بأكثر من ميل مهني واحد. وبهذا فهي تعتبر خاتمة المطاف في الدراسات السيكولوجية نظرا لما لها في علم النفس من مكانة حيث اقترح علم نفس الشخصية إشارة إلى أنها يمكن أن تكون تخصصا قائما بنفسه ويقول ستاجنر (د.ت) Stagner في كتابه "سيكولوجية الشخصية": إن الشخصية الإنسانية غالبا وبالتأكيد تعتبر أكبر ظاهرة معقدة درسها العلم ودراسة الشخصية في علم النفس هو وظيفة تكاملية، وفي هذا الإتجاه فقد تباينت وجهات نظر علماء النفس في تفسير طرق وأساليب دراسة الشخصية وعندما نتحدث عن المجالات التي تستخدم في الدراسة المنحى العيادي الذي يقتصر فقط على الملاحظة والمنحى الارتباطي والذي يعتمد بشكل رئيسي على استخدام المقاييس الإحصائية التي تختلف أداءات الأفراد فيها وهذا ما يسمى بالفروق الفردية في دراسة الشخصية ولكن هدفها يبقى واحد هو الوصول إلى فهم واضح للشخصية، في ضوء الفروق الفردية في مختلف صفاتهم واتجاهاتهم الشخصية، والفرد يتميز عن غيره في نمط الشخصية الذي يكتسبه، وهذين النمطين يندرجان أكثر في الجانب العاطفي والانفعالي حيث ينظر لهما على أساس عوامل فطرية، فيظهر ذلك من خلال مختلف السلوكيات التي يمكن ملاحظتها منذ الطفولة. فقد قام أبو السل (2014) بدراسة هدفت إلى التعرف على أنماط الشخصية لدى طلبة جامعة دمشق وفق مقياس (ريسو-هيدسن) على عينة قدرها (400) طالبا وطالبة وأشارت نتائج الدراسة إلى سيادة نمط الشخصية المنجز لدى طلبة كليتي العلوم والتربية، ثم يليه نمط الشخصية

الملخص، وهذا يعني أن عامل التحصيل، والميل إلى التنافس والإنجاز، وتحقيق الأهداف، هو الذي يغلب على شخصية الطلبة.

فقد حظي بعدي الانبساطية والانطوائية باهتمام كبير حيث قام العالم السويسري كارل يونغ (1913) K.Yung بتقسيمه الثنائي للأفراد الذي أقامه على الملاحظة الشخصية والخبرة الإكلينيكية إلى قسمين انبساطيين وانطوائيين فقد فكر في هذين النمطين نتيجة عمله مع المرضى العصبيين وأن الميكانيزم السائد هو الذي يحدد نمط الشخصية، فحسب يونغ (1913) Yung فالنمط المنطوي يتسم صاحبه بالعزلة وعدم الإختلاط وتجنب الصلات الاجتماعية حيث تؤدي العوامل الذاتية أهم دور في توجيه سلوكه، وهو دائم التفكير في نفسه وتتفصه المرونة التي تساعده على التوافق السريع، وهو كثير الشك في نيات الناسة والخيال والوهم.

أما النمط المنبسط فيتميز صاحبه بالنشاط والميل إلى مشاركة الناس في نشاطهم وأعمالهم كما أنه قادر على التوافق بسرعة مع المواقف الجديدة الطارئة، يعتمد على عوامل خارجية في توجيه سلوكه ويقبل على الدنيا في حيوية وصراحة ويكون صداقات بسرعة ولا يهتم بالنقد ولا يكتم ما يجول في نفسه من انفعال، وتوصف الهستيريا بأنها المرض النفسي بالنسبة للإنبساطي.(شادلي،2001).

ولذلك فقد لفت هذا انتباه الكثير من الباحثين والدارسين للقيام ببحوث والتي تكشف في مجملها عن أهمية دراسة موضوع الشخصية كمفهوم سيكولوجي على الصعيدين النظري والتطبيقي، زيادة على ذلك فسمتي التفاؤل والتشاؤم تعتبران بعدا أساسيا في الشخصية يمكن تعديله واكتسابه من البيئة والخبرة مما يجعل من عملية تعديله أمرا يسيرا ممكنا ليصبح نمطا مدعما لشخصية الفرد بدلا من أن يكون نمطا محبطا له، فقد تتعدد المعاني التي يلحقها المتخصصون وغير المتخصصون بمفهوم التفاؤل والتشاؤم فقد يعتقد معظم الناس بأن التفاؤل والتشاؤم يتضمن توقعاتهم المستقبلية للأحداث، ويربطونه بالنظرة إلى

الوقائع الآتية على أنها تجعل من الفرد أن يكون متفائلا بالأحداث السعيدة، ويتشاعم في حالة الأحداث التعيشة للتفاؤل والتشاؤم تأثيرا لا يمكن إنكاره أو التقليل من أهميته على السلوك الإنساني.

ينظر علماء نفس الشخصية إلى التفاؤل والتشاؤم بوصفهما خلفية عامة تحيط بالحالة النفسية للفرد وخصوصا الطلبة فتؤثر على سلوكياتهم وتوقعاتهم بالنسبة للحاضر والمستقبل، سواء أكانت إيجابية (متفائلة) أو سلبية (متشائمة) فالمزاج الإيجابي ينشط عملية التفكير في الإبداع وحل المشكلات كما يساعد الطلبة أيضا على حسن معالجتهم للمعلومات المقدمة لهم، فقد قام الموسوي والعنكوشي (2011) بدراسة حول التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القادسية وكان هدفها هو التعرف على مدى شيوع سمة التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة وطبيعة الفروق بينهم بحسب الجنس، فقد صمم الباحثان أداة لقياس التفاؤل والتشاؤم ولتحقيق أهداف البحث قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة قوامها (400) طالبا وطالبة في جامعة القادسية للعام الدراسي (2009-2010) فقد توصلت النتائج إلى أن توزيع سمة التفاؤل- التشاؤم لدى الطلبة أقرب إلى الاعتدال إذ تبين أن غالبية الأفراد يقعون على وسط متصل، وعند تصنيفهم إلى متفائلين ومتشائمين وجد أن المتفائلين أكثر عددا من المتشائمين، وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في سمة التفاؤل والتشاؤم ولصالح الذكور، وعلى إثر ذلك يعتبر التفاؤل والتشاؤم سمتان ثابتتان نسبيا في شخصية الفرد. يرى سليجمان (1995) Seligman سمة الشخصية المتفائلة بأنها الطريقة التي يفسر بها الفرد اتجاهه نحو النجاح والفشل في حياته، فالفرد يرى الفشل بأنه عبارة عن مصدر يساعد على التطور والنجاح ولذا يتصرف ويستجيب بفاعلية وسعادة، ويستطيع تطوير حياته نحو الأفضل بنفسه ولا يتطلب مساعدة من الآخرين، أما التشاؤم حسبه هو إدراك الفرد للأشياء من حوله بطريقة سلبية فالفرد المتشائم يرى الفشل في صورة مأساة لا يمكن الخروج منها، وهو عادة لا يستطيع وضع حلول ناجعة لمشاكله اليومية مما يجعله دائم السؤال وفي حالة التردد والشك، لا يستطيع الاعتماد على نفسه فهو كثيرا ما يطلب المساعدة من الآخرين.(معمرية،2012).

ومن هنا يمكن طرح التساؤلات التالية:

- 1- ماهي السمة السائدة بين طلبة الجامعة؟ هل هي الانبساط أم الانطواء؟
- 2- هل يتسم طلبة الجامعة بسمة التفاؤل أم سمة التشاؤم؟
- 3- هل توجد علاقة ارتباطية بين كل من الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة؟
- 4- هل توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس؟
- 5- هل توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص؟
- 6- هل توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟
- 7- هل توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس؟
- 8- هل توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص؟
- 9- هل توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟
- 10- هل يمكننا التنبؤ بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم بين الطلبة الجامعيين؟

5- فرضيات الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى اختبار الفرضيات التالية:

- 1- سمة الانبساط هي السمة السائدة بين طلبة الجامعة.
- 2- سمة التفاؤل هي السمة التي يتسم بها طلبة الجامعة.
- 3- توجد علاقة ارتباطية بين كل من الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة.
- 4- توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس.
- 5- توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص.

- 6- توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.
- 7- توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس.
- 8- توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص.
- 9- توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.
- 10- يمكننا التنبؤ بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم بين الطلبة الجامعيين.

3- أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية الدراسة الحالية في كونها موضوعا علميا له أهمية في حياتنا النفسية والاجتماعية.
- تعتبر هذه الدراسة من إحدى تطبيقات علم النفس الإيجابي وذلك لأن متغير التفاؤل له دور فعال وشامل على حياة الطالب وهو أحد مكونات النمو والرفق والتي تتدرج بدورها ضمن القوى والفضائل الانسانية.
- في حدود اطلاعاتنا قلت الدراسات التي تناولت نمطي الشخصية الانبساط والانطواء وعلاقتها بسمتي التفاؤل والتشاؤم.
- يمكن الإستعانة والإستفادة من هذه الدراسة وذلك لغرض تصميم برامج إرشادية للطلبة الجامعيين بهدف تنمية سمة التفاؤل لديهم وجعلهم يكتسبون الطابع الانبساطي للشخصية.
- تسليط الضوء على متغير التفاؤل والتشاؤم باعتبارهما عنصر مهم يجب الكشف عليه وخصوصا لدى الطلبة في المرحلة الجامعة، وذلك من أجل تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والنظر إلى الحياة بنظرة إيجابية وتفاؤلية اتجاه القادم.

4- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف وهي كالتالي:

- معرفة ما إذا كان هناك علاقة بين أنماط الشخصية (الانبساط والانطواء) والتفاؤل والتشاؤم عند الطلبة وذلك باعتبار التفاؤل والتشاؤم سمتين من سمات الشخصية.
- معرفة السمة السائدة بين طلبة الجامعة.
- معرفة دلالة الفروق بين الذكور والإناث في مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة.
- معرفة ما إذا كان هناك اختلاف في مستوى الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم باختلاف المستوى الدراسي للطلبة.
- التعرف على قيمة التنبؤ بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم بين الطلبة.

6- التعاريف الإجرائية:

• أنماط الشخصية:

هي مجموعة من الصفات والخصائص الإيجابية منها أو السلبية التي يتصفون بها الأفراد والتي تختلف من شخص لآخر والتي تمنح له وصفا شخصيا لشخصيته المكتسبة.

• النمط الانبساطي:

وهو الصفة التي تصف بها كل فرد حيث يكمن الاختلاف بينه وبين النمط الانطوائي كون الشخص المنبسط منفتح على العالم الخارجي ولديه القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين يسودها الفرح والتفاؤل حيال المحيط الخارجي.

أما إجرائيا فهو الدرجة التي يتحصل عليها الفرد في مقياس الانبساط والانطواء المستخدم في الدراسة الحالية والمحصورة بين 101-200.

• النمط الانطوائي:

وهو النمط الشخصي الذي يجعل صاحبه يتسم بالفرار والانسحاب من المجتمع، والأفكار الخيالية التي تسيطر عليه محاولاً توجيه آرائه نحو ذاته نفسها وهو ميال بطبعه للتشاؤم والقلق حيال المستقبل هذا ما يجعله شخصاً هادئاً في مختلف المواقف.

أما إجرائياً فهو الدرجة التي يتحصل عليها الفرد في مقياس الانبساط والانطواء المستخدم في الدراسة الحالية والمحصورة بين 40-100.

• التفاؤل:

هو تلك النظرة والتوقعات الإيجابية للفرد حيال مستقبله وثقته بنفسه العالية التي تجعله يتحكم في كل شيء وبأن كل الأمور لصالحه مصباحاً كل مجهوداته على النجاح فيها.

أما إجرائياً فهو الدرجة التي يتحصل عليها الفرد في مقياس التفاؤل والتشاؤم المستخدم في الدراسة الحالية والمحصورة بين 113-225.

• التشاؤم:

وهو كل ما يتوقعه الفرد من أحداث سلبية سوف تقع له أو تصادفه في حياته المستقبلية وكذا توهمه بأنه شخص عاجز لا يستطيع مواجهة الفشل هو مصيره المستقبلي.

أما إجرائياً فهو الدرجة التي يتحصل عليها الفرد في مقياس التفاؤل والتشاؤم المستخدم في الدراسة الحالية والمحصورة بين 45-112.

الفصل الثاني

أنماط الشخصية

. تمهيد:

يمكن أن نرد مختلف ردود الأفعال السلوكية الصادرة عن كل فرد، إلى عامل الأنماط التي يميز شخصية الفرد عن الآخرين، ويحدد السلوكيات التي يصدرها الفرد في مختلف مواقف التفاعل الاجتماعي، وعليه فقد حظي موضوع أنماط الشخصية الاهتمام من طرف الباحثين والدارسين والمهتمين بعلم نفس الشخصية على وجه الخصوص.

فدراسة هذا العنصر له أهمية في مختلف مجالات الدراسات النفسية إذ أن معرفة نمط الشخصية قد يسهم في التعرف والتعامل مع مختلف أنماط التفكير الفردي السائدة، ومنه بناء علاقات تفاعل اجتماعي إيجابي بين الأفراد في الجماعات، كما يمكن أن يفيدنا ذلك في التعامل مع مختلف المشكلات التي تؤثر سلبا على شخصية الفرد وطبائع سلوكه، وانطلاقا من هذا سنتناول هذا الموضوع في فصلنا هذا، أين نبدأ بتعريف الشخصية، تعريف نمط الشخصية، خصائص نمط الشخصية، فوائد دراسة أنماط الشخصية، نمط الشخصية والمفاهيم المرتبطة به، متغيرات مهمة في دراسة نمط الشخصية، نظريات تفسير نمط الشخصية، نمط الشخصية الانبساطي، نمط الشخصية الانطوائي، أساليب دراسة وتشخيص الانطوائية والانبساطية فخلاصة الفصل.

1. تعريف الشخصية:

يعتبر مفهوم الشخصية من أكثر مفاهيم علم النفس تعقيدا وتداخلا، فهو يشمل كافة الصفات الجسمية والعقلية والخلقية والوجدانية في تفاعلها مع بعضها البعض وفي تكاملها في شخص معين واختلفت تعريفاتها اختلافا كبيرا، ومن التعاريف ما يتناول الشخصية كما يحس بها ويتصورها الفرد نفسه وتدور حول شعور الشخص بذاتيته ووحده (فراج، 1970)، وانطلاقا من تعدد التعريفات التي حاولت تحديد مفهوم الشخصية يمكن أن نقوم بتحديد من خلال تقسيم التعريفات الواردة بشأن الشخصية في مجموعات ثلاثة على أساس ثلاثة اعتبارات:

1.1. المجموعة الأولى:

تتضمن مجموعة من التعريفات التي يعبر فيها أصحابها بأن الشخصية مثير أو مؤثر اجتماعي يساهم في التأثير على الآخرين، ويفرض عليهم تقبل الأفكار والسلوك بأنماط سلوكية متسقة تمام الاتساق مع ما يطبع شخصية الفرد المؤثر من سلوكات وأفكار وقيم ومواقف، ومن التعريفات التي نجدها في هذه المجموعة نجد:

. تعريف جوردن ألبورت (1961) J.Allport: «هي التنظيم الدينامي الذي يكمن بداخل الفرد والذي ينظم كل الأجهزة النفسية والجسمية التي تفرض على الفرد طابعه الخاص الذي يمكن أن يؤثر بواسطته على الآخرين في نحو معين» (غنيم، دت، ص 08).

. تعريف روس ستانجر (1961) Ràs Stanger: «الشخصية هي تأثير الناس على الآخرين، تأثيرا يجعلنا نمح وصفا لشخصية فرد معين بأنها شخصية قوية وشخصية ضعيفة، أين يكون مقدار هذا التأثير هو الذي يعبر عن شخصية ذلك الفرد» (انتصار، 1998، ص 26).

. تعريف جيلفورد (1959) Guilford: «الشخصية هي ذلك النموذج الفريد الذي تتكون منها سمات الفرد المؤثرة في الآخرين في إطار مواقف التفاعل الاجتماعي» (القذافي، 2001، ص 13).

إن التعريفات السابقة ركزت في تحديدها لمفهوم الشخصية على مختلف المتغيرات والعناصر الداخلية الذاتية (السمات النفسية والفروق الفردية) وما يمكن أن تحدثها من تأثير في الآخرين، فما من شك أن الشخصية يمكن لها أن تؤثر في الآخرين في المواقف التفاعلية، ولكن ما يعاب على هذه المجموعة من التعريفات أنها حصرت الشخصية فقط في خصائص ذاتية تؤثر في الآخرين، في حين أن الشخصية أشمل من ذلك بحيث تشمل أيضا ما يكتسبه الفرد من البيئة، وبالتالي العوامل التي تساهم في تكوين الشخصية، والتي لم يشر إليها أصحاب هذه التعريفات.

1.2. المجموعة الثانية:

وهي التعريفات التي أشار من خلالها أصحابها إلى مختلف الاستجابات السلوكية التي تصدر عن الفرد في مختلف مواقف التفاعل في البيئة الاجتماعية، وما يسهم به ذلك في تطوير وتكوين الشخصية، ومن بين التعريفات التي نجدها هنا نذكر:

. تعريف واطسون (1930) Watson: «مجموع أنواع النشاط التي يمكن ملاحظتها في سلوك الفرد لفترة زمنية كافية، بحيث يمكن التعرف عليه بدرجة كافية وبمعنى آخر فإن الشخصية هي الناتج النهائي لمجموعة العادات التي تميز الفرد».

. هناك من يعرف الشخصية من هذه الناحية بكونها: «على اعتبار أن الشخصية حالة من الحالات الداخلية وأنها أساس سلوك الإنسان» (فراج، 1970، ص 10).

. تعريف جريفت (1936) Griffiths: «الشخصية هي مجموعة الصفات التي يتصف بها الفرد، والناجمة عن عمليات الاستجابة والتوافق مع البيئة الاجتماعية، وهي تظهر على شكل أساليب سلوكية معينة للتعامل مع العناصر والعوامل المكونة لتلك البيئة» (القذافي، 2001، ص 17).

. تعريف عبد الخالق (1993) «الشخصية نمط سلوكي ثابت ودائم إلى حد كبير، يميز الفرد عن غيره، ويتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات المتفاعلة فيها، بحيث تظم القدرات العقلية، والوجدان، والنزوع أو الإرادة، وتركيب الجسم والوظائف الفسيولوجية، والتي تحدد طريقة الفرد الخاصة في الاستجابة وأسلوبه الفريد في التوافق مع البيئة» (عبد الخالق، 1993، ص 67).

. تعريف دورون (1998) Dorron: «الشخصية هي تلك الوحدة الثابتة والفريدة من السلوكات التي يتصف بها الفرد في مواقف بيئية تستوجب من إظهار تلك السلوكات كردود أفعال منطقية استجابة لمقتضيات الموقف البيئي المثير» (هوبر، 1999، ص 28).

يبدو أن المجموعة الثانية من التعريفات أشمل من المجموعة الأولى، بحيث أشار أصحابها للعامل الداخلي والميزة الداخلية للشخصية، وما يمكن أن تحدثه من تأثير في البيئة، وفي نفس الحين أشارت إلى التأثير بالبيئة من طرف الفرد وما يؤديه ذلك من دور في تكوين شخصية الفرد، ولكن ما يعاب عليها أنها لم تشر صراحة لدور الشخصية في البيئة الاجتماعية، كما لم تشر هذه التعريفات إلى كيفية نشوء الشخصية، على الرغم من إشارتها للطابع الوراثي والمكتسب للشخصية.

1.3 المجموعة الثالثة:

وهي مجموعة من التعريفات التي حاول أصحابها تعريف الشخصية من خلال التركيز على العوامل الوسيطة التي تحاول إحداث علاقة بين العوامل الداخلية للشخصية وما تحدثه من أثر في البيئة، وما يحدث لها من أثر في سبيل البحث عن تحقيق التوافق النفسي مع متغيرات وشروط البيئة الاجتماعية، وفي هذا الخصوص يمكن أن نلمس التعريفات التالية:

. تعريف أيزنك (د.ت) H. Eysenck: «الشخصية هي ذلك التنظيم الثابت والقائم إلى حد ما، لطباع الفرد ومزاجه وعقله وبنية جسمه، والذي يحدد أساليب توافقه مع بيئته بشكل مميز» (الأنصاري، 2002، ص 19).

. تعريف روزنوايج (د.ت) Rosenweig: «الشخصية هي العلاقة بين الأنماط السلوكية والعوامل الثابتة من جهة، وبين مختلف الحالات الشعورية التي يمر بها الفرد، إضافة إلى العوامل الخارجية من جهة أخرى» (القذافي، 2001، ص 18).

يظهر أن تعريفات المجموعة الثالثة تمتاز بالدقة مقارنة بتعريفات المجموعتين الأولى والثانية، بحيث عرفت الشخصية من حيث الإشارة بأنها مجموعة من الخصائص الظاهرية والباطنية، والتي تظهر في شكل أفعال وسلوكيات اجتماعية في مواقف تستوجب ذلك، وهذا ما يعني إشارة التعريفات إلى عامل

التفاعل الاجتماعي للشخصية، أين يؤثر الفرد بخصائصه الشخصية في الآخرين، وتتأثر الشخصية بالآخرين وبعض المواقف الاجتماعية.

جدول رقم (01) يبين المجموعات الثلاث لنمط الشخصية

المجموعات	أصحابها أو روادها	مبادئها الأساسية
المجموعة الأولى السمات	جوردن ألبرت روس ستا نجر جيلفورد	<ul style="list-style-type: none"> - الشخصية هي مثير أو مؤثر اجتماعي. - هي التنظيم الدينامي الذي يكمن داخل الفرد. - هي تأثير الناس على الآخرين تأثيرا يجعلنا نمح وصفا لشخصية فرد معين بأنها شخصية قوية أو ضعيفة. - النموذج الفريد التي تتكون من سمات الفرد.
المجموعة الثانية السلوكية	واطسون جريفث عبد الخالق دورون	<ul style="list-style-type: none"> - مجموع أنواع النشاط التي يمكن ملاحظتها في سلوك الفرد. - مجموعة من الصفات الناتجة عن عمليات الاستجابة والتوافق مع البيئة الاجتماعية. - نمط سلوكي ثابت ودائم إلى حد كبير. - هي تلك الوحدة الثابتة والفريدة من السلوكات التي يتصف بها الفرد.
المجموعة الثالثة التفاعل الاجتماعي للشخصية	أيزنك روزنوايج	<ul style="list-style-type: none"> - محاولة إحداث علاقة بين العوامل الداخلية للشخصية وما تحدثه من أثر في البيئة. - العلاقة بين الأنماط السلوكية والعوامل الثابتة من جهة والحالات الشعورية التي يمر بها الفرد.

2. تعريف نمط الشخصية:

بعد استعراضنا لبعض التعريفات حول الشخصية، يمكن أن نورد العديد من التعريفات لنمط الشخصية، تبعا لما أورده العديد من المؤلفين والباحثين في علم النفس الذين اهتموا كثيرا بدراسة الشخصية ومختلف المتغيرات المتعلقة بها، ومن بين هذه التعريفات نجد:

يقال بأن نمط الشخصية هي مجموعة من السمات ترتبط ببعضها البعض، مشكلة نسقا متمايضا عن أنساق أخرى.

هنا فقد حدد نمط الشخصية في كونه نسقا من الصفات المترابطة فيما بينها، غير أن هذه الإشارة مبهمة ولم يحدد هذا النسق من ماذا يتشكل.

. تعريف عيسوي عبد الرحمان: «نمط الشخصية هو سمة عامة أو سمة غالبية ملازمة لخصائص شخصية الفرد، كما يمكن أن تمثل ائتلاف معين من عدة سمات الشخصية» (عيسوي، 1973، ص 294).

يتميز هذا التعريف بنوع من العمومية، فإذا كان صاحب التعريف قد حدد النمط الشخصي في سمات أو سمة قابلة للملاحظة الخارجية، وهي السمة التي تدل عليه، فإنه بالمقابل لم يشر إلى ماهية هذه السمة أو السمات، كما أنه لم يحدد العنصر أو مجال السمة، أي جسمية أم عقلية أو سلوكية.

. تعريف ألبرت (د. ت) Allport: « نمط الشخصية يعبر عن مجموعة من الأنظمة المعقدة من السمات الشخصية المتعارضة، فالنمط يمكن أن يعتبر كسمات مركبة أكثر من اعتبارها طرقا أو عناصر لتصنيف الشخصية، فهي تمثل الوصف العام للشخصية لا النوع العام لها» (الأشول، 1988، ص 24).

يمتاز هذا التعريف كسابقه بنوع من العمومية، إلا أنه أقل من عمومية التعريف السابق، ذلك أن هذا التعريف أشار إلى جانب من الجوانب التي تمثل نمط الشخصية وتعتبر عن جزء منه، فقد أشار إلى

النمط بأنه الوصف العام للشخصية ولا وصفا لنوعها، غير أنه لم يحدد هذا الوصف العام بكونه كيفاً لا نوعاً، وبالتالي هذا ما أضفى نوعاً من الإبهام على التعريف.

. تعريف حداد حسن (د.ت): «نمط الشخصية هو مجموعة من الفروق والمتشابهات، والتي قد تكون مفيدة أو غير مفيدة، إيجابية أو سلبية، أو تتحوا في اتجاه التفضيل أو في اتجاه الاستقباح من طرف الأفراد الآخرين في المجتمع، وهذا ما يعني بالضرورة عدم وجود نمط شخصية أفضل من النمط الآخر» (حداد، د ت، ص 05).

في هذا التعريف يلمح صاحبة إلى ناحية مهمة في وصف نمط الشخصية، ألا وهو إشارته إلى أنه يعبر عن المتغيرات المتشابهة والمتغيرات الفارقة التي تتكون منها شخصية كل فرد، أي تشابه فردين في صفات واختلافهما في صفات أخرى، تعبر بالضرورة عن نمط الشخصية، كما أرفق بأن هذه الفروق والتشابهات يمكن أن تضى عليها صفة التفضيل أو الاستهجان من طرف الغير، وهذا ما يعني أن النمط يمكن أن يكون محل استهجان ومحل استحسان، غير أن هذا التعريف أشار إلى طبيعة تلك الفروق والتشابهات، كما لم يشر إلى دورها بالنسبة لشخصية الفرد، مع أن النمط له خاصية الوظيفية في شخصية الفرد.

ومن خلال مختلف التعريفات السابقة لنمط الشخصية، يمكننا أن نقدم تعريفاً جامعاً وشاملاً لهذا المفهوم ألا وهو أن:

نمط الشخصية هي سمة نفسية متعددة الملامح تطبع شخصية الفرد وفق صفات وسمات مختلفة ومتشابهة، تجعل الفرد فريداً من نوعه ويتميز عن الأفراد الآخرين بصفات وخصائص داخلية وخارجية يعرف بها في المجتمع، وبواسطته تمنح له السمة والوصف الشخصي الذي يعرف بنمط الشخصية.

3. نمط الشخصية والمفاهيم المرتبطة به:

يرتبط نمط الشخصية ارتباطاً وطيداً مع العديد من المفاهيم التي تتشابه معه، وقد كانت محل جدل بشأن طبيعتها هل تمثل الطبع أم هي جزء من الطبع، ونحن بدورنا في هذا العنصر سنسلط الضوء على البعض منها، وذلك فيما يلي:

3.1. نمط الشخصية والسمة:

يمكن أن تعرف السمة بأنها: «السلوك الذي يقوم به الفرد في موقف اجتماعي معين، وما يمتاز به في ذلك من ثقة بالنفس وإقدام وإصرار أو إحجام، فالسمة إذن هي إمكانية وصف الفرد في موقف سلوك مميزة معينة نتيجة لملاحظته لمرات متكررة» (علاوي، 2009، 105)، ومن خلال هذا التعريف يمكن أن نلاحظ الفرق بين النمط والسمة، فإذا كان نمط الشخصية يعبر عن مجموعة من الصفات المترابطة والتي تميز فرد عن الآخرين، من حيث جميع النواحي وجوانب الشخصية، فإن السمة مجموعة من أنماط سلوكية أو منظومة ونسق من السلوكيات المترابطة فيما بينها، ومن هنا يظهر لنا أن النمط أشمل من السمة، فيمكن بذلك أن تكون السمة جزء من الصفات التي تميز الفرد في الجانب السلوكي دون غيره من الجوانب، وعليه يعتبر النمط الشخصي من حيث المفهوم أشمل من السمة، كما أن السمة الشخصية تتأثر وتتحدد من خلال نمط شخصية الفرد. (غنيم، 1987، ص 203).

3.2. نمط الشخصية والطبع:

يعرف الطبع في العادة بأنه كل ما تفرضه بيئة الإنسان وتكوينه توافقياً لتنتج منظومة قيم خاصة بشخص ما، وقد ينتشبه فيها شخصان أو عدة أشخاص، وقد تكون حميدة كالإحسان، وقد تكون ذميمة كالشدة والغلظة في القول والفعل، ويتضح هنا نوعاً من الشبه في المفهومين، إذ أن الطبع ونمط الشخصية، يتكونان من عاملي الوراثة والبيئة، كما أنهما يساهمان في تقديم وصف عام لشخصية الفرد، غير أن الطبع يندرج ضمن نمط الشخصية فهو في هذه الحالة جزء لا يتجزأ من نمط الشخصية، على

اعتبار أن منظومة القيم والانفعالات التي يتكون منها الطبع، تساهم في تحديد بعض الملامح والأنماط السلوكية القابلة للملاحظة والتي تساهم في تقديم وصف عام لنمط الشخصية في الجانب السلوكي والانفعالي الوجداني، وهذا ما يعني بأن نمط الشخصية من الناحية المفاهيمية أشمل من الطبع، ما دام الطبع عنصراً شخصياً مندرجاً ضمن نمط الشخصية. (الكبيسي، 2010، ص 28).

3.3. نمط الشخصية ونوع الشخصية:

نوع الشخصية يشير إلى التصنيف النفسي لأنواع المختلفة للأفراد، في بعض الأحيان يمكن تمييز أنواع الشخصية بواسطة سمات الشخصية، مع أن هذا الأخير يجسد تجميعاً أصغر للنزعات السلوكية، يقال في بعض الأحيان بأن الأنواع تتضمن الاختلافات النوعية بين الناس، وعليه نلاحظ بأن نوع الشخصية يمثل أصغر وحدة سلوكية تعبر عن صنف الشخصية الذي يتميز به الفرد، وبهذا يمكن أن نعتبر بأن نوع الشخصية يعبر عن أصغر وحدة لنمط الشخصية في الجانب السلوكي، إذ أن نوع الشخصية يعبر من ناحية أخرى عن جزء من سمة الشخصية، وكما أشرنا سابقاً تمثل السمة وحدة مكونة لنمط الشخصية، وهكذا نلاحظ شمولية النمط للنوع والسمة في نفس الوقت، ويمكن أن تكون في هذه الحالة الوحدة الصغيرة، المتمثلة في نوع الشخصية عاملاً متكاملًا يساهم في منح صفة سلوكية لنمط شخصية الفرد. (راجح، 1985، ص 268).

3.4. نمط الشخصية والميزة الشخصية:

كل من السلوك والتفكير يعتبر من مزايا الشخص، علاوة على أنها فريدة خاصة بهذا الشخص، حتى الأفعال والمفاهيم الذاتية أكثر من غيرها ولكن ليس هناك ما ينقص عطاء الشخصية المميز لها، فالميزة الشخصية بهذا المنظور تمثل مختلف أنماط السلوك والتفكير والمفاهيم والأفعال التي تتميز شخصية الفرد. (Allport, 1961)، ومن خلال هذا تتضح العلاقة الوطيدة بين الميزة الشخصية ونمط الشخصية، حيث أن الميزة تمثل صيغة تعبيرية على بعض جوانب نمط شخصية الفرد في المجال

السلوكي والمجال المعرفي الفكري، وهنا يمكن أن نشير بأن الاختلاف الموجود بين النمط والميزة الشخصية، اختلافا طفيفا مقارنة بالمفاهيم السابقة، مع الإشارة دائما إلى أن نمط الشخصية يمتاز بالشمولية أكثر من الميزة، على اعتبار أن الميزة تمثل الجزء من الكل بالنسبة لمفهوم نمط الشخصية. (مجدي، 1997، ص 09).

3.5. نمط الشخصية والمزاج:

يعتبر المزاج الظاهرة المميزة لطبيعة الفرد الانفعالية، وسرعة وشدة ردود أفعاله العادية، ونوعية حاله المسيطرة وهي مرتبطة في معظمها بالعناصر الوراثية، وعليه يكون المزاج ظاهرة تلازم الفرد طوال حياته رغم قابلية ذلك للتقويم والتعديل، ومن هنا يكون المزاج أحد المتغيرات والعناصر التي تعبر عن نمط شخصية الفرد، ففي حالة النمط الانفعالي الغضوب فهذا يعني أن الفرد يتمتع بمزاج انفعالي شديد ومتوتر، أما في حالة النمط الانبساطي، فإن انفعالات الفرد تكون سوية ومتوازنة تتوافق مع الموقف البيئي الذي يواجهه، ومن هنا تظهر العلاقة التلازمية بين نمط الشخصية ونوعية مزاج الفرد، على الرغم من أن المزاج يعد جزءا من النمط، ويمكن أن يكون متغيرا للاستدلال على نمط شخصية الفرد. (خوري، 1996، ص 20).

يتضح مما سبق بأن هناك اختلاف بين المفاهيم التي أشرنا إليها ومفهوم نمط الشخصية، عكس ما يمكن أن يبدو للقارئ للوهلة الأولى، ذلك لأن مختلف المفاهيم تمثل الجزء من الكل بالنسبة لمفهوم نمط الشخصية، كما أن مختلف تلك المفاهيم أقل شمولية مقارنة بمفهوم نمط الشخصية، ولعل هذا ما جعل مفهوم نمط الشخصية يتضمن مختلف تلك المفاهيم، ويكون أشمل في دراسة أصناف وسمات وميزات وأنواع الشخصية.

ومن ناحية أخرى من خلال علاقة الجزء بالكل التي لاحظناها بين مفهوم نمط الشخصية والمفاهيم المرتبطة به، يتضح لنا بأن تلك المفاهيم يمكن أن تعتبر مؤشرات ومتغيرات يعتمد عليها في أي دراسة

لنمط الشخصية، ولعل هذا ما يمكن أن نستفيد منه في إطار بحثنا هذا، طبعاً إذا استوجب الأمر منا القيام ببناء استمارة تحاول التمييز بين النمطين الانبساطي والانطوائي للشخصية، وهكذا تتضح أهمية تلك المفاهيم في الدراسة التي نحن بصدد القيام بها.

4. خصائص نمط الشخصية:

من خلال ما استعرضناه من تعريفات بخصوص مفهوم نمط الشخصية، يمكن أن نستنتج منها بعض الخصائص التي تميز هذا المتغير كسمة قابلة للوصف والفهم والتفسير، وذلك فيما يلي:

. يمتاز نمط الشخصية بكونه توضيح للشخصية من حيث التفكير والسلوك، فطبيعة السلوكيات الصادرة من طرف الفرد في مواقف الاستجابة لمثيرات البيئة الاجتماعية، تكون إما سلوكيات سلبية غير مرغوبة اجتماعياً أو إيجابية مرغوبة اجتماعياً، تعبر مباشرة على نمط الشخصية من الناحية السلوكية، أما أساليب التفكير فهي تمثل مختلف الهياكل الفكرية العقلية التي تعبر عن النمط العقلي والذهني الذي يمتاز به الفرد، وعليه يمكن أن تكون السلوكيات والتفكير الخاص بالفرد، كمؤشرات مهمة يمكن الاعتماد عليها بغرض الاستدلال على نمط الشخصية الذي يطبع شخصية كل فرد (حداد، د ت).

. نمط الشخصية متغير ثابت نسبياً أي لا يمكن أن يتوقف عند حالة أو طبيعة معينة، بالنظر إلى قابليته للتغير والتحول تبعاً لتفاعل الفرد مع مواقف البيئة، فالنمط يتغير ويتكون تبعاً لسياق ونمو وتطور الفرد، إذ أنه يمكن أن تؤدي عملية التعلم إلى نقل الفرد من حالة إلى حالة أخرى في المجال السلوكي والمجال الوجداني والمجال الجسمي (العيسوي، 1985)، فقد تؤثر عملية التعلم في دعم الرصيد المعرفي العلمي للفرد، وهو الرصيد الذي من شأنه أن يفرض على الفرد أنماط تفكير وأنماط سلوكيات مغايرة لما عهد عليه في مواقف التفاعل الاجتماعي، كما أن مراحل النمو وما يحدث فيها من تطورات تؤثر في السمات والمميزات التي تطبع شخصية الفرد على نمط معين (حداد، د ت).

. نمط الشخصية متغيرا ملازما لأساليب المعاملة التي يتصرف وفقها الفرد في مختلف مواقف التفاعل في البيئة الاجتماعية، بل وأكثر من ذلك فإن النمط المميز لشخصية الفرد يجعله قادرا أو غير قادرا على اختيار أساليب المعاملة المناسبة لكل موقف من مواقف البيئة، بما يطبعها من مثيرات، أو في إطار التعامل مع شؤون الحياة المختلفة، فالنمط الشخصي إذن يمكنه في هذه الحالة أن يساهم في توجيه الفرد التوجيه الصحيح لاختيار الأسلوب المفضل للتعامل، مع الإشارة إلى أن طابع التفضيل للأسلوب حالة نسبية تتغير وتختلف من فرد لآخر.

. يتسم نمط الشخصية بالخاصية الإيجابية والسلبية، وأيضا بخاصية القوة والضعف، فمن الناحية الإيجابية والسلبية، فيمكن أن ينطبع نمط شخصية الفرد على ملامح وصفات فضيلة، تكون محل استحسان من طرف الآخرين، وتستوجب منهم المدح والإطراء، كما قد يتصف بمساوئ تكون محل استهجان ورفض من طرف الغير، ومنه ما يمكن أن يجعل الفرد عرضة للعتاب، أما من ناحية اتسامه بالقوة والضعف، فلا شك أن النمط الذي يطبع شخصية الفرد، يمكن أن يحتوي على خصائص يراه الغير مواطن قوة في شخصية الفرد، فيطلق على نمط أو نوع شخصيته اسم الشخصية القوية، كما يمكن أن يتسم النمط بجوانب يراه الغير مواطن ضعف تطبع شخصية الفرد، على الأقل في نظر الغير تمثل جوانب ضعف في الشخصية، فيوصف صاحب تلك الجوانب بأنه ضعيف الشخصية، وطبعاً تبقى هذه الخاصية نسبية، تخضع للأحكام الذاتية التي يصدرها الغير، حول ما يتسم به نمط الشخصية من سلبية وإيجابية، ومن مواطن قوة ومواطن ضعف.

. يخضع متغير أنماط الشخصية لعاملي الوراثة والاكْتساب، بحيث توجد بعض طباع الشخصية، تمنح أوصافا لنمط شخصية الفرد، وهذا تحت تأثير عملية الوراثة، وهذا مرده ما نلاحظه من تشابه في القدرات والفروق الفردية، بين الأبناء والآباء والذي رده الدراسات في هذا المجال، إلى عامل الوراثة، بينما يبقى الشرط المتبقي من نمط الشخصية يكون مكتسبا من خلال احتكاك الفرد مع البيئة الاجتماعية في مختلف

مواقف التفاعل الاجتماعي، ولعل أهم موقف تفاعلي مؤثر على تكوين نمط الشخصية، نشير إلى عامل التعلم الذي يسمح للفرد باكتساب أصناف معرفية ونماذج سلوكية تحت عامل المحاكاة، والتي تساهم في تكوين ونشوء نمط شخصية الفرد، وهذا ما يمكن أن نفسر به خاصية الثبات النسبي لنمط الشخصية، وقابليته للتعديل والتطوير عبر مختلف مراحل النمو التي يمر بها الفرد (العيسوي، 1985).

. نمط الشخصية متغيرا نفسيا يمتاز بالقابلية للقياس والتقييم، كغيره من المتغيرات النفسية الأخرى، فبالنظر لما يمكن أن يتصف به هذا المتغير من الأصناف التي أعدها ووضعها الباحثين في علم النفس الشخصية، لهذا المتغير فمثلا هناك من وضع النمط المنبسط والنمط المنغلق والنمط الغضوب، هذا يعني بأنه بغرض معرفة أي نمط للشخصية يمتاز به الفرد، فلا بد من القيام بعملية القياس، بمختلف المقاييس والاختبارات التشخيصية المستخدمة في دراسة الشخصية، لهذا المتغير بغرض معرفة أي نمط يطبع شخصية فرد معين، وهذا ما يفيد في النهاية بقابلية نمط الشخصية للقياس كمرحلة أولى والتقييم كمرحلة ثانية بغرض جعل شخصية الفرد شخصية سوية ومتوازنة وشخصية إيجابية، تضطلع بأدواره المنوط بها في المجتمع في مختلف المجالات (نجاتي، 1983، ص 106).

. نمط الشخصية متغيرا مستقلا فريدا يمتاز به كل فرد عن الأفراد الآخرين في المجتمع، بحيث أنه لكل فرد نمط شخصية مختلفا عن أنماط الشخصية لدى الآخرين، فالنمط متغيرا يميزه عن باقي الأفراد في المجتمع ويمنح له صنفا من أصناف الشخصية المتعارف عليه في البحوث النفسية، وهذا ما يعني أن الكل ينظر إلى نمط الشخصية كظاهرة فردية فريدة من نوعها يختص به الفرد دون غيره، مع الإشارة إلى ضرورة التفرقة بين انفراد كل فرد بنمط معين للشخصية، وتشابه الأنماط بين العديد من الأفراد وفقا للتصنيفات التي قدمها المهتمون والباحثون في علم نفس الشخصية (راجع، 1985، ص 267).

يتضح مما سبق بأن خصائص نمط الشخصية تجعلنا نلاحظ الفرق بين خصائص الشخصية بصفة عامة، ومميزات نمط الشخصية الذي يتمحور حوله موضوع بحثنا بصفة خاصة، بحيث أنه لا يمكن

الخط بين كلا المفهومين، فإذا كانت الشخصية تمثل الملمح العام للفرد، فإن نمط الشخصية يختلف خصائصه، يمثل الملمح الداخلي للفرد والقابل للملاحظة، أي أن نمط الشخصية يمكن أن يعتبر في هذه الحالة أحد الجوانب التي يستدل بها في أي دراسة نفسية متمحورة حول مفهوم الشخصية.

5. أهمية دراسة أنماط الشخصية:

بالنظر لما أولته الدراسات النفسية لأنماط الشخصية، هذا ما يجعلنا نؤكد على أن دراسة الأنماط لها فوائد كثيرة وأهمية بالغة، تظهر من خلال ما يمكن أن يحدثه ذلك من أثر على مستوى شخصية الفرد، أو على المستوى الاجتماعي، ولهذا سنتناول في هذا العنصر مختلف الفوائد المرجوة من دراسة أنماط الشخصية، وسيأتي هذا فيما يلي:

5.1. على المستوى الفردي:

بحيث يمكن أن تسدي الدراسات النفسية المتعلقة بأنماط الشخصية العديد من الفوائد بالنسبة للفرد، والتي سنحصرها في النقاط التالية:

. تمكين الفرد من التعرف على مواطن القوة ومواطن الضعف في الشخصية، بحيث أن تعريف الفرد بالنمط الذي تصنف فيه شخصيته، وتعريفه بمختلف الأنماط الشخصية بصفة عامة، يجعله قادرا على القيام بعمليات تقييم وتقويم لما تتسم به الشخصية من جوانب القوة وجوانب الضعف، وهذا ما يجعله قادرا على تجاوز جوانب الضعف والتحسين من نمط الشخصية إلى الأحسن.

. تساهم الدراسات في نمط الشخصية في تمكين الفرد من ترشيد القدرات والإمكانات الشخصية، بغرض مواجهة مختلف المواقع في البيئة الاجتماعية، بحيث أن معرفة الفرد للخصائص والأنماط الشخصية وما يطبعها من إيجابيات وسلبيات خصوصا في النواحي الذاتية المرتبطة بالقدرات والفروق العقلية، يمكنه من توظيفها توظيفا مناسباً في الواجهة السليمة، ومنه ما يترتب عن ذلك من تعامل الفرد بطرق سلسلة مع المواقف الطارئة في البيئة الاجتماعية.

. التعرف على مواطن القبول ومواطن الرفض في مختلف الجوانب المشكلة للشخصية، إذ أن مختلف الدراسات التي تجرى حول موضوع أنماط الشخصية، تمكن الفرد من التعرف على مختلف الأنماط وما يطبعها من جوانب إيجابية تحظى بالقبول في المجتمع، فيعمل بذلك على إظهارها قدر المستطاع، بالنظر لما يمكن أن يحدثه ذلك من أثر إيجابي في شخصيات الغير، كما يتعرف الفرد على الجوانب السلبية التي تطبع شخصيته، فيعمل على كفها وعدم إظهارها وكذا عمله على التخلص منها واستبدالها بصفات حميدة، ومنه تتحقق الفائدة من إصلاح الشخصية وتعديل ميزانها قدر المستطاع، ومن هنا تظهر أهمية دراسة الأنماط في بحثنا هذا ما يمكن أن يحدثه من أثر في تشجيع شعور التفاؤل لدى الأفراد، وكف شعور التشاؤم لديهم.

. تساعد الدراسات في نمط الشخصية الفرد على إدراك الذات، إذ أن الذات باعتبارها العنصر أو الصورة التعبيرية عن الأنا بما يطبعها من خصائص مختلفة وتمييزة عن الأنا لدى الغير، فلا شك أن فهم الذات من حيث حاجاتها ورغباتها وطموحاتها ونظرتها للحياة، تستوجب من الفرد أولاً أن يدرك طبيعة أو نوع النمط الذي تنطوي فيه شخصيته، على اعتبار الارتباط المباشر بين النمط والطموحات والقدرات والسمات الإيجابية التي تلي طموحات الفرد المرتبطة أساساً بطبيعة وكيفية نظرتة للحياة، وبصيغة أخرى فإن وعي الفرد بنمط شخصيته يساهم في تمكينه من الوعي بالذات.

. عملية دراسة أنماط الشخصية وتحديد أصنافها، تمكننا من معرفة سمات شخصية أخرى مرتبطة بالنمط أساساً، بحيث لا يغيب تأثير نوع نمط الشخصية على مختلف تلك المتغيرات المرتبطة أساساً بالشخصية، ولعل من بين هذه المتغيرات التي تتأثر بالطبيعة التكوينية لنمط الشخصية نجد على سبيل المثال الحصر، الميول والاتجاهات والقيم والمعتقدات، وهذه المتغيرات تعد أساسية في دراسة الشخصية بالنظر لما من فوائد في معرفة طبيعتها لدى الفرد، فقد تمكننا معرفة النمط في معرفة ميول الفرد، ولاشك أن الميول تفيدنا في عملية التوجيه النفسي والمدرسي والمهني للفرد، حسب طبيعة تلك الميول فنفيد الفرد من

الناحية الدراسية والمهنية والنفسية، كما تفيدنا معرفة الاتجاهات النفسية الاجتماعية للفرد، في معرفة أفكار وآراء وأنماط التفكير الفردي، فيمكننا من جراء ذلك أن نوجه الفرد للتوافق النفسي الاجتماعي (نجاتي، 1983، ص 112).

إذن من هذه الناحية الفردية، تنحصر أهمية الدراسة في موضوع نمط الشخصية، في الفوائد الخاصة التي يجنيها الفرد، بحيث أنه في حالة التعرف على نمطه يمكن أن نساعد في تلبية حاجاته المختلفة بطرق إيجابية سوية، ومن جراء ذلك نمكنه من تحقيق التوافق النفسي ببعده الاجتماعي في مختلف المجالات، وبذلك ما يمكن أن يجنيه الفرد من ذلك في نظريته الإيجابية المتقابلة للحياة.

5.2. على المستوى الجماعي:

لا تقل أهمية دراسة أنماط الشخصية في المستوى الجماعي عن أهميتها في المستوى الفردي، إذ أن الأهمية الفردية تؤدي لانعكاسات على الأهمية الجماعية وهي الأهمية التي يمكن أن نحصرها في النقاط التالية:

. إن معرفة الأنماط الشخصية تكتسي أهمية بالغة على المستوى الجماعي في مجال العلاقات الاجتماعية التي يجب أن تسود بين الأفراد المتفاعلين في مختلف المواقف، ذلك أن تصنيفات الأنماط وتوجيه ولفظ نظر المشرفين على المنظمات الاجتماعية التي تحدث في إطارها مواقف التفاعل الاجتماعي، تساهم في التحكم الفعلي في نوع البناء العلائقي الذي يجب أن يسود بين الأفراد في المنظمات والمجتمعات، فالاهتمام بجانب العلاقات الإنسانية في أي منظمة يستوجب من المسؤول عنها أن يكون على دراية بأنماط الشخصية للأفراد الذين يشرف عليهم ويتأسسهم في المنظمة مهما كان نوع نشاطها، ومنه المساهمة في بناء علاقات بعيدا عن مختلف الصراعات والتوترات، وما لذلك من فائدة بالنسبة للمجتمع برمته، أن تؤدي المنظمة دورها في المجتمع بعيدا عن أي خلل يصيب دورها، فتكون منظمة اجتماعية إيجابية تساهم في تطوير وتنمية المجتمع في مختلف المجالات (الكبيسي، 2010، ص 18).

. دراسة ومعرفة أنماط الشخصية تظهر بأن لها أهمية جماعية، من خلال عملية الإرشاد والتوجيه النفسي، فالمختص النفسي لما يكون على دراية بنمط شخصية الفرد فإنه في حالة النمط الذي يعبر عن الشخصية السوية، لا يكون هناك أي إشكال مطروح في عملية إرشاده النفسي له، في حالة مواجهته لبعض المشكلات النفسية، بينما في حال نمط الشخصية الذي يعبر عن الشذوذ، فمعرفة طبيعة النمط، تمكن المختص النفسي من بناء برامج إرشادية توجيهية، تسهل له في إيجاد السبيل المناسب للتعامل مع حالة ذلك الشخص وفقا لما يقتضيه نمط شخصيته، وهذا طبعا يسهل من عملية اندماج الفرد في المجتمع والتوافق معه من جديد، أين يقوم بمختلف أدواره في إطار الجماعة، وعليه تفيد دراسة أنماط الشخصية في بناء برامج الإرشاد والتوجيه النفسي لأكبر فئة ممكنة من أفراد المجتمع. (مصطفى حسن، 1997، ص 48-49).

. يفيدنا معرفة أنماط شخصية الأفراد في تحديد الأدوار الاجتماعية للفرد، بحيث تمكننا معرفة النمط من وضع كل شخص في المنصب أو المكان الاجتماعي الذي يليق به، وهذا ما يعني أن يتمتع ذلك الشخص بالتوافق النفسي في مختلف أبعاده الاجتماعية والمهنية والأسرية والمدرسية، فيمكنه ذلك من أداء أدواره على أكمل وجه في إطار دوره المؤثر والفعال في منظومة المجتمع، التي تعتمد على تكامل الأدوار بين مختلف المنظمات والأفراد المنخرطين في إطارها، وهذا ما يعود بالفائدة على الفرد في مرحلة أولى، وبالفائدة على المجتمع في مرحلة ثانية، ومن هنا تظهر أهمية جماعية لمعرفة أنماط شخصية الفرد. (توماس هاريس، 1992، ص 95).

إذن من خلال ما سبق يتضح أيضا بأنه توجد أهمية جماعية لدراسة مختلف أنماط الشخصية والتعرف عليها، فلا تقتصر إذن فائدة ذلك على الفرد، وإنما يمتد ذلك إلى المجتمع برمته، فمن خلال الإرشاد والتوجيه النفسي لكل نمط شخصية وفقا لما يتسم ويتصف به، يمكن أن نساعد الفرد على التوافق في مختلف المجالات، توافقا يجعله يقوم بأدواره الاجتماعية على أكمل وجه، فيساهم ذلك في

تطوير وتنمية المجتمع في مختلف المجالات، فيعود بذلك بالنفع على الفرد، لما يمكن أن يساهم به في تحقيق السعادة للفرد وجعله ينظر للحياة نظرة متفائلة مشرقة، متطلعا لمستقبل أفضل.

ويجب الإشارة إلى أن الفائدة الجماعية لدراسة ومعرفة أنماط الشخصية، تكون ملازمة للفائدة الفردية، فمن خلال الفائدة الفردية نحقق الفائدة الجماعية، فخلق أفراد إيجابيين وأسياء في المجتمع، يعود بالنفع على المجتمع برمته، بالنظر لأثر كل فرد في المجتمع، وبدورها الفائدة الجماعية تسهم في تحقيق الفائدة الفردية لدراسة أنماط الشخصية.

6. الجوانب الأساسية في دراسة نمط الشخصية:

قد أشرنا فيما سبق بأن النمط قابلا للدراسة والقياس النفسي، وعليه فإن ذلك لا يتم بمعزل عن وجود مؤشرات تركز عليها الدراسة، وهذه المؤشرات هي التي تمثل جوانب الشخصية، والتي يمكن اعتمادها في الدراسة من جهة، والتي تمثل عناصر معبرة عن نمط الشخصية من ناحية أخرى، وفيما يلي سنتناول هذه المتغيرات وأهميتها في دراسة أنماط الشخصية:

6.1. جانب أنماط التفكير:

يعرف نمط التفكير بأنه طريقة يستخدمها الفرد فيما يواجهه من مواقف ومثيرات كان قد اكتسبها واستخدمها سابقا، كما أن نمط التفكير يمثل أسلوبا يسيطر به الفرد على الذات من أجل التحكم في البيئة أو أي عناصر أخرى محيطة به، وتتطور أنماط التفكير لدى الفرد تبعا لمرحل النمو المختلفة وما يمر به من مواقف التعلم في المدرسة ومواقف البيئة بصفة عامة. (قطامي، 2000، ص 39)، ومن خلال هذا التعريف يتضح بأن نمط التفكير ميزة فردية ينتهجها الفرد حسب الموقف، وقد تختلف عما ينتهجه فردا آخر في نفس الموقف البيئي، وهذا ما يعني بأن نمط التفكير يعتبر جانب من جوانب نمط الشخصية لدى الفرد.

وعليه تركز العديد من الدراسات النفسية المتمحورة حول نمط الشخصية على أنماط تفكير الفرد في تحديد ملمح من ملامح نمط الشخصية والمتعلقة بأساليب التفكير التي يستخدمها الفرد في مواجهة المواقف، والتي بالضرورة تختلف من فرد لآخر، فهذا الاختلاف في أنماط التفكير بين الأفراد، يعد المنطلق ومحور الملاحظة لتحديد أي نمط للشخصية في المجال الفكري للفرد، فالتفكير الإبداعي يمكن أن يمنح سمة الإبداعية لنمط شخصية الفرد، والنمط الابتكاري يمكن أن يمنحه خاصية الابتكارية، وهكذا يتضح كيف تكون أنماط التفكير من المتغيرات والعناصر التي تنصب حولها الملاحظة والقياس في حالة دراسة نمط شخصية الفرد. (مجدي، 1997، ص 11).

6.2. الجانب السلوكي:

المقصود بالسلوك الإنساني مجموعة التصرفات الداخلية والخارجية التي يقوم بها الفرد خلال نشاطه اليومي من أجل إشباع حاجاته ورغباته، وما يميز السلوك هو قابليته للملاحظة الخارجية والقياس، ولا شك أن الجانب السلوكي يعبر على ناحية مهمة لنمط الشخصية، وهي الناحية الظاهرية بغض النظر عن السلوكيات الباطنية التي يضمها الشخص تبعاً لمواقف تقتضي منه انتهاج آليات دفاعية لتجنب مواقف التهديد مثلاً.

وما هو معروف في علم النفس أن الجانب السلوكي في شخصية الفرد يمكن أن تكون له دوافع ومثيرات داخلية أو خارجية، وتظهر على شكل ردود فعل يتم من خلالها الحكم على نمط الشخصية الذي يطبع أي فرد، وبهذا تتضح علاقة الجانب السلوكي بنمط الشخصية ذلك أن السلوك يمثل الصيغة التعبيرية عن نمط الشخصية التي ينفرد به فرد عن الآخرين في المجتمع، وبهذا ولدراسة نمط الشخصية لا بد من التركيز على سلوكيات الفرد في مختلف المواقف، بغرض اتخاذه كمؤشر دال على نمط الشخصية، خصوصاً إن أخذنا بعين الاعتبار أن نمط الشخصية من العوامل المؤثرة في نوعية وطبيعة السلوكيات التي يبديها الفرد في المواقف البيئية. (خوري، 1996، ص 22).

3.6. الجانب الانفعالي الوجداني:

يشار إلى الانفعال على أنه: « تغير في سلوك الفرد ينشأ عن مصدر نفسي ويؤثر في الخبرات الشعورية له ويصاحبه تغيرات في نشاطات الأجهزة الداخلية في الجسم كما أن له مظاهر خارجية دالة عليه». (جلال، 1985، ص 82)، كما يعرف الانفعال أيضا بأنه: « استجابة متكاملة يصدرها الفرد وتعتمد على إدراكه لأبعاد ومعاني المثيرات الداخلية والخارجية التي يتعرض لها، وتشتمل هذه الاستجابة على عدد من التغيرات الوجدانية المركبة وتتضمن أيضا حدوث تغيرات في نشاطات مختلف أجهزة الجسم الداخلية» (الداهري والكبيسي، 1999، ص 106)، ولا شك أن الجانب الانفعالي الوجداني يتحدد شكله في شخصية الفرد بناء على نمط الشخصية، الذي يميز الفرد من الناحية الداخلية، كما أشرنا إليه سابقا في تعريف نمط الشخصية وفي تحديد خصائص نمط الشخصية.

بحيث أن الردود السلوكية التي تثيرها الانفعالات الخاصة بالفرد، أثناء تفاعله مع مختلف مواقف البيئة الاجتماعية، يمكن أن تكون من المؤشرات الدالة على نمط شخصية أي فرد، ولقد أولت الدراسات والأبحاث النفسية، المتعلقة بسلوكية الشخصية الأهمية البالغة للجانب الانفعالي الوجداني، بالنظر لما يمثله من أهمية في مختلف مجالات دراسات علم النفس والشخصية على وجه الخصوص، ولعل دراسة أنماط الشخصية لا يشذ عن هذه القاعدة، أين عكفت الأبحاث التي رأت بضرورة الاهتمام بالجانب الانفعالي باعتباره عنصرا لا يتجزأ من المنظومة النفسية، التي تساهم في تكوين نمط شخصية الفرد. (جلال، 1985، ص 89).

4.6. الجانب المعرفي:

يمكن أن نعتمد على الجانب العلمي المعرفي المرتبط بالفروق العقلية من المؤشرات التي نعتمد عليها في دراسة وتحديد أنماط الشخصية، ذلك أن الجانب المعرفي الذي يمتاز بخاصية التعلم والتطور، يعتمد على مجموعة من الأساليب الفكرية التي ينتهجها الفرد في مواقف التعلم المختلفة، كما أن طريقة استخدام

الفرد لمكتسباته المعرفية في مختلف المواقف البيئية، قد تمثل أحد المؤشرات الدالة على بعض الجوانب التي تميز نمط شخصية الفرد، هذا على الرغم من أن الجانب العلمي المعرفي للفرد، يعتبر في الغالب جانبا من جوانب وصف شخصية الفرد أكثر منه جانبا من جوانب تعبر عن نمط الشخصية، ولهذا نجد بأن هذا الجانب لا يمكن أن يمثل متغيرا هاما يتم الاهتمام به في مجال دراسة أنماط الشخصية، أما إذا أخذنا الجانب العقلي بكل أبعاده كالذكاء والقدرات العقلية، والقدرات اللفظية والميكانيكية، فيمكن أن نعتبر هذه الأبعاد عناصر مهمة تفيدنا دراستها في التعرف على بعض الجوانب المحددة لنمط شخصية الفرد. (الشرقاوي، 2003، ص 231).

5.6. الجانب الاجتماعي:

يمكن أن يمثل ما يسمى بالتفرد أحد الأبعاد التي تميز نمط الشخصية في بعدها الاجتماعي، ويقصد بالتفرد الموصفات التي تطبع شخصية الفرد في الناحية الاجتماعية، والتي تظهر في المكانة والدور ومختلف السلوكيات الفردية التي تظهر في مواقف التفاعل الاجتماعي، ويتأثر البعد الاجتماعي في نمط الشخصية لحد بعيد بعامل التنشئة الاجتماعية، فيمكن إذن أن تؤدي عملية التعلم الاجتماعي دورا فعالا في ذلك، كما تلعب الخبرة دورا في الصيغة التي يأخذها نمط شخصية الفرد، بالشكل الذي يخالف نمطه عند الآخرين في بعده الاجتماعي، بحيث أن أنماط ثقافة وأنماط التفكير والسلوك الاجتماعي يمكن أن نتخذها لوصف نمط شخصية الفرد بالنمط المتوافق في حالة تمكن من مسايرة الأنساق الاجتماعية والثقافية ومعايير وقيم المجتمع، أما في حالة عجزه عن مسايرة تلك الأنساق والاستجابة لها، فيوصف نمط شخصية الفرد بالنمط غير المتوافق. (الداهري والكبيسي، 1999، ص 182).

إذن يمكن أن تمثل مختلف الجوانب المشكلة لنمط الشخصية والمعبرة عنه، متغيرات ومؤشرات تساهم في الدراسة العلمية الموضوعية لنمط الشخصية، إذ أن هذه الجوانب يمكن أن تمثل لنا أبعاد نعتمد

عليها في قياس نمط الشخصية لأفراد عينة البحث، بحيث يمكن أن تكون أبعاد متضمنة في الأداة أو المقياس الذي سنعتمد عليه لجمع البيانات لهذا الغرض.

7. نظريات تفسير نمط الشخصية:

لقد تعددت النظريات التي حاولت تقديم تفسير لنمط الشخصية من العصور القديمة، غير أننا نحن في إطار هذا البحث سنسلط الضوء فقط على النظريات الحديثة في أنماط الشخصية والتي ظهرت بناء على التطورات المنهجية والعلمية التي عرفها علم النفس بمختلف مجالاته، وفيما يلي سنتناول هذه النظريات:

7. 1. نظرية أرنست كريشمر (1888) Ernst Kretschmer:

ظهرت هذه النظرية في البدايات الأولى لحركة القياس والتجريب لعلم النفس، إذ تعد هذه النظرية أهم نظرية مهدت لتفسير أنماط الشخصية تفسيراً علمياً موضوعياً قائماً على منهجية البحث في علم النفس بصفة عامة.

وقد ركزت هذه النظرية في تفسيرها لأنماط الشخصية على الربط بين الجانب البدني المورفولوجي للجسم، وتكوين الشخصية وأنماطها بصفة عامة، إذ ترى هذه النظرية أن مختلف الأنماط الشخصية تختلف بالنظر لاختلاف البنية الجسمية من فرد لآخر، وقد بنى موقفه من خلال ما لاحظته على العلاقة بين الأمراض الشخصية من الناحية العقلية وشكل الجسم، فرأى بأن نمط الشخصية المرضية، دائماً ما يكون له عاهات وتشوهات جسمية وبنوية خصوصاً على مستوى الرأس والدماغ.

كما برر "كريشمر" موقفه هذا بأن الاضطرابات النفسية التي تسبب أمراض الشخصية يمكن التعرف على من خلال ملاحظة المظهر الخارجي لمن يتسم بنمط الشخصية المرضية، ومن ذلك ميز بين ثلاثة أنماط من الشخصية.

فمنها النمط القصير السمين يتميز بقصر القامة وامتلاء الجسم بشكل يجعل حجم الجسم غير موافق للقامة، ومن الأمراض التي يعاني منها هذا الصنف أو النمط، أنه يميل إلى التطرف والتعصب في

التعبير عن مواقف ومشاعره الوجدانية، وميال للانطواء والعزلة بمجرد معارضة موقفه. (المليحي، 2001، 35-36).

كما ذكر منها نوعا مرضي آخر يتميز بنمط شخصية نشط ومقدام ولا يعرف سبيل للأحجام في المواقف، وهذا النوع هو النوع الرياضي البنية أين يتمتع بجسم متناسق ومتناغم في كل أجزائه، وأخيرا يأتي النمط الواهن وهو نمط جسمي يمتاز بطول القامة ونحافة الأطراف، وهذا النوع يميل للانطواء والخجل والتحفظ والابتعاد عن الآخرين. (عوض، 1994، 495-500).

وهكذا فهذه النظرية ترى بأن نمط الشخصية يتحدد بنوع الجسم أي بتكوين البنية الجسمية للإنسان، وهذا ما يعني حسبه أن التطورات النمائية على الجسم في مختلف مراحل نمو الفرد هي التي تساهم في تكوين نمط شخصية الفرد.

7.2. نظرية التحليل النفسي وأنماط الشخصية (Sigmund Freud 1939-1856):

يعتمد تفسير مدرسة التحليل النفسي لأنماط الشخصية على مجموعة من المتغيرات النفسية، بحيث ترى بأن الخصائص النفسية للفرد هي الأساس والمحدد للفروق بين أنماط شخصيات الأفراد، وقد ركزت المدرسة فقط على تحليل طبيعة النمط الليبيدي، بحيث أن نمط الشخصية يتكون حسب "فرويد" في المرحلة الليبيدية التي تساهم في تحديد مكونات الجهاز النفسي للفرد (الهُو، الأنا، الأنا الأعلى)، وهذه الأخيرة تؤثر بصورة مباشرة في تحديد النمط الليبيدي للشخصية.

فحسب نظرية التحليل النفسي، فإن النمط الليبيدي ينمو ويتطور عبر مختلف مراحل النمو النفسي للفرد، والتي إما تساهم في إشباع حاجات كل مرحلة أو عدم إشباع حاجات الفرد في تلك المراحل، فالمرحلة الفمية والشبقية والشرجية والقضيبيية، إما تشبع حاجات الفرد فيبتعد بذلك نمط شخصيته عن النمط الليبيدي، المسائر للأهواء الشخصية، أما في حالة عدم إشباع الحاجات الجنسية المتعلقة بكل مرحلة، فإن ذلك يؤدي لتشكيل عقد نفسية الفرد، فيتسم نمط شخصية بالنمط الليبيدي.

ومن جراء كل ذلك يمكن أن توصف الشخصية إما بالسواء وإما بالشذوذ، فالنمط الليبيدي يؤدي بصورة مباشرة لظهور سلوكيات شاذة لدى الفرد، فتوصف شخصيته بالشذوذ السلوكي، بينما غياب الوصف النمطي الليبيدي عن شخصية الفرد، يؤدي مباشرة لوصف شخصيته بالشخصية السوية جنسياً، والمتوافقة نفسياً واجتماعياً (أبو أسعد، 2010، 47-48).

إذن نظرية التحليل النفسي ركزت في تفسير أنماط الشخصية على متغير واحد، وهو العنصر الليبيدي الذي تراه يمثل المرحلة الفاصلة التي على أساسها تحدد التكوين النفسي للشخصية، ومنه ما يمكن أن نعتبرها بأنها هي الفاصل في تحديد وتكوين النمط الذي تأخذها الشخصية ككل على الأقل من منظور مدرسة التحليل النفسي، الذي يعتبر المرحلة الليبيدية هي التي تحدد خاصيتي السواء والشذوذ الذي يطبع شخصية الفرد، وبهذا تحصر هذه النظرية نمط الشخصية في ميزتي السواء والشذوذ.

3.7. نظرية العوامل أيزنك (1947) Eysenck:

يقترح "أيزنك" تفسيراً شاملاً وأكثر واقعية لنمط الشخصية، ويتخذ في ذلك تعريف الشخصية منطلقاً في ذلك، ويرى "أيزنك" في نمط الشخصية بأنه متغيراً نفسياً يمثل كلا مركبا من الجوانب المعرفية العقلية، والنزوعي الخلقية، والعاطفية المزاجية، والجسمية المظهري، وبذلك يكون نمط الشخصية حسب، متمثلاً في مجموع السلوكيات الفعلية والممكن أن يتميز بها الفرد، تؤثر في نشوئها عوامل وراثية وعوامل بيئية. (الأنصاري، 1997، ص 98).

فالجانب الفكري العقلي حسب هذه النظرية، يمكن أن تتشكل بالوراثة ويتدعم بعامل البيئة من خلال ما يتعلمه الفرد في المدرسة، ومن خلال ما يتعلمه ويكتسبه من الخبرات البيئية التي يمر بها، فتشكل نمط فكرياً يمثل جانبا مهماً في نمط شخصية الفرد، أما الناحية النزوعية الخلقية والتي تمثل نمطاً من القيم والمعايير الخلقية التي يتميز بها الفرد في إطار السياق الثقافي الاجتماعية، والذي يكتسبه الفرد من خلال عملية التنشئة الاجتماعية، أما الجانب العاطفي المزاجي فيكتسبه الفرد وراثياً من خلال التكوين الهرموني

الذي يبدأ من المرحلة الجنينية ويستمر عبر مراحل النمو المختلفة، كما يمكن أن يكتسبه في الجو الأسري الذي ينشأ فيها، وما يمكن أن يلقاه من حرمان أو رعاية عاطفية من طرف الوالدين، فهذا الجانب يمثل النمط المزاجي للشخصية، أما الجانب الجسمي الظاهري فيعبر على نمط الشخصية من حيث الملمح المورفولوجي العام، فبقدر ما يتأثر بعامل الوراثة، فهو أيضا يتأثر بعوامل البيئة من حيث نمط التغذية المتبع من طرف الفرد، وما يصاحبه من مراحل نمو في الأعمار المختلفة للفرد، وهنا يمكن الإشارة لعامل التعلم في تحديد هذا الجانب، وهو الحال الذي نلاحظه على ما يمكن أن تحدثه ممارسة الرياضة في تطوير وتحديد البنية الجسمية للفرد، وهذا يظهر عامل الوراثة والبيئة في اكتساب هذا النسق من العناصر المعبرة على نمط الشخصية، ومنه تأثير الوراثة والبيئة في تحديد النمط العام للشخصية. (عبد الخالق، 1999، ص 224).

ويرى "إيزنك" كذلك بأن أية نظرة إلى أنماط الشخصية لا يجب أن تكون انطلاقا من نظرية ذاتية، بل يجب أن تعتمد على الدراسة التحليلية العاملية، لمختلف العناصر الفكرية والعاطفية والخلقية والجسمية، بغرض الوصول لأوصاف مستنتجة بطريقة موضوعية وعلمية قائمة على القياس والتجريب. (Patrick, 2008).

إذن تعتبر نظرية العوامل لـ "إيزنك" من النظريات الشاملة والجامعة التي فسرت تكوين نمط الشخصية، أين ركزت على دور مختلف العوامل المؤثرة في ذلك، بما فيها العوامل المعرفية والسلوكية والعوامل العقلية، وكذلك العوامل الوجدانية العاطفية، إذ فسرت هذه النظرية كيف يساهم التكامل بين العناصر والعوامل الثلاثة لشخصية الفرد، في تحديد الطبيعة التي يأخذها نمط شخصية الفرد، ومن هنا تظهر أهمية هذه النظرية في التناول الواقعي والموضوعي لمختلف المتغيرات والعوامل المؤثرة في تكوين شخصية الفرد بصفة عامة، وفي تكوين أنماط الشخصية بصفة خاصة، إذ يمكن أن نعتبرها نموذجا شاملا ووافيا قد يساعدن في تفسير ما ستفسر عليه دراستنا هذه من نتائج.

7.4. النظرية السلوكية والأنماط (J.Watson (1958-1878)، B.Skinner (1990-1904):

تركز النظرية السلوكية في تفسير نشوء وتكوين أنماط الشخصية على سيرورات عملية التعلم، أكثر من تركيزها على العوامل المكونة لبنية نمط الشخصية وخصائصه وما يمتاز به سمات، فهي ترى أن نمط الشخصية متغيرا قابلا للتعلم بنفس مبادئ التعلم التي وضعتها ومن بينها مبدأ (مثير . استجابة)، وبهذا هم يرون بأن عملية التعلم عاملا مساهما بفعالية في تحديد نمط شخصية الفرد، وذلك من خلال التفاعل المستمر بين الفرد والبيئة الاجتماعية، ولا ترى النظرية السلوكية دورا بارزا للفروق الفردية في تحديد نمط الشخصية، إنما تراه عاملا ثانويا يتأثر أيضا بدوره بعملية التعلم.

أما نمط الشخصية الإيجابي الذي تنتظر إليه النظرية السلوكية، فهو النمط الذي يمتاز بالخصائص الإيجابية، منها ما تتصف بأنها الشخصية التي يمتاز صاحبها بالسلوكات السوية والإيجابية، وهو الشخص القادر على السيطرة على السلوك في مختلف مواقف الاستثارة، والقدرة على تعديله دائما للأحسن، كما أنها هي الشخصية التي تجعل صاحبها يتمتع بالفعالية الذاتية، والتعامل الإيجابي والسيطرة على البيئة ومتغيراتها، والقدرة على ضبط السلوك وإبعاده عن طابع العدوانية.

وحسب النظرية السلوكية فإن أنماط الشخصية تكتسب عن طريق التعلم، فهي بذلك تكون قابلة للتعديل والتطوير، ويتم ذلك من خلال برامج إرشادية تعليمية تستهدف تغيير بعض الجوانب السلوكية في شخصية الفرد، ذلك أن تدريب الفرد على سبل التعامل مع مواقف البيئة، تعد آلية فعالة في تعديل نمط شخصية الفرد على الأقل في الجانب السلوكي القابل للتعلم عن طريق تكامل الخبرة المعرفية، وتجارب الفرد في مواقف متشابهة في البيئة، أي أن دعم خبرات السلوكات الإيجابية للفرد في مواقف سابقة، يساهم في تكاملها تكاملا إيجابيا يساهم في جعل نمط الشخصية نمطا مرنا إيجابيا يتميز بسمة التقبل والتعامل الإيجابي مع مستجدات البيئة الاجتماعية (Patrick, 2008).

إن النظرية السلوكية ترى في عملية التعلم وفق الشروط التي وضعتها لهذه العملية، الدور الرئيسي في تكوين وتحديد النمط الذي تأخذه شخصية الفرد، وتستبعد تأثير الفروق الفردية في تحديد هذا النمط، فهي بذلك تركز على ما يتعلمه الفرد في ظل التنشئة الاجتماعية على أنها العوامل التي يتعلم من الفرد أنماط سلوكية عبر مراحل النمو المختلفة، والتي تؤدي في النهاية إلى تشكل شخصية الفرد.

8. نمط الشخصية الانبساطي:

بما أن النمط الانبساطي للشخصية يعد أحد المتغيرات التي ندرسها في بحثنا هذا، فمن الضروري أن نتناول هذا النمط في إطار هذا العنصر، من العديد من النواحي، والتي ستأتي فيما يلي:

8. 1. تعريف نمط الشخصية الانبساطي:

تعرف الشخصية الانبساطية على أنها: « شخصية اجتماعية بكل معنى الكلمة، كثيرة الكلام، تفضل التعايش مع العالم الخارجي لأقصى درجة، تتميز بالحماس والتعبير وكذلك الحركة، وهي شخصية حازمة في معظم الأوقات، وتعشق التجمعات الاجتماعية، مثل الحفلات والمهرجانات وكل الأنشطة الجماعية من هذا القبيل، يحب قضاء الأوقات مع الآخرين سواء كان يعرفهم أم لا، هذه الحياة هي مصدر طاقته». (أسعد، دت، ص 20).

وهناك أيضا من يعرف الشخصية الانبساطية بأنها: «الشخصية التي يكون بموجبها الفرد متمسما بالطابع الاجتماعي محبا للمشاركة في مختلف المواقف الاجتماعية وله كثيرا من الصداقات، ويتصرف بسرعة ودون تفكير وتروي ويتسم بالاندفاعية وسرعة الانفعال وحب التغيير عادة ما يكون متفائلا». (سهير، 2007، ص 412)

عرف يونغ (دت) Yung الشخص المنبسط بأنه: « ذلك الشخص الذي يقبل على الدنيا في حيوية وعنف وصراحة ويصافح الحياة وجهاً لوجه ويلاءم بسرعة بين نفسه والمواقف الطارئة، ويعقد بين الناس صلات سريعة فله أصدقاء أقوياء وأعداء أقوياء لا يحفل بالنقد، ولا يهتم كثيراً بصحته أو مرضه أو

هندامه وبالتفاصيل والأمور الصغيرة وهو لا يهتم ما يجول في نفسه من انفعال، ويفضل المهن التي تتطلب نشاطاً وعملاً واشتراكاً مع الناس». (Patrick, 2008, P 82).

وعرف أيزنك (د.ت) EYSENCK الشخص الانبساطي بأنه: « الشخص ذو الميول الاجتماعية والانفعالية والمرح والتفاؤل، ويكون توجيه الذات خارجي ونشاط المنبسط في الغالب سلوكه». (أسعد، د ت، ص 20).

فضلا عما سبق فقد قدم إيزنك (د.ت) Eysenck تعريفاً أكثر شمولية للسمة الانبساطية، بحيث أشار بأنها: « سمة تحمل في طياتها معنيين أساسيين وهما الاجتماعية والانفعالية، وتمثل هذه السمة نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مقدار العلاقة التي تربط الفرد مع البيئة الخارجية، وتشير كذلك إلى الميل والسعي لبناء علاقات اجتماعية والتعامل مع الخبرات والتجارب بشكل إيجابي». (Beck, 1992, p 130).

وعليه ومن خلال ما سبق يمكننا أن نعرف نمط الشخصية الانبساطي على أنه ذلك النمط الذي يجعل من الشخص أكثر تفاعلية في مواقف الحياة الاجتماعية، وأكثر إقبالا للتعايش مع مختلف الظروف، ويجعل الفرد يمتاز بالقدرة على التوافق مع الآخرين ومع البيئة، لما يفي بالغرض لجعلهم أكثر تفتحاً وانبساطاً للحياة، فيكونون نتيجة لذلك أكثر تميزاً بخاصية التفاؤل والتطلع لمستقبل أفضل، وأكثر إشراقه في النظرة للحياة.

8.2. سمات ذوي الشخصية الانبساطية:

يمتاز أصحاب الشخصية الانبساطية بمجموعة من السمات التي تميزهم عن الأنماط الشخصية الأخرى، بشكل يجعل الباحث أو الملاحظ يدرك حجم هذه الاختلافات الموجودة بينها، أما هذه السمات فهي:

8.2.1. يحبون التنوع في العمل: إذ أن ذوي الشخصية الانبساطية أكثر ميلاً للابتعاد عن المواقف الروتينية والبحث عن التجديد في الحياة، وهذا ما يكرسونه كمبدأ في القيام بأعمال متنوعة تبعاً لتجديد

المواقف في الحياة، وهذه الخاصية تمنح لهم ميزة القدرة على الأداء والقيام بالعديد من الأعمال في الحياة، إذ أنهم يمتلكون القدرة على التوافق مع مختلف الأعمال، والاستجابة بطريقة سهلة لمختلف الظروف المحيطة بتلك الأعمال، ويستجيبون لمختلف الشروط التي يستوجبها أي عمل، وعليه ميزة التنوع في الأعمال يعتبر بالنسبة لهذا النمط، وسيلة للتجديد في الحياة. (هوبرت، 1995).

8. 2. 2. يتقنون آداب التعامل مع الآخرين: إن ما يميز الأفراد ذوي الشخصية الانبساطية، أنهم متشبعون بثقافة وآداب التعامل مع الآخرين، على اعتبار أن التعامل الإيجابي من طرفهم مع الآخرين، والاندماج المباشر والسهل في الجماعات المرجعية في المجتمع والمواقف الاجتماعية على كل المستويات، يمكنه من اكتساب رصيد معرفي وخبرات عملية في مجال التعامل مع الآخرين، وهذا ما يمكنهم من القدرة على التعاملات الاجتماعية، في حدود المعايير والقيم والأسس التي تحكم آداب التعامل في المجتمع، وعليه ذوي الشخصية الانبساطية أكثر تشبعا بتلك القيم التي تمكنهم من حسن التصرف والتعامل مع مختلف فئات الأفراد في المجتمع. (عمران، 1995).

8. 2. 3. تواقون للإنجاز السريع للعمل: وهذه الميزة ترتبط بالأساس مع الميزة السابقة المتعلقة، بقدرة وقابلية ذوي الشخصية الانبساطية على التنوع والتجديد في العمل، إذ أن هذه الخاصية أو الميزة، تتيح لهم الاتسام بميزة أخرى تمثل الرغبة في تحقيق إنجاز سريع للأعمال التي يقومون بها، إذ أن الانبساطيين أكثر تعاملًا مع الخبرات في مختلف مجالات الحياة، بما في ذلك مجال العمل، وهذا ما يمكنهم من اكتساب المهارات والكفاءات التي تمكنهم من السرعة في إنجاز الأعمال، وهكذا ينعكس ذلك عليهم من خلال ميلهم الطبيعي للرغبة في إنجاز الأعمال في أقل مدة زمنية ممكنة، مع رغبتهم في بذل أقل جهد ممكن يستوجبها في إنجاز الأعمال. (مدحت، 1990).

8. 2. 4. يهتمون بكيفية أداء الآخرين لأعمالهم: فضلا عما سبق فإن الأفراد ذوي الشخصية الانبساطية لديهم ميزة الرغبة في رؤية الإنجاز السليم والمتقن للعمل، وهذا ما يمنحهم المقدرة على تقييم

مستوى جودة الأداء في العمل، سواء تعلق الأمر بالأعمال التي يؤديونها هم، أو تعلق الأمر بالأعمال التي يؤديها الآخرون، إذ نجدهم أكثر حرصا على إرشاد الآخرين للأسلوب والطريقة المواتية لأداء العمل على أكمل وجه، فنجدهم يبدون آرائهم ومواقفهم، ويشاركون الآخرين باقتراحاتهم المتعلقة بإنجازهم لأعمال معينة. (حمدي، 1999).

8. 2. 5. يميلون إلى العمل بطريقة تلقائية: إن ما يتميز به ذوي الشخصية الانبساطية من خبرات ومهارات وكفاءات في إنجاز الأعمال، وما يميزهم من القدرة على إنجاز سريع للعمل، وكذا قدرتهم على توجيه أعمال الآخرين للشكل المتقن والصحيح، نابعا أساسا إلى تلقائيتهم في إنجاز الأعمال، إذ لا يستغرقون وقتا طويلا في التفكير والتخطيط لكيفية إنجاز الأعمال، فبمجرد أن يوكل لهم العمل، تتبلور في ذهنهم خطة وأساليب ووسائل إنجاز العمل، فيبادرون بسرعة للشروع في إنجازه دون انتظار التعليمات أو الأوامر الملحقة من طرف المشرف على العمل، وفي حالة الأعمال الشخصية، دائما ما نجد ذوي الشخصية الانبساطية أكثر سرعة في إنجاز العمل، بالنظر لما يتميزون به من التلقائية في إنجاز الأعمال التي يرغبون القيام بها. (حمدي، 1999).

8. 2. 6. يحبون التقرب من الآخرين في مختلف المواقف الاجتماعية: بالنظر للطابع الانفتاحي الذي يميز ذوي الشخصية الانبساطية، فإنهم كنتيجة لذلك كثير ما يرغبون في الانخراط في المواقف الاجتماعية المختلفة، إذ يسعون من خلال ذلك للتقرب أكثر من الآخرين، سواء كانوا أقرانهم أو من يفوقونهم عمرا، وذلك يمكن أن يكون بطريقة عفوية، أو رغبة منهم في تحقيق أهداف معينة، قد ترتبط بالرغبة في التزود بخبرات الحياة، أو تدعيم الرصيد المعرفي.

في مختلف المجالات والموضوعات، أو تحقيق امتيازات معينة ترتبط بالحصول على تقدير الذات مرتفع، من خلال الحصول على تقدير وثناء الآخرين، وهذا كله يمكنه من بناء صورة إيجابية حول مفهوم الذات. (زهران، 1984).

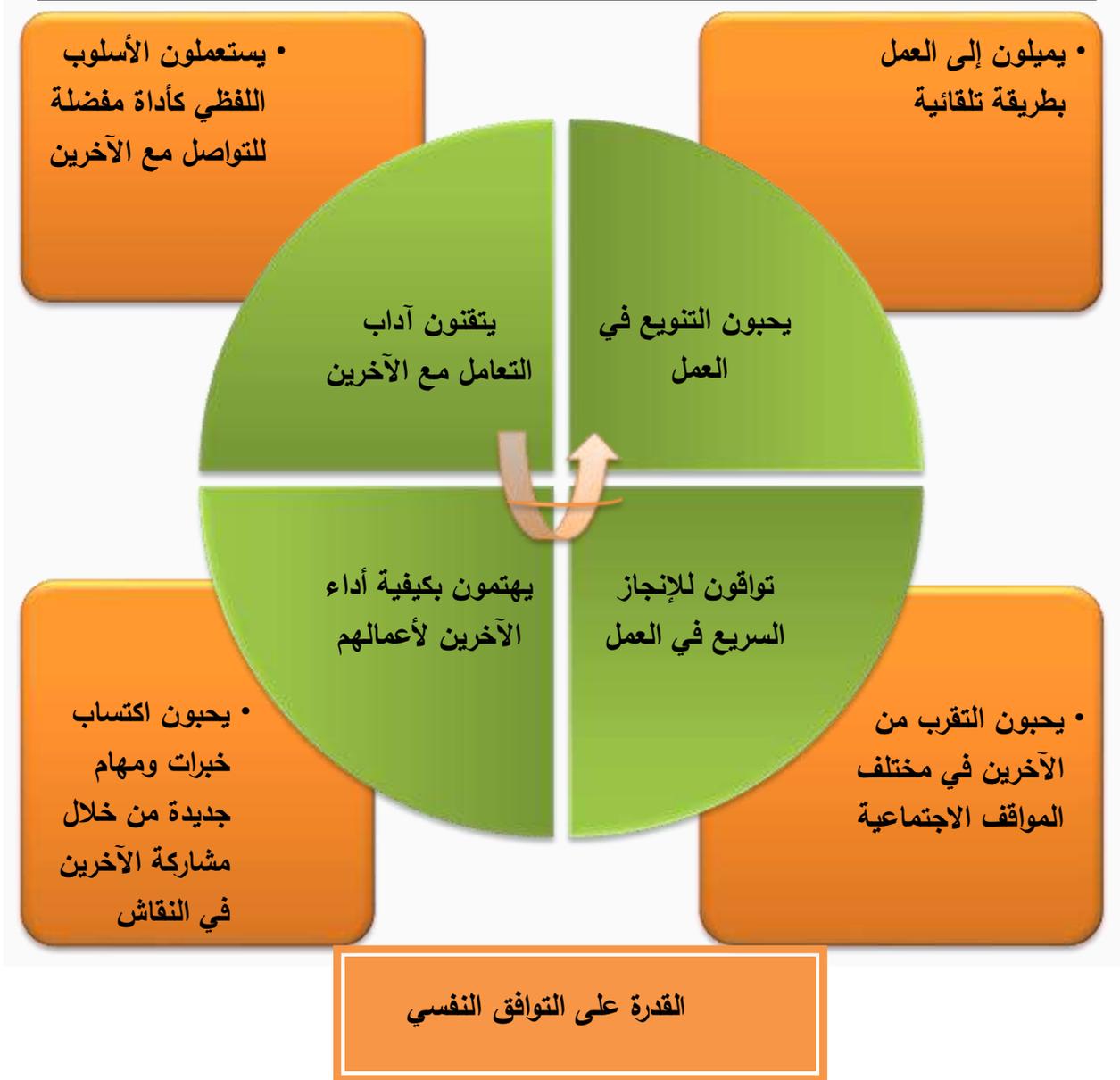
إذن وعلى خلاف من أنماط الشخصية الأخرى، فإن نمط الشخصية الانبساطي، يجعل صاحبه أكثر قدرة ورغبة في الانخراط في المواقف الاجتماعية، والمشاركة في مواقف التفاعل مع الآخرين، ولذا هم أكثر قدرة وسرعة على تحقيق التوافق النفسي بمختلف أبعاده، الاجتماعية والدراسية والأسرية والمهنية. (مصري، 1998).

8.2.7. يستعملون الأسلوب اللفظي كأداة مفضلة للتواصل مع الآخرين: في الغالب يعتبر الأسلوب اللفظي الصريح، هو الأسلوب الذي يستخدمه ذوي الشخصية الانبساطية في مختلف المواقف التي تستوجب منهم القيام بعملية اتصال وتواصل في مختلف المواقف الاجتماعية، فهؤلاء نادرا ما يستخدمون لغة الرموز والإشارة في التواصل مع الآخرين، وهذا راجع بالأساس بقابلية التعلم السريع للغة، والقابلية للتفاعل مع الآخرين، والتي يتميزون بها مقارنة بذوي الأنماط الشخصية الأخرى، إذا أنهم يعتبرون التواصل الصريح هو الأسلوب المناسب وهو الأسلوب المفيد في التواصل مع الآخرين، أين يفي بالغرض في الوصول الصحيح للرسالة الموجهة من طرف المرسل، وفهمها الواضح من طرف المستقبل، كما أنهم لا يحبذون أن يخاطبهم الغير بلغة الإشارة، إذ يفضلون استقبال رسائل تواصلية واضحة المعاني ومفيدة الغرض. (Allport, 1961).

8.2.8. يحبون اكتساب خبرات ومهام جديدة من خلال مشاركة الآخرين في النقاش: كثيرا ما ينخرط الأفراد ذوي الشخصية الانبساطية بروح المشاركة في مختلف مواقف النقاش بشأن مختلف الموضوعات التي تتعدد فيها المواقف والآراء، وذلك رغبة منهم في اكتساب خبرات ومهارات جديدة، يستفيدون منها في مواقف جديدة في مختلف مجالات الحياة، إذ يعتبرون أن النقاش والمشاركة في الحوارات من الأساليب المثالية المساعدة في دعم رصيد الخبرة الحياتية، فيستخدمون أساليب الحوار والمناقشة أكثر مقارنة بأسلوب التلقي أو أسلوب المطالعة مثلا. (أبو حويج وأبو مغلي، 2006).

8. 2. 9. القدرة على التوافق النفسي: بحيث يتميز صاحب الشخصية الانبساطية بالقابلية العالية في التوافق السريع مع الأحداث والمواقف البيئية، كما يمتلك مرونة عالية حسب متطلبات الحياة وظروف التواصل الاجتماعي، وتحقيق مكاسب مادية عالية، ونجاحات تقترن بالرضا الذاتي والاجتماعي، إذ يتميز بالمرونة في الاستجابة للمواقف البيئية وشروطها المختلفة، كونه لا يتقيد بنمط سلوكي واحد بالنسبة لمختلف مواقف الحياة، كما يتميز بتنوع المهارات السلوكية ومختلف الآليات التي تسمح له بالاستجابة السوية والسريعة لأي موقف بيئي يصادفه. (عمران، 1995).

من خلال ما سبق يمكن أن نلاحظ أن سمات وخصائص الشخص الانبساطي، تعبر عن تمتع الفرد بشخصية متوازنة، بعيدا عن مختلف اضطرابات وأمراض الشخصية، إذ أن خصائص الفرد الانبساطي تعبر عن قدرات عقلية ومهارات اجتماعية وجوانب سلوكية تعتبر إيجابية في المجال الاجتماعي، أين يمثل بالنسبة للآخرين شخصا اجتماعيا إيجابيا متفاعلا مع الحياة، وقادر على مواكبة مختلف التغيرات التي تطرأ عليها، أما من الناحية النفسية، فهو ذلك الشخص الذي يعيش حياة نفسية مستقرة، تعبر عن الشخصية السوية القادرة على التوافق، ومن القدرة على السلوك وفق المعايير التي تعبر عن السواء، وعليه يكون قادرا على تحقيق التوازن النفسي في مختلف مواقف الصراعات، التي تفرضها متغيرات البيئة الخارجية.



شكل رقم (01) يوضح سمات الشخصية الانبساطية من تصميم الطالبة

8.3. انعكاسات السمة الانبساطية على شخصية الفرد

بالنظر لمختلف الخصائص التي يتميز بها الفرد ذو الشخصية الانبساطية، من مميزات إيجابية سواء على الناحية الشخصية، أو في مستوى علاقة الشخصية بالمحيط الخارجي، فإن هذه السمة الانبساطية لها العديد من الانعكاسات الإيجابية على شخصية الفرد، وهذا ما سنشير إليه فيما يلي:

8.3.1. تحقيق التوافق النفسي: بالنظر لما يطبع الفرد ذو الشخصية الانبساطية من تقبل المشاركة في

المواقف الاجتماعية، وكذا نزعه للشعور بالانتماء للأفراد والجماعات ومختلف المنظمات الاجتماعية، فهذا كله يساهم في جعل الفرد أكثر مسايرة لمختلف المواقف المتجددة في البيئة الاجتماعية، وأكثر مواءمة واستجابة إيجابية لمختلف الشروط والمتغيرات التي تملحها على شخصية الفرد، وهذا ما يقضي في نهاية الأمر إلى تحقيقه التوافق الاجتماعي بمختلف أبعاده، بحيث في المستوى الأسري نجده يتمتع بقدر من التوافق الأسري، كما نجده متوافقا دراسيا في المستوى الأكاديمي، فضلا عن ذلك نجده يتمتع بالتوافق المهني على المستوى العملي. (القوصي، 1970).

وباختصار يمكن أن نقول بأن النمط الانبساطي للشخصية يتيح للفرد تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، الأسري، المهني، الدراسي، بالنظر لمتعه بالقابلية للتفاعل الاجتماعي الإيجابي في مختلف المواقف الاجتماعية التي ينخرط فيها، ولا يصادف في مجال التوافق مشكلات كبيرة تحول دون بلوغه التوافق النفسي الإيجابي. (Allport, 1961).

8.3.2. التمتع بالصحة النفسية: وهذه الفائدة ترتبط أساسا بفائدة القدرة على التوافق النفسي بمختلف

أبعاده، إذ أن الشخصية الانبساطية عادة ما توصف بأنه شخصية بعيدة عن مختلف أمراض الشخصية، إذ أن صاحبها يتمتع دوما بالصحة النفسية في أعلى مستوياتها، ذلك أن الشخص صاحب الشخصية الانبساطية من خلال الاندماج الاجتماعي الذي ينقله لتحقيق التوافق، فإنه يتمتع بشخصية اندماجية

توافقية، تجده ينظر بكل إيجابية للحياة بمختلف مجالاتها، أين يتمتع بقدر من السعادة النفسية التي تنعكس في نهاية المطاف على تمتعه بالصحة النفسية. (عبد السلام، 1996).

8.3.3. النظرة الواقعية للحياة: من الانعكاسات الإيجابية للخاصية الانبساطية على شخصية الفرد، أنها تجعله أكثر واقعية في النظر للحياة، بمختلف ما هو كائن فيها من قيم معنوية ومادية، إذ أن الشخص الانبساطي بالنظر لانخراطه في البيئة الاجتماعية، انخرطا كليا، كثيرا ما يكتسب معايير وأسس تساعد في التقدير والتقييم الحقيقي للحياة بمختلف المتغيرات والجزئيات التي تتضمنها، ويتحلى في ذلك بكل واقعية وموضوعية، ذلك أن الشخص الانبساطي كثيرا ما يبتعد عن النظرة المثالية لمختلف العناصر المادية، والعناصر المعنوية في حياته، وهذا ما يجعله يمنح لكل شيء قيمته الحقيقية بعيدا عن عنصر المبالغة في تقدير وتقييم الأشياء، وهو بذلك يتعامل مع الواقع الذي يعيشه بدون خيالات أو تأملات غير واقعية، ويعالج أمور حياته بالممكن والمتاح من الطاقة والإمكانيات والقدرات الفعلية، وينجح في اغلب الأحيان في إيجاد الحلول الواقعية والممكنة التي يتوافق من خلالها مع البيئة الاجتماعية. (حمدي، 1999).

8.3.4. ارتفاع مستوى تقدير الذات: كذلك من الانعكاسات الإيجابية للطبع الانبساطي على شخصية الفرد، أنه يشعر بارتفاع مستوى تقدير الذات، ويعود سبب ذلك إلى المكانة والدور الذي يقوم به الفرد في مختلف المواقف الاجتماعية، سواء أكانت مكانته ودوره بين جماعات الرفاق والأقران، أو مكانته في المدرسة بين زملاء الدراسة، أو مكانته ودوره في جماعة العمل، ذلك أن الشخص الانبساطي يندمج في مختلف هذه المواقف بسهولة وسلاسة، ويكون فردا فعلا من حيث الأدوار التي يقوم بها، ومن حيث المكانة التي يحتلها، فيتحصل من جراء ذلك على التقدير والاحترام من طرف الآخرين، فينعكس ذلك في

النهاية على نظرتة حول الذات، والتي لا يمكن أن تكون إلا نظرة إيجابية، فيؤدي ذلك إلى شعوره بارتفاع مستوى تقدير الذات. (هوبرت، 1995).

8. 3. 5. النضج الانفعالي: يعتبر النضج الانفعالي من أهم المميزات الفارقة للتأثيرات الإيجابية التي تفرزها الخاصية الانبساطية على شخصية الفرد من الناحية النفسية، إذ أن التفاعل الإيجابي من طرف ذوي الشخصية الانبساطية مع مختلف مثيرات ومتغيرات البيئة الاجتماعية، تساعده في تحقيق الإشباع لمختلف الحاجات النفسية بما فيها الحاجة لتحقيق الإشباع العاطفي الانفعالي، وهذا ما يمنح للشخص الانبساطي القدرة على التعامل الإيجابي والمناسب والقدرة على ضبط النفس والتحكم في الذات، خصوصا لما يواجه الفرد المواقف التي تثير الانفعالات كالحزن والخوف والغضب والفرح، كما يمكنه أيضا من ضبط النفس أثناء مواقف الصراع التي تثير القلق والتوتر النفسي، أين يواجه الفرد مواقف الضغط والصراع النفسي بطرق إيجابية بعيدا على الاندفاع والتهور ومختلف أنواع السلوكات العمياء التي تسيء لشخصية الفرد، أي أن الشخص الانبساطي شخصا إيجابيا يتمتع بالقدرة على إيجاد نوع من التوازن بين انفعالاته والمثيرات التي يتفاعل معها في البيئة الاجتماعية، للقدر الذي يمكنه من بلوغ أقصى درجة من الاتزان الانفعالي. (الجل فوزي، 2000).

8. 3. 6. التفاؤل الدائم: من أهم الانعكاسات الإيجابية لتمتع الفرد واتسامه بالشخصية الانبساطية، أنه دائما ما يتمتع بروح التفاؤل، إذ أنه دائما ما تكون نظرتة للحياة نظرة مشرقة متطلعة لمستقبل أفضل في مختلف المجالات بما فيها النظرة الإيجابية المتفائلة لتحقيق مستقبل دراسي زاهر، وهنا تظهر أهمية تمتع الطالب الجامعي بالشخصية الانبساطية، في اتسامه بالتفاؤل بتحقيق النجاح الأكاديمي، الذي بالضرورة يدفعه لتعليق كل آماله بشأن آفاق اجتماعية أفضل في مختلف المجالات الأسرية والمهنية، أين يطمح دوما لتحقيق أدوار اجتماعية والقيام بها للقدر الذي يساهم في تحقيق مختلف الطموحات والآمال.

ومن هذا المنطلق تظهر أهمية التفاوض بالنسبة للشخص الانبساطي، إذ أن العلاقة بين الانبساطية والتفاوض، لا تتوقف عند علاقة تأثير متبادلة فيما بينهما، بل يمتد تأثيرهما مجتمعين على عدة نواحي من الحياة الشخصية للفرد بجانبها الاجتماعي والنفسي، بحيث كثيرا ما يرتبط التفاوض بالتعاطي الإيجابي من طرف الفرد مع مختلف مجالات ومتغيرات البيئة الاجتماعية، خصوصا لما يتعلق الأمر بالمجالات التي لا يمكن أن تخلو من طموحات مستقبلية يسعى الفرد لتحقيقها في إطار كل مجال اجتماعي، فالمجال الأسري والمجال الأكاديمي والمجال المهني والمجال السياسي والمجال الثقافي الاجتماعي، كلها مجالات يبني فيها الفرد مختلف الطموحات التي يعتبرها المنفذ الأساسي لتحقيق الأهداف الواقعية في الحياة، والتي لا يمكن أن تكون متاحة إلا للفرد المتمتع بالشخصية الانبساطية، التي تجده دائما متفائلا بالمستقبل (الميلادي، 2006). من خلال ما سبق يمكن أن نلاحظ بأن النمط الانبساطي للشخصية، يعبر بصورة واضحة عن اتسام شخصية الفرد بالطابع الإيجابي من حيث علاقة الفرد بالبيئة الاجتماعية كما يتمتع بموجبها الفرد بالانتران من الناحية النفسية، ذلك أن السمة الانبساطية تفرز العديد من المزايا والآثار الإيجابية على شخصية الفرد، أين يتمتع بالتفاعل الإيجابي مع الحياة الاجتماعية، والنظرة الواقعية للحياة وارتفاع مستوى تقدير الذات لديه، فضلا عن تمتع الفرد ذو الشخصية الانبساطية بخاصية التفاوض بشأن المستقبل، وهذه الخاصية الأخير تعد إحدى الزوايا التي نحن بدراسة علاقتها بالشخصية الانبساطية، إذ يمكن أن تكون ميزة التفاوض النتيجة الحتمية لمختلف الانعكاسات الإيجابية التي يحدثها الطبع الانبساطي على مختلف أبعاد وعناصر شخصية الفرد.



شكل رقم (02) يوضح انعكاسات الشخصية الانبساطية من تصميم الطالبة

4. سلبيات الشخصية الانبساطية:

على الرغم من الإيجابيات التي يتميز بها صاحب الشخصية الانبساطية في مختلف المواقف الاجتماعية، فهذا لا يعني أن النمط الانبساطي نمطا إيجابيا بصفة مطلقة، إذ يمكن أن يتصف الشخص ذو الشخصية الانبساطية ببعض السلبيات، والتي سنشير إليها فيما يلي:

1.4.8. الثقة المفرطة بالنفس: إذ أنه في حالة عدم المقدرة من طرف الشخص الانبساطي على إيجاد توافق بين ما يتمتع به من إمكانيات وميزات إيجابية، وبين ما يطمح لتحقيقه من أهداف، فهذا يؤدي به إلى الثقة المفرطة بالنفس والمبالغة في التفاؤل بشكل يجعله يفقد القدرة التوفيقية بين قدراته وأهدافه في الحياة، فيتعامل مع مختلف المواقف بنوع من الإهمال والتساهل مع الأمور، وهذا في النهاية قد يؤدي به إلى الإخفاق في العديد من المواقف التي ترتبط بمستقبله في كل المجالات، وفي حالة تكرار خبرة الإخفاق في ذهنه، سيؤدي به ذلك للولوج في دوامة الإحباط، إن لم يحظى بالرعاية النفسية، من تزويده بخدمات إرشادية نفسية تساهم في ترشيده إلى الطريق المثلي لمواجهة مواقف الإخفاق والفشل. (الناصر ودرويش، 2000).

2.4.8. الإنذافية: إن الثقة المفرطة التي تتعزز في ذهن الشخص الانبساطي وتسيطر على تفكيره في مختلف المواقف، إلى جانب التصرف وبناء علاقات اجتماعية لا تخضع لعامل التحفظ في بعض المواقف الاجتماعية، يؤدي بالشخص إلى الاندفاع المفرط للمشاركة في مواقف التفاعل الاجتماعي بهدف إثبات الذات وتوكيدها، ظنا منه بأن الأسلوب المثالي لذلك هو المشاركة في كل المواقف، حتى ولو لم تكن هناك مؤهلات تسمح له بالتعامل السوي مع تلك المواقف، فيندفع للمشاركة في مواقف النقاش مثلا دون أن يكون لديه رصيда معرفيا يسمح له بذلك، ويحاول فرض آرائه دون حجج مقنعة، وهنا قد يكون محل النقد والتشكيك في قدراته من طرف الآخرين، كما قد يكون أيضا محل نفور من طرف الآخرين الذين يحاولون تجنبه بسبب سلبية الخاصية الاندفاعية التي يمتاز بها. (الجبل فوزي، 2000).

3.4.8. الاستعراضية المفرطة: يمتاز الفرد ذو الشخصية الانبساطية بحب الاستعراض وحب الظهور أمام الآخرين، وقد يقترن ذلك باتصافه بالأناية دائما، فصاحب هذه الشخصية لديه ميل مرتفع في جلب الاهتمام والعمل الدؤوب ليكون محور الارتكاز، في أي موقف اجتماعي ينضم إليه ويتفاعل في إطاره مع الأفراد، فهو ينظر إلى كل الأمور نظرة ذاتية على أنها نظرة صحيحة تكون دائما محل القبول من طرف

الآخرين، فهذه الاستعراضية المفرطة والمبالغة، يمكن أن تجعله يقوم بسلوكات غير محمودة تؤدي لاهتزاز شخصيته في نظر الآخرين، مثل قيامه بسلوكات مسرحية تطبعه الفخر والإعجاب بالنفس، التي تظهر طريقة التكلم والتحدث والإشارات والملبس والعمل على لفت الأنظار بأي تصرف كان، بحركات مسرحية ومواقف تثير الانتباه لغرض المبالغة في الاستعراض، دون أن يقيم تلك التصرفات الاستعراضية هل هي مقبولة أو محل رفض من طرف الأفراد والجماعات. (باطة، 2007).

فنمط الشخصية الانبساطي لما يمتاز صاحبه بالاستعراضية المفرطة يكون عرضة للتذبذب الانفعالي الوجداني، فهو يعيش حالة المرح والنشوة والحماس القوي والزائد عن اللزوم، والذي قد ينقلب فجأة إلى الاكتئاب والانطواء والبكاء والرغبة في محاولة الانتحار، وهذا ما يجعل حالة التغيير السريع سمة من سمات الشخصية الاستعراضية التي تنعكس على حياته الأسرية، أين يفقد أهم ميزات إيجابية تميز النمط الانبساطي لشخصيته. (الميلادي، 2006).

4.4.8. الإقدام والإحجام: بالنظر لما يشكله الفرد الانبساطي من علاقات مع شريحة واسعة من الأفراد، وبالنظر لما يمتاز به في اعتبار العالم الخارجي للذات هو مصدر كل شيء والمكون الرئيسي للعالم، فإن الفرد الانبساطي في مختلف المواقف التي تجعله محل الصراعات النفسية، كثيرا ما يمتاز بالإقدام على الفعل ثم الإحجام والتفكير في عواقب ذلك الفعل، إلى أن يقوم في النهاية باتخاذ القرار وتحديد موقف واضح، وهذا ما يفقده ميزة الحسم المباشر في الموقف، وما يترتب عن ذلك تضيق الكثير من الوقت قبل الشروع في العمل والإنجاز، ومرد ذلك أن الشخص الانبساطي كثيرا ما يضع في الحسبان ما يمكن أن يصدره الآخرون بشأنه من أحكام، قد يراها سلبية وتمثل في النهاية نوعا من النقص في شخصيته، وهو يحاول قدر المستطاع تجنب مثل هذه الأحكام، وهذا ما يجعله في موقف متردد بين الإقدام والإحجام، لغاية أن يستقر موقفه في النهاية، أين يكون قد استهلك كثيرا من الجهد والطاقة والوقت في التفكير بدل

الشروع في التنفيذ والفعل، وعليه دائماً ما يواجه الانبساطي المواقف في البيئة بطابع الريبة والحيرة. (باطة، 2007).

تمثل الخصائص الأخيرة السمات السلبية التي يمكن أن تطبع الفرد ذو الشخصية الانبساطية، وعلى الرغم من وجودها فهي لا يمكن أن توجد بصورة مطلقة عند كل الأفراد ذوو الشخصية الانبساطية، إذ يمكن أن يتصف بها بعض الانبساطيين ولا يتصف بها أغلب الأشخاص الانبساطيين، كما لا يعني هذا بأنها تظهر كلها وفي نفس الوقت لدى نفس الشخص، إذ يمكن أن تظهر واحدة منها، ولا تظهر بقية الصفات السلبية، كما أنه لا بد من الإشارة بأن مختلف هذه السلبيات يمكن أن نرشد الشخص الانبساطي للطرق المثلى والكيفيات الصحيحة لتوظيف مخلف ميزاته السلبية بغرض تجنب الاتسام بهذه الميزات السلبية التي أشرنا إليها.



شكل رقم (03) يمثل سلبيات الشخصية الانبساطية من تصميم الطالبة

9. نمط الشخصية الانطوائي:

9.1. تعريف النمط الانطوائي:

هناك العديد من التعريفات التي قدمها الباحثين في علم النفس للنمط الانطوائي، وفيما يلي نشير لبعض هذه التعريفات:

يعرف يونغ Yung النمط الانطوائي بأنه: «ذلك النمط الذي يمثل الشخص الذي يتجه بنشاطه وطاقته نحو نفسه ونحو الذات» (بيرن، 1978، ص 48).

كما تعرف الشخصية الانطوائية على أنها: «الشخصية التي تتميز بنزوع لدى صاحبها نحو الفرار أو الهروب من الحياة الاجتماعية ومن عالمه الواقعي، فهي شخصية ترتبط بالعالم الخيالي الذي يتوحد مع الأفكار التي ينسجها المرء من صميم ذاته» (خليل، 2000، ص 39).

وهناك أيضا من يعرف النمط الانبساطي على أنه: «نمط يعبر عن سمة فارقة في الشخصية، تجعل من الفرد يواجه مختلف مشاعره ومدركاته وانفعالاته وأفكاره نحو العالم الداخلي الذاتي». (سهير، 2007، ص 79).

كما نجد من يعرف النمط الانطوائي على أنه: «هو النمط شخصي يجعل من الفرد متمسما بطابع الهدوء والتروي، يميل إلى التخطيط مقدما، ويأخذ أمور الحياة بجدية ويخضع مشاعره للضبط الدقيق ويقدر أن يسلك سلوكا عدوانيا، لا ينفعل بسرعة يميل إلى التشاؤم ويعطي أهمية للمعايير الأخلاقية». (سهير، 2007، ص 412).

وانطلاقا من النقاط المشتركة بين التعريفات السابقة يمكن أن نستخلص تعريفا جامعاً وشاملاً للنمط الانطوائي، وهو أن النمط الانطوائي هو النمط الشخصي الذي يعبر عن اتسام الفرد بالتحفظ وعدم الانخراط الكلي في المواقف الاجتماعية، العامل الذي يؤدي به للتخلي بالهدوء والتصرف الحذر في

مختلف المواقف البيئية أين يتسم بالجدية المطلقة وأخذ الأمور على محمل الجد، ويتمتع بالضبط الدقيق لأفكاره ومشاعره التي يوجهها نحو عالم الذات، وميله السريع للتشاؤم والقلق من المستقبل.

9.2. خصائص ذوي الشخصية الانطوائية:

تنطوي الشخصية الانطوائية على مجموعة من الخصائص والسمات التي يمكن أن نستخلصها من التعريفات السابقة، أما هذه الخصائص نوردتها فيما يلي:

9.2.1. يحبون الهدوء للتركيز في أداء الأعمال: كثيرا ما يميل الأشخاص الانطوائيين للرغبة في الحصول على الهدوء الذي يسمح لهم بالعمل، إذ ينفرون كثيرا من الأعمال الجماعية، وذلك ما يجعلهم أكثر رغبة في الابتعاد عن الأجواء الصاخبة والأجواء التي تكون معرضة للضوضاء، على اعتبار أن الهدوء يمثل بالنسبة لهم الشرط الأساسي للقدرة على أداء مختلف الأعمال بكل تقان وإتقان، ولعل طبعهم الانطوائي الذي يعد أقل تفاعلية مقارنة بالأنماط الأخرى، يجعل من رغبتهم في التفاعل مع الآخرين أثناء العمل تكون أقل، كون ذلك الجو يمثل لهم مصدر التهديد، الذي يجعلهم يخفقون في القيام بالعمل على أحسن وجه. (مدحت، 1990).

9.2.2. يعانون من مشكلة تذكر الأسماء والوجوه: في الغالب كثيرا ما يعاني الأشخاص الانطوائيين من مشكلات على مستوى الذاكرة، خصوصا فيما يتعلق بتذكر الأسماء ووجوه الأشخاص، إذ أن عدم مشاركتهم في مواقف التفاعل الاجتماعي، وكذا عدم تواصلهم مع العديد من الأشخاص في المجتمع، وبهذا تنتج لديهم مشكلة في ضعف التمييز بين الوجوه وتتشابه لديهم في الكثير من الأحيان الوجوه خصوصا المتقاربة منها، وهذا ما يحول دون أن يتذكروا الأشخاص الذين سبق وأن تفاعلوا وتعاملوا معهم، بينما يقتصر تذكرهم في هذا المستوى فقط في حالة الأفراد الأكثر تفاعلا مهم في مواقف متعددة، مثل أفراد الأسرة أو أفراد الحي أو الشارع. (فوزي، 2000).

9. 2. 3. يقومون بالعمل وفق خطة واحدة لمدة طويلة دون انقطاع: ما يميز الأشخاص الانطوائيين أنهم لا يشاركون في مواقف التعامل ولا يستطيعون المكوث مع الجماعات والأفراد الآخرين لمدة طويلة، وبالنظر لأهمية مثل هذه المواقف في دعم رصيد التجارب والخبرات الشخصية في مختلف المواقف، بما في ذلك مواقف العمل والنشاط، ومن جراء هذا لا يمتلك الانطوائيين الروح الإبداعية لخطط وطرق وأساليب العمل، فنجدهم دوماً يتبعون نفس الأسلوب والخطة في العمل لفترة زمنية طويلة، ولا يقبلون التغيير في الخطة إلا في حالة وجود ظروف معينة تفرض عليهم التغيير من الخطة، أو في حالة تعذر عليهم إنجاز العمل بنفس الخطة التي ألفوا اتباعها. (هويرت، 1995).

9. 2. 4. يهتمون بمعرفة الهدف من عملهم: يمتاز الأشخاص ذوي الشخصية الانبساطية بطابع الفضول، وهذا ما يجعلهم غير قادرين على القيام بأي عمل ما لم يكن لهم علم مسبق بالهدف المتوخى من وراء ذلك العمل، إذ يعتبرون أي عمل أو إنجاز من حيث طابعه الوظيفي، أي من حيث الغاية والهدف الذي يحقق من جراء القيام بذلك العمل، فلا يمكن أن تكون لأي عميل قيمة بالنسبة لذوي الشخصية الانبساطية، إلا إذا كان يحقق منفعة ومصلحة تساهم في إشباع رغبات ذاتية معينة، وكنتيجة لما سبق يحرص هؤلاء على تحديد الهدف من أي عمل، ولا يشرعون في إنجاز العمل ما لم يكونوا على علم مسبقاً بالهدف الختامي من القيام بذلك العمل. (مصري، 1998).

9. 2. 5. يعملون على تطبيق أفكارهم الخاصة في مواقف العمل: بالنظر لما يمكن أن يطبع الانطوائيين من جمود وعدم تقبل أفكار الآخرين من الناحية الفكرية، فكنتيجة لهذا أثناء مواقف العمل هؤلاء الأفراد يصرون كل الإصرار على تجسيد الأفكار التي يرونها صحيحة في إنجاز الأعمال المختلفة، ولا يولون الاهتمام لمختلف الأفكار التي يعرضها عليهم الآخرين، ولو كانت تلك الأفكار أحسن من الأفكار التي يسعون لتجسيدها، إذ أن الانطوائيين أكثر تعصبا لأفكارهم الذاتية، ومن الاستحالة بمكان أن نقنعهم أن

أي فكرة مهمة بالنسبة لإنجاز الأعمال بأكثر دقة وإتقان، ولا يمكن أن يتقبلوا بالمطلق أن يناقشوا في أن الأفكار الذاتية الخاصة بهم لا تساهم في تحسين جودة العمل. (فوزي، 2000).

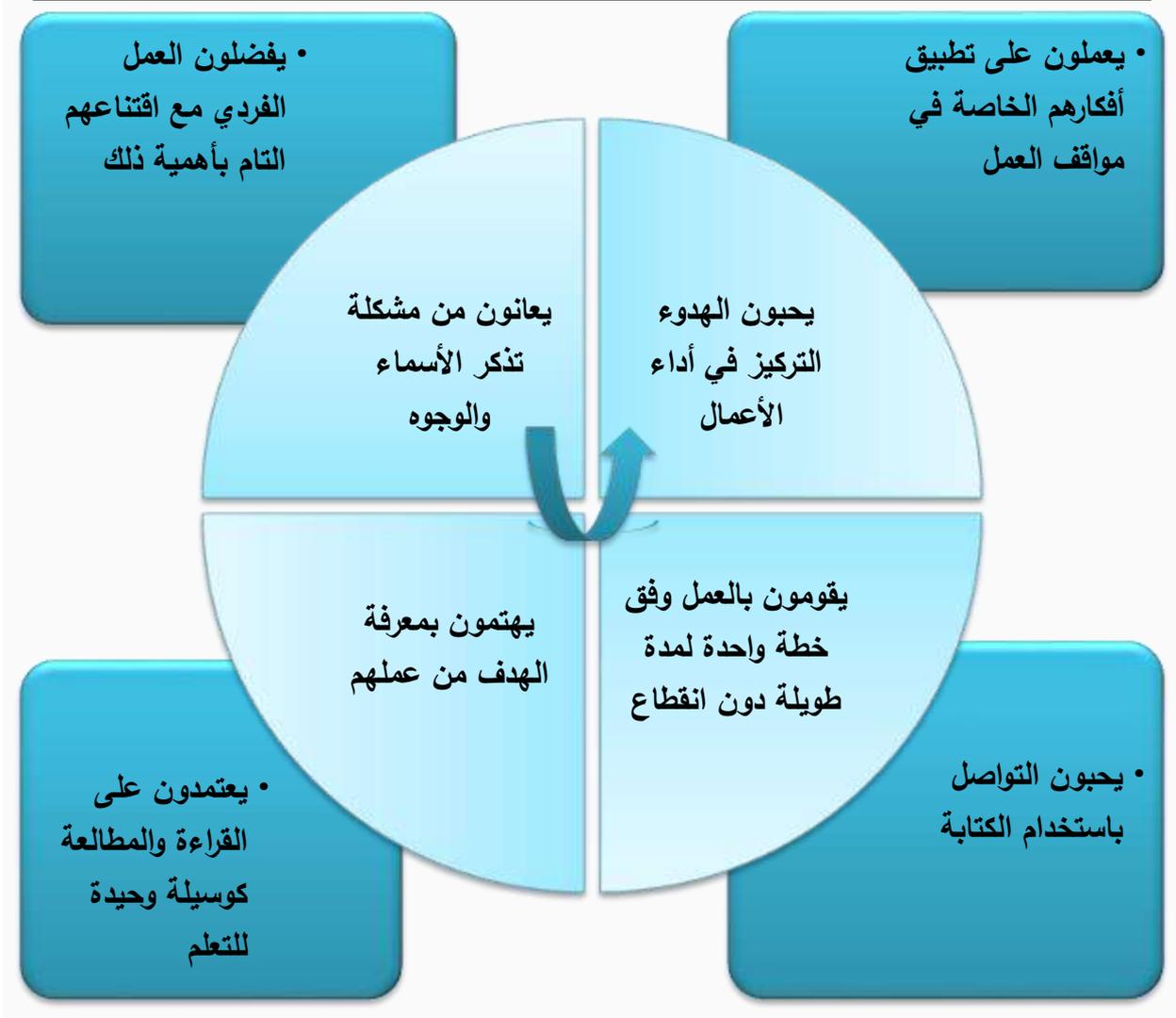
9.2.6. يفضلون العمل الفردي مع اقتناعهم التام بأهمية ذلك: بحيث أن النزعة الانعزالية والسلوك الانسحابي عن المواقف الاجتماعية، ومختلف مواقف التفاعل الاجتماعي، التي تطبع شخصية الأفراد الانطوائيين، فمن المنطقي أن يؤدي بهم ذلك إلى الرغبة في العمل بصفة منفردة، ولا يحبذون فكرة العمل ضمن فريق مشترك، أين تطبعهم نزعة ذاتية فردية، تجعلهم يصرون على أن الأسلوب الأمثل لهم في العمل، إنما يكمن في الاعتماد على الإمكانيات الذاتية، التي يوظفونها في إطار العمل الانفرادي، ولكل ما يطبع سلوك العمل بالنسبة لهم هو ذلك الطابع الفردي، الذي إن لم يعتمدوا عليه فإنهم لا يكون بمقدورهم القيام بالإنجاز المثالي للعمل. (فهمي، 1979).

ومن الضروري أن نشير إلى أن الرغبة في العمل الفردي من طرف الأشخاص الانطوائيين، لا يمكن اعتبارها ظاهرة أو تفكيراً سلبياً، بل يمكن أن يكون تفكيراً إيجابياً في حالة ما إذا كانوا يتمتعون بمؤهلات ومهارات وكفاءات وقدرات فكرية، تسمح لهم القيام بالأعمال بطريقة مثالية، أو في حالة ما إذا يمكن أن يكون العمل الجماعي بالنسبة لهم، عاملاً معوقاً يحول دون إنجازهم للأعمال بصورة مقبولة. (مصري، 1998).

9.2.7. يحبون التواصل باستخدام الكتابة: على العكس من الأشخاص ذوي الشخصية الانبساطية، فإن الأفراد ذوي الشخصية الانطوائية يعتمدون على اللغة الرمزية وعلى وجه الخصوص إتباع أسلوب الكتابة في عملية التواصل مع الآخرين، وقلما يتبعون الأسلوب اللفظي، وإن اعتمدوا عليه فإنما يعتمدون عليه في حالة ما دعت الضرورة لذلك، وهذا يرتبط في الأساس بالنزعة الانعزالية والانسحاب الاجتماعي، وهذا طبعاً عاملاً لا يساعد في اكتساب مهارات التواصل اللفظي، فمن المنطقي إذا أن يعتمد هؤلاء على اللغة

الرمزية ولغة الكتابة، أكثر في مختلف مواقف الاتصال والتواصل الذي يصادفهم في مختلف مجالات حياتهم الاجتماعية، بما في ذلك مجال الحياة العملية. (أبو حويج ومغلي، 2006).

9.2.8. يعتمدون على القراءة والمطالعة كوسيلة وحيدة للتعلم: بالنظر لما أشرنا إليه فيما سبق، من أن الأفراد الانطوائيين يمتازون بالسلوك الانسحابي من المواقف الاجتماعية بما في ذلك المواقف التعليمية، فهذا يجعل هذا الصنف من الأفراد يعتمدون على المطالعة الفردية للكتب ومختلف مصادر المعرفة بكثرة في مجال تطوير رصيدهم الثقافي والمعرفي، بحيث ما يتعلمونه بواسطة المطالعة يعتبر أكثر بكثير مما يتعلمونه بأسلوب المناقشة والحوار، إذ أنهم قليلو المشاركة في مختلف مواقف الحوار والنقاش، سواء في المواقف التعليمية داخل حجرة الدراسة، أو في المواقف الحوارية التي يتبادل فيها مجموعة من الأفراد النقاش بشأن القضايا التي تختلف فيها الآراء. (Allport, 1961).



شكل رقم (04) يوضح سمات الشخصية الانطوائية من إعداد الطالبة

وفي الغالب إن كانت لدى الأفراد الانطوائيين الرغبة في التعلم، فإنهم كثيرا ما يميلون لمطالعة الكتب والمجلات المتخصصة والعامة أو يطالعون الجرائد، بغرض الاستفادة منها في دعم الرصيد المعرفي، كسلوك تعويضي على عدم الرغبة في المشاركة في الحوار والنقاش خصوصا لما يستخدم من طرف المدرس في المواقف التعليمية. التعليمية. (عوض، 1994، 500-510).

وما يمكن أن نستخلصه مما سبق، أن سمات الشخص الانطوائي تعبر عن معايير ومواصفات تتعلق بمحدودية العلاقات الاجتماعية للشخص ذو الطبع الانطوائي، أين تكون علاقته بالأفراد والجماعات التي ينخرط فيها في المجتمع، من أسرة ومدرسة وجمعيات ونوادي وتنظيمات اجتماعية مختلفة، تكون في مستوى محدود، بالنظر لتوجيه الفرد في هذه الحالة تفكيره ومشاعره وانفعالاته للوجهة الذاتية، كما أن علاقاته فيما يتعلق بمتغيرات البيئة من حيث موضوعاته وأوضاع المجتمع المختلفة، تكون علاقات محدودة، بالنظر لتوجيه الفرد لمختلف أفكاره للجانب الذاتي.

وعليه يتسم الفرد ذو الشخصية الانطوائية بالانعزال عن المجتمع والانسحاب الكلي من المواقف الاجتماعية، ويمكن على إثر ذلك أن يرسم صورة سوداوية عن المجتمع كمصدر للخطر، ومنه ما يمكن أن يمثله ذلك من مصدر إخفاق في التفاعل الإيجابي مع مختلف شروط ومتغيرات البيئة الاجتماعية، أين يعبر الفرد الانطوائي عن ذلك بنظرة متشائمة للحياة وانعدام الطموح والتطلع لمستقبل أفضل.

9.3. انعكاسات الطبع الانطوائي على شخصية الفرد:

على العكس من الشخص ذو الشخصية الانبساطية، يعاني الفرد ذو الشخصية الانطوائية من العديد من المشكلات الشخصية، التي ترتبط بمختلف جوانب شخصية الفرد الاجتماعية والنفسية والانفعالية الوجدانية، إذ أن الخاصية الانطوائية تؤدي إلى العديد من الانعكاسات السلبية على شخصية الفرد، والتي تتمثل فيما يلي:

9.3.1. الشعور بالاغتراب: يعد الشعور بالاغتراب من أهم الانعكاسات السلبية التي تفرزها الخاصية

الانطوائية على شخصية الفرد، فعلى اعتبار نزوع الشخص الانطوائي للعزلة عن الآخرين وعدم رغبته في المشاركة في مختلف مواقف التفاعل الاجتماعي، فذلك ينعكس بالسلب على شعور الفرد الذاتي من حيث العلاقة بالبيئة الاجتماعية، أين يشعر بأن المجتمع لا يمثل المكان المناسب له، إذ يعتبره مصدر تهديد أكثر منه مصدرا للأمان، ويحدث هذا الاغتراب بالأسس لمصدرين مصدر داخلي يتمثل في الجانب

الاجتماعي من حيث الانسحاب الكامل من طرف الفرد عن المجتمع، ولعل هذا ما يفرزه من الوهلة الأولى النمط الانطوائي الذي يطبع شخصية الفرد، فنجده يعاني من سوء علاقاته الاجتماعية سواء في المدرسة أو الأسرة أو الجامعة أو المنظمة، كما يحدث الاغتراب بأقل درجة من مصادر داخلية ترتبط أساسا بالاغتراب عن النفس، وهذا الأخير يكون أكثر حدة وتأثيرا على شخصية الفرد في حالة وجود أية علاقة تفاعل بينه وبين الخاصية الانطوائية. (شتا علي السيد، 1984).

9.3.2. انخفاض مستوى تقدير: بالنظر لما يمكن أن تفرزه مشكلة الانسحاب الاجتماعي التي يتميز بها الشخص الانطوائي، الذي يقلص من حجم مشاركته في مختلف المواقف البيئية، التي تحدث في إطارها مختلف التفاعلات الاجتماعية، أين تنحصر مختلف الأدوار التي يمكن أن يلعبها في إطار الأفراد والجماعات المرجعية التي ينتسب لها الفرد، كما لا يمكن أن يحصل على مكانة في المجتمع بمختلف تنظيماته، وعلى إثر غياب عنصري المكانة والدور عن الفرد، فلا يمكن أن يحصل على تقييمات وتقديرات الآخرين لشخصيته، ونحن نعلم ما لتقدير الآخرين للفرد من أثر في تحديد الفرد نفسه لمعايير وأسس وعناصر تمكنه من القيام بعمليات تقييمية تقويمية للذات، وهنا إما أن تكون قيمة الذات بالنسبة للفرد متدنية أصلا، أو تكون مختلف تلك التقديرات والتقييمات غير موضوعية، كونها لم تجد المعايير والمؤشرات التي تستند إليها، وكنتيجة لذلك ينخفض مستوى تقدير الذات لدى الفرد ذو الشخصية الانطوائية. (قاسم، 2001).

9.3.3. سوء التوافق النفسي: إن ظاهرتي الاغتراب وضعف تقدير الذات، اللتان تلازمان الفرد ذو الشخصية الانطوائية، تفرز العديد من المظاهر السلبية على شخصية الفرد، كما يمكن أن تؤثر سلبا على الجوانب السلوكية له، أين يعاني الفرد من العديد من المشكلات السلوكية، ولعل سوء التوافق النفسي من أهم هذه المشكلات السلوكية، التي يفرزها الطبع الانطوائي على شخصية الفرد، أين يعاني من سوء التوافق مع الأسرة وسوء التوافق مع المجتمع بصفة عامة، على الرغم من محاولة الفرد الانطوائي مسابرة

القيم والمعايير السلوكية للمجتمع، إلا أنه لا يستطيع تحقيق ذلك ويحدث له سوء التوافق الاجتماعي. (عوض، 1994).

كما يعجز عن تحقيق التوافق الدراسي الأكاديمي، بحيث لن يكون بمقدوره الاستجابة لشروط ومستلزمات البيئة الدراسية، وهذا هو حال الطالب الجامعي في حالة إذا لم يكن متوافقا دراسيا، كما لا يمكن أن يحقق التوافق النفسي ببعده المهني، أين لا يستطيع الانخراط مع جماعات العمل، ولا يستطيع مسايرة طابع التجديد في طرق أداء المهام المهنية، بالنظر لتعوده على القيام بالعمل بنفس الطريقة لفترة زمنية طويلة، وبالطرق التي يراها هو مناسبة للقيام بها، وهكذا تتعكس السمة الانطوائية على شخصية الفرد، وتقوده لمعايشة مشكلة سوء التوافق النفسي. (سامر، 2002).

9.3.4. عدم القدرة على المشاركة في مواقف التفاعل الاجتماعي: يعاني كل الأفراد الانطوائيين من مشكل في التفاعل مع الآخر عموما، والذي يمكن ملاحظته في العديد من المظاهر السلوكية المعبرة عنه، مثل الهروب من الواقع الاجتماعي، مع هيمنة الحياة الداخلية (الذاتية المطلقة) والتي تأخذ شكل غياب لغة التواصل اللفظي، أو ضعف كبير لإشارات سواء غير كلامية مهمة في التفاعل مثل التواصل البصري الابتسامة، أو عدم استعمالها في سياقها المناسب (مثل مقابل تحريك الرأس إلى تحت من أعلى إلى أسفل للإشارة إلى نعم، إذ يقوم الفرد بتحريك رأسه من اليمين إلى اليسار أو عدم التجاوب بشكل نهائي)، كما يتجلى الطبع الانطوائي، في ضعف الإشارة بالأصبع وكذا فقر في التبادل الوجداني مثل عدم الرغبة بالاحتضان، أو تبادل العناق مع الآخر، كما يعرف الفرد الانطوائي قصورا في اللعب القائم على الخيال مثل محاكاة أفعال الآخرين، وتقمص شخصيات أخرى خيالية الأمر الذي يجعل التفاعل مع أقرانه الأسوأ شيء صعب إن لم نقل مستحيل، إذ ينعزل كلية عن المشاركة في مختلف المواقف التي تحدث فيها علاقات التفاعل، وإن حدثت تكون بشكل محدود ترتبط بمواقف أين يتعامل الانطوائي مع

عدد محدود من الأفراد، الذين ألف التعامل المباشر معهم ربما في الأسرة أو عدد محدود من الأفراد والأقران في الحي. (العيسوي، 1997).

9.3.5. الانغلاق على الذات: تعد مشكلة الانغلاق على الذات، انعكاسا مباشرا للسمة الانطوائية على شخصية الفرد، بحيث يحرص الشخص الانطوائي حرصا شديدا على رسم حدود عالمه الخاص، أين لا يقر عادة إلا بنفسه وبالعالم الخاص، فيختزل العالم كله في دائرة ضيقة من أفراد أسرته مثل الأب والأم أو الإخوة في أحيان قليلة، وهي بيئة مغلقة يتعمد التعامل معها فقط حتى لا يضطر لمواجهة أناس آخرين لا يجد الإمكانيات النفسية للحديث أو التجاوب معهم. (منسي، 2004).

وهذا المظهر السلبي في الشخصية الانطوائية من العوامل التي تساهم في إبعاد الفرد عن المشاركة في مواقف التفاعل الاجتماعي، فيؤدي به ذلك إلى تفاقم مشكلة شعوره بالاغتراب النفسي والاغتراب الاجتماعي، ولعل تفاعل مختلف هذه المظاهر في شخصية الفرد الانطوائي، يساهم بالضرورة في الانسحاب من العالم الواقعي، واختزال العالم في تصورات وأفكار ذاتية محضة، أين يواجه الشخص الانطوائي كما سبق وأن أشرنا إليه أفكاره ومعتقداته وسلوكاته إلى العالم الذاتي المحض. (سامر، 2002).

9.3.6. النظرة المتشائمة للحياة: كثيرا ما يساهم الطبع الانطوائي في فقدان الثقة بالنفس لدى الفرد الانطوائي، بحيث لا يمكن أن يفكر في صرف قدراته الذاتية، للعالم الخارجي بالنظر لعامل التخوف من الإخفاق في أي موقف يحاول فيها توظيف قدراته الذاتية، وهذا يترتب عنه النظرة التشاؤمية للحياة بصفة عامة، أين يظهر على الشخص الانطوائي عدم التطلع لتحقيق إنجازات أفضل والوصول لتحقيق طموحات أكبر من التي بلغها، بحيث تغطي احتمالات الإخفاق على احتمالات النجاح في العمليات التقييمية التي يصدر في إطارها الفرد الأحكام بشأن مدى توافق القدرات الذاتية مع الأهداف العامة في الحياة، ولعل هذا ما يمكن نسجه بشأن الطالب الجامعي ذو الشخصية الانطوائية، أين لا يمتلك نظرة متفائلة بشأن المستقبل الدراسي والمستقبل المهني، على اعتبار أن الطموحات الدراسية والأهداف التي

يرغب في تحقيقها تكون في سقف محدد، لا يساعد على التفاؤل لتحقيق نجاحات وإنجازات أفضل من التي بلغها في الوقت الراهن.

وعليه يمكن القول بأن الشخص الانطوائي يقوم برسم صورة سوداوية عن الحياة بمختلف ميادينها ومجالاتها، فتكون بذلك الحياة المستقبلية بالنسبة له غامضة ومبهمة المعالم، لا يستطيع على إثرها تحديد ما يرغب أن يحققه من أهداف في الحياة، ولا يستطيع تحديد نموذج الشخص الذي يرغب أن يكون على هيئته في المستقبل المنظور، والذي يمكن أن يكون حسب نظريته الذاتية الشخص الذي يرغب أن يراه الآخرون في المستقبل. (الميلادي، 2006).

وعليه يمكن أن نشير بأن مختلف الانعكاسات السلبية التي تفرزها مشكلة الانطوائية على الشخص، تساهم في إعاقة الجوانب المختلفة في شخصية الفرد، عن تحقيق التوازن الشخصي بمختلف جوانبه، بحيث لا يستطيع على إثر ذلك تكوين شخصية متوازنة تساهم في لعب مختلف الأدوار الاجتماعية، ولا يمكن أن يحتل المكانة التي تسمح له أن يكون محل تقدير وإشادة من طرف الغير، ولعل هذا ما يمكن أن نثبتها من خلال بحثنا هذا، في حالة إذا ما تأكدت علاقة التأثير التي يمكن أن تكون بين النمط الانطوائي وسلوك التشاؤم لدى الطالب الجامعي.

4.9. إيجابيات الشخصية الانطوائية:

على الرغم مما أشرنا إليه من انعكاسات سلبية للخاصية الانطوائية على شخصية الفرد، إلا أن هذا صاحب هذا النمط من الشخصية يمكن أن يتصف ببعض الميزات والخصائص الإيجابية من بينها:

9-4-1. الهدوء والتروي: على عكس الشخص ذو النمط الانبساطي الذي يمكن أن يتسم بالاندفاعية المفرطة في بعض المواقف، فإن الشخص ذو النمط الانطوائي كثير ما يتميز بالهدوء في مواجهة المواقف الطارئة والتعامل معها بكل حكمة وتروي، وهذا ما يجعله يتعامل مع الموقف بحسابات دقيقة ويقوم بمعالجته وفق خطط واضحة عقلانية موضوعية، تساهم في تحقيق إنجازات معينة، كما أن خاصية

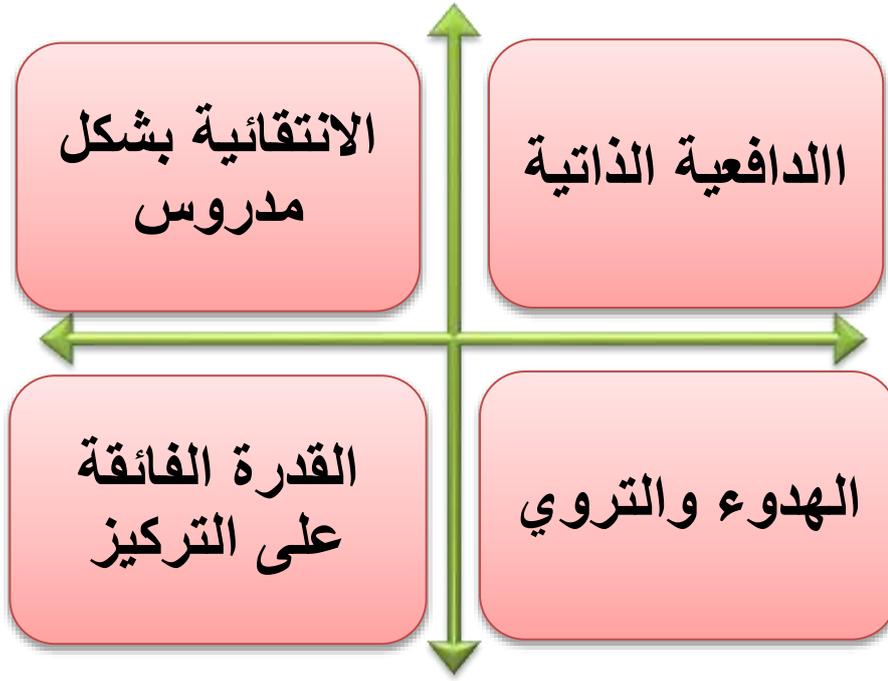
الهدوء التي يمتاز بها الشخص الانطوائي كثيرا ما تكون مصدر الإلهام وتحقيق إنجازات وإبداع أشياء في الواقع، إذ أن الجو الهادئ الذي يحبّه الشخص الانطوائي، يمكن أن يكون لها مصدرا للتفكير والتدبير في أجواء مفعمة بالهدوء تمكنه من التفكير السليم في الطرق المثلى للإنجاز لمختلف الأعمال، واختيار مختلف البدائل لمعالجة المشكلات الواقعية التي يواجهها، فيساهم ذلك في النهاية في تحقيق إبداعات وإنجازات قد يعجز الآخرون عن تحقيقها. (فالادون، 1993).

9-4-2. الانتقائية بشكل مدروس: إذ أن قلما نجد الشخص الانطوائي يحاول المشاركة في الأعمال التي لا يثقها ولا يمتلك مهارات للقيام بها، بحيث ينتقى الأعمال التي يرغب في القيام بها بناء على مدى توافقها مع ما يمتلكه من مهارات وقدرات وكفاءات معرفية، كما أنه لا يحب المشاركة في النقاشات التي لا يملك فيها رصيذا معرفيا، يمكنه من المساهمة في تطوير وإفادة الآخرين بأفكار ومعلومات، فضلا عن ذلك لا يحب المشاركة إلا في النقاشات التي تدور حول مواضيع لها أهمية قصوى بالنسبة له وللمجتمع بصفة عامة، إذا لا يرى أي جدوى وداع للمشاركة في المواقف التي لا تبدو مفيدة على الأقل من حيث وجهة نظره الخاصة، فنجد بذلك يحسن الانتقاء للأعمال والنقاشات ويحسن الانتقاء للأشخاص الذين يتعامل معهم ولو في المستوى المحدود، ومن هنا يتجنب مختلف أوجه النقد والعتاب الذي قد يتعرض لها في حالة مشاركة في مواقف لا يستطيع التعاطي معها بشكل بناء، وقد تمثل تهديدا لصورة الذات لديه. (الداهري والعبيدي، 1999).

9-4-3. الدافعية الذاتية: فمن الميزات الإيجابية للفرد ذو الشخصية الانطوائية أنه يعتمد على القوى الذاتية والمثيرات الداخلية في استثارة دافعيته للعمل، أن أنه يعتمد على الدافعية الذاتية أثناء العامل، ولعل هذا النوع من الدوافع يمكن أن يستثير نشاط الفرد للقيام بالعمل والإنجاز، أين تغيب المثيرات الخارجة التي تساهم في إثارة دافعية الفرد، مثل ما هو عليه الحال في البيئة المهنية أين تغيب الحوافز المادية والمعنوية، مما قد يؤدي لانخفاض دافعية العمال للإنجاز، وعلى العكس من ذلك نجد الشخص ذو

الشخصية الانطوائية، والذي يعتمد على العامل الذاتي في استثارة الدافعية للإنجاز، بحيث لا يمكن أن يكون لعامل التحفيز بمختلف أشكالها أن تؤثر سلباً، وهكذا يظهر لنا جلياً أن الدافعية الذاتية للشخص الانطوائي أحد العوامل الإيجابية التي تدفعه للعمل والإنجاز. (العمر، 1986).

9-4-4. القدرة الفائقة على التركيز: ما يميز الشخص ذو النمط الانبساطي أنه يمتلك القدرة على التركيز في مختلف المواقف، وتظهر هذه القدرة خصوصاً لما يكون في وسط المجتمعات ووسط عدد كبير من الأفراد، ذلك لأن علاقاتها المحدودة مع الأفراد، تجعله في منأى عن مختلف المضايقات كون تفاعلاته المباشرة تكون محدودة، ذلك أنه كلما قلت التفاعلات المباشرة كلما ابتعد عن عوامل التشويش والفوضى، وحتى الضوضاء التي يصدرها الأفراد المحيطين به، لا تكون ذات تأثير في قدرته الفائقة على التركيز، إذ تعتبر بالنسبة له عوامل خارجية لا تؤثر على الجانب الذاتي، الذي تأخذ مختلف القدرات العقلية للانطوائي لاتجاهاتها نحوه، إذ أن الواجهة الذاتية لمختلف هذه القدرات تجعلها في منأى عن مختلف العوامل والمتغيرات الخارجية التي قد تؤثر سلباً على مختلف هذه القدرات بما فيها القدرة على التركيز في مواقف العمل والنشاط. (فالادون، 1993).



شكل رقم (05) يوضح إيجابيات الشخصية الانطوائية من تصميم الطالبة

كما سبق وذكرنا بأن كل شخصية ولها مميزات أو خصائص تتسم بها وفيما يلي سنورد المقارنة بين

مميزات الشخصية الانبساطية والشخصية الانطوائية كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (02) يقارن بين مميزات الشخصية الانبساطية والشخصية الانطوائية

مميزات الشخصية الانطوائية	مميزات الشخصية الانبساطية
- الشعور بالاغتراب.	- تحقيق التوافق النفسي.
- انخفاض مستوى التقدير.	- التمتع بالصحة النفسية.
- سوء التوافق النفسي.	- النظرة الواقعية للحياة.
- عدم القدرة على المشاركة في مواقف	- ارتفاع مستوى تقدير الذات.
التفاعل الاجتماعي.	- النضج الانفعالي.
- الانغلاق على الذات.	- التفاؤل الدائم.
- النظرة المتشائمة للحياة.	

الجدول أعلاه يبين مميزات الشخصية الانبساطية والتي تمثل كل الصفات الإيجابية التي يتميز بها كل فرد، بالمقابل مميزات الشخصية الانطوائية التي تعكس كل الخصائص السلبية.

10. أساليب دراسة وتشخيص الانطوائية والانبساطية:

على اعتبار ما أشرنا إليه بخصوص الخصائص المميزة كل من النمط الانبساطي والنمط الانطوائي للشخصية، وكذا ما أشرنا إليه بخصوص خصائص نمط الشخصية، يمكن أن نشير لعامل القابلية للقياس لمختلف أنماط الشخصية وليس النمطين الانبساطي والانطوائي فحسب، يكون من خلال الاعتماد على عدة أدوات ووسائل بحثية وقياسية، والتي سنذكرها فيما يلي:

10.1. أسلوب المقابلات:

تعد المقابلة بمختلف أنواعها من الوسائل التي تستخدم بكثرة في ميدان علم النفس بصفة عامة ومجال قياس ودراسة أنماط الشخصية بصفة خاصة، فهي تمثل أحد أهم الوسائل التي تمهد لإقامة علاقة متينة بين الباحث أو المختص في علم النفس والعمل، إذ يسودها جو من الأمن النفسي والثقة المتبادلة والتامة بين الطرفين، وتكون المسافة قريبة بين الطرفين أثناء التحوار على مدار زمن جلسة المقابلة، مما يمكن الباحث من الحصول على أكبر قدر من المعلومات عن خبرات ومشاعر المفحوص، واتجاهاته وأفكاره وآرائه نحو شخصيته الخاصة، والصعوبات التي يواجهها في مجال العلاقات مع الآخرين، وغيرها من المعطيات والمتغيرات التي تعتبر من المؤشرات التي تدل على النمط المميز لشخصيته.

ولا يتوقف الهدف من المقابلة عند حد قياس طبيعة نمط شخصية الفرد، بل تمتد إلى تشخيص صعوبات التي يواجهها الفرد في المجال الشخصي، في إطار العلاقات الاجتماعية، والعمل على معالجتها وتقديم حلول مناسبة لها (عبد الخالق، 2002).

وتتم المقابلة باستخدام عدة أنواع من الأسئلة، فمنها الأسئلة المفتوحة والأسئلة المغلقة والأسئلة نصف مفتوحة، للحصول على أكبر قدر من البيانات والمعلومات تساعد الباحث في التعرف الدقيق على

الخصائص المميزة لشخصية الفرد، والتي بالضرورة تعبر عن نمط شخصية الفرد، ولكي تكون المقابلة

ناجعة في عملية قياس نمط شخصية الفرد، لا بد أن تتوفر على عدة شروط منها:

. وضوح الأسئلة وتماشيها مع المستوى الثقافي والتعليمي للعميل، وعليه يجب أن يكون الباحث على دراية

واسعة بالمستوى الثقافي والتعليمي لكل مفحوص يرغب في التعرف على نمط شخصيته.

. الدقة في اختيار عبارات وألفاظ الأسئلة التي ستوجه للعميل، بهدف عدم استثارة مشاعره وحساسيته من

موضوع المقابلة، وهذا العامل إن لم يمنح له الباحث أهمية قد يضطر المفحوص إلى التعامل مع

الموضوع بكل سلبية، ويوظف كل الآليات الدفاعية لتجنب تقديم الأجوبة الصريحة لتجنب ما يعتبره

مصدر الخطر أو التهديد، الذي قد يشكله له التجاوب مع الأسئلة التي يوجهها له الباحث أثناء المقابلة.

. منح الحرية للعميل في الحديث والجواب بحرية على الأسئلة التي تقدم له من طرف الفاحص.

. تقبل مواقف واتجاهات وآراء المفحوص دون إصدار أحكام على سلوكه، لتجنب توظيفه للآليات الدفاعية

التي قد تحرف أجوبة الحقيقية، مما يجعل المقابلة دون جدوى ومن جراء ذلك يكون من الصعب على

الباحث تحديد نمط شخصية المفحوص بدقة، وإن تمكن من ذلك فتكون النتائج غير حقيقية كونها محرفة

مسبقاً، مما يؤثر على مصداقية وموضوعية نتائج القياس.

. رفع مستوى صدق وثبات المقابلة من خلال إجرائها بطرق مختلفة، وفي أوقات وأماكن مختلفة، للتمكن

من الإلمام بجميع الجوانب المطلوبة لقياس وتحديد نمط الشخصية الانبساطي أو الانطوائي.

وتعد المقابلة من أنجع الوسائل في عملية تحديد نمطي الشخصية الانبساطي والانطوائي، لأنها تفيد

الفاحص أو الباحث في الحصول على معلومات متعلقة بالأفكار والمشاعر والآراء وبعض خصائص

شخصية المفحوص، والتي لا يمكن للباحث أن يحصل عليها في حالة استخدام الملاحظة أو المقاييس

والاختبارات، نظراً لطابعها الباطني الكامن في لب شخصية العميل، وهذا ما يتيح للباحث إمكانية قياس

وتحديد أكثر موضوعي لنمط شخصية المفحوص. (سرى، 1999).

10.2. الملاحظة المباشرة للسلوك:

في حالة استعمال أسلوب ملاحظة السلوك يعتمد مختص علم النفس أو الباحث في علم النفس، في قياس وتحديد النمط الانبساطي من الانطوائي على مصدرين من المعلومات، فالمصدر الأول هو أن يقوم هو بمفرده بملاحظة السلوك التي تصدر من طرف المفحوص أثناء مشاركته أو دمجها في المواقف الاجتماعية، وقد يمتد ذلك إلى ملاحظة سلوكهم قبل بدأ المشاركة في الموقف أو بعد الانتهاء من المشاركة فيه، أما المصدر الأول فيعتمد فيه الفاحص على المشاركين أو باحثين آخرين يتم تكليفهم بالملاحظة وجمع المعلومات حول سلوكيات المفحوص في موقف اجتماعي معين، ويقوم بعدها بتصنيف مختلف السلوكيات الملاحظة في مجالات أو في مجموعات، بشرط أن تكون تلك السلوكيات متغيرات ومؤثرات مرتبطة بالتعبير عن نمط شخصية الفرد الانبساطي أو الانطوائي، ومن السلوكيات التي يمكن أن تعتبر مؤشرات لذلك للتوافق نجد مدة استمرارية العمل في المشاركة في الموقف الاجتماعي، ردود أفعاله إزاء الزملاء والأقران في مختلف مواقف التفاعل، الانفعالات السلوكية التي تصدر عنه أثناء التفاعل الاجتماعي، مواعيد...إلخ، فمثلا يمكن أن يكون تقبل الفرد للآخرين والتفاعل الإيجابي معهم ومشاركته لهم في العمل مؤشرات دالة على أن نمط شخصية المفحوص نمطا انبساطيا والعكس صحيح أين لا تظهر مثل هذه المؤشرات والتي يتم على إثر ذلك إصدار حكم على أن شخصية الفرد شخصية انطوائية.

وفي إطار تحديد نمط شخصية الفرد بواسطة الملاحظة، ينصح الباحث بملاحظة سلوك المفحوص بمفرده بالاعتماد على عدة أساليب من الملاحظة، فقد يستخدم الملاحظة المباشرة لسلوك المفحوص فيكون بالقرب منه، وقد يكون بأسلوب غير مباشر بحيث يلاحظ سلوكه من مكان لا يكون في علم المفحوص بحضوره لتسجيل الملاحظات، بغرض تجنب نفور المفحوص منه، كما قد يستخدم أسلوب الملاحظة بالمشاركة، بحيث يشارك المفحوص في أعمالهم والمواقف الاجتماعية التي يلاحظ في إطارها،

على أساس أنه فردا لا يتجزأ من المجموعة المتفاعلة، وفي النهاية يسجل كل سلوك أو مؤشر لاحظته على المفحوص أو المفحوصين المستهدفين، بشرط أن تكون مؤشرات دالة إما على نمط الشخصية الانبساطي أو النمط الانطوائي. (الداهري والكبيسي، 1999).

وتعد الملاحظة المباشرة للسلوك من أكثر الأساليب وتقنيات البحث استعمالا في قياس ودراسة أنماط الشخصية بصفة عامة، كونها تتسم بعدة إيجابيات أن تكون السلوكيات الفعلية الملاحظة يمكن أن تظهر للفاحص أو الباحث بأكثر موضوعية وهنا يتعلق الأمر بالسلوكيات الظاهرية للمفحوص، غير أن الملاحظة تتسم ببعض السلبيات منها طول الفترة الزمنية لإنجاز البحث والدراسة، على اعتبار أن قياس ودراسة أنماط شخصية الأفراد يتطلب جمع عدد كبير من المعلومات، وقد تتأثر ملاحظة الفاحص بضيق المدة الزمنية للبحث أو الدراسة، وهذا ما يتطلب منه أن يبذل مجهودات مضية ومضاعفة في هذا المجال. (زايد عادل، 2003).

10.3. مقاييس أنماط الشخصية:

تعد المقاييس من أهم الأدوات المستخدمة في عملية قياس وتحديد أنماط شخصية الفرد، بحيث تمكن الباحث من قياس وتحديد النمط انطلاقا من قياس عينة من المؤشرات التي ترتبط بالأنماط الانبساطية والانطوائية على وجه الخصوص، مثل العلاقات مع الزملاء والأقران، علاقة المفحوص بالأفراد الآخرين في المجتمع، الرضا المكانية والدور الاجتماعي الذي يكتسبه في المحيط الاجتماعي، وغيرها من المؤشرات والأبعاد التي تعبر عن نوعية نمط شخصية الفرد.

ومن أهم سمات المقاييس أنها تمتاز بالدقة العالية والموضوعية وتحدد العلاقات بين المتغيرات المرتبطة بالأنماط الشخصية، وعليه فيمكن أن نعتبرها أنسب أداة لقياس وتحديد النمط الانطوائي أو النمط الانبساطي وعلاقتها بالمتغيرات والمؤشرات المحددة لها، وبصيغة أخرى فإن أنماط شخصية الفرد تعد في بعض الجوانب والمظاهر الباطنية من المفاهيم الوجدانية الانفعالية التي لا يمكن أن نقيسها لا بالملاحظة

كونها ظواهر معنوية غير ملاحظة، ولا يمكن أن نقيسها أيضا بواسطة المقابلات، كونها تركز على معطيات يعبر عليها العامل شفهيًا، ونحن نعلم العوامل الكثيرة التي تؤثر على جو كل من المقابلات والملاحظة المباشرة للسلوك، والتي تنعكس مباشرة على أجوبة العميل التي يكون جزءا هاما منها غير معبر عليه بصراحة، بينما المقاييس النفسية تتعامل مع هذا النمط من المفاهيم والمتغيرات والجوانب الغامضة والداخلية المعبرة إما على النمط الانبساطي أو النمط الانطوائي.

وتتكون المقاييس المعدة لقياس وتحديد أنماط الشخصية بصفة عامة، في الغالب من عدد من البنود والعبارات التي لا يجب أن تقل عن 30 بندا، وقد تتوزع على عدد من المحاور والأبعاد كما قد تشكل مقياس مبني بصفة كلية، وأمام كل بند وعبارة سلم إجابة موحد لجميع البنود، فقد تكون وفق سلم "ليكرت" الخماسي أو الثلاثي، وقد تكون احتمالات الجواب موزعة على صيغة غير ذلك مثال نعم أو لا، ينطبق لا ينطبق... إلخ.

ويتم قياس وتحديد نمط شخصية الفرد بالمقاييس النفسية، بتقديم الباحث لأكثر عدد من الاستمارات للمفحوصين الذين يرغب في تحديد نمط شخصيتهم، بغرض الإجابة عن العبارات والبنود التي يحتوي عليها المقياس، وقد تكون العينة موسعة تتوزع على عدة عينة معينة بحد ذاتها مثل عمال مؤسسات صناعية أو تلاميذ في مؤسسة تربوية أو أفراد متفاعلين في إطار مؤسسة خدمتية، وقد يقتصر ذلك على فئة عمرية من الأفراد، ويتوقف ذلك على الغرض الذي تستهدفه عملية قياس وتحديد أنماط شخصية الأفراد، ويجب على الباحث لما يقدم الاستمارات للأفراد المستهدفين أن يمنح لهم مهلة للجواب عليها وأن يترك لهم الحرية دون إكراه، وبعدها يقوم بجمع أكبر عدد ممكن من الاستمارات الموزعة ويفرغ البيانات التي تحتويها، وعلى إثر ذلك يقوم بتحديد درجة كل عامل على المقياس، انطلاقا من جمع الدرجات المحصل عليها في كل عبارة وبند، ومن خلال ذلك يصنف الباحث نمط الشخصية لكل فرد، ويحكم على إثر ذلك على من هو متمتعاً بنمط الشخصية الانبساطي أو النمط الانطوائي.

ولما يقوم الباحث بتصنيف الأفراد حسب الانبساطية والانطوائية يعتمد فقط على المعيار الإحصائي دون سواه من المعايير التي تصنف على أساسها أنماط الشخصية بصفة عامة، لأن هذا المعيار هو الأنسب للتعامل مع البيانات الكمية، مقارنة بالمعايير الأخرى التي تتاسب البيانات الكيفية. (الداهري والكبيسي، 1999).

10.4. قوائم المشكلات:

قوائم المشكلات هي نوع من الاستفتاءات التي يقوم من خلالها الباحث أو المختص في علم النفس، بحصر مختلف المشكلات المؤثرة سلبا على مدى انطوائية أو انبساطية الشخص، فاختلف فئات أفراد المجتمع قد يؤدي لاختلاف المشكلات الشخصية المتعددة التي يعاني منها كل فرد، حسب المتغيرات البيئية المؤثرة فيه، والتي تختلف بالضرورة من حيث درجة تأثيرها السلبى او الإيجابى على الأنماط السلوكية التي تعبر عن الانبساطية أو الانطوائية، فكلما كانت مشكلات التفاعل أو مشكلات تقبل الآخر أو مشكلات المشاركة في المواقف الاجتماعية أقل بالنسبة للفرد، كلما ساهم ذلك في الحكم على أن شخصيته شخصية انبساطية، وكلما كثرت تلك المشكلات لدى الفرد، كلما حكمنا على أن نمط شخصية الفرد نمطا انطوائيا.

وبغرض حصر المشكلات المؤثرة في الجوانب العلائقية والجوانب الانفعالية والجوانب التفاعلية لدى الفرد، بغرض تحديد نمط شخصيته، يتم إعداد قائمة من المشكلات متعلقة بهذه الجوانب بغرض تحويلها لبيانات تساهم في الحكم على مدى انطوائية وانبساطية الشخص، وتأخذ شكل استبيانات أو قوائم في قصاصات يطلب فيها من المفحوص الشطب على مدى وجود أو عدم وجود مشكلة معينة في مؤشرات معبرة عن نمط الشخصية.

ومن خلال ذلك يتخذ الباحث عدد المشكلات التي يعاني منها المفحوص كمعيار أو مقياس يعبر عن نمط شخصيته إن كان انبساطيا أو انطوائيا، أي أنه كلما كثرت المشكلات عند نفس المفحوص في

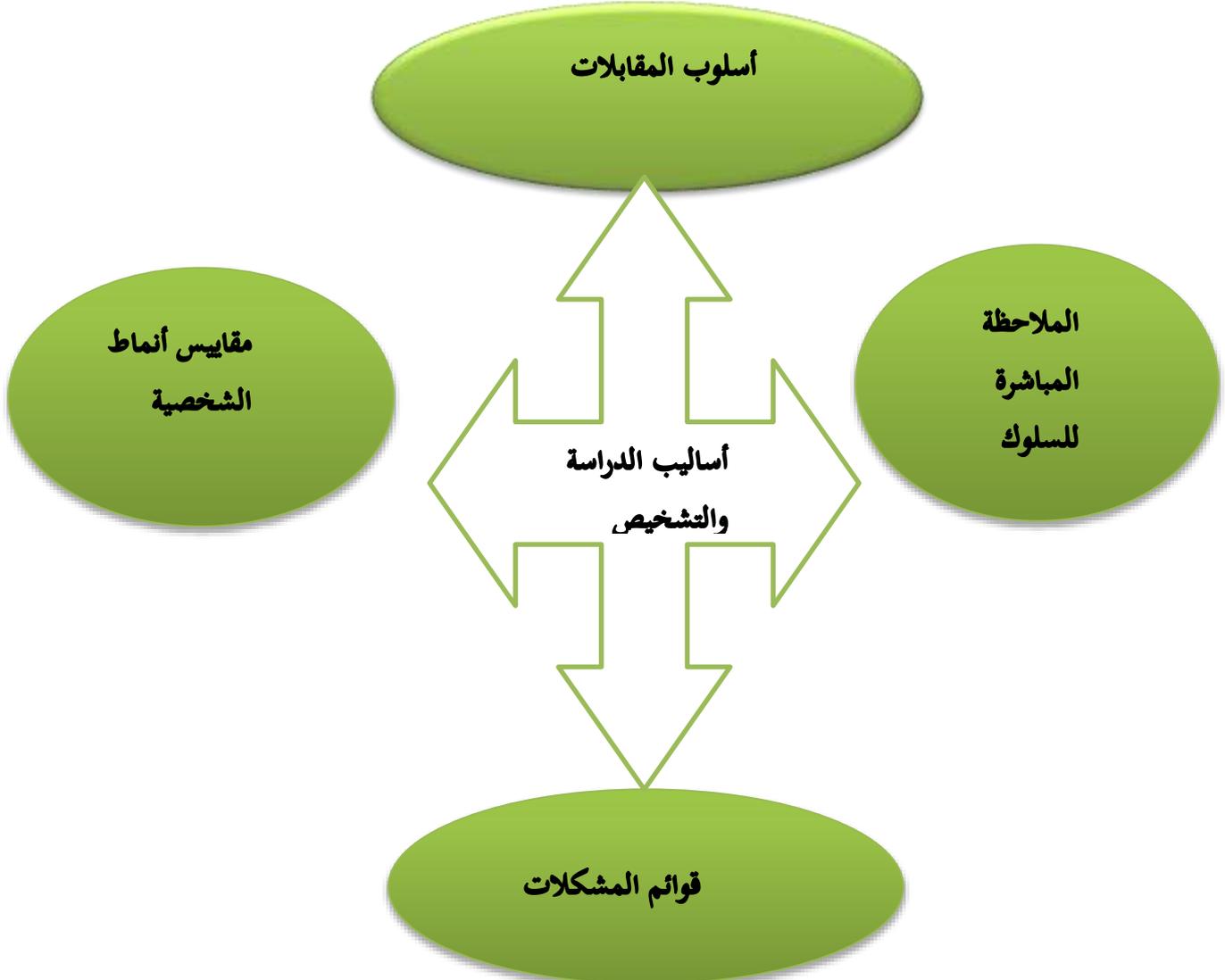
كل استجاب واستطلاع، كلما تم الحكم على أن نمط شخصيته نمطا انطوائيا، وكلما قلت وقل تكرار تلك المشكلات لدى المفحوص في كل استجاب، كلما تم الحكم على أن نمط شخصيته نمطا انبساطيا.

ويهدف المختص او الباحث في علم النفس من جراء استخدام قوائم المشكلات في تحديد النمط الانبساطي والنمط الانطوائي للشخصية، إلى تشخيص وحصر المشكلات التي تعترض مختلف الجوانب السلوكية المعبرة عن نمط الشخصية، لتقديم الخدمات الإرشادية والتوجيهية لمساعدة الشخص الانطوائي على تحسين بعض جوانب الشخصية، لانتشاله من مختلف المشكلات التي يعاني منها الشخص الانبساطي. وبالتالي تحسين مستوى صحته النفسية.

ومن مميزات استخدام هذه الطريقة في قياس وتحديد نمط شخصية الفرد، أن الباحث يجد سهولة وراحة في التطبيق، بحيث تمكنه من تقديم الأسئلة المتعلقة بحصر مشكلات مجالات شخصية معبرة عن نمط الشخصية، إلى شريحة واسعة من الأفراد دفعة واحدة دون أن يبذل مجهودات كبيرة، ودون الحاجة إلى وقت طويل، مقارنة بغيرها من الطرق والأساليب المستخدمة في قياس وتحديد أنماط شخصية الفرد. (منسي، 2004).

من خلال ما سبق نجد بأن أساليب ووسائل قياس وتحديد أنماط شخصية الفرد بصفة عامة، والنمطين الانبساطي والانطوائي بصفة خاصة متعددة ومختلفة، ولكل منها الميزة الخاصة بها، فما يتيح المقاييس من الميزات لا يتيح الوسائل الأخرى كالملاحظة والمقابلة، وتتوقف عملية اختيار إحدى هذه الأدوات على الهدف من الدراسة التي يقوم بها الباحث، أو الهدف من القياس وتحديد نمط الشخصية في حد ذاته، فإذا كان الهدف علاجي فمن المناسب استخدام المقابلة، أما في حالة القياس لغرض دراسة علمية أكاديمية فمن المستحسن استخدام مقاييس أنماط الشخصية، على وجه الخصوص مقاييس الانبساطية والانطوائية، وانطلاقا من هذا المعطى تتحدد الأداة التي سنستخدمها في قياس وتحديد نمطي شخصية الفرد الانبساطية والانطوائية لدى الطلبة الجامعيين.

ويجب الإشارة إلى أن الفائدة الجماعية لدراسة ومعرفة أنماط الشخصية، تكون ملازمة للفائدة الفردية، فمن خلال الفائدة الفردية نحقق الفائدة الجماعية، فخلق أفراد إيجابيين وأسياء في المجتمع، يعود بالنفع على المجتمع برمته، بالنظر لأثر كل فرد في المجتمع، وبدورها الفائدة الجماعية تسهم في تحقيق الفائدة الفردية لدراسة أنماط الشخصية.



شكل رقم (06) يوضح أساليب دراسة وتشخيص الانبساطية والانطوائية من إعداد الطالبة

خلاصة:

من خلال ما سبق يتضح أيضا بأنه توجد أهمية جماعية لدراسة مختلف أنماط الشخصية والتعرف عليها، فلا تقتصر إذن فائدة ذلك على الفرد، وإنما يمتد ذلك إلى المجتمع برمته، فمن خلال الإرشاد والتوجيه النفسي لكل نمط شخصية وفقا لما يتسم ويتصف به، يمكن أن تساعد الفرد على التوافق في مختلف المجالات، توافقا يجعله يقوم بأدواره الاجتماعية على أكمل وجه، فيساهم ذلك في تطوير وتنمية المجتمع في مختلف المجالات، فيعود بذلك بالنفع على الفرد، لما يمكن أن يساهم به في تحقيق السعادة للفرد وجعله ينظر للحياة نظرة متفائلة مشرقة، متطلعا لمستقبل أفضل.

الفصل الثالث

التفاؤل

. تمهيد:

يعد التفاؤل من المتغيرات التي أصبحت تدرج في ميدان علم النفس الإيجابي، وما أصبح يمثله متغير التفاؤل من أهمية في الدراسات النفسية بصفة عامة، حيث أصبحت في العقود الأخيرة تتواتر العديد من الدراسات في هذا الخصوص.

ونحن بدورنا من خلال طبيعة الموضوع البحثي الذي نحن بصدد القيام به، لا شك أن أهمية ذلك تتضح من خلال البحث في علاقته بأنماط الشخصية، وفي هذا الخصوص سنسلط الضوء في هذا الفصل إلى تعريف التفاؤل، خصائص التفاؤل، أنواع التفاؤل، المفاهيم المرتبطة بمفهوم التفاؤل، العوامل المؤثرة في التفاؤل، فوائد التفاؤل، النظريات المفسرة للتفاؤل، خصائص الشخص المتفائل.

1. تعريف التفاؤل:

وردت العديد من التعريفات بشأن مفهوم التفاؤل، ونحن بدورنا سنورد مجموعة من التعريفات من مختلف الزوايا والمجالات النظرية:

فيقال بأن التفاؤل هو: « اتجاه معرفي عام وميل حقيقي إلى حل إيجابي لكل المواقف، وهو تصور إيجابي للذات والتفاؤل ينبئ بصحة جسدية وانفعالية جيدة». (Marilou, 2001, p 13).

هذا التعريف يبدو أكثر عمومية بحيث عرف في سياقه العام غير الواضح، بحيث لم يفصل أكثر في طبيعة النظرة الإيجابية للحياة، هل هي في الحاضر أم في المستقبل، كما أن صاحب التعريف تناول مفهوم التفاؤل من زاوية خاصة به، أي تناوله من حيث انعكاسه على الجانب السيكوسوماتي لشخصية الفرد، أين ذكر الأثر الإيجابي للتفاؤل على الصحة الجسدية والانفعالية.

كما يعرفه كلا من هاريس و ميدلتون (د.ت) Haris & Middleto بأنه: « عبارة عن نزعة داخل الفرد للتوقع العام لحدوث الأشياء الإيجابية بدلا من الأشياء السلبية ». (Milhabet, 2002, p 220).

هذا التعريف يعد شبيه بالتعريف السابق، من حيث طابع العمومية الذي يمتاز به، كما أنه لم يشر للعلاقة السببية التي تربط التوقع الإيجابي بسمة التفاؤل، ولم يشر أيضا لطبيعة هذا التوقع الإيجابي والنتيجة التي يؤدي إليها.

أما أحمد عبد الخالق (د.ت) فقد عرف التفاؤل بأنه: « نظرة استبشار نحو المستقبل وتجعل الفرد يتوقع الأفضل و ينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك ». (أبو الديار، 2010، ص 44).

هذا التعريف ينظر للتفاؤل من زاوية علاقته بالحياة العامة للفرد، بمختلف مجالاتها وتشعباتها، وهذا ما لم تشر إليه التعريفات السابقة، غير أنه يقتصر في شرح التفاؤل من خلال ربطه بالمستقبل فقط، من حيث النتائج الإيجابية التي ينتظر أن يحققها الفرد في المستقبل، غير أن التفاؤل يرتبط أيضا بالحاضر وهذا هو الجانب الذي أهمله صاحب هذا التعريف.

بينما يعرفه مارشان (د.ت) Marichein بأنه: « استعداد شخصي للتوقع الإيجابي للأحداث، يرجع إلى الاعتقاد بأن المستقبل عبارة عن مخزون الرغبات المطلوبة، بغض النظر عن قدرة الفرد على السيطرة عليها وتحقيقها ». (صبره وعبد الغني، 2005، ص 14).

هذا التعريف لا يخرج عن سياق التعريف السابق، الذي ربط التفاؤل بتوقع إيجابي وأفضل للمستقبل، بينما التفاؤل يرتبط أيضا بمعطيات الحاضر، ولكن هذا التعريف أشار لمصدر التفاؤل ألا وهو مقدرة الفرد على الموافقة بين ما يمتلكه من إمكانيات وما تقرضه شروط البيئة في الواقع.

ويعرف حسن عبد القادر العزاني (د.ت) التفاؤل على أنه: « الكلمة الطيبة التي تحاكي المنظومة الإنسانية بوجودها وأحاسيسها وخلاياها الواعية، وتملاً مخزونها في اللاوعي ليكون ذخيرة متوافرة مترادفة تبعث على السلوك الإيجابي في الحياة، فتبعثها على الطمأنينة في أوقات صعبة وظروف عسيرة، وتمنحها روح التجدد وقابلية السعادة». (العزاني، 2011، ص 21).

هذا التعريف يبدو أنه أشمل من التعاريف السابقة، ذلك أنه أشار إلى الخاصية النفسية للتفاؤل، إذ يعرف بأنه مفهوما يحاكي ويعبر عن المنظومة الإنسانية، وبهذا يلمح بأن التفاؤل سمة نفسية، تنحصر بين الوعي واللاوعي، كما أشار صاحب هذا التعريف إلى المنحى الذي يتخذه التفاؤل، ألا وهو المنحى الإيجابي في حياة الإنسان حاضرا ومستقبلا، كما أشار أيضا إلى ما يترتب عن التفاؤل من آثار حميدة على حياة الإنسان ونظرتة للمستقبل.

أما دمير وبروكس (د.ت) Dimber & Brux فيعرفان التفاؤل على أنه: « مفهوم يظهر نظرة إيجابية للحياة، تتضمن إدراك الحاضر تقويمه وكذا المستقبل، وهو استعداد انفعالي، معرفي معمم ونزعة للاعتقاد أو لاستجابة انفعالية اتجاه الآخرين، واتجاه المواقف، اتجاه الأحداث بطريقة إيجابية وواعدة، وتوقع نتائج مستقبلية جيدة نافعة، والمتفائل أكثر ميلا للاعتقاد بأن الأمور الطيبة ستحدث الآن وستكون مبهجة وسارة وستستمر لتسعده. (إيناس، 2009، ص 45).

هذا التعريف يشبه لحد كبير التعريف السابق، إذ أشار للطابع النفسي للتفاؤل في جانبه الانفعالي الوجداني، فهو إذن فصل في هذا الجانب على العكس من التعريف السابق، الذي لمح فقط للخاصية النفسية للتفاؤل، كما أن هذا التعريف أشار كالتعريف السابق للمنحى الذي يأخذه التفاؤل في النظرة الإيجابية للحياة، ولكن هذا التعريف أضاف لهذا المنحى المصدر والجهة التي

يحوم حولها التفاؤل، ألا وهي الأحداث والمواقف التي يتفاعل معها الفرد في البيئة الاجتماعية، والتي ترتبط بها النتائج الإيجابية المترتبة عن تمتع الفرد بالنظرة المتفائلة للحياة.

ومن خلال التعريفات السابقة يمكن أن نورد تعريفا جامعاً وشاملاً للتفاؤل بأنه:

حالة نفسية شعورية، يتضمن نظرة إيجابية حيال المستقبل وما يمكن أن يتضمنه من وقائع وأحداث، مرتبطة بمختلف جوانب حياة الفرد، بناء على عملية تقييمية للحاضر بما يعتريه من ظروف وما يملك في إطاره الفرد من إمكانيات، أين يؤدي ذلك إلى شعوره واعتقاده بأن أمور إيجابية ستحدث، انطلاقاً من شعور واعتقاد موضوعي واعي.

2. خصائص التفاؤل:

من خلال ما أوردناه من تعريفات للتفاؤل، يمكن أن نستخلص العديد من الخصائص والمميزات التي تطبع هذه السمة النفسية الشعورية، والتي سنشير إليها فيما يلي:

. يعتبر التفاؤل جزءاً رئيسياً من الحياة النفسية للفرد في جانبها الانفعالي الوجداني، بحيث يعتبره الكثيرين بأنه حالة انفعالية وجدانية، يعبر بها الفرد عن نظريته الإيجابية المشرقة للمستقبل، وما يمكن أن يجنيه من عوائد حميدة، تساهم في عيشه حياة مستقرة في مختلف المجالات النفسية والاجتماعية والمهنية. (كولن، 2001)، وعليه يمكن أن نعتبر التفاؤل حالة نفسية انفعالية وجدانية، تساهم في تبني الفرد نظرة إيجابية للحياة، ويعبر عنها بسلوكات لفظية وغير لفظية دالة عليها، بالنظر لما يعبر من خلالها الفرد المتفائل من اتجاهات نفسية إيجابية نحو الأحداث ومواقف الحياة الشخصية، وشعوره بأنه قادراً على تحقيق أكثر العوائد الإيجابية مستقبلاً. (بسيوني، 2011).

. يمتاز التفاؤل بخاصية القابلية للقياس، فعلى اعتبار أن التفاؤل كغيره من السمات النفسية الانفعالية القابلة للكشف والملاحظة، فهذا يعني إمكانيات أن يكون له مؤشرات تدل على أن فرد ما

متفائل مقارنة بفرد آخر، وهذا ما يعني إمكانية استخلاص تلك المؤشرات عن طريق المقابلة أو الملاحظة أو الاختبارات والمقاييس النفسية المعدة خصيصاً لهذا الغرض، أين يتم استخلاص تلك المؤشرات أو ملاحظتها وتحويلها إلى صيغ لفظية قابلة للتكميم الذي بدوره يستدل به على مستوى التفاؤل لدى الفرد، وفي دراسة التفاؤل في علم النفس ظهرت العديد من الأدوات والمقاييس التي استخدمت من طرف العديد من الباحثين، ومن بينها مقياس ديمبر للتفاؤل والتشاؤم، مقياس اختبار التفاؤل والتشاؤم الفمي فرويد... الخ (الأنصاري، 1998).

. التفاؤل موقف للفرد نحو التنظيم الاجتماعي أو الحياة بصورة عامة يتشدد في أهمية النواحي الجيدة ويتسم بالأمل، إذ أن التفاؤل يأخذ وجهته نحو الأحداث والمواقف في الحياة سواء ما تعلق منها بالحاضر أو المستقبل، فمجموع الطموحات والأهداف والرغبات والأمانى الشخصية في الحياة، كثيراً ما ترتبط بأحداث مهمة في حياة الفرد، تربط بين واقع الحاضر وما ينتظره من نتائج محمودة في المستقبل، سواء في المجال النفسي أو في المجال الأكاديمي المدرسي، أو في المجال الاجتماعي، أو في المجال المهني، فهذه المجالات تمثل التنظيم الاجتماعي التي يبني الفرد في إطارها نظريته التفاؤلية للحياة، ويؤمن بإمكانية حدوث التطور الاجتماعي في مختلف المجالات. (مخيمر وعبد المعطي، 2003).

. التفاؤل خاصية شعورية، يتضمن فكرة أن الواقع أساساً جيداً وخيراً، إذ أن الفرد المتفائل دوماً يعتقد أن احتمالات وجود الخير والعواقب المحمودة في الحياة، تفوق ما يمكن أن تتضمنه الحياة من أحداث أليمة وغير محمودة أو مرغوبة، وهذا ما يعني أن التفاؤل يعبر عن صفة التميز بالأفضل أو السعي نحوه، وهو إذن الحالة المدركة لإمكانية أفضل ما يكون، وهو الميل نحو وضع التركيب المرغوب أكثر من غيره موضع التطبيق لتقليل الظروف والاحتمالات المضادة، وبهذا يمكن أن

نعتبر التفاؤل سمة نفسية شعورية إيجابية، تعبر عن التوقع والتنبؤ لأفضل نتيجة ممكنة تبعث على الفرح والسرور وانتظار مستقبل أفضل. (سلامة، د.ت).

. يتميز التفاؤل بالثبات النسبي، إذ أنه في بعض الأحيان ترتفع درجة التفاؤل لدى الفرد، للحد الذي يبلغ بتلك النظرة حد المثالية، بينما في الأحيان الأخرى يمكن أن تتخفف النظرة التفاؤلية للدرجة التي تقربها من خاصية التشاؤم، فعلى اعتبار العوامل النفسية والاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد، وعلى اعتبار التأثير المباشر لهذه العوامل في تقييم ونظرة الفرد لأحداث الحياة في الحاضر والمستقبل، فلاشك أن طبيعة هذه العوامل هي التي تؤدي للثبات النسبي لخاصية التفاؤل، فإذا كانت هذه الظروف تسير في منحى التأثير الإيجابي، فإنها تجعل من نظرة الفرد للظروف والأحداث نظرة إيجابية، فيؤدي ذلك إلى ارتفاع مستوى ودرجة التفاؤل، وعلى العكس من ذلك لما يكون تأثير هذه العوامل سلبيا، فإن نظرة الفرد للأحداث تكون أقل إيجابية، وبذلك ينخفض مستوى التفاؤل لدى الفرد. (الأنصاري، 1998).

. التفاؤل خاصية انفعالية وجدانية تأخذ وجهة واحدة، على عكس العديد من المشاعر الانفعالية الوجدانية التي يأخذ امتدادها في قطبين موجب وسالب، إذ أن التفاؤل يعبر فقط عن وجهة سلبية يرى بها الفرد الأحداث في الحياة ويبني على أساسها توقعات إيجابية بأن الأحسن قادم والمستقبل سيكون أفضل، وملء بأحداث سعيدة وإيجابية تمنح للفرد الطمأنينة والاستقرار، وهكذا يكون التفاؤل شعورا وجدانيا، ينفرد بهذه الخاصية عن مختلف المشاعر الانفعالية الوجدانية، التي يكون الجانب الوجداني في شخصية الفرد مفعما بها. (العجمي، 1996).

. يعتبر التفاؤل عاملا دافعا لسلوك الفرد، إذ أن التفاؤل بمستقبل أفضل في مختلف المجالات، يساهم في بث عنصر الثقة في الفرد، ويجعلها متطلعا لغد أفضل، فيندفع بصورة آلية لتقديم كل ما

يمكنه من جهود، وببذل ما يملكه من طاقات في سبيل تحقيق الآمال المرتبطة بذلك التفاؤل، فنجدته في موقف النشاط متسما بمستوى مرتفع من الدافعية للأداء والإنجاز، بهدف إتقان العمل وتحقيق الإنجاز الذي يوازي ويعادل مستوى التفاؤل لدى الفرد. (عبد الخالق، 1999).

. التفاؤل متغير عام وشامل التأثير، إذ أن تأثير التفاؤل يشمل الفرد والمجتمع، فمن ناحية الفرد يمكن أن يؤثر التفاؤل على كل جوانب حياة شخصية الفرد، بما فيها الجانب النفسي والجانب السلوكي والجانب الاجتماعي، كما أنها من ناحية التأثير على المجتمع، لا يقتصر على جانب من جوانب الحياة بل يطال جميعها، فضلا عن تلازم وترابط تأثير التفاؤل على مختلف جوانب شخصية الفرد من حيث علاقته بمختلف جوانب ومجالات حياة المجتمع الذي ينتمي إليه، فالتفاؤل على سبيل المثال، عاملا رئيسيا في قرارات الاستثمار الاقتصادية، ولذلك فإن الاقتصاديين، يضعون في حساباتهم عندما يقيسون نشاط أي مجتمع واتجاهات الاستثمار فيه، مقدار التفاؤل لدى الناس، لأن ذلك يحدد السلوكيات الاتفاقية للأفراد والمجتمع. (العزاني، 2001).

من خلال ما تناولناه فيما يتعلق بخصائص التفاؤل يمكن أن نشير بأن هذه الخاصية لها من المميزات التي تجعله ظاهرة نفسية قابلة للدراسة العلمية، اعتمادا في ذلك على مختلف مناهج البحث الموضوعية في علم النفس، ونذكر في هذا الخصوص قابلية التفاؤل للقياس والاختبار، وكذا نسبية التفاؤل الذي يرتفع وينخفض، فهذا يعني بالضرورة إمكانية اتسام التفاؤل بالظواهر النفسية التي تشكل متغيرات موضوعية، يمكن دراستها بموضوعية كغيرها من المتغيرات النفسية.

3. أنواع التفاؤل:

على الرغم من الطبيعة الإيجابية التي تطبع خاصية التفاؤل، إلا أن هذا لا يعني بأن التفاؤل لا ينقسم إلى أنواع، إذ هناك العديد من التصنيفات التي منحت لهذه السمة العديد من الأنواع، ونحن بدورنا سنحاول أن نجمل مختلف هذه الأنواع فيما يلي:

3.1. التفاؤل الواقعي:

ويتمثل هذا النوع من التفاؤل في تلك الميزة الإيجابية التي تعترى تفكير الإنسان في المستقبل، وكذا ما يتحلى به من ثقة في النفس بناء على ما يقوم به من عملية تقييمية للمواقف أين تحدث عملية موازنة بين قدرات وإمكانيات الفرد وبين ما يسعى لتحقيقه من أهداف في مختلف مجالات الحياة. (بسيوني، 2011).

ويعبر هذا النوع من التفاؤل عن حالة إيجابية من التوافق النفسي التي يعيشها الفرد، أين يقوم بتحديد طموحاته وآماله وأهدافه في الحياة بشكل واقعي، يتماشى مع ما له من قدرات وإمكانيات ومهارات تساهم في تحقيق تلك الطموحات والأهداف، وبهذا تكون السمة التفاؤلية بالمستقبل لدى الفرد، سمة إيجابية واقعية لا يرفع من سقف آماله وما ينتظره مستقبلا لمستويات تتجاوز حدود الإمكانيات المتاحة لديه. (العجمي، 1996)، وهذا النوع من التفاؤل يترتب عنه العديد من النتائج الإيجابية على مختلف جوانب حياة الفرد، فمن الناحية النفسية يبتعد الفرد عن مواقف الفشل والإحباط فيتمتع بصحة نفسية بمختلف أبعادها، أما من الناحية الاجتماعية فإنه يتعامل ويتفاعل إيجابيا مع مختلف المواقف الاجتماعية التي ينخرط فيها، أما من الناحية الشخصية فإنه يبني آمالا واقعية لا تتجاوز سقف طموحاته وأهدافه في الحياة ببعدها الشخصي. (المشعان، 2000).

3.2. التفاوض غير الواقعي:

يتمثل التفاوض غير الواقعي في اعتقاد الفرد أن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها له مقارنة بالآخرين، ويعتقد أيضاً أن الحوادث الإيجابية يزداد احتمال حدوثها لهم بالنسبة للآخرين، إذ أن الفرد في هذه الحالة يتوقع دوماً أن يحدث ما يتمناه دون أن يتعرض لموقف الفشل أو أي تعثر في مجالات الحياة، فمن هذه الناحية فإن التفاوض بالأحسن دوماً يكون مبني على نظرة سلبية، تصور للفرد بأن الحياة كلها إيجابية بأحداثها بعيداً عن أي عثرات قد يتعرض لها.

وفي هذه الحالة يبني الفرد نظريته التفاوضية على الشعور بأنه قادر على التفاوض بالأحداث في مختلف مجالات الحياة، دون أن يستند في ذلك على معطيات ومبررات منطقية أو وقائع أو مظاهر تؤدي إلى هذا الشعور، مما قد يتسبب أحياناً في حدوث النتائج غير المتوقعة، فيتعرض من جراء ذلك إلى مواقف في قمة الإحباط. (الأنصاري، 1998).

وينتج التفاوض غير الواقعي عن نظرة غير واقعية يتبناها الفرد بشكل تحيزي للذات وما تتمناه، دون أن يعتمد على معطيات واقعية تمكنه من الموازنة بين السليبي والإيجابي في أحداث الحياة في الحاضر والمستقبل، أو ينتج عن معطيات لا توجد وذلك للتوافق بين الإمكانيات وما يمكن أن تحمله الوقائع في الحياة، كما يمكن أن ينتج التفاوض غير الواقعي من عندما يخفض الفرد تقديراته أو توقعاته الشخصية أو الذاتية لمواجهة الأحداث السيئة، إلى الحد الذي لا يوازن أو لا يضاهاه إمكانياته الذاتية على مختلف المستويات. (العجمي، 1996).

والتفاوض غير الواقعي إما أنه يأخذ شكل السلوك الدفاعي لأننا أو أنه نتاج لأخطاء معرفية حيث يميل الأفراد للتمركز حول أنفسهم وتكون لديهم صعوبة في تقبل وجهة نظر الآخرين، وللنظر

فيما إذا كان التحيز التفاوضي الشديد لدى الفرد قد يؤثر على كيفية اتخاذ القرار في سياقات عديدة. (بسيوني، 2011).

3.3. التفاوض الديناميكي:

يعتبر التفاوض الديناميكي من الأسباب التي تبعث في الفرد الحركية والحيوية والنشاط، إذ أن التفاوض بهذا الشكل يساهم في نظرة الفرد بصورة إيجابية للحياة، وبمنظرة مشرقة مفعمة بالأمل، فنجد من جراء ذلك في وضعية نفسية واجتماعية مريحة تجعله قدوة في العمل والنشاط الفعال بالنسبة للآخرين في المجتمع. (سلامة، د.ت).

ويعد التفاوض الديناميكي من أصناف التفاوض التي ترتبط بالسلوك الدافعي، بل وهو أحد المبادئ الأساسية المستثيرة للدافعية بمختلف أبعادها المهنية الأكاديمية، فهذا النوع إذن يشير إلى اتجاه عقلائي إيجابي يتبناه الفرد نحو إمكانياته الفردية والجماعية، ونظراً إلى التفاوض الديناميكي على أنه يهيئ الظروف للنجاح وذلك من خلال أن يجعل الفرد يركز على إحداث التوازن بين القدرات الذاتية والفرص المتاحة له في المجتمع بغرض النشاط والحركة، وبناء على ذلك يفسر الفرد الذي يمتاز بالتفاوض الديناميكي الخبرات بشكل إيجابي كما يؤثر على النتائج بصورة إيجابية.

3.4. التفاوض الوظيفي:

وهو التفاوض الذي يساعد الفرد في أداء وظيفة معينة في المجتمع، إذن هو الذي يجعل الفرد يسعى لتوجيه سلوكه لتحقيق أهدافه الخاصة في الحياة، بغرض أداء وظيفته الاجتماعية كفرد فعال ومؤثر في المجتمع، وما يميز هذا النوع من التفاوض أنه يجعل الفرد يمتلك الاستعداد لتبني توقعات إيجابية من جراء كل سلوك أو كل دور أو كل وظيفة يؤديها في مختلف ميادين ومجالات الحياة، ويكون مزوداً في ذلك بشعور إيجابي بالقدرة على القيام بمختلف أدواره الاجتماعية، أين يتبنى

توقعات بتحقيق الكثير من المكاسب والعوائد الإيجابية من جراء ما يقوم به من أدوار ووظائف في الحياة. (الأنصاري، 1998).

ومن ناحية أخرى يعتبر التفاوض الوظيفي عنصراً مؤثراً ومساهماً في تبني الفرد لمواقف مليئة بالافتتاح بما يمكن أن يحققه السلوك الفعال للفرد من آثار إيجابية على الذات والمجتمع على حد سواء، فمن ناحية إدراك الفرد للخاصية الوظيفية للتفاوض فإنه يساهم في أداء أدوار تساعد على تحقيق التوافق النفسي ومنه السير قدماً نحو تحقيق الصحة النفسية، أما من الناحية الاجتماعية فإن الفرد يحقق القبول الاجتماعي، بالنظر لتفأوله بتحقيق أشياء إيجابية وخدمات جليظة للأفراد الآخرين في المجتمع، من خلال التفاوض بالقدرة على أداء أدوار فعالة في مختلف المواقف الاجتماعية. (شفارتزر، 1994).

3.5. التفاوض الواعي:

يعتبر هذا النوع من التفاوض موقف عقلي يختاره الإنسان بمحض إرادته، وعن وعي تام بالذات، أين يبني نظريته التفاوضية حيال الحاضر والمستقبل، بناء على تفحص واستقراء دقيق لمختلف المشكلات أو العقبات التي قد تعترضه في الحياة بجميع مجالاتها، ويبحث بكل تأن وروية عن إيجاد البدائل والحلول التي قد تمكنه من تجاوز تلك العقبات بنجاح، ومنه يبني حالة التفاوض بناء على معطيات حاضرة تحدد احتمالات النجاح من احتمالات الفشل، ولهذا يكون هذا النوع من التفاوض مبني على نظرة علمية موضوعية وواعية للحياة بمختلف تشعباتها.

هذا النوع من التفاوض دائماً ما يمكن الفرد من التخلص من الأفكار السلبية، والنظرة التشاؤمية غير الواقعية، ويوجهه نحو التعامل الإيجابي المستمر مع ما يصادفه من مواقف أو أحداث في الحياة، إذ أن هذا التفاوض يجعل الفرد قادراً على تنظيم الإمكانيات وحشدها وتجميعها، للقيام بجهد

واعي متعل، هادفا لتحقيق غايات وطموحات وأهداف موضوعية قابلة للتحقق. (الأنصاري، 1998).

التفاؤل غير الواعي:

وهو التفاؤل الذي يبنيه الفرد حيال مستقبله دون أن يستند لمعطيات ترتبط بالنشاط الذي يقوم به بغرض تحقيق أهداف معينة في الحياة، ففي هذا النوع من التفاؤل يتوقع الفرد أن يحقق نتائج معينة دون أن يبذل مجهودا في سبيل العمل على تحقيق تلك النتائج المرجوة، كأن يتفاعل الطالب الجامعي بتحقيق نتائج دراسية مرضية، وهو لا يبذل المجهود التعليمي الذي يوصله لتحقيق تلك النتائج التي يبرجوها، وعليه في هذا النوع يكون التفاؤل لدى الفرد متسما بتوقعات غير منطقية، ويبني آماله وطموحاته مستقبلا دون أن يلتفت إلى ما يجب عليه أن يبذله من جهد، وما يجب أن يقوم به من نشاط يجعله يبني تفاؤله على معطيات واقعية تساهم في تحقيق النتائج المرجوة، أي يتفاعل الفرد تفاؤلا ليس في محله، بالنظر لجهله بأنه لا يتخذ مختلف الأسباب التي تؤدي به لتحقيق ما يتوقعه من نتائج مستقبلا. (شرارة ولؤلؤة، 1998).

يتضح من خلال ما سبق أن للتفاؤل العديد من الأنواع التي تتوزع على أصناف مختلفة، فهناك أنواع تنصوي تحت تصنيف مدى واقعية التفاؤل، بحيث نجد التفاؤل الواقعي والتفاؤل غير الواقعي، وهذين الصنفين يمكن ملاحظتهما من خلال توافق نظرة الفرد وطموحاته مع إمكانياته، كما أنه توجد أنواع من التفاؤل التي تصنف حسب وعي الذات لها، إذ أشرنا للتفاؤل الواقعي والتفاؤل غير الواقعي، وللذان يظهران من حيث وعي الفرد بالذات وما يمكن أن يتفاعل بشأنه في مختلف مجالات الحياة، كما نجد نوعا آخر من التفاؤل من حيث الوظيفة والدور الذي يؤديه في حياة الفرد ألا وهو التفاؤل الوظيفي،

فضلا عن وجود تفاؤل ديناميكي يظهر من خلال تفاؤل الفرد باحتلال مكانة مرموقة وسط الجماعة، وأن يتفاعل بالقيام بدور فعالا في المجتمع.

جدول رقم (03) يبين فيه أنواع التفاؤل

أنواع التفاؤل	خصائصه ومميزاته
التفاؤل الواقعي	<ul style="list-style-type: none"> - الميزة الايجابية التي تعتري تفكير الإنسان في المستقبل. - الثقة في النفس. - التمتع بصحة نفسية بمختلف أبعادها. - بناء آمال واقعية لا تتجاوز سقف طموحاته وأهدافه.
التفاؤل غير الواقعي	<ul style="list-style-type: none"> - اعتقاد الفرد بأن الحوادث السلبية يقل احتمال حدوثها. - احتمال وقوع الحوادث الايجابية. - تصور الفرد للحياة كلها إيجابية بأحداثها. - ينتج التفاؤل غير الواقعي عندما تتخفص للفرد تقديراته أو توقعاته الذاتية. - يأخذ شكل السلوك الدفاعي لأننا أو إنه نتاج لأخطاء معرفية
التفاؤل الديناميكي	<ul style="list-style-type: none"> - نظرة الفرد بصورة ايجابية للحياة. - نظرة مشرقة مفعمة بالأمل. - هو أحد المبادئ الأساسية للدفاعية بمختلف أبعادها المهنية الأكاديمية. - يركز على إحداث التوازن بين القدرات الذاتية والفرص المتاحة له في المجتمع بغرض النشاط والحركة.
التفاؤل الوظيفي	<ul style="list-style-type: none"> - يساعد الفرد في أداء وظيفة معينة في المجتمع. - يسعى لتوجيه سلوكه لتحقيق أهدافه الخاصة في الحياة. - يمتلك الاستعداد لتبني توقعات إيجابية من جراء كل سلوك - يعتبر عنصرا مؤثرا ومساهما في تبني الفرد لمواقف ملينة بالإقتناع.

<p>- يساهم في أداء أدوار تساعد على تحقيق التوافق النفسي.</p>	
<p>- موقف عقلي يختاره الإنسان بمحض إرادته. - وعي تام بالذات. - يبني حالة التفاؤل بناء على معطيات حاضرة تحدد احتمالات النجاح من احتمالات الفشل. - مبني على نظرة علمية موضوعية وواعية للحياة. - يمكن للفرد التخلص من الأفكار السلبية والنظرة التشاؤمية غير الواقعية.</p>	<p>التفاؤل الواعي</p>
<p>- التفاؤل الذي يبينه الفرد حيال مستقبله دون أن يستند لمعطيات ترتبط بالنشاط الذي يقوم به. - يتسم بتوقعات غير منطقية. - يتفاعل الفرد تفاؤلاً ليس في محله. - جهله بمختلف الأسباب التي تؤدي به لتحقيق ما يتوقعه الفرد من نتائج مستقبلاً.</p>	<p>التفاؤل غير الواعي</p>

4. المفاهيم المرتبطة بمفهوم التفاؤل:

قد تتداخل وتتشابه العديد من المفاهيم النفسية مع مفهوم التفاؤل، ذلك أن مختلف تلك المفاهيم، قد ترتبط مع التفاؤل بعلاقة سببية تؤكد على وجود علاقة ارتباطية أو علاقة تأثير وتأثر بينها، وعلى هذا الأساس فمن الضروري أن نشير لهذه المفاهيم بغرض التمييز بينها وبين التفاؤل من جهة، ومن جهة ثانية أن نحدد طبيعة العلاقة بينها وبين مفهوم التفاؤل، ولعل من بينها نذكر:

4. 1. التفاؤل والثقة بالنفس:

بما أن الثقة بالنفس تتمثل في اتجاه الفرد نحو الذات، اتجاهاً إيجابياً يجعله يشعر بالقدرة على تحقيق النجاح في مختلف المواقف التي يصادفها، وتحقيق أشياء جميلة في مختلف مجالات

الحياة، كما أنها تساهم في إقدام أو إحجام الفرد عن مواجهة مواقف الحياة، ومواجهة مختلف الصراعات التي يتفاعل معها، فإن هذا يعني بما يعنيه أن الثقة بالنفس تعتبر أحد أهم المؤشرات أو المتغيرات التي تساهم في تبني الفرد لموقف متفائل حيال الحاضر والمستقبل. (العنزي، 2000).

ومن هنا تظهر العلاقة الوطيدة بين الثقة بالنفس وبين التفاؤل، من زاوية أن الثقة بالنفس تمثل أحد العوامل والمتغيرات التي تساهم في جعل الفرد متفائلاً، بحيث كلما زاد مستوى الثقة بالنفس لدى الفرد، كلما زاد مستوى التفاؤل لديه، وعلى العكس من ذلك يمكن أن يكون التفاؤل من العوامل الداعمة للثقة بالنفس الفرد، ومن هنا تظهر العلاقة التبادلية الطردية بين المفهومين، وهذا ما يجعلنا نؤكد على أن العلاقة بينها هي علاقة جزء من كل، فبقدر ما نعتبر الثقة بالنفس عنصراً من عناصر التفاؤل، وبنفس القدر نعتبره أحد دعائم ومعززات الثقة بالنفس لدى الفرد. (الأنصاري، 1998)

4. 2. التفاؤل والطموح:

بما أن الطموح هو امتلاك الحافز لبلوغ القوة. يُريد الأشخاص الطموحون دائماً القوة إما لأنفسهم أو للآخرين بغض النظر عما إذا كانت القوة نفسية أو مادية أو سلطوية أو عاطفية أو اجتماعية، والطموح هو ذلك الشيء الذي ينمو بداخل الفرد ليكسبه القدرة على بذل مجهود أكبر لكي يحقق ما يريد، فلا وصول لمبتغى أو هدف بدون حافز، ولا هناك حافز إلا من وراء الطموح. وكثيراً ما يرتبط الطموح بمتغير التفاؤل، بحيث أن مختلف الطموحات التي يسعى الفرد لبلوغها، لا يمكن أن يفصلها عما يتفاعل بتحقيقه في المستقبل، إذ أنه لا يمكن أن يكون الفرد متفائلاً إذا لم يحدد طموحاته في مختلف مجالات الحياة وبدون طموحات لا يمكن أن يحدد الفرد لنفسه مكانة في دورة الحياة الاجتماعية، ولا يمكن أن يكون نشطاً بما أنه لا يعرف ما يريد بلوغه

من أهداف في الحياة، ففي هذه الحالة لا يمكن أن يربط تفاؤله بطموحات منعدمة أصلاً، وتزداد علاقة التفاؤل بمستوى الطموح لدى الفرد، كلما كانت الطموحات التي يرغب في تحقيقها، طموحات واقعية مبنية على موازنة موضوعية يقوم بها الفرد بين ما يملكه من قدرات وإمكانيات، وما يحدد من طموحات وأهداف في الحياة.

4.3. التفاؤل وتقدير الذات:

هو مجموعة من القيم والأفكار والمشاعر التي يمتلكها الفرد حول نفسه، وبالتالي يمكن أن نعتبر تقدير الذات هو مقدار رؤيته لنفسه، وكيف يشعر اتجاهها من حيث القيمة والوزن الذي تمنحه لها في الوسط الاجتماعي الذي يفرض على الفرد الانخراط في العديد من المواقف، كما أن تقدير الذات هو التقييم العام لدى الفرد لذاته في كليتها وخصائصها العقلية الاجتماعية والانفعالية والأخلاقية والجسمية وينعكس هذا التقييم على ثقته بذاته وشعوره نحوها وتوقعاته منها كما يبدو في مختلف مواقف الحياة. (المعاينة، 2000، ص 89).

وعلى هذا الأساس يمكن أن تتحدد العلاقة بين تقدير الذات والتفاؤل من خلال أن النظرة التفاؤلية للفرد كثيراً ما تعبر عن ما يتوقع أن يحققه فعلاً في مختلف مجالات الحياة، وكثيراً ما ترتبط النظرة التفاؤلية بالصورة التقديرية التي يمنحها للفرد للذات، من حيث ما يملكه من قدرات واستعدادات وميول ومهارات، إذ أن كل هذه القدرات الذاتية والتي تمثل ترجمة لتقدير الفرد لذاته، فإن النظرة التفاؤلية ترتبط بمختلف هذه القدرات التي تشكل الصورة التقديرية للفرد حيال الذات ومن هذه الناحية تظهر العلاقة بين تقدير الذات والتفاؤل. (جبل، 2000).

4.4. التفاؤل والأمل:

بما أن الأمل يعتبر أمراً معنوياً وليس أمراً مادياً، فهو عبارة عن شعور أو عاطفة تجعل الإنسان متفائلاً وإيجابياً اتجاه الحياة ومن فيها، مما يجعله قادراً على التعامل والتوافق مع كل ما يحيط به بالشكل التفاعلي والمجدي ويبعده عن الشعور بالوحدة والعزلة، وهو ما يجعل الإنسان يربو حدوث أمور إيجابية في حياته، بالرغم من كل ما يمر به مشكلات أو من سلبيات أو صعوبات، في سبيل تحقيق طموحاته وأهدافه في الحياة، شعوراً يجعله يرفض المستحيل ويعمل على تحقيق ما يطمح له. (سلامة، د ت، ص 129-132).

يعتبر الأمل من المفاهيم والمتغيرات القريبة من مفهوم التفاؤل، ذلك أن الأمل يجعل الفرد ينظر للمستقبل بنظرة إيجابية، ويعتريه الشعور بالقدرة على تحقيق النجاح في الحياة وتحقيق التوافق النفسي بمختلف أبعاده الاجتماعية، أين يكون شخصاً إيجابياً متفاعلاً مع الحياة، وعليه يمكن أن نعتبر مفهوم الأمل أحد الصيغ المعبرة عن شعور الفرد بالتفاؤل، فبمجرد أن يكون الفرد مفعماً بشعور الأمل لتحسين الوضع الحياتي للأحسن فهذا يعني بالضرورة النظرة التفاؤلية التي يتبناها الفرد حيال أحداث الحياة في المستقبل بناءً على نظرتة المتفائلة لمعطيات الحاضر. (المغلوث، 2012).

إذن يعد الأمل أكثر المفاهيم والمتغيرات تأثيراً على مستوى التفاؤل لدى الفرد، لهذا نلاحظ العلاقة الوطيدة بين مفهوم الأمل والتفاؤل مقارنة بما سبق ذكره من مفاهيم لها علاقة مباشرة بالتفاؤل.

4. 5. التفاؤل والتوقع:

التوقع هو تلك الاحتمالات المضمرة أو الظاهرة التي يتبناها المعلم بخصوص المتعلم، والتي قد تكون إيجابية فتدفعه لبذل الجهد بغرض تحقيق الإنجاز المتوقع وقد تأخذ وجهة غير ذلك فتثبط من عزيمته. (عريفج، 2001، ص 117)، كما أن التوقع هو تلك الانطباعات سواء الإيجابية أو السلبية التي يكونها الفرد حيال ما ينتظر تحقيقه جراء تقديم أداء معين في مختلف المواقف، والتي تتشكل من خلال بعض السمات الإيجابية أو السمات السلبية، وإما تعبر عن قدرته على التفوق والنجاح أو تدل على توقع مسبق بالفشل في تحقيق الأهداف. (صبحي، د ت، ص 12).

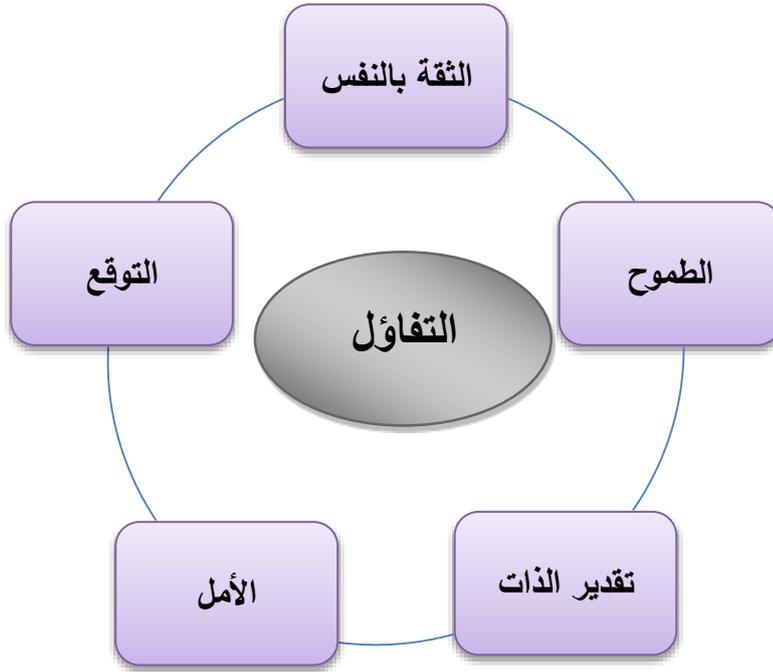
ومن خلال الإشارة لتعريف التوقع وما يمكن أن يتضمنه من نظرة فردية لاحتمالات النجاح أو الفشل في تحقيق إنجاز معين أو نجاح معين، وبعد توظيف الإمكانيات والمؤهلات الفردية في موقف أدائي قابل للتوقع والاستشراف والتقييم المسبق، يظهر بأن هذا يعبر عن ما يمكن أن يعبر به موقف التوقع عن مستوى أو درجة التفاؤل لدى الفرد، وهكذا تظهر العلاقة بين التوقعات الفردية والتفاؤل، بحيث أن يتوقع الفرد تحقيق إنجاز معين في موقف ما، أو توقع النجاح في تحقيق أهداف في مختلف مجالات الحياة، يعبر بصورة مباشرة عن تفاؤل الفرد بتحقيق ذلك النجاح في الموقف الأدائي، كما أن التوقعات من خلال ما تتضمنه من أفكار إيجابية حيال الموقف مرتبطا بمستقبل الفرد، إنما هذه الأفكار الإيجابية تمثل طبيعة النظرة التفاؤلية التي يتبناها الفرد حيال مواقف وأحداث المستقبل. (الحبيب، 2008).

ومن ناحية أخرى، كثيرا ما يمكن أن يكون الفرد مستوى تفاؤله إلا بحصول أشياء إيجابية تحدد توقعاته الخاصة حيال تلك الأشياء الإيجابية، وبذلك يظهر التأثير المباشر لمتغير التفاؤل عن توقعات الفرد الإيجابية في مختلف مواقف ومجالات الحياة التي تستوجب منه تحقيق

إنجازات تساعده على تحقيق التوافق النفسي ببعده الاجتماعي، وهكذا تتحدد العلاقة الارتباطية بين مفهومي التوقع والتفاؤل، من خلال ما يمكن أن يمثله من تأثير متغير على الآخر، ومن خلال الصيغة التعبيرية التي يحملها كل متغير عن الآخر. (تريسي، 1978).

إذن من خلال ما سبق يمكن أن نلاحظ العلاقة السببية الوظيفية التي تربط خاصية التفاؤل بالمفاهيم المرتبطة به، إذ أن أغلب ما تناولناه من مفاهيم يمكن أن يكون أحد المتغيرات المعبرة عن التفاؤل أو العوامل المساهمة فيه، فمتغيرات الأمل والتوقع والطموح ترتبط بالتفاؤل من حيث أنها جزء من التفاؤل، أين لاحظنا بأن التفاؤل يتضمن الأمل ومستوى توقعات الفرد بتحقيق أشياء إيجابية في الحياة، بينما الطموح هو العنصر الذي يحدد الوجهة التي يأخذها التفاؤل، والمستوى الذي يبلغه في آن واحد.

أما فيما يخص العلاقة الوظيفية بين التفاؤل وتقدير الذات وكذا الثقة بالنفس، فإن القيمة الذاتية التي يدركها الفرد، وما ينجم عنه من أثر على مستوى الثقة بالنفس لديه، إنما هي متغيرات تساهم في تحديد مستوى التفاؤل لدى الفرد، من حيث ما يمنحه مستوى تقدير الذات من عناصر ومؤشرات تعبر عن التوافق الذي يحدثه التفاؤل بالقدرات الذاتية للفرد، وما يتوقعه من حصول للأثر الإيجابي في مختلف أحداث الحياة، بينما يتمتع الفرد بمستوى عال من الثقة بالنفس إنما يمثل علاقة تأثير مباشرة في تفاؤل الفرد بكل ثقة ووعي في تحقق الأثر والنتائج المرغوب في مختلف ما يتفاعل به من آمال وأمنيات، يتوقع بقدر يقترب لليقين من حدوثه.



شكل رقم (7) يوضح محورية التفاؤل بالمفاهيم الأخرى من تصميم الطالبة

5. العوامل المؤثرة في التفاؤل:

كما لاحظنا من خلال استعراضنا لتعريفات التفاؤل من طرف الباحثين والمؤلفين، التي أشارت لحدوث التفاؤل وظهوره لدى الفرد كنتيجة شعورية، مرتبطة ببعض المتغيرات والعوامل وما أشرنا إليه من خصائص اتسام التفاؤل بالقابلية للقياس التجريبي وتمتعه بخاصية الثبات النسبي، كل هذا يعني بالضرورة وجود عوامل ومتغيرات تؤثر على مستوى التفاؤل لدى الفرد والتي تنتزع على مجموعة من المجالات والأصناف، والتي سنشير إليها فيما يلي:

5.1. العوامل الاجتماعية:

تتمثل هذه العوامل عموماً في كل المتغيرات المرتبطة بالمحيط الاجتماعي للفرد، خصوصاً في المجال الأسري، وعليه تعتبر هذه العوامل مرتبطة أساساً بالتنشئة الاجتماعية للفرد الذي تساهم فيه منظومة المؤسسات الاجتماعية، أما هذه العوامل فهي:

5. 1. 1. المعاملة الوالدية: لا شك أن الوالدين يقيمان تجارب الفشل والنجاح التي يتعرض لها الطفل، بحيث أن في حالة ما إذا قاما الوالدين بتقييم موضوع سبب فشل الابن واتخاذ الإجراءات التقويمية التي ستساهم إما في تعزيز خبرة النجاح أو في إزالة مفعول خبرة الفشل بالنسبة له، إذ أن ما يمكن أن يحققه النجاح أو الفشل في جعل الوالدين يقدمان الدعم والمساندة المناسبة للفرد للسعي قدما نحو النجاح، وتجاوز ما يواجهه من مشكلات وخبرات الفشل، كل هذا يمثل عاملا في إبراز التفاؤل والرفع من مستواه لدى الفرد، فالتقييم الإيجابي المتبوع بالدعم والمساندة، يمثلان العامل الدافع بالنسبة للابن بغرض العمل بجهد مع التفاؤل بتحقيق النتائج أو الإنجازات المرغوبة من طرف الوالدين، أو التي يرغب في تحقيقها هو نفسه. (حجازي، 2000).

وعليه طبيعة التعامل الإيجابي من طرف الوالدين، مع خبرات النجاح والفشل التي قد يتعرض لها الطفل، إما أن تمنح له الثقة بالنفس والنظرة الإيجابية للمستقبل فيكون أكثر تفاؤلا بحدوث العديد من الأمور الجيدة والإيجابية في المستقبل، أما في حالة التعامل السلبي فإن ذلك سيثبط من عزيمة الابن فيكون أقل تفاؤلا بما يمكن أن يتحقق له في الحاضر وفي المستقبل.

5. 1. 2. تقليد الوالدين: لا شك أن مختلف الأحداث والمواقف التي يتعرض لها الوالدين في مختلف مجالات الحياة، تكون عرضة للملاحظة من طرف الأبناء، ولا شك أن الوالدين لهما نظرة بشأن ما هو خير من تلك الأحداث وما هو غير مرغوب فيها، ومنها ما يمكن أن يصدر من طرفهما من استحسان، وبالتالي ما يمكن أن يبديانه من مواقف التفاؤل والأمل بما هو أحسن مستقبلا، وهذه النظرة التقييمية الأولية التي يقوم بها الوالدين، تكون عرضة للتقليد والمحاكاة من طرف الأبناء، وهكذا يمكن أن يتدخل تأثير الوالدين في مستوى التفاؤل لدى الفرد، سواء في مواقف مطابقة أو في مواقف مشابهة لتلك المواقف. (طبارة، 2000).

5. 1. 3. الأحداث الاجتماعية: لا شك أن مختلف الأحداث الاجتماعية المهمة في مختلف المجالات، خصوصا في المجالات الاقتصادية والسياسية ومختلف المجالات الحيوية في المجتمع، كلها عوامل تساهم في نشأة النظرة التفاوضية لدى الفرد في المجتمع، بحيث الحركية السياسية البناءة في أي مجتمع وما يحرزه من تطور في المجال الاقتصادي من حيث السيرورة الإيجابية التي تساهم في تحقيق الرفاهية لأفراد المجتمع، هذه الأحداث وما تتضمنه من تطورات إيجابية، هي التي تساهم في منح الأمل بمستقبل أفضل لجميع أفراد المجتمع دون استثناء، وعليه تساهم في النهاية في نشوء النظرة التفاوضية لدى الفرد، وما يرتبط بذلك من تحقيق مزايا فردية مرتبطة بمزايا اجتماعية في المستقبل. (هدى حسن، 2006).

5. 4.1 التنشئة الاجتماعية: إن ما يكتسبه الفرد من خلال عملية التنشئة الاجتماعية من لغة وعادات وقيم واتجاهات سائدة في المجتمع، هي التي تكون مصدرا لتفاوض الفرد بالمستقبل، إذ أنه من المتوقع أن يكون لها دورا كبيرا في نشأة المفاهيم الإيجابية بصفة عامة بما فيها مفهوم التفاوض، فالمواقف الاجتماعية المفاجئة والسارة خصوصا كمصادفة المواقف السعيدة المشجعة على العمل والمثابرة والتفاعل الإيجابي مع الحياة الاجتماعية بمختلف مجالاتها، من نجاح دراسي ومن نجاح مهني ومن اندماج اجتماعي فعالا لدى الفرد تجعل الفرد يميل في الغالب إلى التفاوض والعكس صحيح في حالة ما صادف مواقف صادمة ومحبطة كموقف الفشل أين تنقلب النظرة التفاوضية لنظرة متشائمة. (طبارة، 2000).

وعليه ما يمكن أن تمده التنشئة الاجتماعية للفرد من طرق تفكير إيجابية وطرق سلوكية بناءة تمكنه من التعامل الإيجابي المتزن والعقلاني مع مواقف المصادفة، إضافة لما يتزود به الفرد من آليات تصرف توافقية مع المواقف، من خلال كل هذا يظهر دور التنشئة الاجتماعية وأثرها في

جعل الفرد أكثر تفاعلاً، بحيث يمكن أن تفسر الفروق الملاحظة في مستوى التفاعل أو التفاعل بين الأفراد يمكن أن يكون النصيب الأكبر فيها من الأثر، للفروق في أساليب التنشئة التي تبني شخصية الفرد وتحدد طبيعتها. (نعمة، 2008).

5.2. العوامل الذاتية:

تتمثل هذه العوامل بصفة عامة في الحياة النفسية التي يعيشها الفرد، وكذا بعض الفروق الفردية والتي توصف في مجال علم النفس الصحة بعوامل تساهم في منح الراحة النفسية والاستقرار النفسي والاتزان الانفعالي للفرد، والتي تجعل من أنماط التفكير وسلوكيات الفرد تتجذب للجانب المعبر عن التفاعل بصورة آلية، ومن هذه العوامل نذكر:

5.2.1. التوافق النفسي: يعتبر التوافق النفسي من العناصر والمتغيرات التي تعبر عن قدرة الفرد في التواء والتعامل الإيجابي مع البيئة الاجتماعية، والتي تترجم قدرته على الاستجابة لمتطلباتها وشروطها ومختلف المتغيرات المؤثرة فيها، ويقدر ما يكتسب الفرد القدرة على التوافق النفسي وبنفس القدر يستطيع تبني نظرة إيجابية نحو الحياة مفعمة بخاصية التفاعل (الدسوقي، 1974).

إذ أن التوافق هو قدرة الفرد على التوافق النفسي، الذي يمنحه الكفاءة والقدرة في التعامل السلس مع مختلف ظروف البيئة التي يواجهها الشخص في مواقف التفاعل الاجتماعي، سواء في الحاضر أو في المستقبل، وهذه القدرة تترجم الميزة التفاضلية التي يتسم بها الفرد، والتي منحته إياها نظرته المشرقة الاستشرافية نحو المستقبل. (هدى حسن، 2006)، ومن ناحية أخرى تعد قدرة الفرد على التفاعل إحدى الخصائص المهمة التي تميز المتوافق نفسياً، وبالتالي كلما تحلى الفرد بالقدرة على التفاعل الإيجابي مع مواقف البيئة، كلما ساعده ذلك في تحقيق مستوى مرتفع من

التوافق النفسي، وهذا بدوره يساهم في تحلي الفرد بالقدرة على النظر بنظرة متفائلة للحياة، وهذا تظهر العلاقة التأثيرية بين التوافق النفسي بمختلف أبعاده والتفاؤل. (نزار، 2002).

5.2.2. مستوى تقدير الذات: كثيرا ما يتلازم مستوى التفاؤل لدى الفرد بالقيمة والقدر الذي يمنحه للذات، إذ أن ارتفاع مستوى تقدير الذات الذي يرسم صورة إيجابية وقيمة كبيرة للذات وبقدرتها على القيام بكثير من الأشياء والمهام في الحياة بمستوى عال من الكفاءة. (المعاينة، 2000)، وكذا ما يميز به نظرة الفرد لمكانته ودوره من خلال مقارنة الذات بالآخرين، كل هذه العوامل تساهم بما لا يدع مجالاً للشك في الرفع من مستوى التفاؤل لدى الفرد، وهذا ما يعني أنه توجد علاقة تلازمية بين تقدير الذات ومستوى التفاؤل لدى الفرد، بحيث تظهر هذه العلاقة من خلال ما يتميز به الفرد المتفائل بمستوى مرتفع من تقدير الذات، وأكثر من ذلك تعد سمة ارتفاع تقدير الذات من الخصائص والمميزات التي يتصف بها الشخص المتفائل. (السبعوي، 2010).

5.2.3. مستوى الطموح: يعد مستوى الطموح متغيراً يميز الفرد بالرغبة في تحقيق غايات وأهداف خاصة ترتبط بالنجاح الفردي، كما يعتبر الطموح رغبة تعبر عن حالة نفسية إيجابية، تجعل من الفرد أكثر تطلعا لمستقبل أفضل في مختلف المجالات التي خطط لأهداف معينة في إطارها، ومن هذا المنطلق يعد مستوى الطموح بمختلف أبعاده، من العوامل التي تؤثر على مدى تفاؤل الفرد في الحاضر والمستقبل، ذلك أنه كلما كان الفرد طموحا كلما ساهم ذلك في توقعه في تحقيق الأهداف والغايات والرغبات في مختلف مجالات الحياة، وذلك ما يؤدي بالضرورة إلى شعور الفرد بالتفاؤل في مختلف المخططات الحياتية التي يتبناها ويسعى لتحقيقها، وعلى العكس من ذلك ينخفض مستوى التفاؤل كلما خفض الفرد من سقف طموحاته في الحياة، وهكذا يمكننا أن نفهم بأن مستوى

الطموح بقدر ما هو عاملاً مؤثراً في مستوى التفاؤل، في نفس الوقت نعتبر مستوى الطموح المرتفع أحد المميزات والخصائص التي تميز الشخص الطموح (العجمي، 1996).

5.2.4. القدرات والإمكانات الذاتية: لكل فرد قدرات وإمكانات ذاتية سواء أكانت مادية أو جسمية أو عقلية، وهذه القدرات هي التي تمنح الفرد القدرة علي تحديد وصياغة أهدافه في الحياة، من خلال العمليات التقييمية التي يجريها حول مدى توافق تلك القدرات والإمكانات مع الأهداف التي يرغب في تحقيقها، سواء في المجال المدرسي أو المهني أو العلائقي الاجتماعي بصفة عامة، وبناء على ذلك يتحدد مستوى التفاؤل لدى الفرد، فكلما كانت تلك الإمكانات والقدرات في مستوى التحديات التي يرفعها الشخص، كلما كان أكثر تفاؤلاً وإيماناً بالقدرة على تحقيق الأهداف التي يربوها، وهكذا تتلازم سمة التفاؤل مع الإمكانات والقدرات الذاتية لدى الفرد، ولا بد من أن نشير في هذا الخصوص بأن علاقة الأهداف بالإمكانات وقدرات الفرد من حيث تلازمها مع سمة التفاؤل لديه، لا يمكن أن نعمم تأثيرها أين يتوقف ذلك على الأهداف الخاصة في الحياة بمختلف المجالات الفردية (أسعد ميخائيل، 2003).

5.3. العوامل الوراثية البيولوجية:

يعد العامل الوراثي من أحد العوامل المؤثرة في التفاؤل لدى الفرد، إذ تعتبر المحددات الوراثية أو الاستعدادات الموروثة ذات أثر كبير في نشأة وتكوين حالة التفاؤل، ولقد عزز علماء الانثروبولوجيا الرأي المؤيد لأثر الوراثة في التفاؤل الفمي المتمثل في غزارة الرضاعة، وما يليها من فطام متأخر أو في شحه الرضاعة وما يليها من فطام مبكر (Eisler, 1964)، وكثيراً ما ينشأ التفاؤل عن نشاط الشخص وقوته العقلية والعصبية، فقد تعود أن يزود نفسه بالأفكار الصحيحة السارة، إذ إن ضبط النفس والنظر إلى الناحية السارة دائماً يزيل الهموم والأحزان التي تسيطر على نفوسهم.

والمفائل لدى استبشاره بالنجاح مسبقاً، كأنه حاصل على قدرة معينة لإحالة المستقبل إلى حاضر يرضى به، فإنه يوافق على مطالبة المخ له بإصدار الأوامر وإعداد الطاقة اللازمة، بدءاً من إنجاز الأعمال إلى ما يصدر عنه من أحكام، ففي هذه الحالة فإن فكرة التفاؤل نفسها لما تسيطر على جزء من تفكيره وتستحوذ على قدر من طاقته المخصصة للإنجاز اللازم، فإنها تزداد تدريجياً ويشعر بالنشاط والحيوية والرغبة في النجاح في إنجاز مهماته وهذا ما يؤكد من تفاعل وصدق تفاؤله.

وقد كشف فريق علمي من جامعة ستانفورد الأمريكية، أن هناك بعض التغيرات المختلفة في طريقة عمل الدماغ، يمكن أن تعطي مؤشرات تسمح بالتفريق والفصل بين الشخصية المتفائلة وتلك المتشائمة، وغطى البحث مجموعة من النساء المختلفات كانت أعمارهن بين تسعة عشر واثنين وأربعين عاماً، وقسمت النساء إلى قسمين من خلال استجوابهن عن مجموعة من الأسئلة، القسم الأول النساء المتفائلات والثاني المتشائمات والعصبيات اللواتي يشعرن بالقلق، وعرض العلماء على القسمين صوراً لمشاهد مفرحة، مثل حفلات، أعياد ميلاد، وصور أخرى كئيبة حزينة مثل أجنحة مستشفى، وفيما كانت عملية عرض الصور مستمرة، قام العلماء بقياس نشاط النساء في عدة أماكن من الدماغ، ولاحظ الفريق العلمي إن المرأة المتفائلة، استجابت بشكل أقوى للصور السعيدة مقارنة بالنساء القلقات المتشائمات، والعكس كان صحيحاً، أيضاً إذ وجد نشاط غير عادي في أدمغة النساء القلقات العصبيات عندما عرضت عليهن صور كئيبة ومحزنة.

إذن تتعدد العوامل التي تؤثر في مستوى التفاؤل من عوامل موضوعية اجتماعية وعوامل ذاتية فردية وعوامل بيولوجية وراثية، غير أن نسبة تأثير مختلف هذه العوامل تختلف حسب اختلاف شخصيات الأفراد، كما أن مختلف هذه العوامل تختلف في المدى الزمني لتأثيرها على التفاؤل،

وقلما تتضافر كل هذه العوامل دفعة واحدة في تأثيرها على التفاؤل وتحديد مستواه، غير أنه لدراسة التفاؤل لدى عينة معينة من الأفراد، لا بد من الأخذ بعين الاعتبار هذه العوامل، بغرض الخروج بنتائج موضوعية وعلمية بشأن العوامل الحقيقية والمتغيرات التي ترتبط بالتفاؤل لدى الأفراد والجماعات.

6. فوائد التفاؤل:

بالنظر لما تناولناه في عنصر تعريف التفاؤل وما أوردناه من خصائص تميز التفاؤل، لا شك أن هذا المتغير يعبر عن سمة نفسية إيجابية، ومن الطبيعي أن تكون للتفاؤل فوائد بالنسبة للفرد على وجه الخصوص والتي سنذكرها فيما يلي:

. التفاؤل سبب في حصول الخير، فالمتفائل بالخير سيحصد الخير في نهاية الطريق، إذ أنه كلما اتسم الفرد بخاصية التفاؤل، كلما ساهم ذلك في نظرتة للحياة بإيجابية وبواقعية أكثر، وبالتالي دائماً ما ينظر للمستقبل بأمل أكثر في حصول الأثر والعائد الإيجابي بعد كل موقف نشاط يسلك فيه الفرد، سواء كان في مجال الدراسة أو في مجال تكوين جماعات اجتماعية متعاضة، أو في مجال النجاح المهني، وبصفة عامة يساهم التفاؤل في توقع أكثر للخير، وهذا ما يعد أحد العوامل المؤدية لحصول الخير والأثر المحمود في المستقبل سواء القريب أو البعيد، على الأقل من الناحية الفردية المرتبطة بتوقعات إيجابية للفرد في مختلف مجالات الحياة التي يرجو حصول الخير فيها.

. التفاؤل يدفع بالإنسان نحو العطاء والتقدم والعمل والنجاح، فكلما كان الفرد أكثر تفاؤلاً كلما ارتفع مستوى الدافع للإنجاز لديه في مختلف مواقف النشاط التي تستوجب منه البذل والعطاء لتحقيق العائد المرغوب والمرتبب أساساً بالنظرة التفاؤلية على وجه العموم، إذ من خصائص الفرد المتفائل أنه يكون دائماً نشطاً مجتهداً مثابراً ومقبلاً على مختلف الأعمال بكل إقدام وعزيمة وتصميم، والذي

في النهاية مرشحا لتحقيق النجاح في العديد من مجالات الحياة التي ترتبط بها أهدافه الخاصة، سواء في الدراسة في العمل أو الأنشطة الاجتماعية بصفة عامة، فكلما ارتفع مستوى التفاوض ارتفع مستوى أداء ونشاط الفرد، وبهذا يصبح فردا فعالا اجتماعيا خادما للمجتمع، وسيكون في هذه الحالة عامل أو عنصر قدوة بالنسبة للغير بالنظر لمختلف الأدوار التي يقوم بها في المجتمع و التي تمكنه من احتلال المكانة المرموقة من وجهة نظر الآخرين في المجتمع (Marilou, 2001).

. التفاوض يدفع الإنسان لتجاوز المحن، بحيث أن الفرد لما يكون متمتعا بالتفاوض في مختلف المواقف سواء أكانت مواقف سعيدة أو مواقف صعبة، لا شك أن ذلك يسعده في النظرة العقلانية والواقعية لمختلف الأحداث بما فيها الأحداث الصعبة والصادمة، التي تترجم ما يمكن أن يمر به الفرد من محن والتي لا بد وأن يتعرض لها كل واحد منا، فالتفاوض دائما ما يجعله يحتفظ بالأمل في غد أفضل تتحسن فيه مختلف شروط وظروف الحياة خصوصا ما تعلق بظروف مرتبطة بالصعوبات التي يواجهها الفرد في موقف معين، وهكذا يساهم التفاوض في نسيان الحوادث الأليمة الصادمة والمحبطة، ويساهم في تجاوز الفرد لمختلف الآثار السلبية التي يمكن أن تسببها، على العكس مما يمكن أن يحدث لو كان الشخص منطبعاً بالميزة التشاؤمية (الحبيب، 2008).

. الاتسام بشخصية جذابة، فكثير من الأفراد يميلون إلى مجالسة الشخص المتفائل مقارنة بغيرهم من الأفراد، بالنظر لما يتميز به المتفائل من الرغبة في مواجهة المواقف دون أن يدلي بالشكوى أمام الآخرين، ودون أن يبرز سلوكيات التوتر النفسي التي تساهم في جعل الآخرين ينفرون منه، إذ على عكس ذلك الشخص المتفائل دائما ما يتسم بالانفعالي ودائما ما يتطلع لمستقبل أفضل ويتعايش مع مختلف المواقف، كما أنه يستطيع مجالسة الآخرين والاشتراك معهم في الجماعات الاجتماعية من جمعيات ونوادي ثقافية ورياضية أو غيرها من الجماعات المرجعية، لا لشيء إلا

أنه يتمتع بشخصية جذابة متسمة بالتفاوض في مجمل الأحوال، والبعد من المواقف والسلوكات السلبية التي تكون مصدر نفور الغير منه في المجتمع.

. التفاوض يعود الفرد على النظرة الإيجابية لكل الأحداث المحبطة، إذ أن التمتع بمستوى معين من التفاوض، دائما ما يكون متماسكا في مختلف المواقف التي يمر بها مهما كانت درجة صعوبتها وتعقيدها، ومهما كانت الآثار النفسية السلبية التي تخلفها على الحياة النفسية، إذ أن التفاوض يساعد الفرد على أخذ مختلف الأحداث والعوامل السلبية من جوانبها الإيجابية، والعمل على تقويم جوانبها السلبية بغرض تجنب وقوع أحداث مشابهة في المستقبل، خصوصا منها الأحداث التي ترتبط بالجانب الأدائي للفرد في الحياة، أين يحاول دائما الحصول على الأثر المحمود ويتمتع في ذلك بنظرة تفاؤلية للحياة، وتوقع دائما الأثر الحسن في المستقبل، دون أن يلتفت للماضي المحبط (هدى حسن، 2006).

. التفاوض يجعل الفرد أكثر مرونة في العلاقات الاجتماعية، وأكثر قدرة على التأقلم مع الوسط المحيط به، فبالنظر لما يساهم به التفاوض في جعل الفرد يتحلى بشخصية جذابة كما أشرنا سابقا، فلا شك أن هذه الجاذبية الشخصية تفيد الفرد أيضا في التحلي بالسهولة والمرونة في تكوين علاقات اجتماعية من صداقة وزمالة أو جماعات العمل أو فرق اللعب، أين تسهل عليه عملية التعامل الإيجابي مع أكبر عدد من الأفراد مهما اختلفت أنماطهم الشخصية وأصناف تفكيرهم، إذ أن التفاوض يساهم في منح الفرد القدرة على الاندماج والتوافق الاجتماعي أين يتحلى بقدرة إبداعية على تكوين علاقات اجتماعية جديدة متينة، ويستطيع المحافظة على ديمومتها لفترة طويلة من الزمن، وكل هذا يتحقق بسبب النظرة التفاؤلية التي يتحلى بها، والتي تمنح له الثقة والتوقع للأثر

الطيب الذي يمكنه أن يجنيه من خلال السعي لإنشاء علاقات جديدة في المجتمع باستمرار (عوض رجب، 2001).

. التفاؤل يمنح السعادة للفرد، سواء أكان ذلك في الأسرة أو في المدرسة أو في العمل، أو في مختلف التنظيمات والمجالات الاجتماعية بالفرد، فبالنسبة للطالب الجامعي المتفائل يعمل تحقيق مسيرة دراسية جامعية ناجحة، لا شك أن ذلك يجعله يقدم على الدراسة بكل شغف ورغبة في تحقيق الأداء المدرسي الذي يمكنه من تحقيق النجاح، وتوقع الأثر الطيب بصورة مسبقة فيكون بذلك متسماً بشعور السعادة بكونه عضو يزاول الدراسة في الجامعة، والعامل لما يتوقع النجاح في مهنته ويتفائل بمسيرة مهنية مليئة بالنجاح والتألق، فذلك يشعره بأنه لم يخطئ في اختيار المهنة التي يزاولها، فيكون دوماً سعيد في الوسط المهني، وهذا يمكن أن يساهم التفاؤل في تحقيق السعادة النفسية للفرد (عوض رجب، 2001).

. التفاؤل مريح للفكر، ذلك أن العديد من الدراسات السيكوسوماتية أثبتت ما يمكن أن يحدثه التفكير الطويل في المشكلات من أثر سلبي على الصحة الجسدية، من خلال العلاقة التلازمية الموجود بين الإرهاق الذهني والإرهاق البدني، بحيث أن الإنهاك الذهني الناتج عن التفكير الطويل في المشكلات أو التخوف من المستقبل وما يتبعه من قلق وتوتر نفسي، سرعان ما تنعكس آثاره على الصحة الجسمية، أين يتحول الشعور بالإرهاق الذهني والنفسي إلى الشعور بالإرهاق البدني والجسدي، والذي تظهر مؤشرات في الرغبة في النوم الكسل والجمود في العمل، الاتسام بالطابع الروتيني في مختلف المهام التي ترتبط بمجالات الحياة عند الفرد، ولهذا فالتفاؤل يساهم في منح الراحة الذهنية والفكرية للفرد، بالنظر لكون التفاؤل يمكن الفرد من التوقعات الإيجابية وتجنب القلق

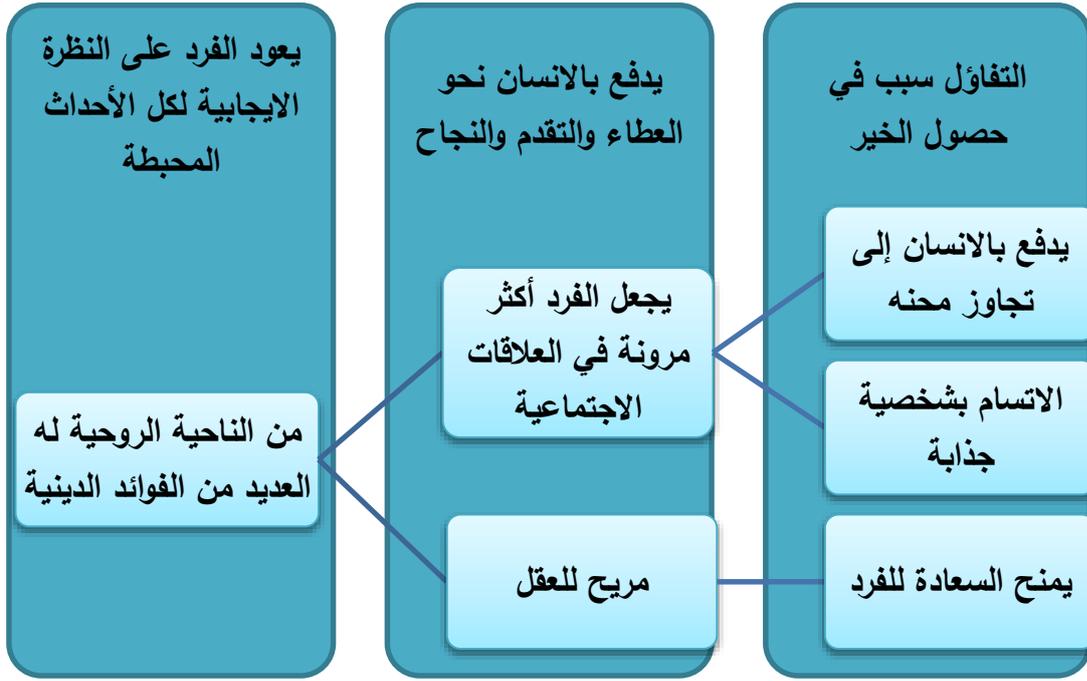
والتفكير الطويل في المستقبل، بحيث أن التفاؤل دائماً ما يجعل الفرد يتوقع الأفضل في المستقبل، فيتجنب بذلك التعب الذهني الذي يسبب التعب الجسدي (إيناس، 2009).

. من ناحية روحية التفاؤل له العديد من الفوائد الدينية، ذلك أن التفاؤل من منظور إسلامي هو جزء من الإيمان، فالمؤمن يفرح برحمة ربه، ولو لم يفعل ذلك ويئس فإن إيمانه سيكون ناقصاً، وانظروا معي إلى سيدنا يعقوب الذي ضرب أروع الأمثلة في التفاؤل، فابنه يوسف قد أكله الذئب كما قالوا له، وابنه الثاني سرق وسُجن كما أخبروه، وعلى الرغم من مرور السنوات الطويلة إلا أنه لم يفقد الأمل من رحمة الله تعالى، وعليه فالتفاؤل يساهم في منح قوة الإيمان الفرد ويجعله متزناً وملتزماً بتعاليم الدين، مما يخلق لديه حياة روحية إيجابية بالنظر لتعاليم الإسلام التي تأمر الفرد بالتحلي بالصبر والتفاؤل بالخير والثقة بأن الله سيجعل له مخرجاً.

ومن الناحية الدينية، لا بد أن نشير بأنه التحلي بالتفاؤل هو الذي يمكن أن يجعل التفاؤل يحقق كل الفوائد التي ذكرناها فيما سبق في هذا العنصر، ذلك أن التفاؤل من الناحية الدينية، تمنح للفرد الطمأنينة والثقة بالنفس، وتجعلها يعيش متفاعلاً بإيجابية مع المجتمع، وتجعله يحقق السعادة النفسية على وجه الخصوص (هميسة، 2007).

ما يمكننا قوله بخصوص ما تناولناه في هذا العنصر من حيث ما استعرضناه من فوائد التفاؤل، فقد يلاحظ القارئ بأن فوائد التفاؤل قد يقتصر على الفرد في حد ذاته، غير أن مزايا ومنافع التفاؤل تتجاوز ما يحدثه من انعكاسات على شخصية الفرد، بل يتعدى ذلك ليشمل المجتمع بصفة عامة، ذلك أنه كلما تحلى واتسم أفراد المجتمع بالتفاؤل، كلما منح لهم الاستقرار النفسي، وبالتالي ما يمكن أن يؤدي به ذلك من انعكاسات على إنتاج العلاقات الاجتماعية الإيجابية والمنتينة بين الأفراد، ومنه تحقيق الفائدة العامة للمجتمع ألا وهي تحقيق التماسك والتآزر الاجتماعي، بحيث مجتمع

بأفراد متفائلين يعني مجتمع مرشح للتطور وتحقيق الوثبة في كل المجالات، هذا على الأقل من وجهة نظر علم النفس الإيجابي التي يرى في التماسك الاجتماعي إحدى المظاهر العصرية لجودة الحياة في المجتمع.



شكل رقم (08) يوضح فوائد التفأول من تصميم الطالبة

7. النظريات المفسرة للتفأول:

كغيره من المتغيرات النفسية التي كانت محل التناول النظري في مجال علم النفس، نلمس العديد من النظريات التي حاولت تقديم تفسير للتفأول من حيث العديد من الزوايا المتلازمة، مثل نشوء التفأول، العوامل المؤدية للشعور بالتفأول من طرف الفرد، وكذا الآثار والانعكاسات والأدوار التي يلعبها التفأول في شخصية الفرد، أما النظريات التي حاولت تفسير التفأول فنذكر منها:

7.1. نظرية السمات:

إن نظرية السمات تفسر التفاؤل في إطار المبادئ والأسس التي تفسر بها الشخصية، التي تؤكد على إنها مجموعة من السمات، وهذه السمات تعد صفات ثابتة نسبياً قابلة للتغير، وهي تؤثر على سلوك الفرد مما يتميز عن غيره من الأفراد، لذا فهي تدل ضمناً على ثبات وعمومية السلوك، وتتوقف هذه السمات على عوامل وراثية وجسميه متعلقة بالجهاز العصبي للفرد مثلما تتوقف على عوامل البيئة (الحبيب، 2008).

ولهذا يؤكد جوردن ألپورت J. Allport أن التفاؤل يعد من السمات الفردية والشخصية يمكنها أن تميز شخص عن الآخرين، وأن التفاؤل كسمة لا تكون في العديد من الأشخاص بصورة متطابقة تماماً، بل تكون بطريقة متفردة في كل شخص وتصنف السمات بحسب أهميتها بالنسبة للسمات الرئيسية في شخصية الفرد، يصعب ملاحظتها لدى كل فرد و(السمات المركزية) وهي السمات الأكثر شيوعاً في العديد من جوانب حياة الفرد وأخيراً(السمات الثانوية) وتنشأ بوصفها تفضيلات أو سلوكيات موقفيه، وبهذا تتحدد سمة التفاؤل بالنسبة للفرد من خلال ما لها من علاقة تأثير وتأثر مع السمات الشخصية الرئيسية والسمات الشخصية الثانوية، وعلى هذا النحو تتحدد درجة ومستوى التفاؤل بالنسبة للفرد (علاوي، 1998).

كما يرى كاتل(د.ت) cattel بأن التفاؤل يعد سمة شخصية تمثل أحد عناصر تنظيم خاص يولد سلوك الفرد ويحدد، من حيث التناسق مع السمات الشخصية الأخرى، بحيث يمكن لنا أن ننتبأ بهذا السلوك التفاؤلي في أي موقف من المواقف، وذلك لان هذا التناسق هو الذي يمهد لإمكانية التنبؤ، وإلى ذلك أضاف "كاتل" بأن سمة التفاؤل كغيرها من السمات الشخصية تحدد سلوك الشخص في الحاضر والمستقبل (إيمان صادق، 2001).

ويُفرق "كاتل" بين السمات العامة التي يمتلكها كل الناس والسمات الفريدة التي يمتلكها شخص، ولا يمكن أن نجدها لدى شخص آخر، ولعل من أبرز هذه السمات الخاصة سمة التفاؤل، كما قسم السمات على أنواع متعددة منها سمات المزاجية التي تعكس الاتجاهات التي تشكل أسلوب الفرد، وسمات القدرة التي تتعامل مع المواقف المتغيرات، وأخيرا السمات الديناميكية التي تشكل الدافعية والميول والاتجاهات والنزعات، وبهذا يصنف التفاؤل في فئة السمات المزاجية (وجدان، 2001).

2.7. نظرية الأنماط:

هي نظرية تتشابه إلى حد بعيد مع نظرية السمات، غير أنها تختلف في أنها تفسر سمات التفاؤل في ضوء الأنماط المختلفة التي صنف في ضوءها شخصيات الأفراد، إذ إن رواد هذه النظرية يصنفون الناس إلى أنماط معينة على أساس صفاتهم المزاجية أو الجسمية أو النفسية، فالنمط يطلق على مجموعة من الناس يشتركون في سمات معينة مع اختلاف بسيط في درجة اتسامهم بهذه السمات، وعليه تفسر هذه النظرية خاصية أو سمة التفاؤل على أنها انعكاسا مباشرا لطبيعة ونمط شخصية الفرد، فكل نمط من أنماط الشخصية خصائص وطبائع مزاجية تساهم في تحديد طبيعة ومستوى التفاؤل لدى الأفراد (عان، 1995).

أما عن آليات تأثير النمط في مستوى التفاؤل لدى الفرد، فترى هذه النظرية بأن أنماط الشخصية التي تتسم بالطابع الاجتماعي كثيرا ما ينظرون بإيجابية نحو مواقف وأحداث الحياة، وبالتالي هم يكونون أقرب إلى التطلع لمستقبل أفضل وواعد، وهكذا يتسمون بمستوى أعلى من التفاؤل، وعلى العكس من ذلك كلما اقترب نمط الشخصية من الطبع المنغلق والمتصلب، كلما ساهم ذلك في

نظرة سلبية لمختلف مواقف وأحداث الحياة، وبهذا تكون نظرتهم للمستقبل أقل تطلعا للأفضل وأقل إشراقا، ومنه ينخفض مستوى التفاؤل لديهم (إيمان صادق، 2001).

3.7. نظرية التحليل النفسي:

تعد نظرية التحليل النفسي التي أسسها فرويد Freud من أهم النظريات النفسية التي لها العديد من المواقف في تفسير العديد من الظواهر والمتغيرات النفسية، ولعل التفاؤل من المتغيرات التي قدمت له هذه النظرية التفسير المناسب لتوجهات نظرية التحليل النفسي، ذلك أنها تفسر كل شيء بعامل الكبت النفسي للمشاعر والأحاسيس الذي بدوره يؤدي لمختلف الأمراض والمشكلات النفسية (عنان، 1995).

وبناء على ذلك ترى نظرية التحليل النفسي بأن سمة التفاؤل تتأثر بطبيعة الأمراض والمشكلات النفسية التي يعاني منها الفرد، فكلما انعدمت أو قلت هذه المشكلات، كلما ساهم ذلك في الرفع من مستوى التفاؤل لدى الفرد، وعلى العكس من ذلك كلما ظهرت المشكلات النفسية لدى الفرد، كلما جعله ذلك يقبل على مواقف الحياة وأحداثها بنظرة أكثر سوداوية وتشاؤمية (جبل، 2000).

كما تربط نظرية التحليل النفسي سمة التفاؤل ومدى ظهورها لدى الفرد، بالخبرات الشعورية واللاشعورية التي يعيشها الفرد في مرحلة الطفولة، فحسب نظرية التحليل النفسي، فإنه في مرحلة الطفولة تتحدد لدى الفرد الطرق المختلفة للأحداث ومواقف الصراع في البيئة الاجتماعية، وأساليب الاستجابة الإيجابية التي تجعل الفرد أكثر تفاؤلا، كما أن مراحل النمو في الطفولة تتدخل أيضا في تحديد مستوى التفاؤل لدى الفرد، إذ ترى هذه النظرية أن المرحلة الفمية التي يمر بها الطفل هي التي تحدد مدى الإشباع الذي يحققه الطفل، وهذا الإشباع ينعكس بصورة مباشرة على سلوكيات

الفرد في المراحل العمرية اللاحقة لمرحلة الطفولة، وعليه هذا الإشباع يساهم في ابتعاد الفرد عن مختلف المشكلات النفسية، فيكون بذلك أكثر تفاؤلاً مقارنة بغيره من الأفراد، الذين لم يبلغوا مستوى الإشباع في المرحلة الفمية في مرحلة الطفولة (الأنصاري، 1998).

7.4. نظرية التعلم الاجتماعي:

يرى رواد هذه النظرية من بينهم باندورا Bandura أن التفاعل سلوك قابلاً للتعلم بنفس طرق وأساليب التعلم التي أسست لها هذه النظرية، بما فيها أسلوب التعلم بالمحاكاة للنماذج الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد، وأن هناك بناء تفاعلي في حياة الفرد هو الذي يساهم في تدعيم وتعزيز ما سبق له وأن تعلمه، بحيث يتشكل هذا البناء من التوقعات الفردية والأهداف والطموحات، التي تتفاعل فيها بينها ومنها قدرتها على تحديد مدى فعالية الذات في سلم تعلم الفرد للسلوكات، فمن ناحية التوقعات والأهداف يمكن أن يحصل الفرد على عنصر التدعيم من طرف الوالدين، من جراء كل نجاح يحققه في موقف معين، نجاح يجعله محل إعجاب وثناء من طرف الغير، وهذا ما يجعل توقعات الفرد بشأن النجاح في المستقبل ترتفع، ويصاحب ذلك الرفع من سقف الأهداف والطموحات التي يرغب الفرد في تحقيقها، وهذا ما يؤدي إلى تحلي الفرد بالنظرة التفاؤلية بشأن أحداث الحاضر والمستقبل (خوري، 1996).

وعليه تؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أن سلوك الفرد التفاؤلي تحدده منظومة القيم والأفكار والمعتقدات التي يتعلمها، أكثر من المعطيات الواقعية التي يتفاعل معها الفرد، وأن تلك الأفكار والمعتقدات، التي تؤدي به لتبني نظريته التفاؤلية، يتعلمها الفرد من الوالدين وغيرهم من النماذج التي يحتك معها في المجتمع.

5.7. النظرية المعرفية:

لقد تناولت النظرية المعرفية متغير التفاوض باعتباره رصيد معرفي تكاملي وبنائي اكتسبه الفرد من خلال تجارب البيئة، غير أن رواد وأنصار هذه النظرية فسروا العملية والبناء المعرفي من حيث اختلافهم عليه كخبرة مكتسبة بطرق مختلفة وهي الطرق والمبادئ المتحكمة في العملية المعرفية التي أسست لها هذه النظرية، ومن بين أنصار هذه النظرية التي فسرت التفاوض:

يقول غرين والد (1980) Grean Wald بأن: « التفاوض هو نقطة تحول للباحثين فقد تشبه الطبيعة الإنسانية بنظام كلي يتمثل بالنظر إلى الذات كتنظيم معرفي يتعلق بتاريخ الفرد وهويته»، وحسبه فإن التفاوض يعتبر أحد المتغيرات النفسية المميزة والملازمة للطبيعة البشرية، يتمثل في تنظيم معرفي متكامل ينشأ لدى الفرد على مدار تاريخه من حيث علاقته بالبيئة، وينشأ من خلال الرصيد المعرفي بالحياة والذي يكتسبه الفرد من خلال تفاعله مع متغيرات وأحداث البيئة الاجتماعية، فيكون بذلك التفاوض مجرد خبرة معرفية نشأت عبر مراحل مستمرة لدى الفرد، من خلال تجارب يقوم بها الإنسان ويمنحها معاني الأحداث في الحياة، التي تساهم في ارتفاع مستوى التفاعل أو تساهم في انخفاضه (اليحفوفي والأنصاري، 2005).

أما سنيدر (د.ت) Snyder يرى بأن التفاوض يحتوي على عنصر يسمى التخطيط، والذي يتضمن في أساسه حقائق منطقية مجردة، متضمنة نوعاً من النشاط المعرفي، وهذا النشاط المعرفي يأخذ وتيرة تمنحها له الفروق الفردية في المهارات المعرفية العليا من تحليل للأحداث وتركيبها وتقويمها، وعلى إثر هذه المهارات تنشأ المخططات للتعامل مع الأحداث الاجتماعية سواء الأحداث السارة أو الأحداث غير السارة، وبناء على تحليل وتركيب وتقويم تلك الأحداث ينشأ التفاوض لدى الفرد ويتحدد مستواها وتتحدد طبيعته.

في حين يرى أندرو (2003) Andreu أن المتفائلين يميلون إلى التركيز على المعلومات ذات العلاقة القوية بالشخصية، فيكونون أكثر اقتناعا بالرسائل الإيجابية المتعلقة بالشخصية، وأقل اقتناعا بالمعلومات السلبية المتعلقة بها، وبهذا يفسر التفاؤل من منظور المميزات الإيجابية للشخصية، بحيث كلما اتسم الفرد بميزة مرغوبة في شخصيته كلما كان أكثر تفاؤلا، وهكذا ينشأ التفاؤل من خلال العملية المعرفية التي تتضمن مختلف العمليات التقييمية التي يمارسها الفرد حيال مختلف جوانبه الشخصية، فكلما كان هذا التقييم إيجابيا كلما شعر الفرد بالتفاؤل في الحاضر وفي المستقبل (أسعد، 1986).

وبهذا يتفق كل أنصار النظرية المعرفية على أن التفاؤل يرتبط بشكل وثيق بالجانب المعرفي لدى الفرد، فكلما تطور الجانب المعرفي للفرد اكتسب خبرات أكثر في الحياة، وأدى به ذلك لارتفاع الرصيد المعرفي الذي يمكنه من القيام بعمليات معرفية متعلقة بالخبرات والأحداث، خصوصا منها الأحداث والخبرات التي خلفت الأثر الإيجابي في جانب الحياة الشخصية للفرد، والتي تساهم في النظرة الإيجابية للحياة وهكذا يؤثر الجانب المعرفي في مستوى التفاؤل لدى الفرد.

ولعل أهم الدراسات التي تؤكد علاقة التفاؤل بالجانب المعرفي دراسة ستانغ ومولتن (Stang et Multin) التي أشارا فيها ارتباط اللغة والذاكرة والتفكير بالتفاؤل، إذ يستخدم المتفائلين نسبة أعلى من الكلمات الإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية، سواء كانت في الكتابة أوفي الكلام أو التذكر الحر فهم يتذكرون الأحداث الإيجابية قبل السلبية، ومن الطبيعي أن تساهم الأحداث الإيجابية في نشوء النظرة المتفائلة لدى الفرد (بوبر، 1994، ص 137-138).

ومما سبق يمكننا أن نشير بأن هناك العديد من النظريات النفسية التي لها الباع التطويل في التنظير لعلم النفس الحديث، والتي حاولت تقديم تفسير علميا موضوعيا لخاصية التفاؤل من حيث

ناحية متلازمتين، فمن ناحية حاولت هذه النظريات تقديم تفسير للتفاؤل من حيث الجانب والخصائص الذاتية التي تميز شخصية الفرد، والتي لها الأثر البالغ في تحديد الفرد المتفائل من الفرد المتشائم، ولعل نظرية التحليل النفسي والنظرية المعرفية ونظرية السمات، بمختلف روادها من بين هذه النظريات التي حاولت جعل التفاؤل ملازماً لشخصية الفرد، دون أن يكون لعوامل أخرى دخلاً في ذلك، ومن ناحية ثانية حاولت بعض النظريات أن تفسر التفاؤل من خلال علاقة الفرد بالمجتمع، بحيث رأت أن العوامل الاجتماعية وما يرتبط بها من مثيرات هي التي تساهم في نشوء التفاؤل لدى الفرد، ولعل أبرز نظرية في هذا المجال هي نظرية التعلم الاجتماعي، التي ربطت التفاؤل بعملية التعلم التي يحاكي من خلالها الفرد خبرات اجتماعية تساهم في تعليمه وتدريبه على الأسلوب المثالي للتعامل مع الأحداث في الحاضر والمستقبل ألا وهو التفاؤل.

جدول رقم (04) يبين ملخص للنظريات المفسرة للتفاؤل

النظرية	روادها	مبادئها الأساسية
نظرية السمات	- جوردن ألبورت J.Alport - كاتل Cattel	- هي مجموعة من السمات وهذه السمات تعد صفات ثابتة نسبياً قابلة للتغيير. - التفاؤل كسمة لا تكون في العديد من الأشخاص بصورة متطابقة تماماً. - سمة شخصية تمثل أحد عناصر تنظيم خاص يولد سلوك الفرد ويحدد من حيث التناسق مع السمات الشخصية الأخرى. - السمات الشخصية تحدد سلوك الفرد في الحاضر والمستقبل. - سمات مزاجية التي تعكس الإتجاهات التي تشكل أسلوب الفرد.

<ul style="list-style-type: none"> - سمات قدرة الفرد على التعامل مع المواقف والمتغيرات. - السمات الديناميكية التي تشكل الدافعية والميول والاتجاهات والنزعات. 		
<ul style="list-style-type: none"> - ترى هذه النظرية بأن انماط الشخصية التي تتسم بالطابع الإجتماعي كثيرا ما ينظرون بإيجابية نحو مواقف وأحداث الحياة. - التطلع لمستقبل أفضل وواعد كلما اقترب. 	<p>أرنست كريتشمير شيلدون</p>	<p>نظرية الأنماط</p>
<ul style="list-style-type: none"> - سمة التفأول تتأثر بطبيعة الأمراض والمشكلات النفسية التي يعاني منها الأفراد. - كلما انعدمت أو قلت هذه المشكلات كلما ساهم ذلك في الرفع من مستوى التفأول. - ترتبط بالخبرات الشعورية واللاشعورية التي يعيشها الفرد في مرحلة الطفولة. 	<p>سيجموند فرويد S.Freud</p>	<p>نظرية التحليل النفسي</p>
<ul style="list-style-type: none"> - أسلوب التعلم بالمحاكاة للنماذج الإجتماعية. - بناء تفاعلي في حياة الفرد. - سلوك الفرد التفأولي تحدده منظومة القيم والأفكار والمعتقدات التي يتعلمها. 	<p>باندورا Bandura</p>	<p>نظرية التعلم الاجتماعي</p>
<ul style="list-style-type: none"> - يعتبر أحد المتغيرات النفسية المميزة والملازمة للطبيعة البشرية. - تنظيم معرفي متكامل ينشأ لدى الفرد 	<p>غرين والد Green wald سيندر</p>	<p>النظرية المعرفية</p>

<p>على مدار تاريخه.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ينشأ من خلال الرصيد المعرفي بالحياة. - يحتوي على عنصر يسمى التخطيط والذي يتضمن في أساسه حقائق منطقية مجردة. - الميل إلى التركيز على المعلومات ذات العلاقة القوية بالشخصية. - ينشأ التفاؤل من خلال العمليات المعرفية التي تتضمن مختلف العمليات التقييمية التي يمارسها الفرد حيال مختلف جوانبه الشخصية. 	<p>Snyder</p>	
--	---------------	--

8. خصائص الشخص المتفائل:

لا شك أن ما يمكن أن يحدثه شعور الفرد بالتفاؤل من آثار وانعكاسات على شخصية الفرد، ذلك يجعل منه شخص يتميز بالكثير من الخصائص الإيجابية في مختلف جوانب الشخصية السلوكية والمعرفية على وجه الخصوص، ومن بين الخصائص التي يتميز بها الشخص المتفائل نذكر:

8.1. الثقة بالنفس: يعد الشعور بثقة عالية بالنفس أحد المميزات والمؤشرات الإيجابية التي يتميز بها الشخص المتفائل عن غيره من الناس، أين يشعر بأعلى قدر على مجابهة الصعاب والمعوقات التي تواجههم في سبيل السعي لتحقيق أهدافه، أي أن الشخص المتفائل دائماً ما يشعر واثق أنه قادراً على تحقيق مختلف أهدافه في الحياة (أسعد، 1986)، ولا يهتم أكثر بالفشل وإن اهتم به فإنه يأخذه من جانبه الإيجابي، فعوض أن يكون الفشل أو تكون تجربة الإحباط لدى الشخص المتفائل فشلاً في بلوغ أهدافه، فإنه يتعامل مع الفشل على أنه واقعا لا بد من التعايش معه مهما كان الحال، وأن الفشل يمكن أن يكون مثيراً ودافعاً لبذل مجهودات أكبر، بغرض مواجهة مختلف

الصعاب وتجاوزها، والوصول إلى الأهداف المنشودة، سواء الأهداف الدراسية أو الأهداف المهنية، وغيرها من الأهداف المرتبطة بمختلف أبعاد جودة الحياة لدى الفرد المتفائل (بوير، 1994).

8.2. النظرة الاستشرافية للحياة: من أهم الخصائص التي تميز الشخص المتفائل، أنه ينظر للحياة نظرة عقلانية استشرافية للحياة، بحيث يأخذ الحياة من كل الزوايا العامة التي تتضمنها، في جوانبها الإيجابية وجوانبها السلبية على وجه العموم، فيحدد أهدافه في الحياة بناء على موازنة موضوعية في مدى القدرة على تحقيقها أو عدم تحقيقها، مع أنه يتفاعل بتحقيقها ويبدل ما يملك من قدرة في سبيل تحقيق توقع النجاح وتجنب الفشل، مع العمل الإيجابي لتقبل الفشل إن حصل والأخذ بالحيلة والبدائل التي تمكنه من تجاوز خبرات الفشل بشكل سلس دون الالتفات إليها كخبرات مثبطة (هميسة، 2007)، وهكذا فإن الشخص المتفائل يتقبل الخبرات السلبية ويعمل على تحاشيها مستقبلاً، ويتحلى في ذلك بقوة تفاؤل والرفع من سقف التوقع الإيجابي، كما يسعد لخبرات النجاح ويسعد بها، ويسعى لاتخاذ ما أمكن من إجراءات تجعله يبني نظرة تفاؤلية بتحقيق المزيد من النجاحات مستقبلاً (الدوري ؛ إيمان صادق، 2005).

8.3. التمتع بالصحة النفسية: من العوائد الإيجابية التي يجنيها الشخص من خلال تفاؤله، أنه يتمتع بمستوى عالي في مجال الصحة النفسية، أين يخلو من مختلف الاضطرابات والأمراض النفسية، فبالنظر لما يحدثه التفاؤل من انعكاسات وآثار إيجابية على الحياة النفسية للفرد، ومن خلال تجنيبه لقلق المستقبل وما يصاحبه من ضغوط وتوتر نفسي، وغيرها من مشاعر نفسية سلبية، فإن النتيجة المنتظرة من جراء ذلك أن يتمتع الفرد بالصحة النفسية، التي تعبر عن القدرة على التوافق والتصرف بالسلوك السوي الذي يستجيب للمعايير والقيم والعادات الاجتماعية، وقادراً

على تحقيق الذات والتمتع بصورة إيجابية حول مفهوم الذات والتمتع بمستوى مقبول في تقدير الذات، والتمتع بالقدرة على مواجهة متطلبات الحياة ومتطلبات البيئة الاجتماعية، هذا هو حال الشخص المتفائل الذي يتحلى بالقدرة على الابتعاد عن النظرة التشاؤمية التي تجني مختلف المشاعر السلبية التي تحول بين الفرد والتمتع بالصحة النفسية (صبحي، 2003).

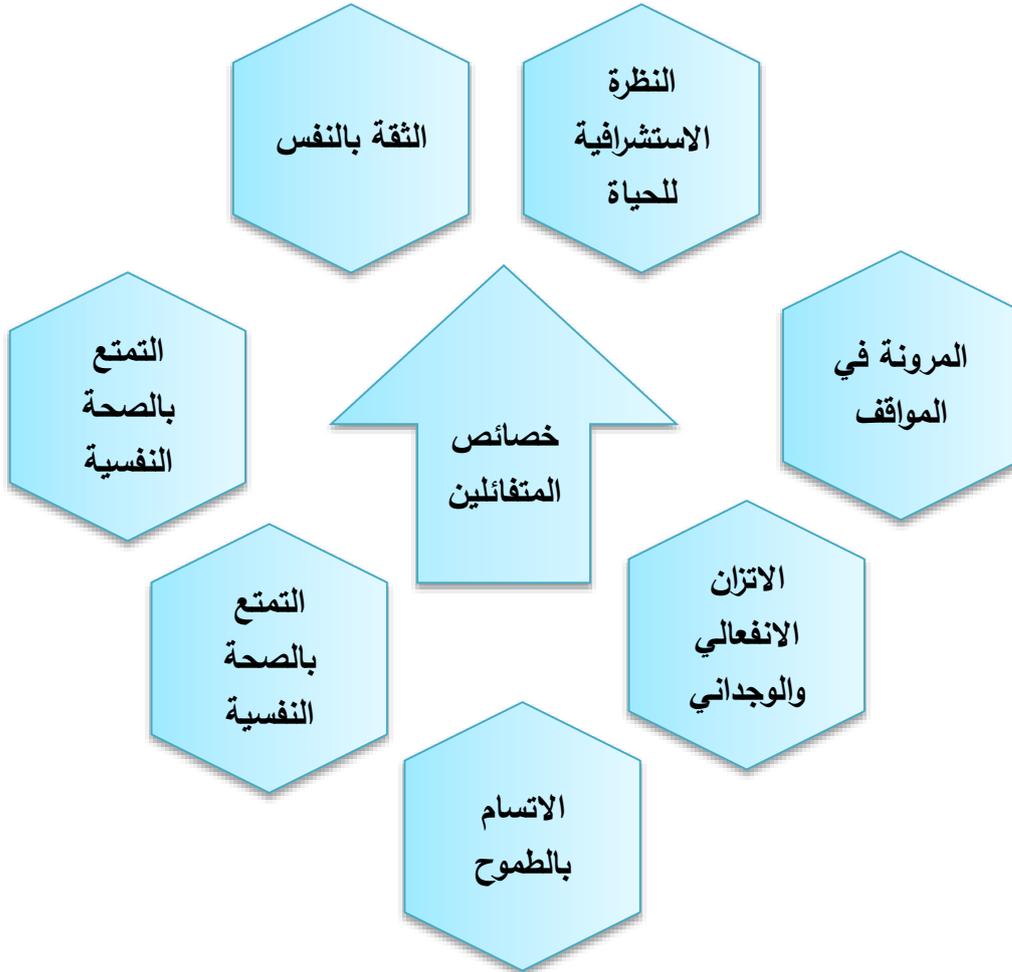
8.4. المرونة في المواقف: ما يميز الشخص المتفائل أنه يتجلى بالطابع الإبداعي المهاري في التعامل مع مختلف المواقف، خصوصا منها المواقف الطارئة والمفاجئة، بالنظر إلى كونها تتحلى بالقدرة على التكيف والتأقلم مع مختلف مواقف الحياة الضاغطة، أين يكون باستطاعتها اختيار وابتكار الآليات والأساليب المناسبة لمواجهة تلك المواقف، والتفوق على مختلف المشكلات الناجمة عنها وحلها بنجاح منقطع النظير (خوري، 1996)، أما فيما يتعلق بمرونة الشخص المتفائل فهي ناتجة من خلال الطابع الانفتاحي على الحياة والإقبال عليها والتي يتميز بها، نظرا لما ينتج عن خاصية التفاؤل من تقبل المواقف وتوقعها بصورة مسبقة، وبالتالي الاستعداد القبلي للتعامل معها، سواء كانت مواقف إيجابية تتضمن أحداث سعيدة توقعها مسبقا، أو مواقف سلبية تتضمن أحداث صادمة لم يكن يتوقعها، ففي كلتا الحالتين فإن الفرد المتفائل له من المهارات ما يسمح بانتهاج آلية سلسلة للتعامل الإيجابي والمرن معها (أسعد، 1986).

8.5. الاتزان الانفعالي والوجداني: من مميزات الشخص المتفائل أيضا أنه يتسم بالاتزان الانفعالي والوجداني، والذي تتضح مظاهره في التمتع بمزاج مستقر بعيد عن التقلبات الفجائية، فهو لا ينفعل شعوريا من حيث سمة الغضب والحزن والفرح المفرط لأسباب تافهة بشكل فجائي، بل كل حالاته المزاجية ترتبط بمثيرات وأسباب أدت إليها، ومن مظاهر اتزانه الانفعالي والوجداني أنه يتجاوب مع مشاعر الآخرين بإيجابية بحيث يستمع وينصت للغير بعيدا عن مشاعر القلق والتوتر، كما أنه

يتجاوب معهم ويتبادل أطراف الحديث لفترات طويلة ومع الجميع دون استثناء، وعليه فالشخص المتفائل بالنظر لكيفية نظره للأمور في الحاضر والمستقبل، والنظرة الإيجابية التي يتبناها حيال الآخرين والمواقف والأحداث و العوامل التي تساهم في تحليه بالاستقرار والاتزان الانفعالي (بوير، 1994).

8.6. التمتع بالصحة الجسمية: بحيث أن الأشخاص المتفائلون هم أفضل الناس صحة، مقارنة بغيرهم من الأشخاص المتشائمون، ذلك أن التفاؤل هو الذي يمنح الراحة والطمأنينة النفسية للإنسان، وكثيرا ما يجعله بعيدا عن تأثير مختلف أشكال القلق والضغط والتوترات النفسية التي تسبب التعب والإرهاق الذهني والنفسي، والذي تنعكس آثاره بصورة مباشرة على الجانب الجسمي، أين تتحول مع مرور الوقت إلى تعب وإرهاق جسدي يؤثر سلبا على صحة الجسم، وعليه يؤدي التفاؤل إلى الشعور بالسعادة والغبطة والسرور وهي الانعكاسات التي تحدث آثارا إيجابية على الصحة الجسمية للفرد (سلامة، دون تاريخ).

8.7. الاتسام بالطموح: تعد سمة الطموح المرتفع من المميزات الملازمة للشخص المتفائل، بل أن التفاؤل يرتبط كثيرا بمستوى الطموح لدى الفرد، بحيث أشرنا فيما سبق عن الأثر الإيجابي الذي يخلفه ارتفاع مستوى الطموح على مستوى التفاؤل لدى الفرد، وعليه المتفائل دائما ما يتحلى بروح التجديد للأهداف في الحياة، ودائما السعي لتحقيق المزيد وبلوغ ما هو أفضل مما بلغه، ولم يكن ليتأتى له ذلك لو لم يكن متحلي بمستوى مرتفع من الطموح، ولا بد من الإشارة إلى سمة الطموح التي تجعل الفرد المتفائل يبلغ الأهداف التي يسعى لتحقيقها باستمرار، ويتحلى بروح الإرادة والثقة بالنفس، وبمستوى مرتفع من مستوى الدافع للإنجاز (عبد الفتاح، 1999).



شكل رقم (09) يوضح خصائص المتفائلين من تصميم الطالبة

. خلاصة:

يمكن القول بأن التفاؤل حالة نفسية شعورية، يتضمن نظرة إيجابية حيال المستقبل وما يمكن أن يتضمنه من وقائع وأحداث، مرتبطة بمختلف جوانب حياة الفرد، بناء على عملية تقويمية للحاضر بما يعتريه من ظروف وما يملك في إطاره الفرد من إمكانيات، أين يؤدي ذلك إلى شعوره واعتقاده بأن أمور إيجابية ستحدث، انطلاقاً من شعور واعتقاد موضوعي واعي.

كما يمكن أن نشير بأن هذه الخاصية لها من المميزات التي تجلها ظاهرة نفسية قابلة للدراسة العلمية، اعتمادا في ذلك على مختلف مناهج البحث الموضوعية في علم النفس، ونذكر في هذا الخصوص قابلية التفاؤل للقياس والاختبار، وكذا نسبة التفاؤل الذي يرتفع وينخفض، فهذا يعني بالضرورة إمكانية اتسام التفاؤل بالظواهر النفسية التي تشكل متغيرات موضوعية، يمكن دراستها بموضوعية كغيرها من المتغيرات النفسية.

الفصل الرابع

التساؤم

. تمهيد:

تعتبر سمة التشاؤم متغير متعارض لسمة التفاؤل، ومن جهة أخرى فهو متغير ملازم لسمة التفاؤل، ففي حالة غياب التفاؤل يصبح طبع الشخص متشائم والعكس صحيح، وقد حضي متغير التشاؤم بالتناول النظري والتناول التطبيقي من طرف الباحثين والمختصين في علم النفس الإيجابي، ذلك بالنظر لارتباطها بالعديد من المجالات الشخصية التي تعتبر في التوجهات الحديثة في علم النفس، من المجالات التي يستدل بها على جودة الحياة الشخصية والجماعية.

ومن ناحية أخير يمكن أن ننظر لمدى الأثر الذي يخلفه التشاؤم على الحياة الشخصية للفرد، من حيث جانب الحياة السلوكية والحياة النفسية وحتى الحياة المعرفية، وهذا ما يمكن أن يجعل التشاؤم من العوامل والمتغيرات التي تؤثر على نمط الشخصية الذي يميز كل فرد، وعلى هذا الأساس نتأكد من أهمية التشاؤم في مجال الدراسات النفسية المتعلقة بالشخصية وجودة الحياة، وبهذا الصدد سنتناول في هذا الفصل تعريف التشاؤم، وطبيعته، التشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة به، أنواع التشاؤم، خصائص الفرد المتشائم، التشاؤم في ضوء موضوعات علم النفس الإيجابي، العوامل المسببة للتشاؤم، آثار التشاؤم على الفرد، بعض الآليات العلاجية للتشاؤم.

1. تعريف التشاؤم:

يمكن أن نقدم العديد من التعريفات بخصوص التشاؤم ومن بينها:

يعتبر التشاؤم بأنه توقع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث السوء، يتوقع الشر، الفشل وفدان الأمل (عبد الخالق، 2000، ص 01).

كما أن التشاؤم حسب خايف على السيد (د.ت) يعرف على أنه: « نزعة هدامة مدمرة تستحوذ على الفكر والمخيلة تحول الأبيض إلى الأسود والحسن إلى سوء، النصر هزيمة الجمال جريمة» (خايف، 2001، ص 44).

يتضح من خلال التعريفين السابقين للتشاؤم بأنه النظرة السوداوية للحياة والتوقعات لحدوث الأثر السلبي في المستقبل وتوقع تسجيل الفرد لتعثرات في مختلف المجالات هي كلها سمات ترتبط بالتشاؤم وتنتج عنه، وبهذا يؤكد التعريفين السابقين على أن التشاؤم يعبر عن التوقعات السلبية في المستقبل، ولكن لم يحدد ما معنى هذه التوقعات وبماذا ترتبط ولم يشير إلى سبب حدوث التشاؤم.

. عرفه شاورز (1992) Showers: « بأنه ردود الفعل التي تحدث عندما يقوم الفرد بتركيز انتباهه وحصر اهتماماته على الاحتمالات السلبية للأحداث القادمة، وتخيل الجانب السلبي في الموقف» (Showers. 1992). Claud,

نلاحظ على هذا التعريف أن صاحبه أضاف في تعريفه للتشاؤم وصف طبيعته على أساس أنه ردود فعل حيال موقف يمثل ما يتوقعه الفرد بعد أداء معين وما ستكون نتيجته بطبيعتها السلبية، بالإضافة إلى إشارة هذا التعريف الرابط الذي يميز ردود هذا الفعل من حيث الإشارة للطبيعة السلبية للتشاؤم، ولكن هذا التعريف أهمل الظروف المصاحبة لرد الفعل هذا ولم يشر للمدى الزمني له.

. كما عرفه تايلر (د.ت) Tayler: « هو نزعة تشاؤمية تشير إلى توقع عام لحدوث نتائج سلبية أكثر من الإيجابية على أن تكون سمة ثابتة نسبية» (أبو الديار، 2010، ص 64).

هذا التعريف أشار لمختلف ما جاء في التعريفات السابقة حول طبيعة وميزة التشاؤم السلبية في التوقع لأحداث الحياة، غير أن هذا التعريف مقارنة بالتعريفات السابقة أشار لطبيعة التشاؤم المحددة في المدى الزمني لاستمرار الموقف الذي تبني الفرد نظرتة التشاؤمية في إطاره، بحيث أكد على أن التشاؤم سمة تمتاز بالثبات النسبي.

ومن خلال ما سبق من تعريفات حول التشاؤم يمكن أن نورد له تعريفاً جامعاً وهو أن التشاؤم يمثل مختلف الأفكار والمعتقدات السلبية التي يتبناها أو يعتقدونها الفرد في الحاضر والمستقبل، والتي تؤدي به إلى تكوين نظرة سوداوية غير مشرقة عن مختلف أحداث ومواقف الحياة، على أن يتوقع الفرد دائماً الأثر السيئ بدلاً من الحميد، ويشكل نظرة سلبية بدلاً من النظرة الإيجابية، وما يتبعه من آثار سلبية على شخصية الفرد.

2. طبيعة التشاؤم:

من خلال التعريفات السابقة وما تضمنتها من اختلافات في تحديدها لمفهوم التشاؤم، وما لاحظناه من تباين في بعض نقاط الاختلاف، هذا يعود للطبيعة النظرية لكل باحث ومؤلف في مجال علم النفس، غير أنه يمكننا أن نأخذ ذلك التباين كمنطلق لتناول الطبيعة التي يمتاز بها التشاؤم وذلك فيما يلي:

. يرتبط التشاؤم ارتباطاً إيجابياً بكل من اليأس، الفشل، المرض، النظرة السلبية للحياة، الغضب والعدائية، الاكتئاب، القلق والشعور بالوحدة، انخفاض الاندفاع للعمل والانجاز، الشعور بالحزن، الفشل في حل المشكلات، وعليه فطبيعة التشاؤم من هذا المنظور تتضمن التعبير عن مختلف الصفات والسمات الانفعالية والعاطفية السلبية التي يمكن أن تجتاح الفرد في مراحل أو لحظات من عمره، وبهذا يعبر التشاؤم عن الجانب السلبي من شخصية الفرد (عبد الخالق، 2000).

. دائماً ما يرتبط التشاؤم بمفهوم سلبي يتبناه الفرد في مختلف مواقف الحياة في الحاضر والمستقبل، على اعتبار ما يخلف من آثار سلبية على مختلف نواحي وجوانب شخصية الفرد، بحيث يفقد الفرد الثقة في مواجهة الحاضر بما يفرضه من مواقف والمستقبل بما يستتبعه من إجراءات وسلوكات وأنماط تفكير إيجابية يفترض أن يستعد ويتطلع بها الفرد لتحقيق ما أمكنه من نجاحات وطموحات في الحياة، وبهذا يجعله التشاؤم حبيس التفكير السلبي، ويزداد تأثير ذلك سوءاً ما لم يتلقى الفرد مساعدة تتمثل في

مختلف الإرشادات النفسية، وما يتسلح به من قدرات وإمكانات للتغلب على الأفكار السلبية الناتجة عن التشاؤم. (الأنصاري، 1998).

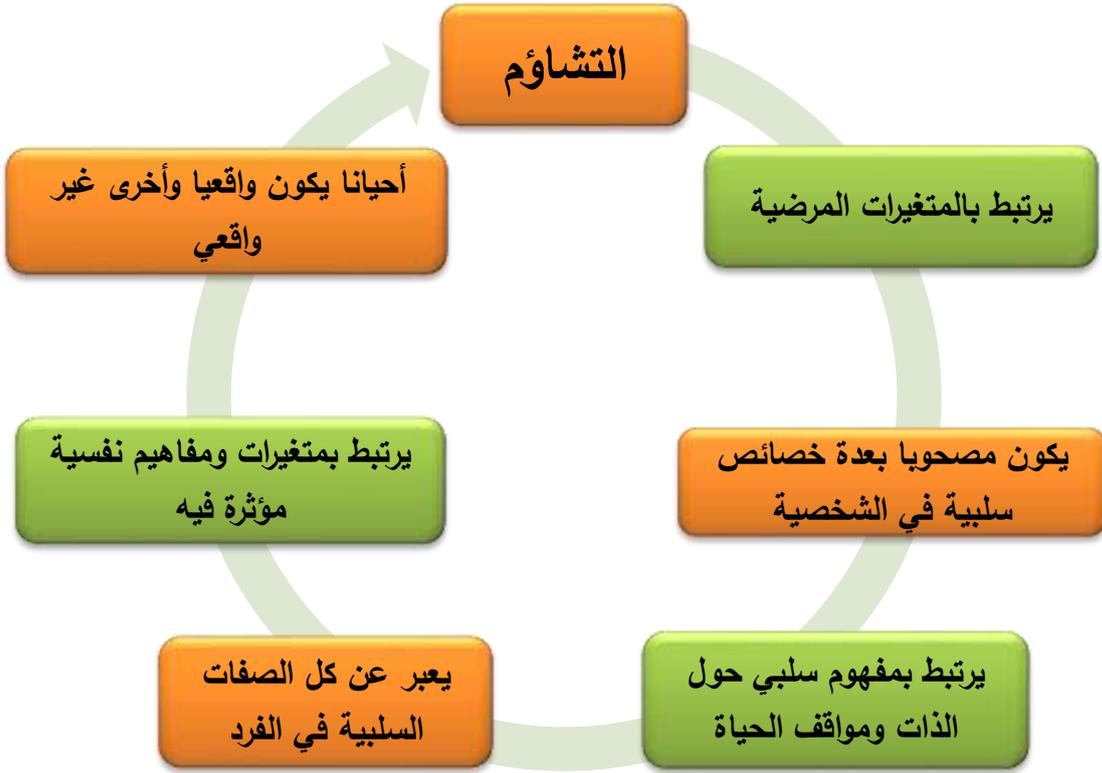
. دائما ما تكون صفة التشاؤم متبوعة بالروح الانهزامية لدى الفرد وتغلب عليه روح الفشل، إذ أن المتشائم كثيرا ما تهترقته بنفسه وبما يمكن أن يقوم به ويواجه به مختلف مواقف البيئة الاجتماعية، ويميل كثيرا لتوقع الإخفاق والفشل في القيام بما يجب أن يقوم به، وبهذا تكون خاصية التشاؤم بمثابة طريق أو بداية الطريق للفشل والإخفاق في مواجهة مختلف المواقف البيئية. (جولمان، د ت).

. سمة التشاؤم غيرها من السمات النفسية ترتبط بالعديد من المتغيرات والمفاهيم التي يمكن أن تعتبر مؤشرات دالة على أن الشخص متشائم أو غير ذلك، فعدم تطلع الفرد للمستقبل بكل عزيمة، ونظرته للنجاح بكونه صعب المنال، وكذلك اعتقاده المفرط والدائم بحدوث الشر أو الأثر السيئ، إنما هي مؤشرات توحي بأن الفرد متشائم، والتي على إثرها يمكن أن يوصف من الناحية الشخصية، بأن شخصيته شخصية متشائمة. (الأنصاري، 1998).

. يمكن أن ينظر للتشاؤم من حيث ناحيتين متلازمتين حسب قريهما أو بعدهما من الوقائع، أي واقعية أو غير واقعية الأفكار المتشائمة التي يتبناها الفرد في مختلف مواقف الحياة، إذ أن التشاؤم يمكن أن تكون طبيعته متسمة بالواقعية، وذلك في حالة ما تبني الفرد للنظرة التشاؤمية بناء على معطيات موضوعية مقبولة من المنظور المنطقي والتي تعبر بها عن وقائع سلبية متعلقة بحياة الفرد من حيث الطموح والقلق من المستقبل وما يمكن أن يرتبط به من آمال الفرد، ويمكن إلى جانب ذلك أن يتسم التشاؤم بطبيعة غير واقعية، في الحالة التي يفرط فيها الفرد في التشاؤم والتوقع السلبي في مختلف المواقف ولو كانت مواقف بسيطة لا تستحق ذلك، ففي هذه الحالة تكون النظرة غير مبنية على معطيات واقعية وغير مقبولة منطقيا، ويمكن أن نلاحظ هذا كثير في الأفراد الذين يعانون من اضطرابات على مستوى الشخصية. (الزيادي، 2002).

. التشاؤم كثيرا ما يرتبط بالمتغيرات المرضية غير السوية وغير المرغوب فيها، والتي تعد بمثابة نزعات سلوكية مرضية في شخصية الفرد، مثل اليأس، الميل إلى الانتحار، الوجدان السلبي، والفشل في حل المشكلات، القلق، والخوف من العقاب، الوحدة النفسية والاكنتاب، بحيث أن العديد من الدراسات أشارت إلى مختلف هذه المتغيرات كصفات ملازمة لمشكلة التشاؤم التي يعاني منها الفرد، مثل دراسة الخضر(1999)، وعليه فصفة التشاؤم في طبيعتها صفة ملازمة دائما لمشكلات شخصية يعاني منه الفرد، وهذه المشكلات يمكن أن تعبر من ناحية المظاهر والمؤشرات التي تدل على تشاؤم الفرد، ومن ناحية أخرى يمكن أن تعد من الأسباب والعوامل المؤدية للتشاؤم. (أبو الديار، 2010، ص 102-106).

إذن من خلال ما سبق وتناولناه حول طبيعة التشاؤم يمكن أن نشير إلى ما يمكن أن ينجم عن عدم الاتفاق بين الباحثين والمختصين حول مفهوم التشاؤم، فقد يختلف اثنين أو أكثر في تحديد معنى متفق لمفهوم التشاؤم، كون هذا المفهوم يحمل في طبيعته عدة صفات ومتغيرات ترتبط بالأثر الغير محمود أو توقع الأسوأ أو النظرة السلبية للحياة والأحداث المرتبطة بها، فتعددت أوجه الصفات التي تنسم بها خاصية التشاؤم بقدر ما هي سبب في عدم التوافق على مفهوم التشاؤم كما ظهر لنا في تعريفاته المختلفة من طرف الباحثين والمؤلفين، ومن هذا المنطلق يمكن إبراز طبيعة التشاؤم من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (10) الخصائص المحددة لطبيعة التشاؤم من تصميم الطالبة

3. التشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة به:

ترتبط مع مفهوم التشاؤم العديد من المتغيرات التي قد تحمل في معناها تعبيراً عن ظاهرة التشاؤم، غير أن هذه المتغيرات يمكن أن تختلف لحد معين مع مفهوم التشاؤم، وإن كانت قريبة منه، فذلك إنما من باب أن تلك المفاهيم يتضمنها التشاؤم، وهي جزء من مصطلح التشاؤم، تمثل أحد اللوازم المرافقة والمصاحبة له، أما هذه المفاهيم سنتناولها فيما يلي:

3.1. التفكير السلبي: هذا النمط من التفكير يتمثل في المبالغة في تقدير المواقف والتعامل معها بصورة سلبية، فعوض أن يتبنى الشخص نظرة واقعية للمواقف وفق تقييمات إيجابية يتوقع من خلالها الآثار الحميدة، فإنه العكس يتبنى نظرة سلبية وتوقعاً دائماً للأسوأ في مختلف الظروف والمواقف التي تصادفها، حتى وإن كانت بسيطة لا تستوجب التهويل والتعظيم، والأكثر من هذا فإن التفكير السلبي يجعل الفرد

يتوقع الأسوأ حتى مع غياب القرائن والمؤشرات التي تؤدي لتوقها، ويعتبرها بأنها حقيقة مطلقة مماثلة للعيان، حتى قبل التعايش والتعامل معها، أو اختبارها لمعرفة ما يمكن أن يتحقق بعدها.

وعليه فمن خلال مفهوم التفكير السلبي يظهر الخيط الرفيع الذي يفصله عن مفهوم التشاؤم، فإذا كان هذا الأخير يمثل نظرة سلبية للمستقبل ويتوقع عدم بلوغ النتائج المرضية والعواقب الحميدة، فإن التفكير السلبي يعبر مباشرة عن توقعات سلبية في المستقبل، وهكذا يمكننا أن نقول بأن التفكير السلبي هو أحد مظاهر التشاؤم، ومن المتغيرات المصاحبة والملازمة للتشاؤم. (روبيرت، 2005).

3.2. التطير: في المعنى الاصطلاحي يتمثل التطير بمعناه الواسع في التشاؤم من الأشياء أو الظروف أو المواقف، ويختلف التطير من الأشياء باختلاف الثقافات والديانات، فهناك من كان يتطير من الغراب، وهناك من كان يتطير من طائر البومة، وهناك من يتطير بأيام من الأشهر المعينة، وهذه الأشياء يتخذها الفرد كذئير شؤم فيحجم عن الخروج أو القيام بأعماله كلما صادف ما هو متطير به في وسطه الثقافي والاجتماعي، وبهذا يعبر التطير بصورة مباشرة عن التشاؤم، كونه يمثل في الاعتقاد العام التشاؤم من الأشياء، وأكثر من ذلك يمكن أن يكون التطير سببا في تبني الفرد للنظرة التشاؤمية. (مجدي، 1997، ص 15).

وعليه يمكن أن نقول بأن التشاؤم والتطير تربط بينهما علاقة سببية تجعل من كلاهما جزء من الآخر، فمن ناحية يمكن أن يكون التطير من الأسباب المؤدية للتشاؤم، فيكون بذلك التطير جزء أو عنصر من التشاؤم، ومن ناحية ثانية يمكن أن يترتب عن التشاؤم مشكلة التطير لدى الفرد، أين يؤدي به التشاؤم للخوف من مواجهة المواقف أو الظروف أو عناصر البيئة، لأن ينتهي بالتطير منها حتى ولو لم تكن معروفة من قبل في وسطه الثقافي والاجتماعي. (خليفة، 2001).

3.3. فقدان الأمل: فقدان الأمل يعبر عن عدم امتلاك الفرد لقوة الإرادة وقوة الدافع لتحقيق الأهداف المختلفة في الحياة، كما يعبر فقدان الأمل عن حالة وجدانية انفعالية تعبر عن شعور الفرد بعدم القدرة

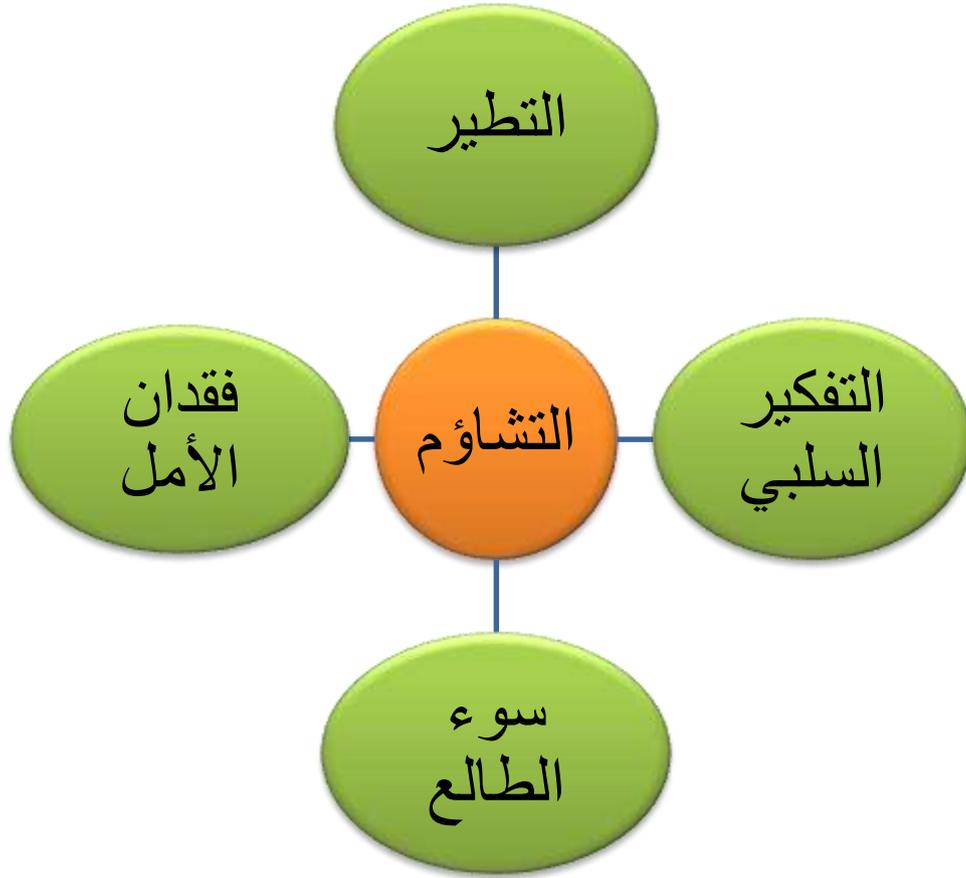
على النجاح، أين يصبح الفرد فاقدًا كلية التمني في بلوغ ما يرجوه من نتائج طيبة تساهم في تحقيق التفاؤل بعد أفضل (Peterson et Byron, 2008, p 786)، ومن هذا المنظور يمكن أن نفهم من فقدان الأمل أنه متغيرًا مرادفًا للتشاؤم، بمعنى آخر يمكن أن نؤكد في هذا الإطار بأن فقدان الأمل يمثل تعبيرًا صريحًا عن التشاؤم، ذلك أن التشاؤم يتمثل في طبيعته على أنه انخفاض في مستوى التوقعات الإيجابية جراء مرور الفرد بخبرة أو موقف معين، وهذا ما يؤدي به في النهاية إلى مشكلة فقدان الأمل بالنسبة له. وهكذا يتضح الترابط والتلازم في التعبير بين متغير التشاؤم ومتغير فقدان الأمل، ففي الوقت الذي يعد التشاؤم بمثابة عامل يؤدي بالفرد إلى فقدان الأمل في تحقيق ما يرجوه من نتائج إيجابية، فإن فقدان الأمل بدوره يتمثل في عامل أو متغير انفعالي شعوري يؤدي بالفرد إلى التشاؤم من خبرات الحياة وما يتوقعه من أثر سلبي في المستقبل. (عويضة، 1996).

3.4. سوء الطالع: يقترب كثيرا هذا المتغير في مفهومه العام من مفهوم التطير، أكثر من ارتباطه بمفهوم التشاؤم، وهذا لا يعني أن هذا المتغير ليس له علاقة بمفهوم التشاؤم، ذلك أن سوء الطالع هو المبرر الذي يقدمه بصورة متكررة الفرد المتشائم، كتبرير لتجارب الإخفاق التي يتعرض لها في مواقف معينة، أو كمبررات لتوقعات سلبية قد تحصل في المستقبل، وفي حقيقة الأمر الفرد الذي يرد كل شيء لسوء الطالع، إنما لا يبني توقعات قائمة على عمليات تقويم موضوعية لما قد يحصل من فشل أو عواقب غير حميدة، بناء على ما يمتلكه من قدرات وإمكانات أو معطيات الواقع الاجتماعي، بل يعبر بصريح العبارة عن تشاؤمه من المستقبل واستبعاده تحقق الأثر الإيجابي جراء مروره بخبرة أو موقف في مختلف مجالات الحياة. (بوير، 1994).

وبملاحظة بسيطة لتجارينا في الحياة كثيرا ما نرى الشخص المتشائم يستخدم الأسلوب التبريري لمواقف الفشل، أين يرد كل فشل يجنيه لسوء الطالع أو سوء الحظ، حتى تتكون بالنسبة له علاقة تلازمية بين التشاؤم وسوء الطالع، بحيث كل موقف يتشائم فيه يبرر ذلك بأنه شخص سيء الطالع، ولا يمكن أن

يتوقع أن يحقق النجاح أو النتيجة الإيجابية في المواقف البيئية، وكلما أصيب في النهاية بسوء الطالع كما يعتقد هو من منظوره الشخصي، كلما رد ذلك إلى تشاؤمه المسبق الذي توقع من خلاله الفشل بسبب سوء الطالع، وهكذا تتضح العلاقة بين متغيري سوء الطالع والتشاؤم. (الحبيب، 2008).

ومما سبق يمكن أن نلاحظ بأن هناك علاقة تحول بين التشاؤم ومختلف المتغيرات المرتبطة به، ذلك أن التطير وفقدان الأمل والاعتقاد بسوء الطالع وغير ذلك، إنما يمكن أن تعتبر بداية مراحل معينة لتحول الفرد من طبع التفاؤل إلى طبع التشاؤم، ومختلف هذه المتغيرات يمكن أن نعتبرها الطريق السلبية التي ينتقل من خلالها الفرد إلى دوامة التشاؤم، وفي نفس السياق، يمكن أن تمثل هذه المتغيرات بعض المؤشرات وبعض المفاهيم التي يعتقد في أنها تشاؤما بحد ذاته، أين يكون التشاؤم المحور الذي تدور حوله المتغيرات التي ذكرناها في هذا الخصوص، ومن خلال نظرتنا الخاصة يمكن أن نمثل محورية التشاؤم بالنسبة لهذه المتغيرات وفق الشكل التالي:



الشكل رقم (11) محورية التشاؤم لبعض المتغيرات المرتبطة به من تصميم الطالبة

4. أنواع التشاؤم:

هناك عدة أنواع من التشاؤم نوردتها فيما يلي:

- 4.1. التشاؤم غير الواقعي: يرتبط هذا النوع من التشاؤم بكم من الأفكار السلبية التي يتبناها الفرد حيال المواقف والأحداث والأفراد، وهي بالضرورة أفكار غير واقعية لا يمكن أن تبرر تلك المواقف والأحداث، أن يرد الفرد المتشائم كل نتائج غير سارة سواء الحاصلة أو المتوقعة في المستقبل إلى عوامل سوء الحظ أو سوء الطالع، بدلا من أن يربط تلك الأحداث والنتائج بمسؤولية فردية ذاتية، من خلال عدم التعامل السلس مع المواقف أو عدم التوفيق في توظيف القدرات الفردية أحسن توظيف، وأكثر ما ينجم عن هذا النوع من التشاؤم أن الفرد يبعد أي توقعات إيجابية في المستقبل، ويصدر الأحكام السلبية عن المواقف بصورة مسبقة حتى قبل المرور بخبرة الموقف أو الحدث. (خليفة، 2001).

وبهذا يكون هذا النوع من التشاؤم مرتبطا بصورة مطلقة بأنماط من التفكير الغير عقلانية والغير واقعية، يفكر بها الفرد وتؤدي به إلى الاستسلام المسبق للأحداث أو المواقف التي يواجهها، دون أن يبذل أي جهد أو مبادرة للتعامل الإيجابي معها، كونه يتشاءم بصورة مسبقة عن قدوم نتائج أو أحداث غير سارة، تجعله في النهاية يفكر بشبه مسلمة أنه ما دام الأثر معروف فلا داعي للمواجهة، فيترتب عن ذلك إجمامه عن مواجهة مختلف الظروف والمواقف التي تمثل تحد لأي كان. (عبد الخالق، 1996).

4. 2. التشاؤم الواقعي: يتمثل هذا النوع من التشاؤم في الصنف البعيد عن الحالة المرضية للشخص من حيث نظرتة للمستقبل وأحداث الحياة، أين يتبنى نظرة تشاؤمية حيال المواقف بناء على معطيات واقعية، نابعة من التوافق الشخصي مع معطيات الوقائع والأحداث والظروف الاجتماعية، فهذا النوع من التشاؤم يمكن أن يدفع بالفرد إلى تبني مختلف الحلول التي تمكنه من التعامل مع الحاضر لقلب النظرة التشاؤمية إلى تفاؤل بعد ومستقبل أفضل، فقد يكون طموح الفرد يفوق إمكانياته الخاصة، فيتبنى نظرة تشاؤمية حيال طموحه الشخصي، فهذا إن دل على شيء إنما يدل على تشاؤم واقعي، يساهم في تحقيق آثار إيجابية على شخصية الفرد، والتي من بينها أن يكون الشخص متوافقا ولا يسعى لطموح يفوق قدراته، مقابل ذلك يسعى لتوفير وضمان شروط تحقيق ذلك الطموح بصورة تدريجية.

4. 3. التشاؤم الدفاعي: يبني هذا النوع من التشاؤم على أنماط تفكير دفاعية تقوم على منطق تبرير الأحداث والنتائج بعوامل خارجة عن النطاق الفردي، بحيث أن التوقع السلبي للأحداث في المستقبل في ذهن المتشائم، على كون نفس الخبرة التي بذلوا فيها مجهودا في مواقف سابقة وأخفقوا فيها بالضرورة ستكون نفس النتائج في المستقبل، وهذا الموقف المسبق للتشاؤم إنما يتبناها الفرد بهدف تبرير عدم مبادرته للتعامل الإيجابي مع المواقف والأحداث، فيتخذ ذلك كنزعة أو آلية دفاعية يبرر به خموله في دوامة التشاؤم التي لا يستطيع الخروج منها، كونه قام بتكوين وتبني مواقف غير واقعية قائمة على نزعة تبريرية غير مقبولة منطقيا.

ويرتبط هذا النوع من التشاؤم بالأفراد الذي يجعلون من التشاؤم مذهباً ومبدءاً من المبادئ التي يطبقونها في حياتهم الخاصة، فشعارهم ما دام التشاؤم المسبق قائماً فلا داعي لتضييع الجهود الذاتية كما حدث في مواقف ماضية، كتبرير لتجربة الفشل التي كرسوا لديهم عقدة التشاؤم المسبق من الفشل في حد ذاته (مجدي، 1997).

4.4. التشاؤم السلبي: في مجمل الأحوال فإن مشكلة التشاؤم تعد سلبية في عمومها، بالنظر لما يمكن أن تحدثه من آثار سلبية على شخصية الفرد، وعلى المجتمع برمته، أما عن التشاؤم السلبي فهو ذلك النوع الذي يتصف به الفرد، ويجعله ضعيفاً نفسياً أين يتسم بالإحباط والتوتر والقلق النفسي وكذا الاكتئاب والإحباط، وكل هذه العوامل التي يفرزها التشاؤم تؤثر سلباً على شخصية الفرد، وتجعله غير قادراً على المبادرة والمواجهة لمواقف الحياة خصوصاً منها المواقف التي تتطلب منه الإقدام لتحقيق التوقعات الإيجابية بدلاً من التوقعات السلبية، وبهذا يكون التشاؤم سلبياً في حالة أثر بمختلف انعكاساته السلبية على شخصية الفرد، ويخلق له عدة مشكلات تعيق علاقاتها بالبيئة بمختلف المتغيرات المميزة لها. (خايف، 2001).

4.5. التشاؤم الإيجابي: رغم الطابع السلبي الذي يميز التشاؤم، إلا أن هذا لا يمنع من وجود نوع إيجابي من التشاؤم، وهذا يرتبط طبعاً بنمط التفكير الذي يتميز به الفرد، ففي هذه الحالة الفرد يملك الإرادة والرغبة في المواجهة لتحقيق الطموحات رغم الصعوبات التي قد تعترضه، كما يمكن أن يكون له التشاؤم ظاهرة إيجابية تدفعه للنشاط والمبادرة، إذ يمكنه من خلال تقييم التوقعات التي يمكن أن تؤول لها المواقف التي يواجهها، يستطيع أن يصدر الأحكام ويقرأ بشكل صحيح مختلف الاحتمالات السلبية منها والإيجابية، ويتخذ الإجراءات التي تجعله يتفادى التوقعات السلبية كخطوة وقائية استباقية، لتجنب مختلف العراقيل المعترضة له، كما يمكنه أن يوظف التوقعات الإيجابية أحسن توظيف في الحاضر ليحضر

مستقبله بنتائج أفضل، وهذا يكون التشاؤم دافعا له عوض أن يكون عاملا مثبتا لعزيمته، وعلى هذا النحو يمكن أن يكون التشاؤم سلبيا. (كانفيلد، د ت).

4.6. التشاؤم المؤقت: يتمثل هذا النوع من التشاؤم في تلك الحالة من فقدان الأمل في المستقبل وتوقع الأسوأ من طرف الفرد بصورة مؤقتة، قد يرتبط ببعض الأحداث والمواقف المحبطة التي يكون قد تعرض لها الفرد، وهي المواقف التي يمكن أن يتجاوزها الفرد في فرص أو أوقات لاحقة، أين يمكن له التعويض عن الإخفاق والفشل الذي سبب له حالة من التشاؤم، وهذه الأخيرة تنتهي بمجرد أن يتجاوز الفرد ذلك الموقف، فالتشاؤم هنا حالة مؤقتة ومقيدة بموقف تزول بزواله، وتطبع الميزة التفاضلية بناء على ذلك بالطابع الظرفي المؤقت.

وهنا لا بد أن نشير بأن حالة التشاؤم المؤقت تختلف في مدة ديمومتها من شخص لآخر ومن موقف لآخر، فهناك مواقف أكثر ضغطا على الفرد وإحباطا له، تساهم في جعل المدى الزمني لحالة التشاؤم طويلة نوعا ما، وعلى العكس كلما كان الموقف بسيطا كلما تضائل المدى الزمني لهذه الحالة، كما أنها ترتبط بشخصية الفرد من حيث الذكاء والقدرات الفردية وطرقه في التعامل مع المواقف ومدى قدرته على تحمل خبرات الفشل المحبطة، فكلما كان الشخص أكثر صلابة وقوة نفسية، وأكثر ذكاء في تقييم المواقف والتعامل اللين معها، كلما ساهم ذلك في التقليل من المدة الزمنية التي تستمر فيها حالة التشاؤم لدى الفرد (مجدي، 1997).

4.7. التشاؤم الدائم: هذا النوع يرتبط بصورة مباشرة بالنوع السابق، بحيث أن التشاؤم المؤقت قد تستمر خبرته لدى الفرد، حتى يصبح من أحد الخصائص والمميزات التي تطبع سلوكاته الذاتية، بحيث يستسلم كلية للمواقف ويصبح أكثر كسلا وخمولاً، وتخدم لديه روح المبادرة لمواجهة صعوبات الحياة، وكتبرير لذلك يبدي نزعة تشاؤمية غير مبررة منطقياً، وعليه فكلما اتسم الفرد بنمط شخصية انطوائي واستسلامي كلما اتسم بديمومة التشاؤم حيال المواقف والأحداث، وعليه يتمثل هذا النوع من التشاؤم في تلك الحالة

الدائمة نسبيا لدى الفرد ديمومة تصبح مظاهرها جلية للعيان، وعلى إثر ذلك يدرك الآخريين بأنه فردا متشائما.

وهذا النوع من التشاؤم يمكن أن يعتبر من الأمراض النفسية التي تميز شخصية الفرد، وقد تنتقل تأثيراتها لتجعله يعاني من أمراض نفسية أخرى كالقلق النفسي والكآبة والإحباط، وفي هذه الحالة من التشاؤم من المهم أن يخضع الفرد لبرامج علاج وإرشاد نفسي لكي يتجاوز هذه الحالة من التشاؤم (خائف، 2001).

إذن من خلال ما سبق نلاحظ بأن للتشاؤم أنواع عدة تختلف من حيث التصنيف فمنه ما هو إيجابي ومنه ما هو سلبي، أين يتصف بالإيجابية والسلبية بناء على ما ينعكس منه على شخصية الفرد، وما يحققه من جرائه من مكاسب أو يفقد من امتيازات، ومنه تشاؤم مؤقت عارض يرتبط بمواقف عابرة، ومنها ما هو دائم يرتبط أساسا بتراكم مواقف أثرت سلبا على الحياة النفسية للفرد، كما نجد التشاؤم يتراوح بين الواقعية وغير الواقعية، أين يرتبط بمواقف قومها الفرد تقويما واقعيا فكان التشاؤم إما بناء على معطيات واقعية أو معطيات غير واقعية، فضلا عما سبق يمكن أن يوظف الفرد سمة التشاؤم كآلية دفاعية، في الغالب تجعله يحجم عن مواجهة المخاطر ومواقف الحياة، بسبب توقعه المسبق للفشل في الموقف، أين يقوم بسلوكات تبريرية دفاعية مرتبطة أساسا بالتشاؤم كسبب لا كنتيجة، كما يمكن أن يصوره هو للآخرين.

ومن خلال ما سبق وبناء على تصورنا الخاص يمكن أن نختصر أنواع التشاؤم في الجدول التالي:

الجدول رقم (05) يوضح أنواع التشاؤم وخصائصه.

نوع التشاؤم	خصائصه
التشاؤم غير واقعي	<p>. مبني على أفكار سلبية غير واقعية</p> <p>. مرتبط بأنماط تفكير غير عقلانية</p> <p>. يرد فيها الفرد الأحداث السارة وغير سارة إلى عامل الحظ فقط</p> <p>. تمتاز فيه توقعات الفرد بالسلبية وتوقع الأثر السلبي.</p>
التشاؤم الواقعي	<p>. تمتاز الأفكار التشاؤمية للفرد بالواقعية</p> <p>. يدفع بالفرد إلى السعي لتحقيق آثار ونتائج حميدة في المستقبل.</p> <p>. يمتاز الفرد في هذا النوع بالقدرة على التوافق والموازنة بين الأهداف والإمكانات.</p>
التشاؤم الدفاعي	<p>. يميز أفكار الفرد وما حققه من نتائج بأفكار تبريرية خصوصا لما يتعلق الأمر بموقف الفشل والإخفاق</p> <p>. يمثل آلية دفاعية يعتمد عليها الفرد لتبرير المواقف.</p> <p>. يؤدي بالفرد إلى الكسل والخمول وعدم الإقبال على التفاعل مع مواقف الحياة.</p> <p>. يجعل الفرد يتبنى أفكار غير واقعية مبنية على مبررات واهية.</p>
التشاؤم السلبي	<p>. يجعل الفرد يعيش في دوامة من المشاكل النفسية كالقلق والإحباط والضغط والتوتر النفسي.</p> <p>. يجعل الفرد فاقدا للمبادرة ولا يقبل على التفاعل مع مختلف مواقف الحياة حتى البسيطة منها.</p> <p>. أفكار الفرد تمتاز بالسلبية والتوقع المسبق للفشل في كل موقف قد يصادفه.</p>

<p>. يؤثر سلبا على علاقة الفرد بالبيئة الاجتماعية المحيطة به.</p>	
<p>. يمكن أن يمثل دافعا بالنسبة للفرد لتحقيق الأفضل والخروج من دوامة التشاؤم. . يمتاز فيه الفرد بالتقويم الصحيح للأحداث والمواقف في الحياة. . يمثل هذا النوع عاملا محفزا للفرد لكي يبادر في مواجهة مواقف الحياة. . يجعل من أفكار الفرد أكثر عقلانية وواقعية.</p>	<p>التشاؤم الإيجابي</p>
<p>. هي حالة من التشاؤم غير مطلقة ترتبط بأحداث محبطة وتجارب فشل مؤقت. . يمثل حالة تشاؤمية مؤقتة تنتهي بمجرد مرور الفرد بتجربة وخبرة حياتية ناجحة. . يختلف في مدى ونسبة الديمومة تبعا لاختلاف الخصائص الشخصية للفرد من ذكاء وصلابة نفسية.</p>	<p>التشاؤم المؤقت</p>
<p>. يمثل استمرارية للتشاؤم المؤقت. . فيه يفقد الفرد المبادرة كلية. . يكون مصحوبا بالكثير من الحالات النفسية السلبية كالقلق والتوتر والكآبة والإحباط. . يتسم فيه الفرد بالتوقع المسبق للفشل والأثر السلبي.</p>	<p>التشاؤم الدائم</p>

5. خصائص الفرد المتشائم:

يمتاز الفرد المتشائم بالعديد من الصفات والخصائص السلبية، على العكس من الأفراد الآخرين في المجتمع، ومن بين أبرز هذه الصفات نذكر:

5.1. العجز عن التفاعل والاندماج الاجتماعي: بما أن الشخص المتشائم يتبنى نظرة سلبية نحو الأفراد والجماعات، فإنه لا يرى جدوى من التعامل مع المواقف الاجتماعية، بسبب نظرتة التشاؤمية من

المواقف والأحداث في الحاضر والمستقبل ولعل هذا ما يجعله ينأى بنفسه عن التعايش والتفاعل مع تلك الأحداث، وهكذا يعزل عن مختلف مواقف التفاعل الاجتماعي، ويعجز حتى عن الاندماج الاجتماعي سواء في المدرسة أو الوسط المهني، أو حتى الوسط الأسري. (صبحي، 1984).

5.2. الضعف أمام المشكلات: فالمتشائم كثيرا ما يتهرب عن تحمل مسؤولياته في المواقف التي يواجه فيها المشكلات، كونه متشائم بصورة مسبقة من النتيجة المتوقعة تحقيقها، بحيث يتوقع مباشرة الفشل في التغلب عليها دون أدنى محاولة لحلها، ذلك أنه يرى بأنه لا طائل من مواجهة المشكل وتضييع الوقت في محاولة معالجته ما دامت النتيجة متوقعة مسبقا، وأكثر من ذلك ما يميز المتشائم في مثل هذه الحالات أنه يرى في المشكلات التي يواجهها تحدي يصعب ويستحيل التغلب عليه، وهذا راجع في الأساس إلى سيطرة النزعة التشاؤمية على سلوكاته وتفكيره، سيطرة تجعل منه شخصا فاقدا للإرادة والطموح وروح المبادرة. (العزاني، 2011).

5.3. الخضوع للذكريات والأحداث المؤلمة: فعلى اعتبار أن الفرد المتشائم يعجز عن تقديم مبادرات تمكنه من تجاوز مواقف الإخفاق التي مثلت لديه أحداث صادمة ومؤلمة، وخبرة فشل، جعلته يتشائم من المواقف التي تمثل له تحدي وليس بالضرورة أن تكون مواقف متشابهة، فيحجم عن المواجهة ويبقى هذا محل صراع نفسي مع أحداث وآلام الماضي، دون أن يسعى لتغيير واقعه نحو الأفضل. (مجدي، 1997).

5.4. ضعف قدرة تحمل الإحباط: إن بقاء الميزة التشاؤمية لدى الشخص المتشائم، ما هي إلا دليلا صريحا عن عدم قدرته على تحمل مواقف سبق وأن فشل فيها دون أن يحقق طموحاته وأهدافه، والتي قد سببت له مشكلة الإحباط، وهذه المشكلة خاصة ملازمة دوما للمتشائم، بحيث أي موقف فشل يواجهه يصيبه مباشرة بالإحباط، خصوصا في حالة ما إذا تكررت خبرة الفشل في مواقف بيئية أو أحداث أو

خبرات مشابهة لتلك السابقة، وهذا يعزز أكثر طباع التشاؤم لديه، ومنه ملازمة مشكلة الإحباط له. (السبعوي، 2010).

5.5. عدم الاكتراث بالمستقبل: بالنظر لارتباط خاصية التشاؤم بالنظرة السلبية نحو المستقبل، فإن عدم التطلع لمستقبل أفضل والاكتفاء بالحاضر كما هو واقعا وحاصلا، يعد من السمات المميزة للفرد المتشائم بحيث أن التشاؤم كما أشرنا ينبط من عزمته ويفقده روح المبادرة لتحقيق مكاسب في المستقبل، ولا يقوم ببناء خطط أو تصورات حول المستقبل بمختلف مجالاته الاجتماعية والمهنية والدراسية والاقتصادية، ولا يملك صورة واضحة حول ما يريد أن يحققه في مختلف هذه المجالات، كونه لا يهتم مطلقا بالمستقبل بالنظر لبنائه توقعات سلبية وفقدان الأمل في تحقيق النجاح، وهذا تكون صفة فقدان الثقة في المستقبل صفة ملازمة للمتشائم، والتي قد تختلف باختلاف ديمومة النظرة التشاؤمية المرتبطة أصلا بخصائص شخصيته. (الحنضر، 1999).

5.6. فقدان الثقة والتوجس من الآخرين: على اعتبار أن المتشائم يتسم بسلوك الإحالة أو الآلية الدفاعية التي تقوم على سلوك الإزاحة، أين يرد كل إخفاق وفشل في الحياة إلى الأشخاص الآخرين، ويلقي عليهم باللوم كونه يعتبرهم من أسباب فشله، أو ينظر لنجاحاتهم نظرة سلبية، ويعتبرها سبب من أسباب فشله في النجاح مثلهم، فإنه في كل الأحيان يتوجس من الآخرين ويتعامل معهم بالشك، ولا يرغب في التفاعل معهم أو تبادل النقاشات أو إطلاعهم على مشكلاتهم ونواياهم في المستقبل، كون النزعة السلوكية التشاؤمية التي كونها باعتبار الآخرين هم السبب فيها، قد أفقدته الثقة فيهم، وابتعد كلية عن أي موقف قد يدفعه للتعامل المكروه معهم. (هاريس، 1992).

5.7. تضخيم المشكلات: بالنظر لآثار السلبية التي يخلفها التشاؤم على الفرد، أين يفقده الثقة بالنفس والقدرة على المبادرة، ومواجهة المشكلات، فإن الفرد في هذا الحال كثير ما يتهرب عن مواجهة المشكلات، ويبرر ذلك تبريرا ذاتيا بكون المشكلة كبيرة ويستحيل عليه أن يواجهها أو يتغلب عليها، وقد

لا يفكر في الحلول التي يمكن أن ينتهجها لمواجهةها، وهذا مهما كان حجم تلك المشكلة بسيطاً، كونه تتملكه نظرة تشاؤمية لما سيؤول إليه تعامله مع المشكلة، ولا يتوقع بالمطلق أن يحقق نتائج مرضية توصله لحلول لتلك المشكلة، التي أعطاها حجماً أكثر مما تستحق. (الزيادي، 2002).

5.8. البعد عن المرح: ما يلاحظ على المتشائم أنه شخص بعيداً عن العلاقات التفاعلية في الأوساط الاجتماعية، كما أنه لا يحبذ أداء أدوار اجتماعية مع الآخرين، أي أن شخصيته قد تتسم بنوع من الانطوائية، وهذه المشكلة لا تتوقف عند هذا الحد بل تفرض على المتشائم ظاهرة سلبية أخرى تتمثل في البعد عن المرح والمزاح أو ما يرتبط به من مواقف اللعب أو مواقف تستوجب من الفرد التحلي بروح مرحة قابلة للعبادة والمزاح، إذ أن البعد عن المرح من السمات المميزة له، بحيث يرفض من ناحية أن يمرح مع الآخرين في مواقف مهما استوجب من سلوك المرح، كما أنه يرفض أن يمرح معه الآخرين ولو أصروا على ذلك، وهذه الخاصية تظهر لدى الشخص المتشائم، كلما كان نمط شخصيته أكثر ميلاً للانطواء والعزلة الاجتماعية، وعلى العكس تقل كلما كان نمط شخصيته أقرب لسلوك الانبساط والاندماج الاجتماعي. (حجازي، 2000).

5.9. الاستخدام المفرط للآليات الدفاعية: تعد السمة الدفاعية من أهم الصفات التي يمتاز بها الشخص المتشائم، ذلك أنه في مجمل المواقف التي تتطلب منه المواجهة والإقدام، كثيراً ما يتهرب عنها ومبرر ذلك بالنسبة له، أنه يتوقع النتيجة السلبية بصورة مسبقة ولا داعي لتضييع الجهود في المواجهة ففي النهاية ستحمل آثار سلبية، وقد تصل لتهديد مكانته الاجتماعية في تصوره للمواقف، سواء أكانت مكانة في إطار الزمالة في الجماعات، أو مكانة في إطار البيئة الاجتماعية برمتها، وتعد ميزة الانسحاب الاجتماعي والعناد وآلية التبرير من أهم الخصائص الدفاعية التي يوظفها المتشائم بهدف إخفاء طبع التشاؤم، إذ أن التشاؤم هنا ليس سبباً في إقدام الفرد على هذه الآليات، حسب ما يحاول هو تصويره للغير

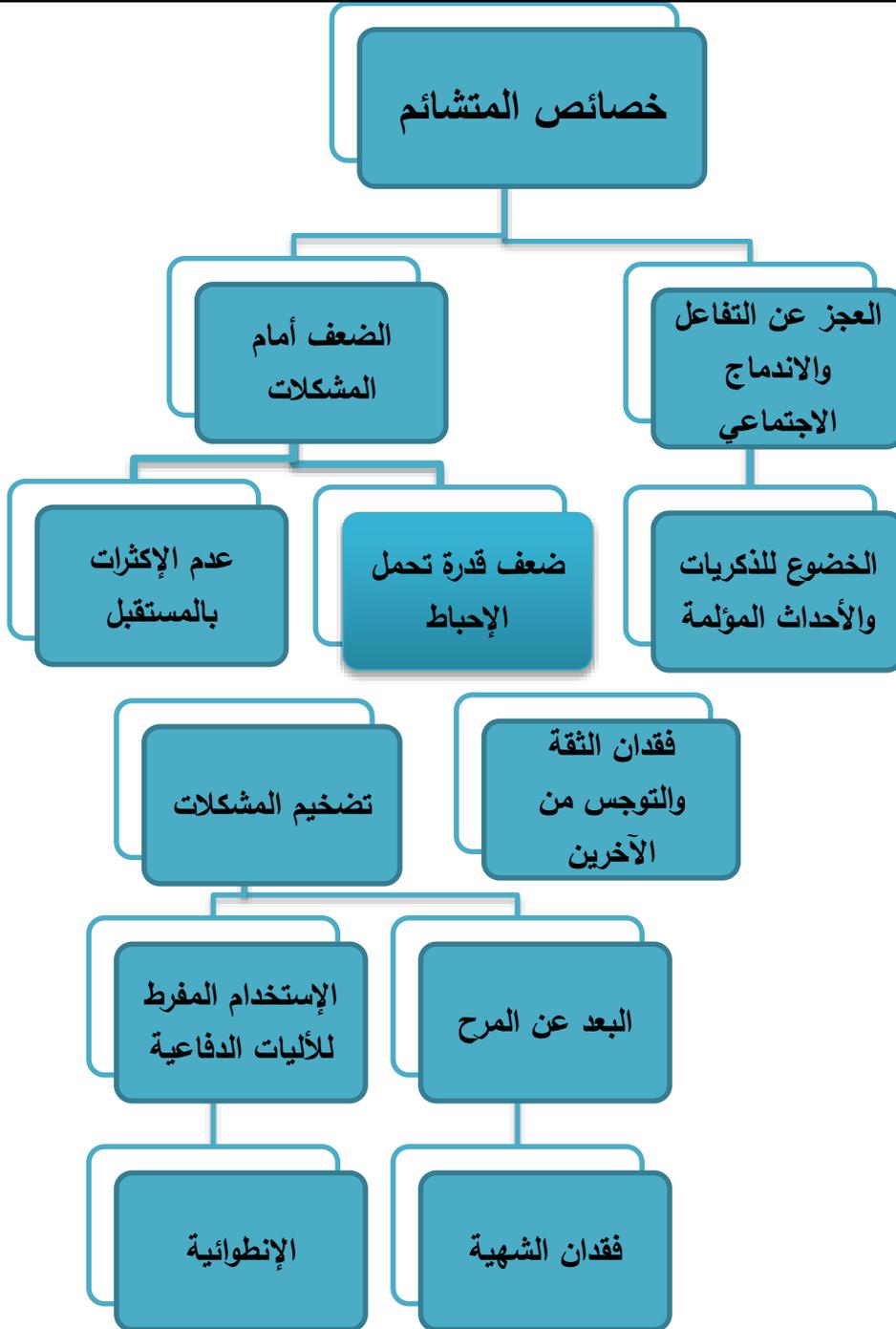
في المجتمع، بل هو نتيجة حتمية لتوظيف تلك الآليات بهدف التهرب من المواقف وعدم القدرة على مواجهة الحياة. (خايف، 2001).

5. 10. يعاني من فقدان الشهية: يعد فقدان الشهية من الانعكاسات التي تفرزها مشكلة التشاؤم على الفرد، وفي نفس الوقت تعد هذه المشكلة صفة ملازمة للفرد المتشائم، الذي فقد الرغبة والإرادة في مواجهة مشكلات ومواقف الحياة في البيئة الاجتماعية، والذي يمتاز من الأساس بالاستسلام الكلي للمشكلات وترك مآل الأمور للصدفة على ذلك يحمل نتائج وعواقب حميدة أو على الأقل تكون أقل سلبية، كما أن الفرد المتشائم يفقد الثقة بالنفس ويعيش في دوامة من سوء التوافق، ومع استمراره في التشاؤم من المواقف مع مرور الوقت تصبح فقدان الشهية للأكل وغيرها من الأمور سمة مميزة له. (سيد صبحي، 2003).

5. 11. الانطوائية: تعد السمة الانطوائية هي السمة البارزة التي يتصف بها المتشائم، وفي غالب الأحيان يكون معزولاً عن الأفراد والجماعات، وعن مختلف المواقف الاجتماعية التي تستوجب منه التحلي بقدر معين من التوافق والتفاعل مع الأحداث والمواقف التي لها أهمية فردية وأهمية اجتماعية، إذ أنه في غالب الأحيان يلاحظ على المتشائم أنه يعجز عن الاندماج مع البيئة الاجتماعية بكل ما تحمله من مواقف تستوجب من الفرد الانخراط والإقبال على الحياة، والسعي لتحقيق النجاحات والطموحات.

وعلى هذا الأساس يؤثر التشاؤم في غالب الأحيان سلبيًا على نمط شخصية الفرد، والذي ينطبع بالطبع التشاؤمي، وهذا ما يلاحظ عليه أنه شخص انطوائي على الذات، وهي المشكلة التي إن لم يتلقى الفرد الكفالة والإرشاد النفسي المناسب وفي الوقت المناسب، تتفاقم عليه مشكلة الانطوائية لتنتهي به في نهاية المطاف لانعكاسات سلبية على الحياة النفسية بصفة عامة والحياة الشخصية بصفة خاصة. (العجمي، 1996).

ما يمكن أن نلاحظه في هذا الخصوص أن الفرد المتشائم في الغالب يتسم بالعديد من الخصائص السلبية، التي تعبر عن ابتعاد الفرد عن معايير الشخصية المتزنة سلوكيا ونفسيا وانفعاليا، ذلك أن مشكلة التشاؤم تؤثر سلبا على مختلف جوانب شخصيته، وتجعله متمسما بهذا الكم من الخصائص السلبية، وما يجب أن نوضحه نحن في هذا الخصوص، أنه قلما يمكن أن يتصف نفس الفرد المتشائم بكل هذه الخصائص السلبية دفعة واحدة، بحيث يمكن لبعض هذه الخصائص والسمات أن يظهر في نفس الوقت الذي يمكن أن تغيب فيها الخصائص الأخرى، ويتوقف ظهور هذه الخصائص على نوع ومستوى التشاؤم لدى الفرد.



شكل رقم (12) يوضح خصائص الفرد المتشائم من تصميم الطالبة

6. التشاؤم في ضوء موضوعات علم النفس الإيجابي:

بما أن التشاؤم يعتبر متغيراً من متغيرات علم النفس الإيجابي، والتي حظيت بالدراسة النظرية والتطبيقية، مباشرة مع بداية استقلال علم النفس الإيجابي كميدان من ميادين علم النفس العام، فإن هذا يؤدي بنا بالضرورة لتسليط الضوء على هذا المتغير من حيث مكانته وعلاقته بمختلف موضوعات علم النفس الإيجابي، إذ ما من شك أن التشاؤم باعتباره أحد هذه الموضوعات، فلا مناص إذن من أن تكون له علاقة بتلك الموضوعات، وهذه العلاقة سنعرض لها فيما يلي:

6. 1. التشاؤم في ضوء السعادة النفسية: تعتبر السعادة حالة نفسية ثابتة نسبياً تشتمل على ثلاثة مكونات، الوجدان الإيجابي، غياب الوجدان السلبي، والرضا عن الحياة، وعليه تمثل السعادة تلك الحالة الانفعالية الوجدانية الإيجابية التي تميز الفرد من خلال تفاعله مع الحياة الاجتماعية في مختلف مجالاتها (Argyle, 2001, p 05)، ومن هذا المفهوم البسيط تتضح ما يمكن أن يكون للتشاؤم من علاقة تأثير سلبية مع السعادة النفسية، ففي الوقت الذي يعتبر مفهوم التشاؤم صفة سلبية يمكن أن يتسم بها الفرد، وما تمثله من عوائق في توافق الفرد مع الحياة والإقبال عليها، فإن السعادة النفسية تمثل ذلك البعد الإيجابي الذي يتأثر إيجابياً على عواطف ومشاعر وأنماط تفكير الفرد، ولذا فإن التشاؤم كصفة سلبية ملازمة للفرد، يمكن أن يتأثر سلباً على مستوى السعادة النفسية لدى الفرد، كون التشاؤم بمفهومها وما يخلف من أثر سلبي على نفسية الفرد، فإنه يمثل نقيضاً متميزاً عن السعادة النفسية، أين لا يمكن أن يشعر الفرد بالسعادة النفسية من شعوره بالتشاؤم من مواقف وعواقب الحاضر فضلاً عن مخاوفه عما سيحمله المستقبل له، من آثار ونتائج سلبية تحت تأثير توقع الأسوأ بصورة مسبقة من طرف الفرد. (مرسي، 2000).

ومن ناحية أخرى باعتبار الطابع الإيجابي للسعادة النفسية على الفرد، وما يمثله هذا المتغير من أهمية في دراسات علم النفس الإيجابي، فمن الممكن أن يتم تناول موضوع السعادة من جانب العوامل المؤدية

لشعور الفرد بها، إلى جانب مختلف العوامل التي يمكن أن تؤثر سلبا عليها، فلا يعيش الفرد في سعادة، ولعل التشاؤم من بين هذه العوامل المؤدية لعدم شعور الفرد بالسعادة، وهكذا تظهر المكانة والأهمية من دراسة التشاؤم في ضوء موضوعات علم النفس الإيجابي. (أندرو، 2005).

6. 2. التشاؤم في ضوء جودة الحياة: يعد موضوع جودة الحياة، من الموضوعات التي تستحوذ على حيزا هاما من الاهتمام من طرف الباحثين والدارسين في مختلف مجالات وميادين علم النفس، بالنظر لما يمثله هذا المتغير من أهمية بالنسبة لحياة الفرد والمجتمع بصفة عامة، كما أن النظر لهذا الموضوع من طرف الباحثين يختلف من حيث المعايير التي تعبر عن جودة الحياة، أو من حيث المفهوم والتحديد العام لمصطلح وموضوع جودة الحياة. (منسي وكاظم، 2006).

أما من حيث المعايير الدالة على جودة الحياة، فلا شك أن الحديث عنها، يقود مباشرة للعوامل التي تساعد الفرد على تحقيق جودة الحياة على الأقل من منظوره الشخصي، كما يمكن الحديث من ناحية متلازمة عن العوامل التي تعيق الفرد في تحقيق جودة الحياة، ولعل عامل التشاؤم من أبرز هذه العوامل التي تؤثر سلبا، سواء على نظرة الفرد لجودة الحياة، أو نظرة الباحثين لأثار التشاؤم على جودة الحياة لدى الفرد، فمن هذه الناحية يمكن أن يستمد التشاؤم مكانته في الدراسات والبحوث النفسية من حيث دوره ومكانته في ضوء متغير جودة الحياة، فبالنظر لما تمثله جودة الحياة من معايير إيجابية بالنسبة للفرد، من صحة نفسية جيدة، سعادة نفسية، التطلع للحياة والإقبال عليها، الصحة الجسمية وإيجابية تقدير ومفهوم الذات، كل هذه المعايير الإيجابية المعبرة عن جودة الحياة، تمنح الأهمية القصوى لدراسة التشاؤم كعامل سلبي يؤثر على مختلف جوانب الحياة النفسية الدراسية المهنية والاجتماعية للفرد، فجودة الحياة التي تمثل تعبير الفرد عن الرضا أو عدم الرضا تجاه المظاهر والجوانب المختلفة في الحياة، ومدى السعادة وصحته النفسية والجسمية، وشعوره بالرضا أو عدم الرضا عن الذات، أي شعور الفرد بالرضا يتلازم مع خاصية التشاؤم، التي تتضمن التوقعات السلبية من طرف الفرد حيال أحداث ومواقف الحاضر

والمستقبل، وهذا ما يشعر الفرد أيضا بعدم الرضا عن مختلف جوانب ومعايير جودة الحياة المتعارف عليها في حقل الدراسات النفسية. (رغداء علي، 2012).

6.3. التشاؤم في ضوء الرضا عن الحياة: يعتبر الرضا عن الحياة، من الموضوعات التي لها حيزا هاما في النظريات والدراسات المتعلقة بعلم النفس الإيجابي، إذ يتمثل الرضا عن الحياة في العملية التقييمية التي بموجبها يصدر الفرد الأحكام عن نوعية وجودة الحياة التي يعيشها، تبعا لنسقه القيمي، أين يعتمد الفرد على مقارنات لظروف حياته بالمستوى الأمثل للحياة والذي يعتقد أنه مناسب لحياته (الدسوقي، 1996، ص 162). ويرتبط الرضا عن الحياة بشكل وثيق مع جودة الحياة، بالنظر لتشابه المعايير التي تعبر عن جودة الحياة بالمعايير التي تعبر عن الرضا عن الحياة، والتي تشمل الرضا عن الحياة الدينية، الاقتصادية، والدراسية، المهنية، والرضا عن الحياة الاجتماعية، وهنا يمكن أن يكمن محل التشاؤم من الرضا عن الحياة، ذلك أن العناصر التي يمكن أن يتشأم منها الفرد، أي المجالات التي تكون محل توقعات سلبية من طرفه، هي المجالات الدراسية والاقتصادية والاجتماعية والمهنية، بحيث تكون توقعات النجاح والوصول لمعيار أمثل في هذه المجالات سلبية في ظل تشاؤم الفرد منها، وبالتالي عدم رضا الفرد عن الحياة فيما يخص هذه المجالات.

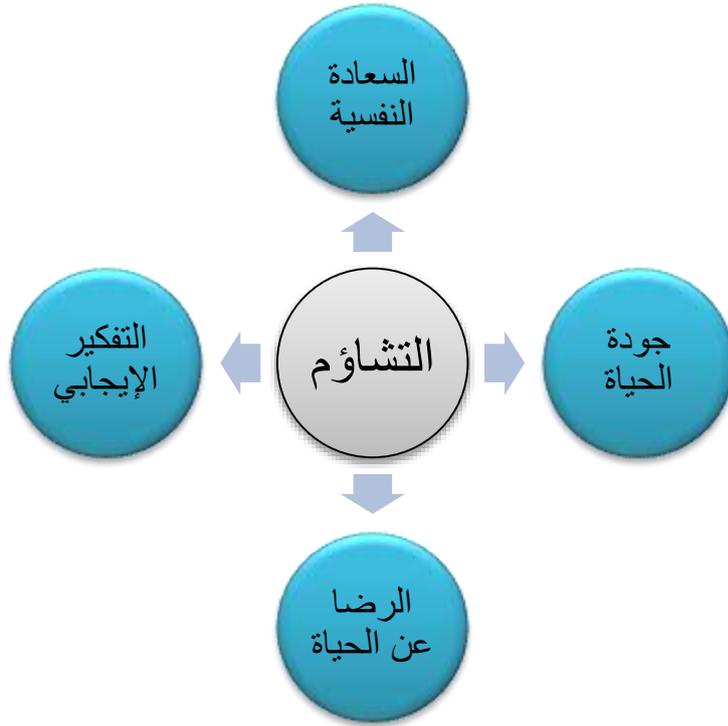
ومن هنا تظهر أهمية دراسة التشاؤم كعامل يمكن أن يؤثر سلبا على نظرة الفرد للحياة المثلى، ومنه التأثير السلبي في الرضا عن الحياة، هذا حتى ولو حقق بعض النجاحات في مجال معين والفشل في مجالات معينة، وعليه التشاؤم يمكن أن يكون محل دراسة في ضوء الدراسات النفسية المتعلقة بالرضا عن الحياة، كعامل مؤثر على الرضا عن الحياة ومختلف الموضوعات المرتبطة بعلم النفس الإيجابي. (نجوى، 2010).

6.4. التشاؤم في ضوء التفكير الإيجابي: بصفة عامة يتمثل التفكير الإيجابي في نظرة الفرد وتفكيره بطرق إيجابية في الموضوعات والمواقف في إطار تفاعله والسعي لتوافقه مع البيئة الاجتماعية، تفكير

يتضمن النظرة النقدية والتقييمية الإيجابية للأمور بعيدا عن الأفكار اللاعقلانية التي تجعل من الشخصية شخصية سلبية في تعاملها مع مختلف شروط وظروف ومعطيات البيئة، وعليه في ضوء هذا المتغير يمكن أن يعتبر التشاؤم من منظور علم النفس الإيجابي، من أنماط التفكير السلبي التي يمكن أن يتصرف الفرد المنطبع بهذا النمط التفكيري انطبعا سلبيا بعيدا عن معايير الشخصية الإيجابية المتفائلة المتطلعة للحياة والمتوافقة إيجابيا مع البيئة الاجتماعية. (الدسوقي، 1996).

وعلى هذا الأساس فإن دراسة التفكير الإيجابي لدى الأفراد والجماعات، يستوجب دراسة مختلف متغيرات ومعايير هذا النمط من التفكير، مقابل دراسة ما يتعارض معها من أنماط تفكير غير سوية، تبعد الفرد كلية عن التفكير الإيجابي الذي يستجبه التفاعل الإيجابي مع البيئة، ولعل الأفكار التشاؤمية من أبرز أنماط التفكير السلبي التي تتعارض مع معايير التفكير الإيجابي، والتي تجعل من تصرفات وردود فعل الفرد تتم بطريقة للاعقلانية بعيدا عن الواقعية، فمن المهم دراسة التشاؤم من حيث أثره السلبي على التفكير الإيجابي. (باسي ودولفان، 2012).

ومن خلال ما سبق يتضح بأن مختلف الموضوعات التي يدرسها علم النفس الإيجابي، دائما ما يكون متغير التشاؤم إحدى المحاور الرئيسية التي تكون مدروسة في ظل تلك المتغيرات، فجوذة الحياة يعد استبعاد عامل التشاؤم من الفرد إحدى المعايير المعبرة عنها، كما أن التفكير الإيجابي يمكن أن يكون في ظله التشاؤم في حالة غيابه، إحدى المؤشرات المعبرة عن التفكير الإيجابي للفرد، وكذلك الحال بالنسبة للسعادة النفسية، أين يعد حضور أو غياب عنصر التشاؤم مؤشرا دالا عليه، وهكذا تتضح المكانة التي يحتلها متغير التشاؤم بالنسبة للأبحاث والدراسات التي تتناول مختلف متغيرات ومفاهيم علم النفس الإيجابي، ولكي نوضح أكثر محورية التشاؤم في مختلف متغيرات التي تتناولها الدراسات في علم النفس الإيجابي، وذلك من خلال الشكل التوضيحي التالي:



الشكل رقم (13) محورية التشاؤم في ظل متغيرات علم النفس الإيجابي من تصميم الطالبة

7. العوامل المسببة للتشاؤم:

من خلال اعتبارنا لطبيعة التشاؤم بأنه حالة من التفكير السلبي التي يتبناها الفرد وبأنها تتميز بالثبات النسبي، أين يشعر بها الفرد في فترة معينة ولا يشعر بها في فترات أخرى، يمكن أن نتأكد بأن التشاؤم ينتج عن أسباب معينة، منها ما لها علاقة بظروف البيئة، ومنها ما لها علاقة بالعوامل الذاتية المرتبطة بالفرد، وفيما يلي سنتناول مختلف هذه الأسباب والعوامل:

7.1. العوامل الذاتية:

وهي العوامل التي ترتبط بالسمات الشخصية لدى الفرد، والتي لها دورا مهما في مختلف مجالات حياته، فضلا عن سمات وخصائص شخصية الفرد من الناحية النفسية والذهنية، أما هذه العوامل فنذكر منها:

7.1.1. ضعف الإرادة والطموح: فمن بين أهم الأسباب الذاتية المؤدية للتشاؤم لدى الفرد، نجد ضعف إرادة الفرد في مواجهة مختلف مواقف الحياة، وانخفاض في مستوى طموحه الذي يعد أساسا من أسس مواكبة مشروع الحياة لدى الفرد، إذ أن فقدان الإرادة كثيرا ما يلزم ضعفا وانخفاضا حادا في مستوى الطموح، ففي هذه الحالة نجد الفرد عاجزا عن تحديد معالم مشروع الحياة وما يرتبط به من أهداف، سواء على المستوى الدراسي أو المستوى المهني، أو غيرها من مناحي ومستويات الحياة الاجتماعية، ففقد الإرادة والطموح كثيرا ما لا يأمل تحقيق النجاح في المستقبل المنظور، ويرى نفسه غير كفء وغير قادر على تحقيق النجاحات المرتبطة بأهدافه في الحياة، إلى أن ينقلب ذلك عليه بتلك النزعة التشاؤمية التي يسلك فيها في مختلف المواقف والمراحل المفصلية في حياته، فيوصف على إثر ذلك بأن طبعه الشخصي مهما كان صنفه بأنه ذو صبغة تشاؤمية. (الحنضر، 1999).

7.1.2. الاستعداد الشخصي للتشاؤم: كثيرا من أصناف البشر لديهم استعدادا شخصيا للتشاؤم مهما كانت المواقف بسيطة، بحيث كثيرا ما تسيطر عليهم النظرة التشاؤمية إما لأسباب وراثية في نادر الأحيان، وفي الغالب تعود لأسباب بيئية ترتبط أساسا بتجارب الفشل والتجارب المحبطة التي يكون قد تعرض لها الفرد في موقف أو أكثر من مواقف الحياة، وأن تكرار تلك التجارب المحبطة في غالب الأحيان تولد لدى الشخص استعدادا آليا للتشاؤم حيال المواقف والأحداث خصوصا الضاغطة منها. (خايف، 2001).

7.1.3. قلق المستقبل لدى الفرد: القلق من المستقبل سواء أكان مستقبلا دراسيا أو مستقبلا اجتماعيا أو مهنيا، وما يتبعه من آثار سلبية على الحياة النفسية للفرد، والتي ينتج عنها عدم قدرته على التوافق مع مختلف المواقف والمخاوف النفسية المصاحبة للقلق، يساهم في ولوج الفرد في دوامة من التوتر النفسي وسوء التوافق مع متطلبات البيئة الاجتماعية بمختلف أبعادها، فتظهر عليه ملامح التشاؤم الدائم المصحوب بالخوف مما يحمله المستقبل له، خصوصا لما تتكامل تجربة القلق من المستقبل مع بعض

متغيرات البيئة الاجتماعية، مثل انعدام فرص العمل وانتشار مشكلة البطالة، وغيرها من آفات اجتماعية مصاحبة لها، كل هذه العوامل المؤدية للقلق من المستقبل تساهم في معاناة الفرد من مشكلة التشاؤم. (النابلسي، 1999).

7.1.4. الميل إلى الفشل: فشل الفرد في تحقيق بعض الطموحات والأهداف الواقعية في الحياة، أو ما يمر به من خبرات لم يحقق فيها النتائج غير المرغوبة، تساهم بما لا يدع مجالاً للشك في جعل الفرد تتنابه حالة الخوف من الفشل في مواقف مماثلة للمواقف السابقة، والتي مر من خلالها بتجربة الفشل تجعله يعيش في حالة من الشك والصراع والخوف من مواجهة المواقف الجديدة، من عدم قدرته على التعامل معها بصورة إيجابية وسلسلة، وهذا ما يجعله يحجم عن المواجهة ولا يقدم على أي أداء في التعامل مع ذلك الموقف، بحيث كل هذا يعد بمثابة انعكاسات لحالات التشاؤم التي يعاني منها حيال الموقف الذي يصادفه في البيئة، وذلك نتيجة ميله المباشر للشعور بالفشل وعدم القدرة على تحقيق النجاح والنتائج المرغوبة فيها، سواء من منظوره الشخصي أو من منظور الأفراد المحيطين به في البيئة، ودائماً ما يشعر بأنه صورته تمثل صورة الإنسان الفاشل في الحياة، وهذا الموقف المثبط لعزيمته وطموحه يساهم في النهاية في التعايش مع حالة التشاؤم التي تبقى ملازمة له، إلى أن يلقي التشجيع ويقوم بالمبادرة الذاتية للتعامل السلس مع الموقف، وتحقيق نجاحا فيه ولو كان نجاحا طفيفا، ومن دون ذلك يبقى الفرد يعاني من حالة التشاؤم في جل المواقف مهما كانت هذه الأخيرة بسيطة لا تستوجب جهدا كبيرا أو مهارة عالية في التعامل معها. (بوبر، 1994).

7.1.5. عامل العمر: تعتبر المراحل العمرية من العوامل التي يمكن أن تسبب التشاؤم لدى الفرد، بحيث أنه كلما تقدم الشخص في السن كلما ساهم ذلك بظهور سمة التشاؤم لديه، وهذا مفاده أن مراحل العمر الأولى الطفولة والمراهقة ومرحلة الرشد والشباب، هي مراحل بناء الطموحات والأمني والأهداف بالنسبة للفرد، ومن البديهي أنه كلما كانت للفرد طموحات وأهداف ذات معنى في الحياة، كلما كان ذلك دافعا

لكي يتفاعل الفرد مع الحياة ويسعى بكل إرادة لتحقيق تلك الطموحات، وعليه يكون مقبلا على ذلك وكله عزمًا وتفاؤلاً لتحقيق ما يمكن من أهداف، وعامل الأهداف والطموحات هي العوامل التي ينخفض سقفها لدى الفرد كلما تقدم في العمر ووصل للمراحل المتقدمة الكهولة والشيخوخة، أين تقل الطموحات في إطار ما يسمى بأزمة أواخر العمر، ولعل الشيخ تقل طموحاته أكثر ويكون عرضة لفقدان الأمل في المستقبل، والتشاؤم من المستقبل نظير انعدام الأهداف والطموحات. (حجازي، 2000).

7.1.6. مستوى التدين: على اعتبار ما يمثله الدين للجانب الروحي من حياة الإنسان، وما يمكن أن يمنحه للفرد من مزايا إيجابية، من استقرار نفسي وعاطفي، وما يرسخه من أخلاق ومبادئ لدى الفرد، مثل خلق القناعة والرضا بما قدره الله على عبده، وبالنظر لما يلعبه الدين بصورة عامة في مختلف جوانب حياة الفرد الاقتصادية والسياسية والاجتماعية، فإن عامل التدين عاملاً مهماً في ظهور أو غياب سمة التشاؤم لدى الفرد، ذلك أن كلما اقترب الشخص بدرجة كبيرة من التدين، كلما كان أكثر استقرار وقناعة ورضا عن النفس، وابتعد بذلك عن النظرة التشاؤمية، وكلما كان أكثر بعداً من الدين، كلما اضطرب واستسلم للمواقف الصعبة وأصيب بالإحباط، وكان بذلك أكثر عرضة للشعور بالتشاؤم، وما تجدر الإشارة بأن عامل الدين ودوره في ظهور التشاؤم أو غيابه، يختلف باختلاف ديانة الشخص عن ديانة الشخص الآخر، كما لا يمكن لعامل التدين أن يؤثر بمفرده على التشاؤم أو عدمه، بمعزل عن الظروف والتقاليد والثقافة الاجتماعية المحيطة بالفرد، وفي هذا الخصوص فقد أثبتت دراسة أحمد عبد الخالق (1996)، العلاقة بين التدين والتشاؤم، بحيث توصل في دراسة أجراها على عينة من أفراد متدينين، وعينة متجانسة أخرى مكونة من أفراد أقل تديناً، فوجد بأن هناك فروقاً دالة إحصائية في مستوى التشاؤم بين عينة الأفراد المتدينين، وعينة الأفراد أقل تديناً، بحيث كانت الفروق دالة إحصائياً لصالح الأفراد الأقل تديناً، وهذا ما يؤكد على أن الفئة الأولى أقل تشاؤماً من الفئة الثانية، ومنه ما يعزز فرضية تأثير عامل التدين على ظهور سمة التشاؤم لدى الفرد. (عبد الخالق، 1996).

7.1.7. **7.1. تدني المستوى المعرفي:** بالنظر لما تمثله المعرفة من دور في تعامل وتوافق الفرد مع البيئة، أين يكون الرصيد المعرفي عاملا مساعدا للفرد على تقويم المواقف والأحداث، وابتكار الطرق والآليات الناجعة في التعامل الصحيح معها، وبالتالي ما تمنحه للفرد من القدرة على مجابهة الأحداث الضاغطة في الحاضر والمستقبل، وعلى هذا الأساس فإن ضعف الرصيد العلمي المعرفي لدى الفرد، يعد من أهم العوامل التي تقود بالفرد لتوقع الفشل المسبق، في مواجهة مشكلات وتحديات الحاضر والمستقبل، بكل ما تتطلبه من مهارات عقلية وسلوكية تساهم في توافق الفرد مع البيئة، وهذه المهارات من المؤكد أن الفرد المتشائم يفتقد لها، ومنه يجد صعوبات في قدرته على مواجهة تلك المواقف التي ينقاد فيها مباشرة للفشل، وكلما استمرت خبرة الفشل لديه، ومع مرور الوقت وتجدد المواقف الضاغطة التي تساهم في تراكم تلك الخبرات السلبية، فبمرور الوقت يصبح التشاؤم لديه بمثابة ميل من الميول السلبية، ودائما ما يتوقع الفشل المسبق بناء على تراكم تلك الخبرة، وانطباع تفكيره بالميل للتشاؤم. (النايلسي، 1999).

7.2. العوامل البيئية:

تشمل هذه العوامل مختلف المتغيرات والظروف المرتبطة بالبيئة الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد بصورة مستمرة، فهي إذن عوامل ترتبط بأبعاد البيئة الاجتماعية التي يعد الفرد عنصرا أساسيا منها، وهو ليس بمعزل عن التعايش والتفاعل معها، فهي في النهاية تمثل عوامل سلبية تساهم في التشاؤم لدى الفرد، والتي نوردتها فيما يلي:

7.2.1. **التنشئة الاجتماعية:** تعد عملية التنشئة الاجتماعية منظومة اجتماعية متكونة من لغة وعادات وقيم واتجاهات سائدة في المجتمع، والتي لها دور في نشأة المفهوم اللغوي والاجتماعي لمتغير التشاؤم على وجه الخصوص، وبناء على ذلك يكتسب الفرد مفهوم التشاؤم من خلال ما يعارض ما اكتسبه وتلقنه في مختلف مراحل تنشئته، فما طبع عليه الفرد من مفاهيم حول بعض القيم والعادات الاجتماعية، والتي تصبح منطبقة بالاكتساب في شخصيته، بل وتصبح جزء منه، فحين مجابهته المواقف الاجتماعية

المفاجئة تجعله يتصرف على نحو ما تعلمه من مفاهيم وتفسيرات وفق ما تقتضيه العادات والتقاليد الاجتماعية، ففي حالة تصرف على نحو يعارض تلك العادات والتقاليد، فإنه يشعر بأنه خرج عن المألوف وتصرف على نحو مخالف لما هو شائع ومقبول اجتماعيا، ويجعله ذلك يشعر بأنه محل غضب وسخط المجتمع، فيميل في الغالب إلى التشاؤم والعكس صحيح. (الأنصاري، 1998).

7.2.2. الأساليب التربوية الخاطئة: في الكثير من المواقف التي يخطئ فيها الفرد، خصوصا في مرحلتي الطفولة والمراهقة، أين يمتاز بحب الاكتشاف وإثبات الذات وإشباع بعض الرغبات، والتي قد يتصرف الأولياء في سبيل كفها على نحو سلبي، كاللجوء إلى العقاب من أجل إسكات الرغبات التي تريد الاستمتاع بمباهج الحياة، وإحباط سعي المراهق من خلال إحباط عزيمته في سبيل تحقيق الرغبات بأساليب سلبية كالزجر والتعنيف، كلها هذه الأساليب التي هي إيجابية من منظور الكبار أو الأولياء ما دامت تكف سلوكات غير مرغوب فيها، في الحقيقة ما هي إلا أساليب تربوية سلبية وخطئة، تساهم في تثبيط عزيمة الفرد وتكف إرادته والرغبة في المبادرة وتحقيق الطموح، سرعان ما تنعكس هذه الأساليب سلبا عليه، ومن مظاهر ذلك أن يظهر سلوك التشاؤم الدائم حيال كل موقف يتطلب منه القيام بالمبادرة وبذل جهد وأداء ممكن لتحقيق أهداف الحياة والتغلب على تحديات مختلف المواقف بغرض إثبات الذات. (الحكاك، 2001).

7.2.3. العوامل الاقتصادية: تؤدي العوامل الاقتصادية إلى التشاؤم إما بصورة فردية أو بصورة جماعية أين يمكن أن تؤدي لشعور مجتمع برمته بالتشاؤم من جراء العوامل الاقتصادية السيئة التي قد يمر بها البلد المتضمن لذلك المجتمع، فمؤشرات التراجع الاقتصادي وما يفرزه من مشكلات اجتماعية على وجه الخصوص مشكلة البطالة، إذا أخذنا بعين الاعتبار ما للشغل والعمل من أهمية في بناء المستقبل الفردي والجماعي، فإن عامل البطالة في هذه الحالة يفرز بدوره الكثير من الأزمات على الفرد والمجتمع، فتظهر النظرة التشاؤمية من المستقبل بالنسبة للفرد والمجتمع، أين تترجم الظروف الاقتصادية الصعبة سلوك

التشاؤم وتوقعات الأسوأ في المستقبل، وهكذا ينتج التشاؤم الجماعي من جراء الظروف الاقتصادية السيئة للمجتمع.

أما من الناحية الفردية فإن الظروف الاقتصادية السيئة للفرد، على سبيل المثال فالدخل الفردي الزهيد، وما ينجر عنه من ظروف صعبة، سواء في الدراسة أو في مجال الحياة والاحتياجات اليومية، التي يصعب تلبيتها، هي عوامل اقتصادية صعبة تساهم في تبني الفرد لنظرة تشاؤمية حول المستقبل، بالنظر لما يواجهه الفرد من صعوبات في توفير مقدرات وإمكانيات المواجهة للواقع المستقبلي بكل ما يفرضه من مستلزمات وإمكانيات وشروط اقتصادية، لا يمتلكها الفرد من الأساس، ومن المنطقي إذن أن يكون في النهاية ذو توقعات منخفضة ومتشائم من المستقبل. (الأنصاري، 1998).

وما يمكننا التعقيب عليه خصيصا في العامل الاقتصادي ودوره في التشاؤم، على الأقل من منظورنا الخاص، هو أن تأثير هذا العامل في ظهور التشاؤم الجماعي، يكون أكثر خطورة من مساهمته في ظهور التشاؤم الفردي، ذلك أن المجتمع لما تسوده النظرة التشاؤمية بصورة عامة، يصبح مجتمع مهدد في استمراره ووجوده، وهو مجتمع معرض للإحباط وما يترتب عنه من مشكلات.

7. 2. 4. المواقف الاجتماعية الطارئة: في بعض الأحيان من خلال علاقة الفرد بالبيئة الاجتماعية، يتعرض للكثير من المواقف الاجتماعية الصعبة، والتي قد يتعرض لها بصورة فجائية دون أن يكون مستعدا لمواجهتها، وهذه المواقف قد تسبب له تجارب الفشل أو تسبب له الإخفاق في مخططاته أو مشروعات الحياة التي سبق وأن صممها، بما يتوافق مع قدراته وإمكاناته الذاتية، وهذه المواقف الطارئة تسبب في خلط حساباته وتؤثر سلبا في تنفيذ تلك الخطط والمشاريع، إلى أن ينتهي به المطاف للفشل والإخفاق، وكنتيجة حتمية لذلك يتعرض الفرد لمشكلات نفسية كثيرة تساهم بدورها في ظهور مشكلة التشاؤم لديه. (الأنصاري، 1998).

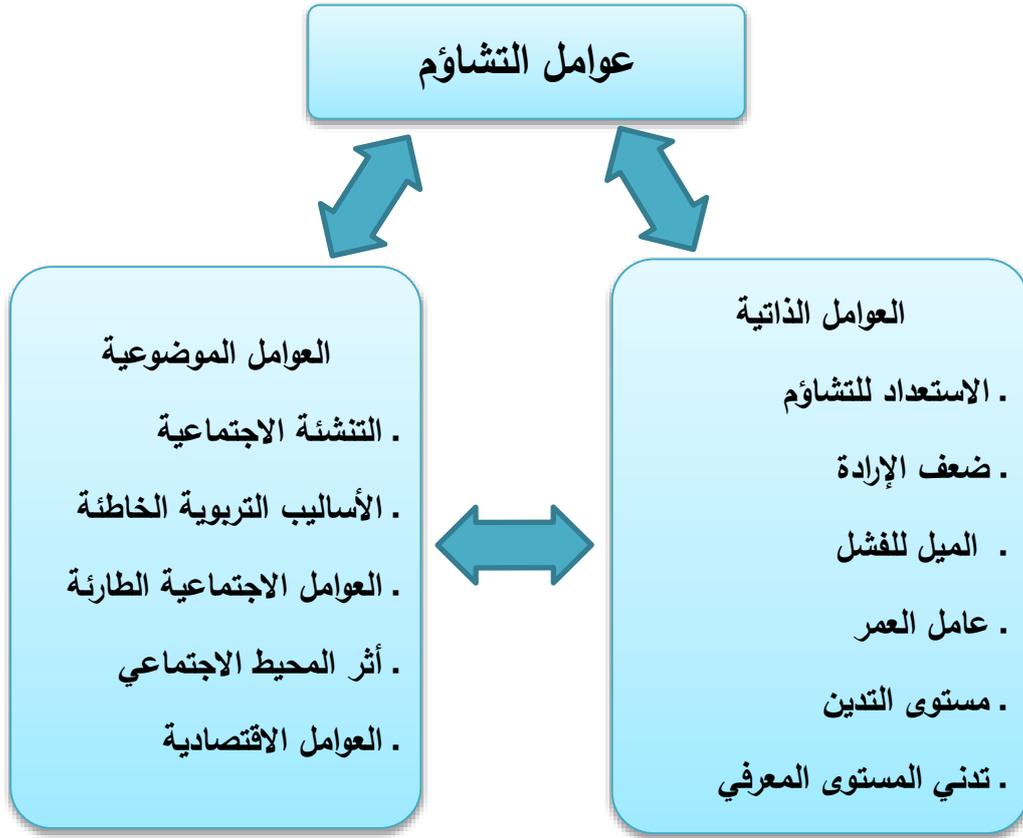
من المهم أن نشير هنا إلى أن تأثير العوامل الاجتماعية الطارئة في شعور الفرد بالتشاؤم، يختلف حسب اختلاف تلك المواقف والعوامل، من حيث درجة صعوبتها لدى الفرد، ومن حيث الآثار السلبية التي تحدثها على خطط ومشاريع الفرد في الحياة، كما يمكن أن تختلف باختلاف أساليب تعامل الفرد ودرجة قدرته على التوافق نفسيا معها، وأيضا بدرجة توقعاته لتلك الظروف والمواقف المفاجئة، إذا كلما توقعها الفرد كلما ساهم ذلك في تعامله السلس معها، ومنه سهولة أو صعوبة تجاوزها، وهذا يمكن أن تساهم العوامل الطارئة في البيئة على تبني الفرد للنظرة التشاؤمية في الحاضر أو المستقبل. (العجمي، 1996).

7. 2. 5. أثر المحيط الاجتماعي للفرد: يمكن أن يلعب الأشخاص المحيطين بالفرد في المجتمع، في ظل العلاقات الاجتماعية التي يكونها الفرد، سواء في الأسرة أو المدرسة (معلمين وتلاميذ)، أو في إطار مختلف الجماعات المرجعية التي ينخرط فيها الفرد، دورا هاما ومؤثرا في تبني الشخص للنظرة التشاؤمية للأمور ومواقف الحياة، ذلك أن الأساليب السلبية في تعامل الآخرين معه، تلعب دورا سلبيا في التأثير على أنماط تفكير الفرد، ففي إطار المواقف التي يبديها الآخرون حياله، مثل النقد الهدام والمستمر، مواقف التهكم جراء كل موقف فشل يقع فيه الفرد، أو مواقف الاستخفاف والاستهزاء التي يتعرض لها من طرف الآخرين، سرعان ما تساهم في ضعف مستوى تقدير الذات، وضعف الثقة بالنفس لديه، وبالتالي شعوره بنقص الكفاءة وعدم القدرة في مواجهة المواقف والمشكلات المتعلقة بجوانب حياته المختلفة، كما يتسبب له بالخوف من الفشل وتوقع الأثر السلبي جراء كل موقف يتطلب جهدا ومواجهة من طرفه، وفي النهاية هذه العوامل لما تتراكم في ذهنه، يتبنى بالضرورة العديد من الأفكار السلبية، ولعل أبرزها الأفكار التشاؤمية. (العيسوي، 1997).

لا بد من الإشارة إلى أن أثر هذا العامل في تبني الفرد للأفكار التشاؤمية، يختلف من شخص لآخر، حسب الخصائص النفسية ونمط شخصية الفرد، فالفرد المتمتع بصلابة نفسية يكون أكثر مقاومة

لانتقادات وتهكم واستهزاء الآخرين به، ومنه قلة احتمال تبنيه للتفكير التشاؤمي، على العكس من الشخص الذي لا يتمتع بالتماسك والصلابة النفسية، كما أن الشخص ذو نمط الشخصية الانطوائي على سبيل المثال، يكون سريع التأثر بالمواقف السلبية التي يبديها الآخرون منه، وبالتالي يسهل عليه تبني الأفكار التشاؤمية. (عويضة، 1996).

وكخلاصة لهذا العنصر، فإن العوامل المؤدية للتشاؤم تتعدد وتتوزع بين العوامل الذاتية والموضوعية، وكل منها يختلف تأثيرها السلبي على الفرد، وهذا التأثير هو الذي يحدد درجة مساهمة هذا العامل أو ذاك في دخول الفرد في حالة التشاؤم، وهذا الاختلاف في التأثير طبعا يرتبط بالسياق العام الذي تأتي في ظلها هذه العوامل، غير أنه ما يجب أن نشير إليه هنا أن العوامل البيئية يمكن أن تكون أكثر تأثيرا في حدوث حالة التشاؤم لدى الفرد، ذلك أن العديد من العوامل الذاتية يمكن أن تتأثر درجة تأثيرها في التشاؤم، بدرجة تأثير السياق والظروف البيئية التي تتفاعل معها، وفيما يلي نختصر العوامل الذاتية والموضوعية المؤدية للتشاؤم



الشكل رقم (14) العوامل الذاتية والموضوعية المؤدية للتشاؤم من تصميم الطالبة.

8. آثار التشاؤم على الفرد:

لا شك أن التشاؤم بحكم أنها مشكلة سلبية لدى الفرد، إذ أنها تمثل متغير له معاني من السلبية تطبع الفرد من حيث علاقاته بالبيئة الاجتماعية، ولا شك أن هذه المشكلة تفرز عدة انعكاسات وآثار سلبية على الفرد، ومن بين هذه الآثار نذكر:

8. 1. ضعف المبادرة الشخصية: فالمتشائم دائماً ما يظهر أنه خاملاً كسولاً لا يتفاعل بإيجابية مع المواقف التي تتطلب منه المبادرة والتحدي، كما أنه قليل السعي لتحقيق ما يراه ضروري في حياته اليومية من حيث كل مجالاتها الدراسية والمهنية والاجتماعية، فالمتشائم إذن دائماً في المؤخرة لا يرتقي نحو تحسين أوضاعه ولا يتطلع لتحقيق النجاحات التي يحققها أقرانه من نفس القدرات والإمكانات، وهذا يعود

بالأساس لتبني المتشائم لمفاهيم خاطئة ترتبط بمعتقدات وأفكار الفرد حول الحياة، والأكثر من ذلك المتشائم لا يسعى لتصحيح مفاهيمه ولا يبحث عن معرفة نقاط الضعف من القوة في جميع تصرفاته، ومنه لا يبادر لتجاوز نقاط الضعف وتثمين نقاط القوة وتحسينها أكثر في المستقبل، كما أنه لا يستطيع التعامل مع مواقف الإخفاق بسلاسة وبإيجابية، فإذا أخفق في الدراسة أو في مشروع شخصي معين، أرجع ذلك كله لسوء الحظ أو سوء الطالع، ويترتب عن ذلك كله عدم التحلي بروح المبادرة والنشاط لتحقيق ما أخفق عنه في الحاضر مستقبلا في مواقف أخرى، كونه من الأساس لا يشخص أسباب الإخفاق بدقة وموضوعية. (النايلسي، 1999).

8.2. النظرة الحادة للناس: المتشائم دائما ما يلقي باللوم على ظروف خارجة عن نطاق الذات كلما واجه موقفا صعبا ومحبطا، أو كلما مر بتجربة الفشل والإخفاق، وكنتيجة لذلك يتبنى نظرة سلبية وحادة للآخرين، الذي قد يلقي باللوم عليهم كسبب أو عامل ساهم في فشله وعجزه عن تحقيق هدفه في الحياة، فبدلا من أن يتخذ النماذج الناجحة في المجتمع كقدوة لتحقيق الأهداف والطموحات الشخصية، نجده يلقي باللوم عليهم ويعتبر نجاحهم إما بطرق غير سوية أو بسبب ظروف ساعدتهم وكانت سببا في عدم حصوله على فرص النجاح وتحقيق الطموحات الشخصية، ومن مظاهر النظرة السلبية للآخرين، نجد التغافل عن جدهم واجتهادهم وصبرهم ومثابرتهم وجميع محاسنهم التي مكنتهم من النجاح، الأحكام الإنتقاضية من الآخرين ومن قدراتهم الشخصية، تأويل كلامهم أو نجاحهم في منطقتهم لا يمكن تبريره، اعتبار نفسه دائما هو الضحية في مختلف المواقف التي يخفق فيها أمام الآخرين. (خليفة، 2001).

8.3. اليأس: بما أن التشاؤم يؤدي بالفرد إلى فقدان النظرة والتوقعات الإيجابية للأحداث والعوامل في الحاضر والمستقبل، فهذه الخبرة لها انعكاسات سلبية على الفرد، ذلك أن التشاؤم وعدم التطلع لمستقبل أفضل ونتائج إيجابية في أي موقف، يؤدي بالفرد إلى فقدان المبادرة في التعامل مع المواقف، ويستمر به

الحال في ذلك إلى أن يبلغ درجة من فقدان الكي للحركية والنشاط وتضعف عملية التفاعل الإيجابي مع البيئة، وبذلك يصبح يائسا عاجزا عن المواجهة، ولا يستطيع حتى مجرد التفكير في الحلول التي تساهم في تحسين أحواله نحو الأفضل. (الأنصاري، 2002).

8.4. ضعف البدن: لا تنحصر الانعكاسات السلبية للتشاؤم على الحياة النفسية للفرد فقط، بل قد يمتد ذلك إلى الحالة الجسدية والبدنية له، وذلك من خلال الترابط الموجود بين الألم النفسي والألم الجسدي، فالمتشائم من الناحية النفسية يكون بالضرورة غارقا في الكآبة والإحباط والعديد من المشكلات النفسية، كما يمكنه أن يعاني من مشكلة فقدان الشهية وغيرها من الأعراض البيولوجية والسيكو سوماتية، والتي مع مرور الوقت ومع استمرارها لدى الفرد بسبب استمرارية التشاؤم، قد تتحول لأمراض نفسية تؤثر سلبا على حالته البدنية، ومن مظاهر ذلك يهزل ويضعف جسديا، وهذا ما يؤدي بالضرورة إلى حالة من الضعف البدني التي تلاحظ عليه، وكل ذلك من نتائج التشاؤم لدى الفرد. (خليفة، 2001).

8.5. العزلة والانطواء: فالذي يعاني من مشكلة التشاؤم كثيرا ما يفقد الثقة في الناس وفي قدرته على مواجهة المواقف، وأكثر من ذلك يمكن أن يتبنى اتجاهات سلبية نحو الأفراد الآخرين ولا يثق في أحد ولا يستطيع بناء علاقات تفاعل إيجابية في أوساط الأفراد والجماعات، فحال هذا الفرد أنه يتبنى أفكار تشاؤمية ويعتبر الأفراد مصدر الفشل في تحقيق أهداف الحياة، والتي جعلته متشائما من المستقبل، وهكذا إلى غاية أن يرتد ذلك التشاؤم على الشخصية في مشكلة العزلة عن المجتمع، والانطواء على الذات، بحيث أن مشكلة التشاؤم كثيرا ما ينجم عنها مشكلات شخصية أخرى، ولعل العزلة والانطواء الاجتماعي من أهم المظاهر والآثار السلبية التي تطبع الشخص المتشائم.

8.6. العيش مع الماضي وإهمال الحاضر: من الانعكاسات السلبية للتشاؤم على الفرد أنه لا يقدم على مواجهة الحاضر بشروطه والمستقبل بمتطلباته، فيبقى حبيس الماضي وما حققه من إنجازات في الماضي سواء إنجازات مهمة أو إنجازات لا معنى لها، ولا تساهم في تطوير شخصية الفرد، كونها بهذا الطبع

التشاؤمي يفتقدون القدرة على مجابهة المستقبل بما يمتلكونه من إمكانيات في الحاضر، وأكثر من ذلك يعتبرون الماضي بما فيه من نجاحات ولو كانت ضئيلة، هو سبب في الفشل في تحقيق النجاح في الحاضر، وحتما سيكون كل جهد مبذول بلا نتيجة في المستقبل، وهكذا يبقى الفرد المتشائم حبيس الماضي. (الفتي، د ت).

7.8. ضعف الهمة: هذه النتيجة ترتبط مباشرة بما يصاحب الفرد المتشائم من أفكار سلبية ترتبط بتحدياته في الحاضر والمستقبل، ولعل من بين أبرز هذه الأفكار النظرة بسلبية للمستقبل، التفكير في الإخفاق في مواجهة التحديات والمشكلات أكثر من التفكير في إمكانية تحقيق النجاح، التفكير في عواقب الخيبة الناتجة عن احتمال الإخفاق والفشل في تحقيق النجاح أو التغلب على المشكلات، وغيرها من الأفكار التي تجعل الفرد حبيس حلقة مفرغة مضمونه الإخفاق والخوف من الحاضر والمستقبل، وهذه الأنماط من الأفكار، تجعل الفرد خاملا غير مبادرا، ضعيف الهمة لا يرجو إلا تحقيق أهداف بسيطة لا معنى لها، وهي أهداف يقوم الفرد بتعظيم شأنها، كسلوك تبريري وتعويضي عن الخمول والكسل، وعدم القدرة على المبادرة، وبهذا تكون أهداف الفرد في مستوى متدني مقارنة بأقرانه سواء في الدراسة، أو في العمل أو في المجال الأسري، أو في مختلف مجالات الحياة الاجتماعية بصفة عامة، فمع سيطرة التفكير التشاؤمي على الفرد، وما يصاحبه من أفكار سلبية، فإنه يفقد روح الإرادة والسعي لتحقيق الأفضل، فيظهر لدى الآخرين بكونه شخص عادي لا يمكن أن يعتمد عليه، حتى في أبسط الأمور، كونه هو بنفسه قام بالتقليص من حجم الطموحات والأهداف، بحجة عدم المقدرة على تحقيقها، هذا طبعا وعلى الأقل من وجهة نظره الشخصية. (عبادة، د ت).

8.8. ضعف الدافعية الشخصية: الكثير من المواقف التشاؤمية وفي حالة استمرار مداها بالنسبة للفرد، تجعل من الفرد أكثر خمولا وضعفا في الإقبال على التفاعل مع مواقف الحياة، وبالتالي تؤدي بالفرد إلى ضعف الدافعية الشخصية أثناء مواجهة مختلف المواقف، على اعتبار أنه يتوقع مسبقا الفشل في تحقيق

الأهداف من تلك الخبرة، بالنظر لمواقف الفشل والإحباط التي مر بها سابقا، ولعلنا قد أشرنا في أنواع التشاؤم التي استعرضناها سابقا في هذا الفصل إلى أن مختلف أنواع التشاؤم تتشابه في تأثيرها على الفرد من حيث أنه تؤدي به إلى فقدان المبادرة الفردية والخمول في جل المواقف، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على أن الفرد فقد دافع الإنجاز في مختلف المواقف. (خليفة، 2001).

من خلال مجمل ما سبق نتأكد بأن سمة التشاؤم لها أبعاد وانعكاسات سلبية على الفرد، ذلك أن خاصية التشاؤم تؤثر سلبا على الحالة النفسية للفرد، وهي الحالة التي ينتقل تأثيرها للجانب الجسدي في شخصية الفرد، غير أن تأثير التشاؤم لا يتوقف على الفرد فقط، بل يمكن أن يمتد تأثيرها على المجتمع، خصوصا لما يشمل شريحة واسعة من أفراد المجتمع، ويكون ناتجا عن ظروف متعلقة بالمجتمع في المجال السياسي أو الاقتصادي أو غيرها من المجالات والميادين، أين لا ينتظر أفراد المجتمع أفقا أفضل وغدا مشرقا بالنسبة للفرد والمجتمع، وهذا ما يجعلنا نؤكد على أهمية علاج مشكلة التشاؤم بالنسبة للمجتمع، قبل أهميتها بالنسبة للفرد.

. تدريب الفرد على التفكير الإيجابي أثناء التعامل مع المشكلة، بهدف تمكينه من التفكير في مختلف جوانب المشكلة وما يرتبط بها من حلول ممكنة.

. تدريب الفرد على محاولة حل وعلاج المشكلة فور وقوعها، والتعامل معها بكل إقدام بعيدا عن الإحجام والتخوف من عواقب الحل، فتعليق الحلول يسبب توتر النفس والقلق والضغط ومنه التعامل معها بصورة غير سوية، بمعنى أن المعالجة الفورية يمكن أن يحل المشكلة ويحول دون تفاقمها، ومنه استبعاد تراكم خبرات التشاؤم وتوقع الأثر السلبي جراء التعامل معها.

. تدريب الفرد على اكتساب الخبرة من الآخرين في تعاملهم مع المشكلات التي يمكن أن تؤدي للتشاؤم في حالة تفاقمها، فاستشارة ذوي الخبرة في الحياة من الحلول المجدية في التعامل مع المشكلات. (بوبر، 1994).

9.2. تدريب الفرد على السيطرة الذاتية: يقصد بالسيطرة الذاتية من المنظور النفسي، قدرة الفرد على الحفاظ والهدوء والاستقرار النفسي في المواقف الصعبة، التي لا يتوقع منها الفرد تحقيق النتائج المرضية، وميزة السيطرة على الذات أثناء مواجهة المشكلة تمكن الفرد من توجيه تفكيره توجيها سليما، يساهم في التعامل الموضوعي والمناسب مع الموقف أو المشكلة، كما يمكنه من توظيف مختلف قدراته الذاتية لإيجاد الحلول وتحقيق النجاحات مهما كان الموقف صعبا، وكلما تراكمت خبرة النجاح لديه، كلما أدى به ذلك إلى توقع الأثر الإيجابي في مواقف حياتية أخرى، سواء اختلفت المشكلات أم تشابهت مع ما سبقها من مواقف، وهكذا كلما يواجه مشكلا أو موقفا مثل امتحان دراسي أو امتحان مهني، كلما تفاعل بتحقيق النتائج المرضية. (الفاقي، د ت).

9.3. تدريب الفرد على استراتيجيات تحقيق الطموح: في هذا الخصوص يمكن الاعتماد على برامج إرشاد وتدريب نفسي، تستهدف تمكين الفرد المتشائم من التدريب على حسن اختيار وبناء الطموحات، بطرق عقلانية بعيدا عن الاندفاع العاطفي، مع تدريبه على طرق التفكير المثلى التي قد تمكنه من

تحديد مختلف استراتيجيات تنفيذ وتحقيق الطموحات الدراسية والمهنية وغيرها من طموحات اجتماعية، فعلى اعتبار المدى البعيد لما يمكن أن يطمح إليه الفرد من أمني وأهداف في الحياة، فلا يمكن أن يتم تحقيق طموحات بعيدة المدى، إلا من خلال بناء وتنفيذ محكم لاستراتيجيات بناءة في تحقيق الطموح. (بولتون، 2011).

ومن ناحية أخرى فبالنظر للعلاقة بين الفشل في تحقيق الطموحات، مع تبني الفرد النظرة التشاؤمية في الحياة، فلا شك إذن أن تدريب الفرد على استراتيجيات تحقيق الطموحات تعد من الآليات المهمة التي يمكن أن تساهم في تغيير النظرة التشاؤمية لديه، ودفعه للتفاؤل والإقبال على الحياة. (انتصار، 1987) ومن الإرشادات والتدريبات التي يمكن أن تقدم للفرد في هذا الخصوص ما يلي:

. تعويد الفرد على التوفيق بين مختلف قدراته وإمكانياته المختلفة، وما يستتجبه الطموح لبلوغه، من خلال تدريبه على التقييم العقلاني والصحيح لتلك القدرات التي يمتلكها، وما إذا كانت تمكنه من تحقيق تلك الطموحات، ففي مجال الدراسة يمكن تقديم إرشاد نفسي لتحقيق الطموح الدراسي، أما في العمل فيمكن إرشاده لسبل بناء مخططاته والتوافق المهني الإيجابي.

. إكسابه قناعة تمثل أحد أهم مبادئ الطموح، وهي أنه لا يوجد هدف أو طموح مستحيل أو غير قابل للتحقيق، وإنما تحقيقه يمكن إذا اتبعنا الخطوات والإجراءات المناسبة، مع بذل الجهد الذي يستتجبه الطموح.

. إرشاد الفرد إلى عدم الالتفات للتجارب المثبطة للعزيمة، تلك التجارب لأشخاص فشلوا في تحقيق نفس الطموحات، والتي تكون قد أثرت سلبا عليهم، وجعلته أكثر تشاؤما وتوقعا للفشل، بحيث لكل شخص أسلوب في الحياة إذا عرف كيف ينتهجه سيصل حتما للطموح.

. تشجيع الشخص المتشائم على التعبير عن ذاته، بكل ما يمتلكه من إمكانيات وقدرات، والإفصاح الصريح عن طموحاته وما يصبو إلى تحقيقه من أهداف وأمنيات في الحياة، وتشجيعه على العمل

لتحقيقها، فهذا الإجراء من شأنه أن يخلصه من المشاعر المحبطة ومخاوف المستقبل التي كانت سببا في تشاؤمه. (عبد الفتاح، 1999).

9.4. تدريب الفرد ببرامج تطوير وتنمية المهارات الذاتية: لقد أسس علم التنمية البشرية وتطوير الذات، للعديد من الأسس والمبادئ النظرية والتطبيقية، التي يمكن أن تساهم في جعل الفرد قادرا على الرقي والتطور الذاتي، وعليه يعتبر تدريب الفرد على مهارات تطوير الذات، من أهم الإجراءات المتاحة لعلاج مشكلة التشاؤم، فتدريب الفرد على مهارات الثقة بالنفس، ومهارات توكيد وإثبات الذات، ومهارات القدرة على حل المشكلات، ومهارات الإبداع والابتكار، ومهارات التفكير بمختلف أشكاله، ومهارات التقييم، يمكن من خلال تدريب الفرد على مختلف هذه المهارات، أن تمنحه القدرة على التعامل مع مختلف المواقف الطارئة في مختلف ميادين الحياة، بكل سهولة وتوظيف أمثل للقدرة الذاتية للتعامل معها بطرق إيجابية وإبداع حلول لها كلما تجددت، وتجنبيه خبرات الفشل التي يمكن أن تساهم في النظرة التشاؤمية لدى الفرد. (أسعد، 1986).

إن مساعدة الفرد على تطوير مهاراته الذاتية، يجعلها أثر ثقة بالنفس وأكثر شعورا بالكفاءة الذاتية، والقدرة على حل المشكلات وتحقيق الطموحات، وهذا العامل بدوره يساهم في إقبال الفرد على الحياة، والسعي قدما لتحقيق الأهداف والطموحات وتحقيق مشاريع الحياة بكل ثبات، بعيد عن الأفكار السلبية مثل الخوف من الفشل والإخفاق، التوقعات السلبية جراء المرور بخبرة وموقف، النظرة السلبية للمستقبل، ومن شأن إبعاد هذه الأفكار عن الفرد أن تساهم تبني نظرة تفاؤلية حول المستقبل، وهكذا تساهم مختلف برامج الإرشاد القائمة تنمية وتطوير المهارات الذاتية، في قدرة الفرد على مواجهة الحياة بمختلف شروطها ومتطلباتها، دون الخضوع للأفكار التشاؤمية المرتبطة بالخوف من الفشل. (بولطون، 2011).

9.5. الإرشاد القائم على علاج أسباب التشاؤم: يمكن توظيف العديد من البرامج الإرشادية التي تركز في علاج التشاؤم على معالجة العديد من الأسباب المؤدية للتشاؤم، من الخوف والقلق من المستقبل

والقلق النفسي بصفة عامة، إذ تعد مخاوف وقلق المستقبل سواء لدى التلميذ في المدرسة، أو الطالب في الجامعة، أو المتريص في مراكز التكوين، من أحد الأسباب المؤدية للتشاؤم وبدرجة كبيرة، ولذا حضي بالتركيز على علاج مثل هذه الأسباب التي يمكن أن تساهم وتضاعف من شدة التشاؤم لدى الفرد، وفي هذا الخصوص يمكن استخدام العديد من طرق الإرشاد والعلاجات النفسية، والتي من بينها:

. العلاج باللعب: بحيث يعد هذا النوع من العلاج، من أهم الطرق التي تضع الفرد في مواقف تفاعلية تحاكي المواقف والواقع الاجتماعي، ومفاد هذا الأسلوب في الإرشاد أن يدمج الشخص في موقف اللعب توزع فيه أدوار عدة مثل دور الطبيب أو المهندس، أي كل دور له علاقة بمكانة اجتماعية أو شخصية تمثل المثل الأعلى في الطموح لدى الفرد، بغرض تشجيعه على النظرة المشرقة المتفائلة للمستقبل، وكذلك بهدف تقليص أثر ضغوط الحياة على الفرد والتي سببت له القلق والخوف من المستقبل، أي أسلوب لعب بهدف استبدال المخاوف والقلق النفسي، بسمات نفسية تعبر عن فعالية الفرد في الحياة، مثل الاندفاع الايجابي والإقبال في مواقف الصراع النفسي وغيرها. (الجبيل، 2000).

إذن يفيد هذا الأسلوب الإرشادي العلاجي، في دمج الفرد في مواقف تساعد على اكتساب مهارات التفاعل والتواصل والتعامل الإيجابي مع مواقف الحياة، بعيدا عن الأفكار التشاؤمية، وهذا النوع من العلاج يكون أجدى وانفع مع الفرد في مرحلة الطفولة والمراهقة.

. السيكودراما: وهي أسلوب إرشادي قائم على تمثيل الأدوار في مواقف اجتماعية تحاكي الواقع مع ارتباط ذلك بحالة المسترشد، فالشخص المتشائم من المستقبل يمكن دمجه في موقف السيكودراما أين تسند له مهمة تمثيل دور مستقبل يمثل له ما يريد أن يحققه وعجز عنه، وأن يتمثل الموقف في حالة لو حقق ذلك الهدف، كأسلوب تحفيزي له للسعي قدما دون إحجام والإقبال بكل ما أمكن لتحقيق ذلك الهدف والطموح بعيدا عن النظرة السلبية والتوقعات المسبقة للفشل، فهذا الأسلوب يمكن أن يسهم بفعالية في علاج الفشل، وما يتميز به أنه يتوافق مع عدة مراحل عمرية، كالطفولة والمراهقة إلى غاية مرحلة الرشد،

بكونه يستهدف القضاء على النزعة التشاؤمية لدى الفرد، من خلال محاكاة أدوار اجتماعية معينة مرتبطة بطموحاته في المستقبل، كعامل دافع للفرد للإقبال على الحياة والبعد عن التشاؤم. (سيد سليمان، 1994).

من خلال ما سبق من الآليات العلاجية المقترحة للتشاؤم، فيمكننا أن نصنفها إلى شطرين شطر منها له دورا وقائيا، أما الشطر الثاني فهو شطر علاجي، كما أن مختلف الأساليب العلاجية يمكن أن يرتبط نجاحها في علاج التشاؤم، على القائم بتطبيق البرنامج العلاجي، بالإضافة للمتلقي للعلاج، ومن ناحية أخرى يجب أن نشير بأنه حين تطبيق تلك الآليات العلاجية فلا بد من احترام طبيعة ومستوى ثقافة الفرد المتلقي للعلاج، إضافة إلى عامل العمر والسن الذي يبلغه، وهذا يعني أن كل أسلوب علاجي للتشاؤم يرتبط بمستوى ثقافي معين، وفئة عمرية معينة، فهذه عوامل يجب أخذها في الحسبان أثناء اختيار العلاج المناسب لكل حالة من حالات التشاؤم باعتباره حالة نفسية مرضية.

. خلاصة:

وخلاصة لما تناولناه في هذا الفصل بخصوص متغير التشاؤم، يمكننا أن نؤكد على أن التشاؤم سمة سلبية، ما عدا لما يكون التشاؤم واقعي وتشاؤم إيجابي، أين يمثل دافعا بالنسبة للفرد من أجل تجاوز مشكلة التشاؤم، غير أن التشاؤم بحكم أثاره على الفرد التي تمتد للمجتمع برمته، يعد عاملا سلبيا وخاصة سلبية تؤثر على الحياة الشخصية للفرد، خصوصا الطالب الجامعي الذي نحن بصدد دراسة هذا المتغير لديهم.

ومهما قيل عن الجوانب السلبية للتشاؤم، فإننا قد اقترحنا في هذا الفصل العديد من الأساليب والآليات العلاجية للتشاؤم، بالإضافة إلى الأساليب الوقائية التي تمنع حدوث هذه الحالة للفرد، فمعظم هذه الآليات حتى إذا لم تستطع العلاج الكلي لمشكلة التشاؤم لدى الفرد، فإنها في المقابل يمكن أن

تساهم في تحسين بعض الجوانب في مختلف مجالات الحياة الشخصية، كما يمكنه أن تقلل من الأثر السلبي الذي قد يحدثه التشاؤم على الفرد، وهنا تظهر أهمية الدراسات النفسية التي تتناول هذا المتغير من خلال علاقته بالمتغيرات الأخرى.

الفصل الخامس

الإجراءات

المنهجية للدراسة

1. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على الظروف البيئية التي تحيط بالمجتمع المستهدف من الدراسة، ألا وهو جامعات الغرب الجزائري فهذه الخطوة سهلت لنا كثيرا من الأمور المتعلقة بتنظيم وتنفيذ الإجراءات الميدانية التي يستوجبها كل بحث.
- التأكد من فهم أفراد العينة لفقرات المقاييس المستخدمة في الدراسة.
- التأكد من الخصائص السيكومترية للمقاييس (الصدق والثبات).
- الكشف عن ميدان الدراسة والصعوبات التي يمكن مواجهتها، وبالتالي محاولة تفاديها لتسهيل خطوات إجراء الدراسة الأساسية.

2. عينة الدراسة:

تم اختيار العينة الاستطلاعية من المجتمع الأصلي المكون من بكلية العلوم الانسانية والعلوم الاجتماعية قسم علم النفس، موزعين على 100 طالبا وطالبة، حيث تم توزيع المقاييس مباشرة على الطلبة مع قراءة وتوضيح كل البنود الموضوعة أمامهم، حيث استرجعت الباحثة 60 استبانة وتم إلغاء 40 استبانة وذلك لعدم صلاحيتها (شطب، نقص في الاستجابات)، وعليه أصبح الحجم الفعلي للعينة 60 طالبا وطالبة، والجدول التالي يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس.

جدول رقم (06) يمثل توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس

النسبة المئوية	التكرارات	الجنس
%66.7	40	ذكر
%33.4	20	أنثى
%100	60	المجموع

3. الحدود الزمانية للدراسة الاستطلاعية:

- امتدت الدراسة الاستطلاعية حوالي 3 أشهر من 2016/10/02-2016/12/18.

4. الحدود المكانية للدراسة الاستطلاعية:

- جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان، كلية العلوم الانسانية والعلوم الاجتماعية، قسم علم النفس.

5. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية:

بعد تطبيق الأدوات على عينة الدراسة الاستطلاعية، واسترجاع (60) استبانة تم حساب الصدق والثبات من أجل التأكد من خصائصهما السيكومترية والجدول التالية توضح أهم النتائج المتوصل إليها بعد الحساب.

1.5. مقياس الانبساط والانطواء:

1.1.5. صدق مقياس الإنبساط والإنطواء:

للتحقق من صدق الأداة اعتمدت الباحثة على ثلاثة أنواع من الصدق متمثلة في: صدق المحكمين أو ما يعرف باصدق الظاهري، صدق الإتساق الداخلي، الصدق التمييزي.

1.1.1.5.الصدق الظاهري:

لدراسة صدق المقياس تم عرضه على مجموعة من المحكمين لتقدير صدق المضمون، وقد بلغ عدد المحكمين حوالي (10) محكمين أساتذة من قسم علم النفس إذ طلب منهم وضع علامة (x) في المكان المحدد وقد تم إعطاء 3 اقتراحات: مناسبة، تحتاج إلى تعديل، غير مناسبة. ومن خلال النسب المئوية التي تحصلنا عليها في مدى صلاحية العبارات وصدقها تم التوصل إلى أن جميع العبارات تفوق نسبة 75% وتم تعديل العبارات التي أشاروا إليها بأنها تحتاج إلى تعديل كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (07) الفقرات المعدلة للمقياس.

رقم البند	الصيغة قبل عرضها على المحكمين	التعديل بعد عرضها على المحكمين
02	. أحيانا أشعر بأنني متضايق.	. أحيانا أشعر بأنني متضايق من أشياء لا معنى لها
12	. كلما بقيت منفردا ازدادت حيويتي ونشاطي.	. تزداد حيويتي ونشاطي عند الجلوس بمفردي
13	. دائما ما أتخيل أشياء أعجز عن تحقيقها.	. أتخيل أشياء أعجز عن تحقيقها.
27	. أتشوق للمشاركة في الألعاب التي فيها فائزا وخاسرا.	. أتشوق للمشاركة في الألعاب التي تتضمن تحدي.
29	. أنا بطبعي ميل للاختفاء عن الأضواء.	. أنا بطبعي ميل للاختفاء عن الأنظار.
38	. أرى أنني عاجزا عن تحقيق الأهداف التي يحققها زملاء في المدرسة.	. أرى أنني عاجزا عن تحقيق النجاحات الدراسية التي يحققها زملاء.
41	. دائما ما أساهم في إثراء النقاش حول المواضيع التعليمية.	. أساهم في إثراء النقاش حول المواضيع التعليمية.
42	. دائما ما يعتمد المدرس على فعاليتي أثناء حصص الدرس.	. يعتمد المدرس على فعاليتي أثناء حصص الدرس.
46	. دائما ما أرغب في مشاركة أفراد الأسرة في مختلف الأعمال التي يقومون بها	. أرغب في مشاركة أفراد الأسرة في مختلف الأعمال التي يقومون بها

2.1.1.5. صدق الإتساق الداخلي للمقياس:

قامت الباحثة بحساب الإتساق الداخلي باستخدام معامل الارتباط بيرسون للنبود مع الدرجة الكلية للمقياس

باستخدام الحزمة الإحصائية الإجتماعية SPSS النسخة 20 فجاءت النتائج كالتالي:

1.2.1.1.5. من حيث بنود المقياس:

جدول رقم (08) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة النفسية

معامل الارتباط	البنود
0.17	1. أجد نفسي شخصا مرحا.
0.18	2. أحيانا أشعر بأنني متضايق من أشياء لا معنى لها
**0.36	3. في كثير من الأحيان أشعر بالملل.
0.09	4. في كثير من الأحيان أشعر بالحيوية.
**0.50	5. دائما ما أتمتع بثقة عالية بالنفس.
**0.35	6. عندما أغضب أميل لكتمان غضبي.
**0.39	7. أميل للتعبير الخارجي عن مشاعري.
**0.58	8. تتقضي الثقة بالنفس لمواجهة الآخرين.
**0.42	9. أميل للعزلة لتجنب المواقف المحرجة.
**0.33	10. في معظم الأحيان أفضل عدم التعبير عن مشاعري.
0.09	11. كثيرا ما أستغرق بالتأمل والتفكير في الأشياء.
0.24	12. تزداد حيويتي ونشاطي عند الجلوس بمفردي
**0.34	13. أتخيل أشياء أعجز عن تحقيقها.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (08) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد الحياة النفسية حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة ماعدا بعض البنود حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.58) وهي خاصة بارتباط البند رقم (08) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.33) وهي خاصة بارتباط البند رقم (10) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.33 و0.58)

وكلها دالة عند (0.01) ماعدا الفقرة رقم (01) التي بلغ معامل ارتباطها (0.17) والفقرة رقم (02) التي بلغ معامل ارتباطها (0.18)، والفقرة رقم (04) التي بلغ معامل ارتباطها (0.09)، والفقرة رقم (11) التي بلغ معامل ارتباطها (0.09)، والفقرة رقم (12) التي بلغ معامل ارتباطها (0.24) وبالتالي فهم غير دالين، وبذلك نقبل جميع البنود ونحذف الفقرة رقم (01) و(02) و(04) و(11) و(12)، ومنه فإن البعد الأول يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

جدول رقم (09) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبندود بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة

البنود	معامل الارتباط
14 . أنا من يضيفي الحيوية إلى الجماعات التي أنتمي إليها.	0.24
15 . أستمتع بكوني محور الاهتمام في المجتمع.	**0.44
16 . أنا ماهر في التعامل مع المواقف الاجتماعية.	**0.45
17 . أحب أن أكون في قلب الأحداث المليئة بالنشاط.	**0.49
18 . يسهل علي إنشاء صداقات وعلاقات جديدة.	**0.35
19 . أكون هادئاً وسط الناس الغرباء.	*0.31
20 . لا أحب لفت نظر الآخرين إلي.	0.22
21 . لا أحب حضور المناسبات والحفلات.	**0.64
22 . أحب العمل مستقلاً عن الآخرين.	**0.52
23 . أستمتع بقضاء الوقت منفرداً عن الناس.	**0.56
24 . أحب أن أتحدى الآخرين في مختلف المواقف.	**0.39
25 . أجد من الصعب أن أعبر على آرائي أمام الآخرين.	**0.54
26 . أتنازل عن حقي لكي أتجنب مواقف الصراع.	*0.26
27 . أتشوق للمشاركة في الألعاب التي تتضمن تحدي.	0.25
28 . لا أحب أن يعلم الآخرون بأموري الخاصة.	0.17
29 . أنا بطبعي ميال للاختفاء عن الأنظار.	**0.67
30 . الحاضر بالنسبة لي أهم من المستقبل.	0.15
31 . أنا مقتنع بأهمية العمل بمفردي بمعزل عن الآخرين.	**0.65

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (09) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة ماعدا بعض البنود حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.67) وهي خاصة بارتباط البند رقم (29) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.26) وهي خاصة بارتباط البند رقم (26) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.26 و 0.67) وكلها دالة عند (0.01) ماعدا الفقرة رقم (14) التي بلغ معامل ارتباطها (0.24) وهي غير دالة، والفقرة رقم (20) التي قدرت ب (0.22) والفقرة (27) التي بلغت (0.25)، والفقرة رقم (28) التي بلغت (0.17)، والفقرة (30) التي بلغت (0.15) وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود ونحذف الفقرات الغير دالة، ومنه فإن البعد الثاني يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

جدول رقم (10) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الدراسية

البنود	معامل الارتباط
32 . دائما ما أشارك في المناقشات أثناء حصة الدرس.	**0.57
33 . أحب مشاركة زملائي في انجازاتهم الدراسية.	**0.56
34 . أحب أن أشارك في المسابقات العلمية.	**0.57
35 . أميل لتحقيق إنجازات دراسية بصورة مستمرة.	**0.58
36 . أتجنب طلب الإذن من الأستاذ للإجابة.	**0.42
37 . يصعب على العمل ضمن فوج في الدراسة.	**0.47
38 . أرى أنني عاجز عن تحقيق النجاحات الدراسية التي يحققها زملائي.	**0.51
39 . أتحلى بالهدوء التام أثناء المواقف الدراسية.	0.25
40 . أحب أن أتعلم الأشياء الجديدة باستمرار .	**0.43
41 . أساهم في إثراء النقاش حول المواضيع التعليمية.	**0.66
42 . يعتمد المدرس على فعاليتي أثناء حصص الدرس.	**0.54
43 . أشارك أفراد الأسرة في الرأي حول أمور متعلقة بالأسرة.	**0.47

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (10) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البنود مع بعد الحياة الدراسية حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البنود الذي تنتمي إليه كلها دالة ماعدا بعض البنود حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.66) وهي خاصة بارتباط البنود رقم (41) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت

(0.42) وهي خاصة بارتباط البعد رقم (40) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.66 و0.42) وكلها دالة عند (0.01) ماعدا الفقرة رقم (39) التي بلغ معامل ارتباطها (0.25) وهي غير دالة، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود ونحذف الفقرة رقم (39)، ومنه فإن البعد الثالث يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

جدول رقم (11) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الأسرية

البنود	معامل الارتباط
44. لا أرى أهمية لرأيي وسط أفراد أسرتي.	**0.51
45. أميل للبقاء بمعزل عن أفراد الأسرة.	**0.59
46. أرغب في مشاركة أفراد الأسرة في مختلف الأعمال التي يقومون بها	**0.66
47. أرى من المهم العمل منفردا لأنجح في مساعدة الأسرة.	0.20
48. يرى معظم إخوتي وأخواتي بأنني عنصرا يضيف المرح على أجواء الأسرة.	**0.50
49. أعمل جاهدا لأكون سند لباقي أفراد الأسرة.	**0.44
50. أفضل تنفيذ أفكارتي بمعزل عن أفراد الأسرة.	**0.65
51. لا أرغب مطلقا في التجمع مع أفراد الأسرة دفعة واحدة.	**0.61
52. أحبذ تناول وجبتي الغداء والعشاء مع الأسرة.	**0.66

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (11) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البنود مع بعد الحياة الأسرية حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البنود الذي تنتمي إليه كلها دالة ماعدا بعض البنود حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.66) وهي خاصة بارتباط البند رقم (46) و(52) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال

بلغت (0.44) وهي خاصة بارتباط البعد رقم (49) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.68 و0.35) وكلها دالة عند (0.01) ماعدا الفقرة رقم (47) التي بلغ معامل ارتباطها (0.20) وهي غير دالة، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود ونحذف الفقرة رقم (47)، ومنه فإن البعد الرابع يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

2.2.1.1.5. بالنسبة لأبعاد المقياس:

جدول رقم (12) يوضح صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الانبساط والانطواء

أبعاد المقياس	معاملات الارتباط
بعد الحياة النفسية	**0.46
بعد العلاقات الإجتماعية ومواقف الحياة	**0.78
بعد الحياة الدراسية	**0.78
بعد الحياة الأسرية	**0.73

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

يتضح من خلال الجدول رقم (12) أن معامل الارتباط لبعد الحياة النفسية بلغ (0.46)، وبعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة التي قدر ب(0.78)، ثم بعد الحياة الدراسية الذي قدر ب(0.78)، وبعد الحياة الأسرية قدر ب(0.73)، وبالتالي يمكننا القول بأن معاملات الارتباط لأبعاد المقياس تتمتع بصدق اتساق داخلي مقبول.

3.1.1.5. الصدق التمييزي:

لحساب الصدق التمييزي قمنا باتباع الخطوات التالية:

- تحديد الدرجة الكلية للمقياس.
- ترتيب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدناها.
- تقسيم المقياس إلى مجموعتين المجموعة الدنيا ذات أدنى درجة والمجموعة العليا ذات أعلى درجة.
- بعدها تم سحب 27% من طرفي التوزيع للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة حيث طبقت الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين المجموعتين الدنيا والعليا والجدول رقم (13) يوضح النتائج المتحصل عليها.

جدول رقم (13) يوضح معامل التمييز للمقياس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة المعنوية sig	
117.96	7.68	12.14	0.00	المجموعة الدنيا
152.44	12.59			المجموعة العليا

من خلال الجدول رقم (13) يتضح أن قيمة T تساوي (12.14) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة معنوية قدرها (0.00) بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا، هذا ما يدل على صدق المقياس.

2.1.5. ثبات مقياس الإنبساط والإنطواء:

1.2.1.5 .. معامل ألفا لكرونباخ:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة معامل ألفا كرونباخ والجدول رقم (14) يوضح نتائج معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل ولكل بعد من أبعاد المقياس:

الجدول رقم (14) يوضح معامل ثبات ألفا لكرونباخ

الأبعاد	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ
البعد الأول: الحياة النفسية	08	0.86
البعد الثاني: العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة	13	0.83
البعد الثالث: الحياة الدراسية	11	0.85
البعد الرابع: الحياة الأسرية	08	0.85

يتضح من خلال الجدول رقم (14) أن قيمة معاملات الثبات الكلية بلغت (0.86) وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد ما بين (0.83-0.86) وهنا يمكننا القول بأن المقياس يتمتع بثبات جيد ومقبول.

2.2.1.5. طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية ويتضح من خلال الجدول رقم (15) النتائج المتوصل إليها.

جدول رقم (15) يوضح معامل الثبات بمعادلة جوتمان

الأبعاد	معامل الثبات Split-half coefficient	بعد التعديل بمعادلة Guttman
بعد الحياة النفسية	0.48	0.65
بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة	0.75	0.84
بعد الحياة الدراسية	0.52	0.67
بعد الحياة الأسرية	0.66	0.80

يتضح من خلال الجدول رقم (15) أن درجة الإرتباط لكل بعد تراوحت ما بين (0.65-0.84) مما يدل على العلاقة الارتباطية القوية بين الفقرات، وبالتالي يمكننا القول بأنه معامل ثبات جيد يمكننا تطبيقه على الدراسة الحالية.

2.5. الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل والتشاؤم:

1.2.5. صدق مقياس التفاؤل والتشاؤم:

للتحقق من صدق الأداة اعتمدت الباحثة على ثلاثة أنواع من الصدق متمثلة في: الصدق الظاهري، صدق الاتساق الداخلي، الصدق التمييزي.

1.1.2.5. الصدق الظاهري:

لدراسة صدق المقياس تم عرضه على مجموعة من المحكمين لتقدير صدق المضمون، وقد بلغ عدد المحكمين حوالي (10) محكمين أساتذة من قسم علم النفس إذ طلب منهم وضع علامة (x) في المكان المحدد وقد تم إعطاء 3 اقتراحات: مناسبة، تحتاج إلى تعديل، غير مناسبة. ومن خلال النسب المئوية

التي تحصلنا عليها في مدى صلاحية العبارات وصدقها تم التوصل إلى أن جميع العبارات تفوق نسبة 75% وتم تعديل العبارات التي أشاروا إليها بأنها تحتاج إلى تعديل كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (16) الفقرات المعدلة لمقياس التفاؤل والتشاؤم.

رقم البند	صيغة الفقرة قبل عرضها على المحكمين	صيغة الفقرة المعدلة بعد عرضها على المحكمين
02	. دائما ما أشعر بأن المستقبل سيكون مشرقا.	. أشعر بأن المستقبل سيكون مشرقا.
05	. نظرتي للمستقبل دائما ما تكون متفائلة.	. نظرتي للمستقبل دائما متفائلة.
06	. لما أقوم بعمل ما دائما ما يجتاحني شعورا بتحقيق النجاح مستقبلا.	. لما أقوم بعمل ما يجتاحني شعورا بتحقيق النجاح مستقبلا.
09	. لما أرى المشكلات الاجتماعية كثيرا ما أرى بأن المستقبل سيكون أسوء.	. لما أعيش المشكلات الاجتماعية كثيرا ما أرى بأن المستقبل سيكون أسوء.
10	. دائما لدي طموحات لأنني أرى تحسنا سيطرأ على حياتي مستقبلا.	. دائما لدي طموحات لأنني أتوقع تحسنا سيطرأ على حياتي مستقبلا.
21	. أحيانا أتبنى نظرة سلبية عن الحياة.	. تتنابني نظرة سلبية لجل مواقف الحياة
22	. في العديد من الأحيان لا أعطي للمشكلات أكثر من حجمها.	. لا أعطي للمشكلات أكثر من حجمها.
26	. أنظر دائما بأنني سأكون سعيدا في الحياة.	. أشعر بأنني سأكون سعيدا في الحياة.
28	. لما أقوم بمشروع في حياتي دائما ما أتوقع النجاح فيه.	. لما أقوم بمشروع في حياتي أتوقع النجاح فيه.
31	. يقلقني أن أرى بأن فرص الأفراد في مختلف مجالات الحياة ليست متساوية	. يقلقني عدم نيل حضي من الحياة مثل الآخرين.
41	. حينما أتحدى بالإرادة لتحقيق الأحسن أتوقع أن أجد كل السبل متاحة أمامي	. أتحدى بالإرادة دوما لتحقيق الأحسن.

2.1.2.5. صدق الإتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الإتساق الداخلي باستخدام معامل الارتباط بيرسون للنبود مع الدرجة الكلية للمقياس باستخدام الحزمة الإحصائية الإجتماعية SPSS النسخة 20 فجاءت النتائج كالتالي:

1.2.1.2.5. من حيث بنود المقياس:

الجدول رقم (17) يوضح صدق الاتساق الداخلي لنبود بعد توقع المستقبل

معامل الارتباط	النبود
0.07	1. أفضل عدم تحديد أحلام تفوق قدرتي لأتجنب الإحباط
**0.59	2. أشعر بأن المستقبل سيكون مشرقا
**0.60	3. أدائي في الحاضر يشعرنني بأن المستقبل سيكون أحسن.
**0.53	4. أحيانا ينتابني تصورا سوداوي حيال المستقبل.
**0.66	5. نظرتي للمستقبل دائما متفائلة.
**0.46	6. لما أقوم بعمل ما يجتاحني شعورا بتحقيق النجاح مستقبلا.
0.12	7. لا أفكر مطلقا في المستقبل.
**0.58	8. لا أعتقد بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر.
**0.64	9. لما أعيش المشكلات الاجتماعية كثيرا ما أرى بأن المستقبل سيكون أسوء.
**0.46	10. دائما لدي طموحات لأنني أتوقع تحسنا سيطراً على حياتي مستقبلا.
**0.35	11. كلما تلقيت تشجيعا من محيطي كانت تفاولي بمستقبل أفضل يزداد.
**0.68	12. في حدود إمكانياتي الحالية لا أرى بأن مستقبلي سيكون أفضل.
**0.61	13. أتوقع أن تزداد أموري سوءا بمرور الوقت.
**0.65	14. أشعر بأن الأمور تسير وفق ما خطت له.
**0.67	15. يظهر أن مستقبلي غير مضمون لكي أخطط له بشكل أفضل.
**0.48	16. كل انتكاسة أتعرض لها تجعلني أكثر طموحا لتحقيق مستقبل أفضل.
**0.42	17. إذا أقدمت على مسابقة أتوقع تحقيق النجاح مهما كثر عدد المتسابقين.
**0.67	18. كل إخفاق أتعرض له يجعلني أكثر يقينا بأن المستقبل سيكون سيء.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (17) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد توقع المستقبل حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة ما عدا بعض البنود حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.68) وهي خاصة بارتباط البند رقم (12) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.35) وهي خاصة بارتباط البند رقم (11) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.07 و0.68) وكلها دالة عند (0.01) ما عدا الفقرة رقم (01) التي بلغ ارتباطها (0.07) والفقرة رقم (07) التي بلغ معامل ارتباطها (0.12) وبالتالي الفقرتين غير دالتين، وبهذا فإننا نقبل جميع البنود ونحذف الفقرة رقم (01)، (07)، ومنه فإن البعد الأول يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

الجدول رقم (18) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد النظرة للحياة

معامل الارتباط	البند
**0.59	19. دائما ما أرى الحياة في جانبها المشرق.
**0.50	20. تتنابني نظرة إيجابية للحياة.
**0.67	21. تتنابني نظرة سلبية لجل مواقف الحياة.
0.15	22. لا أعطي للمشكلات أكثر من حجمها.
**0.51	23. أتوقع تحقيق كل الأشياء التي تهمني في الحياة.
**0.57	24. رغم أنني أعمل باجتهاد إلا أنني لا أتوقع فرصا أكثر للنجاح في الحياة.
**0.49	25. بصفة عامة أتوقع أن تنتهي الأمور على أحسن ما يرام.
**0.59	26. أشعر بأنني سأكون سعيدا في الحياة.
**0.65	27. يبدو لي أنني سأعيش الحياة كثيبا.
**0.49	28. لما أقوم بمشروع في حياتي أتوقع النجاح فيه.
*0.30	29. أشعر بالثقة لما تسير أمور حياتي بصورة طبيعية.
**0.55	30. يبدو أن مصائب الحياة لا تفارقني.
*0.29	31. يقلقني عدم نيل حضي من الحياة مثل الآخرين.
**0.49	32. أمنح لمشكلاتي حجما أكبر من حجمه الحقيقي.
**0.71	33. أشعر باليأس من هذه الحياة.
**0.59	34. أرى الجانب المشرق المضيء من حياتي.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (18) يوضح لنا صدق الاتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد النظرة للحياة حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة ماعدا بعض البنود حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.71) وهي خاصة بارتباط البند رقم (33) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.29)

وهي خاصة بارتباط البعد رقم (31) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.71 و0.29) وكلها تقريبا دالة عند (0.01) ماعدا الفقرة رقم (22) التي بلغ معامل ارتباطها (0.15) وهي غير دالة، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود ونحذف الفقرة رقم (22)، ومنه فإن البعد الثاني يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

الجدول رقم (19) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد المعاش النفسي والعلانقي

معامل الارتباط	البنود
**0.57	35. أشعر بأن نفسي تمثل أكثر معيق يجب تحديه.
0.20	36. دائما أتفاعل بقدرتي في التعامل الإيجابي مع الآخرين.
**0.52	37. أشعر بأنه بعد كل حادث مؤلم تأتي الأحداث التي تسر النفس.
**0.55	38. أتفاعل ببلوغ مستوى مقبول من السعادة يوما ما.
**0.54	39. كلما نظرت للمستقبل أشعر بأن روحي المعنوية منخفضة.
**0.35	40. أتوقع الفشل لكي لا أصاب بالصدمة في حالة وقوعها.
**0.58	41. أتطلى بالإرادة دوما لتحقيق الأحسن.
**0.63	42. أتمتع بثقة عالية في النفس في تحقيق النجاح والاستقرار النفسي.
**0.68	43. مهما كانت الظروف لا أستسلم للحزن.
**0.40	44. أخدم مجتمعي وأنا بأنني أكثر كفاءة في ذلك.
**0.38	45. أشعر بالقدرة على التوافق مع ظروف الحياة المتقلبة.
**0.57	46. ينتابني شعورا بأن حظي قليلا مقارنة بالآخرين في المجتمع.
**0.37	47. أشعر بأن المصائب خلقت من أجلي.
**0.51	48. ينتابني شعورا بأن أكون أتعس مخلوق في المجتمع.
**0.34	49. أرى نفسي بأنني سأكون في بهجة وفرحة مقارنة بالكثيرين.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (19) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد المعاش النفسي والعلائقي حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة ماعدا بعض البنود حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.68) وهي خاصة بارتباط البند رقم (43) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.34) وهي خاصة بارتباط البند رقم (49) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.68 و0.34) وكلها تقريبا دالة عند (0.01) ماعدا الفقرة رقم (36) التي بلغ معامل ارتباطها (0.20) وهي غير دالة، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود ونحذف الفقرة رقم (36)، ومنه فإن البعد الثالث يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

2.2.1.2.5. من حيث أبعاد المقياس:

الجدول رقم (20) يوضح صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التفاؤل والتشاؤم

أبعاد المقياس	معاملات الارتباط
بعد توقع المستقبل	**0.92
بعد النظرة للحياة	**0.89
بعد المعاش النفسي والعلائقي	**0.83

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

يتضح من خلال الجدول رقم (20) أن معامل الارتباط لبعد توقع المستقبل بلغ (0.92)، وبعد النظرة للحياة التي قدر ب(0.89)، ثم بعد المعاش النفسي والعلائقي الذي قدر ب(0.83) وبالتالي يمكننا القول بأن معاملات الارتباط لأبعاد المقياس تتمتع بصدق اتساق داخلي مقبول.

3.1.2.5. الصدق التمييزي:

لحساب الصدق التمييزي قامت الطالبة باتتباع الخطوات التالية:

- تحديد الدرجة الكلية للمقياس.
- ترتيب الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أدناها.
- تقسيم المقياس إلى مجموعتين المجموعة الدنيا ذات أدنى درجة والمجموعة العليا ذات أعلى درجة.
- بعدها تم سحب 27% من طرفي التوزيع للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة حيث طبقت الطالبة الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين المجموعتين الدنيا والعليا والجدول رقم (21) يوضح النتائج المتحصل عليها.

جدول رقم (21) يوضح معامل التمييز للمقياس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

sig	الدلالة المعنوية	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.03		10.70	13.21	141.52	المجموعة الدنيا
			13.31	180.48	المجموعة العليا

من خلال الجدول رقم (21) يتضح أن قيمة T تساوي (10.70) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة معنوية قدرها (0.03) بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا، هذا ما يدل على صدق المقياس.

2.2.5. ثبات مقياس التفاؤل والتشاؤم

1.2.2.5. معامل ألفا لكرونباخ:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة معامل ألفا كرونباخ والجدول رقم (22) يوضح نتائج معامل ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس:

الجدول رقم (22) يمثل معامل ثبات ألفا لكرونباخ

الأبعاد	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ
البعد الأول: توقع المستقبل	16	0.87
البعد الثاني: النظرة للحياة	15	0.88
البعد الثالث: المعاش النفسي والعلائقي	14	0.89

يتضح من خلال الجدول رقم (22) أن قيمة معاملات الثبات تراوحت ما بين (0.87-0.89) وهنا يمكننا القول بأن المقياس يتمتع بثبات جيد ومقبول.

2.2.2.5. طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية ويتضح من خلال الجدول رقم (23) النتائج المتوصل إليها.

الجدول رقم (23) يوضح معامل ثبات المقياس

الأبعاد	معامل الثبات Split-half coefficient	بعد التعديل بمعادلة Spearman – Brown
بعد توقع المستقبل	0.80	0.89
بعد النظرة للحياة	0.80	0.89
بعد المعاش النفسي والعلائقي	0.25	0.69
المقياس ككل	0.88	0.93

يتضح من خلال الجدول رقم (23) أن درجة معامل الثبات لكل بند بعد التعديل تراوحت ما بين (0.69-0.89) مما يدل على العلاقة الارتباطية القوية بين الفقرات، وأن معامل ثبات المقياس ككل قدر ب (0.88) وبعد تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون Spearman-Brown ارتفعت قيمة المعامل إلى (0.93) وهي قيمة مقبولة وبالتالي يمكننا القول بأن المقياس يتمتع بمستوى ثبات تجزئة نصفية جيد ومقبول يمكننا تطبيقه على الدراسة الحالية.

الدراسة الأساسية:

1- مجتمع الدراسة الأساسية:

يتمثل مجتمع البحث في عدد من جامعات الغرب الجزائري بمختلف كلياتها التي تنضوي تحتها التخصصات العلمية والتخصصات الإنسانية والاجتماعية، والتي استقينا منها عينة الدراسة النهائية للبحث، وهذه الجامعات هي جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان، جامعة وهران، جامعة مستغانم، وجامعة سيدي بلعباس، وقد تم تحديد المجتمع بهذا العدد من الجامعات بغرض منح الدراسة الميدانية أكثر شمولية للإقليم الذي تنتمي إليه هذه الجامعات، وفي الجدول التالي سنستعرض وصفا لمجتمع البحث.

الجدول رقم (24) وصف مجتمع البحث.

عدد طلبتها	الجامعة
36420	جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان
6482	جامعة وهران 1 أحمد بن بلة
6722	جامعة وهران 2 محمد بن أحمد
19791	جامعة وهران للعلوم التكنولوجية محمد بوضياف
32000	جامعة سيدي بلعباس
25200	جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
126615	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (24) بأن مجتمع البحث واسعا بالنظر لاشتماله على العديد من جامعات الغرب الجزائري، ويعود هذا لتاريخ نشأة تلك الجامعات من حيث الأقدمية على الأخص جامعتي وهران وتلمسان، اللتان تعتبران من أقدم جامعات الوطن، كما أن كبر حجم المجتمع يدل على التوسع في نسبة انتشار التعليم، وارتفاع نسبة النجاح في البكالوريا في المواسم الدراسية الأخيرة التي سبقت إجرائنا لهذه الدراسة، وهذا المجتمع يضم العدد الإجمالي لكل جامعة من الجامعات التي تمثل مجتمع البحث، وهذه الصفة المميزة للمجتمع بلا شك تمنح قوة إضافية لنتائج الدراسة التي سنخلص إليها، خصوصا لما تكون العينة ممثلة فعلا للمجتمع طبقا لمعايير التمثيل المتعارف عليها في معاينة الدراسة النفسية، وكذا في حالة ما إذا خالصنا لنتائج دالة إحصائيا وقابلة للتعميم.

2- عينة الدراسة الأساسية وخصائصها:

2-1- حسب متغير الجامعة:

اعتمدنا في بحثنا هذا على العينة العشوائية، والتي اشتقت من فئة الطلبة الجامعيين من بعض جامعات الغرب الجزائري، وقد تنوعت حسب الكليات التابعة لجامعة سيدي بلعباس، جامعة تلمسان، جامعة وهران، وجامعة مستغانم، أما عن حجم العينة فقد بلغ عدد أفرادها حوالي 1000 طالبا وطالبة من كليات الشعب العلمية وكليات شعب العلوم الإنسانية والاجتماعية، وفيما يلي الوصف التفصيلي لعينة البحث.

الجدول رقم (25) توزيع عينة البحث حسب الجامعات.

النسبة المئوية	عدد طلبة العينة المدرسة	الجامعة
35%	350	جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان
10%	100	جامعة وهران 1 أحمد بن بلة
10%	100	جامعة وهران 2 محمد بن أحمد
9.70%	97	جامعة وهران للعلوم التكنولوجية محمد بوضياف
22%	220	جامعة سيدي بلعباس
13.3%	133	جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
100%	1000	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (25) بأن نسب تمثيل طلبة جامعات الغرب الجزائري في عينة بحثنا متفاوتة، وبأن أكثر نسبة مشاركة كانت من طلبة جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان والتي قدرت نسبة مشاركتهم بـ (35%)، وهي النسبة الغالبة، ويعود ذلك لكوننا وجدنا حيزا من الوقت في توزيع أكبر قدر من الاستثمارات فيها أكثر مما هو متاح لنا في الجامعات الأخرى، والتي كان طلبتها أقل تجاوبا مع موضوع البحث حسب ملاحظتنا أثناء توزيع الاستثمارات، وهو نفس الحال بالنسبة لجامعة سيدي بلعباس الذين كانت نسبة مشاركتهم معتبرة قدرت بـ (22%)، كما قدرت نسبة مشاركة طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم بـ (13.30%) وهي نسبة ضئيلة، بينما لم تتجاوز نسبة مشاركة كل قطب جامعي من جامعات وهران الثلاثة نسبة (10%) وهي نسبة ضئيلة مقارنة بنسب الجامعات الأخرى.

2-2- حسب متغير الجنس:

الجدول رقم (26) توزيع عينة البحث حسب متغير الجنس.

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الجنس
31.9%	319	ذكر
68.1%	681	أنثى
100%	1000	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (26) بأن نسبة الإناث والمقدرة بـ (68.1%) هي النسبة الغالبة مقارنة بنسبة فئة الذكور التي تقدر نسبتها بـ (31.9%) ويمكن أن نفسر هذا التفاوت الكبير في النسبة بين الفئتين بعاملين، فالعامل الأول يتمثل في كون فئة الإناث كانت أكثر اهتماما بموضوع البحث

مقارنة بفئة الذكور، وهذا ما لاحظناه أثناء قيامنا بتوزيع الاستمارات الخاصة بأدوات البحث، أما العامل الثاني فيمكن في كون نسبة الإناث من الأساس هي النسبة الغالبة في مجتمع البحث المتمثل في الوسط الجامعي، وهذه هي السمة التي تطبع كل الجامعات على المستوى الوطني.

2-3- حسب متغير التخصص الدراسي:

الجدول رقم (27) توزيع عينة البحث حسب متغير التخصص الدراسي

النسبة المئوية	عدد الأفراد	التخصص
34.9%	349	الشعب العلمية
65.1%	651	الشعب الإنسانية والاجتماعية
100%	1000	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (27) بأن طلبة شعب العلوم الإنسانية والاجتماعية هم الأكثر تمثيلاً في عينة البحث بنسبة (65.1%)، مقارنة بطلبة الشعب العلمية والذين قدرت نسبة تمثيلهم في عينة البحث بـ (34.9%)، ويعود هذا التفاوت في النسبة بين الفئتين إلى كون طلبة شعب العلوم الإنسانية هم أكثر فهما لمثل هذه المواضيع في شعب علم النفس، ومن الطبيعي أن يكونوا أكثر اهتماماً بالموضوع وأكثر رغبة في الإجابة على الاستمارات الموزعة، كما أن طبيعة المواد العلمية التي تتطلب جهداً أكبر ووقتاً أكثر من الطالب ساهم أيضاً في عدم استجابة طلبة الشعب العلمية على الاستمارات.

2-4- حسب متغير المستوى التعليمي:

الجدول رقم (28) توزيع عينة البحث حسب متغير المستوى التعليمي.

النسبة المئوية	عدد الأفراد	المستوى الدراسي
15.9%	159	سنة أولى ليسانس
39.2%	392	سنة ثانية ليسانس
20.9%	209	سنة ثالثة ليسانس
20.7%	207	سنة أولى ماستر
3.3%	33	سنة ثانية ماستر
100%	1000	المجموع

يتضح من خلال الجدول رقم (28) بأن نسب تمثيل كل مستوى دراسي من المستويات الأربعة في عينة البحث، إذ أن نسب تمثيل كل فئة متقاربة نوعاً ما مع الفئات الأخرى، بحيث نجد النسبة الكبيرة من التمثيل والمقدرة بـ (39.2%) لصالح فئة السنة الثانية ليسانس، ثم تتبع مباشرة مستوى السنة الثالثة ليسانس في المركز الثاني من حيث التمثيل بنسبة (20.9%)، وهي ليست بعيدة عن فئة طلبة السنة أولى ماستر والمقدرة نسبة تمثيلهم في العينة بـ (20.7%)، ثم تأتي نسبة تمثيل طلبة السنة الأولى ليسانس بنسبة (15.9%)، سنة ثانية ماستر 3.3% ويعود هذا التقارب في النسب على الأقل بالنسبة للفئات الثلاث الأولى لعامل طبيعة العينة المقصودة للبحث أين حاولنا الموازنة في نسب تمثيل كل مستوى دراسي، وبناءً على هذا العامل كان من الطبيعي أن تتقارب نسب تمثيل كل فئة من العينة، أما عن النسبة الضعيفة التي سجلت لطلبة السنة الثانية ماستر، لكون هذه الفئة كانت أقل اهتماماً

بموضوع البحث كون حداثة ولوجهم للجامعة، التي لم يدركوا بعد أهمية البحوث العلمية في مختلف التخصصات الدراسية.

3- الحدود الزمانية للدراسة الأساسية:

امتدت الدراسة الأساسية من 2017/01/15 إلى غاية 2018/05/10.

4- أدوات الدراسة:

بغرض جمع البيانات المتعلقة بدراستنا، فقد اعتمدنا على أداتين رئيسيين قمنا بتصميمهما خصيصا لهذه الدراسة بالنظر لعدم عثورنا على الأداة المناسبة لغرض وأهداف بحثنا هذا، بحيث قمنا بتصميم مقياس الانبساط والانطواء بغرض قياس النمط الانبساطي والانطوائي لدى طلبة الجامعة الجزائرية، كما قمنا أيضا بتصميم استمارة التفاضل والتشائم، وفيما يلي سنقوم بوصف مختلف المراحل التي مرت بها عملية تصميم الأدوات:

مقياس الانبساط والانطواء:

بغرض قياس النمط الانبساطي والنمط الانطوائي اعتمدنا في ذلك على الاطلاع على التراث النظري المتعلق بالانبساط والانطواء وبعض المقاييس الخاصة بقياس أنماط الشخصية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية التي استقينها منها العديد من الأفكار والملاحظات التي ساعدتنا في بناء وصياغة العديد من البنود، وفيما يلي تقديم الوصف التفصيلي لمراحل بناء المقياس.

المرحلة الأولى:

في هذه المرحلة فقد اغتتمنا الفرصة في تكوين الأفكار حول المقياس من حيث بنوده وأبعاده التي يمكن أن يتضمنها المقياس، من خلال اطلاعنا على الأفكار والمحتوى الذي يتضمنه فصل الشخصية

في هذه الأطروحة بصفة عامة، وفي عنصر نمطي الشخصية الانبساطية والانطوائية على وجه الخصوص، وقمنا بتدوين مسودة لبعض البنود الأولية للمقياس، والأبعاد التي يمكن أن تتوزع عليها.
.المرحلة الثانية:

تمثلت هذه المرحلة في الاطلاع على التراث النظري السابق في مجال بناء مقاييس الشخصية بصفة عامة، ومقاييس الشخصية الانبساطية والانطوائية بصفة خاصة، بحيث قمنا بالاطلاع على دراسات صمم فيها الباحثون مقاييس لهذا الغرض، كما اطلعنا على مقاييس أخرى خاصة بالبيئة العربية، ومن بينها:

مقياس محمد مقداد وكامل عبد الله لأنماط الشخصية (2014) حيث بني المقياس بصيغة كلية متكونا من 10 أسئلة وكل سؤال يندرج ضمنه 4 أسئلة فرعية.

مقياس الأنماط الشخصية للباحثة بن زروال فتيحة (2008) الذي تكون من أبعاد وهي كالتالي:

البعد الأول هو بعد الإستعجال تتدرج ضمنه البنود التالية من (1-14).

البعد الثاني وهو بعد الإندماج المهني / السعي نحو الإنجاز تتدرج ضمنه البنود التالية (15-24).

البعد الثالث وهو بعد العدائية وتتدرج ضمنه البنود التالية (25-35).

البعد الرابع وهو بعد التعبير الخارجي عن الانفعالات وتتدرج ضمنه البنود التالية (36-53).

وقائمة العوامل الخمسة للشخصية التي أعدها كلا من كوستا وماكري (1992)، وقامت بتعريبها

الباحثة صالحى سعيدة (2012) تضمنت 5 أبعاد وهي كالتالي:

بعد العصابية (1-12).

بعد الانبساطية (13-23).

بعد الإفتتاح على الخبرة (24-34).

بعد المقبولية (35-45).

بعد يقظة الضمير (46-60).

وخلال هذه المرحلة تمكنا من بلورة صورة أولية وتصورا نظريا حول الأبعاد والبنود التي يمكن أن يتضمنها المقياس وفقا للبيئة الجامعية الجزائرية، بالنظر للخصوصيات التي تميز كل محيط عن الآخر حتى في الواقع الجامعي الجزائري.

أما الأوصاف العامة للمقياس في صورته الأولية، فإنه يتكون من جزأين: الأول ويتضمن البنود التي تقيس الشخصية الانبساطية، أما الثاني فيتضمن البنود التي تقيس الشخصية الانطوائية، كما أن المقياس يتكون من 40 بند بعد إقصاء بعض البنود الغير صادقة موزعة على الأبعاد التالية:

. البعد الأول: بعد الحياة النفسية: يتضمن البنود التالية:

- 1- في كثير من الأحيان أشعر بالملل.
- 2- دائما ما أتمتع بثقة عالية بالنفس.
- 3- عندما أغضب أميل لكتمان غضبي.
- 4- أميل للتعبير الخارجي عن مشاعري.
- 5- تتقضي الثقة بالنفس لمواجهة الآخرين.
- 6- أميل للعزلة لتجنب المواقف المحرجة.
- 7- في معظم الأحيان أفضل عدم التعبير عن مشاعري.
- 8- أتخيل أشياء أعجز عن تحقيقها.

ويهدف هذا البعد لتحديد النمط الانبساطي والانطوائي للشخصية من ناحية الحياة النفسية التي تطبع شخصية الفرد وما يتضمنه من انفعالات وطباع وجدانية وسلوكية، أي الجوانب النفسية المزاجية للشخصية بصفة عامة.

. البعد الثاني: بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة: يتضمن البنود التالية:

- 9-أستمتع بكوني محور الاهتمام في المجتمع.
- 10-أنا ماهر في التعامل مع المواقف الاجتماعية.
- 11-أحب أن أكون في قلب الأحداث المليئة بالنشاط.
- 12-يسهل علي إنشاء صداقات وعلاقات جديدة.
- 13-أكون هادئاً وسط الناس الغرباء.
- 14- لا أحب حضور المناسبات والحفلات.
- 15- أحب العمل مستقلاً عن الآخرين.
- 16- أستمتع بقضاء الوقت منفرداً عن الناس.
- 17- أحب أن أتحدى الآخرين في مختلف المواقف.
- 18- أجد من الصعب أن أعبر على آرائي أمام الآخرين.
- 19- أنتازل عن حقي لكي أتجنب مواقف الصراع.
- 20- أنا بطبعي ميال للاختفاء عن الأنظار .

21- أنا مقتنع بأهمية العمل بمفردي بمعزل عن الآخرين.

ويعبر هذا البعد عن مختلف الردود السلوكية التي ترتبط بمواقف الحياة التي تتفاعل معها شخصية الفرد من حيث علاقته التفاعلية مع بيئته، كما يتضمن بنودا تعبر عن طبيعة العلاقات الشخصية التي تربط الفرد بالآخرين في المجتمع وهدفها معرفة مدى تجاوب ومشاركة الفرد في مختلف المواقف الاجتماعية من خلال طبيعة العلاقات التي تربطه بالآخرين وكذا مدى تقبله المشاركة في مختلف المواقف في جانبها العلائقي الاجتماعي.

. البعد الثالث: بعد الحياة الدراسية: يتضمن البنود التالية:

22- دائما ما أشارك في المناقشات أثناء حصة الدرس.

23- أحب مشاركة زملائي في إنجازاتهم الدراسية.

24- أحب أن أشارك في المسابقات العلمية.

25- أميل لتحقيق إنجازات دراسية بصورة مستمرة.

26- أتجنب طلب الإذن من الأستاذ للإجابة.

27- يصعب على العمل ضمن فوج في الدراسة.

28- أرى أنني عاجزا عن تحقيق النجاحات الدراسية التي يحققها زملاء.

29- أحب أن أتعلم الأشياء الجديدة باستمرار.

30- أساهم في إثراء النقاش حول المواضيع التعليمية.

31- يعتمد المدرس على فعاليتي أثناء حصص الدرس.

32- أشارك أفراد الأسرة في الرأي حول أمور متعلقة بالأسرة.

بما أننا سنجري البحث على عينة الطالبة الجامعيين، فلا شك أن العلاقات في الحياة المدرسية للطالب الجامعي من حيث ما يربطها من علاقة بهيئة التدريس وما يمتلكه من علاقات الزمالة في الجامعة، يمكن أن تعبر مباشرة على طبيعة شخصية الطالب إن كانت انبساطية أو انطوائية، ولهذا عمدنا إلى وضع بعد يتضمن بنودا تعبر عن ذلك بالنظر لما تمثله الحياة الدراسية بالنسبة لشخصية الطالب الجامعي.

. البعد الرابع: بعد الحياة الأسرية: يتضمن البنود التالية:

33- لا أرى أهمية لرأيي وسط أفراد أسرتي.

34- أميل للبقاء بمعزل عن أفراد الأسرة.

35- أرغب في مشاركة أفراد الأسرة في مختلف الأعمال التي يقومون بها.

36- يرى معظم إخوتي وأخواتي بأنني عنصرا يضيف المرح على أجواء الأسرة.

37- أعمل جاهدا لأكون سند لباقي أفراد الأسرة.

38- أفضل تنفيذ أفكارني بمعزل عن أفراد الأسرة.

39- لا أرغب مطلقا في التجمع مع أفراد الأسرة دفعة واحدة.

40- أحبذ تناول وجبتي الغداء والعشاء مع الأسرة.

ويعبر هذا البعد عن طبيعة نمط شخصية الطالب الجامعي (انبساطية . انطوائية) من حيث العلاقات التي تربطها بأفراد الأسرة بحكم العلاقات التي تربط الطالب بالوالدين وأفراد الأسرة، بحيث يمكن أن تعبر علاقات الطالب الإيجابية بأفراد الأسرة عن النمط الانبساطي، بينما يمكن أن تعبر العلاقات السلبية عن النمط الانطوائي.

- استبيان الخلفية الفردية:

يشمل استبيان الخلفية الفردية على المتغيرات التالية: الجنس، التخصص، المستوى التعليمي.

- طريقة ترميز الأوزان لمتغيرات استبيان الخلفية الفردية:

- متغير الجنس:

الجدول رقم(29) يمثل طريقة ترميز الأوزان لمتغير الجنس

أنثى	ذكر
1	2

- متغير التخصص:

الجدول رقم(30) يمثل طريقة ترميز الأوزان لمتغير التخصص

علمي	أدبي
1	2

-متغير المستوى الدراسي:

الجدول رقم(31) يمثل طريقة ترميز الأوزان لمتغير المستوى الدراسي

سنة أولى ليسانس	سنة ثانية ليسانس	سنة ثالثة ليسانس	سنة أولى ماستر	سنة ثانية ماستر
1	2	3	4	5

- طريقة ترميز الأوزان لفقرات مقياس الانبساط والانطواء:

في حالة استجابة الطلبة للبنود الايجابية لمقياس الانبساط والانطواء وهي كالتالي:

2-4-9-10-11-12-17-22-23-24-25-29-30-31-32-35-36-37-40.

خصص لفئة موافق بشدة (5)، موافق(4)، متردد (3)، معارض (2)، معارض بشدة (1).

في حالة استجابة الطلبة للبنود السلبية لمقياس الانبساط والانطواء وهي كالتالي:

1-3-5-6-7-8-13-14-15-16-18-19-20-21-26-27-28-33-34-38-39.

خصص لفئة موافق بشدة (1)، موافق (2)، متردد (3)، معارض (4)، معارض بشدة (5). كما هو

مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم(32) يمثل طريقة ترميز أوزان البنود الايجابية لمقياس الانبساط والانطواء

موافق بشدة	موافق	متردد	معارض	معارض بشدة
5	4	3	2	1

الجدول رقم(33) يمثل طريقة ترميز أوزان البنود السلبية لمقياس الانبساط والانطواء

معارض بشدة	معارض	متردد	موافق	موافق بشدة
5	4	3	2	1

4.2- مقياس التفاؤل والتشاؤم:

بغرض إجراء الدراسة الميدانية ومعرفة مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة الجامعيين ارتأينا أن نقوم ببناء أداة خصيصا لهذه الدراسة التي نحن بصدد القيام بها، فقد اعتمدنا على الخطوات التالية: اعتمدنا في البداية على العديد من مصادر المعلومات في المؤلفات النظرية والدراسات السابقة، في موضوع التفاؤل والتشاؤم في هذه الأطروحة بغرض تحديد الأبعاد ومضمون البنود الخاص بكل بعد بغرض الخروج بمسودة أولية للمقياس.

. في الخطوة الثانية قمنا بالاطلاع على الاختبارات والمقاييس الخاصة بالتفاؤل والتشاؤم في مقاييس أجنبية ومقاييس عربية، وهي مقياس التفاؤل للباحثة إيمان صادق عبد الكريم (2009) والذي تكون من بعدين وهما:

البعد الأول وهو بعد التطلع للحياة يتضمن البنود من 1 إلى 13.

العامة البعد الثاني وهو بعد الحياة يتضمن البنود من 14 إلى 28.

القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم التي أعدها أحمد عبد الخالق (1996) والذي يتضمن 4 أبعاد:

البعد 1: التفكير تجاه الحياة (1-18).

البعد 2: النظرة السلبية للمستقبل (19-36).

البعد 3: الأحداث الضاغطة (37-46).

وكذا سيلجمان للتفاوض والتشاور من تعريب الباحث زياد أمين بركات (1996)) والذي يتضمن 4

أبعاد:

البعد الأول: المواقف العامة (1-9).

البعد الثاني: النظرة للذات (10-20).

البعد الثالث: أحداث الحياة (21-40).

البعد الرابع: التطلعات المستقبلية (41-48).

وبناء على ذلك كونا فكرة واضحة على ماهية الأداة وماهية الأبعاد التي تتضمنها، وقمنا بتحرير مختلف البنود المرتبطة بكل بعد من الأبعاد الخاصة بالمقياس، وفي النهاية تبلورت صورة أولية أكثر وضوحا للأداة.

. في الخطوة الثالثة وبغرض تكوين الصورة الأولية التي سنقدمها للمحكمين لإجراء التعديلات عليها، فقد قمنا ببعض الاستشارات للأساتذة المختصين في علم النفس ببعض جامعات الغرب الجزائري، والتي استقينا على إثرها بعض المعطيات التي غفلنا عنها في الخطوتين السابقتين، وبناء على نصائح الأساتذة المختصين فقد أجرينا بعض التعديلات للأداة كما قمنا ببعض الإضافات على الصورة الأولية للمقياس الخاص بالتفاوض والتشاور أعدت خصيصا لقياس التفاوض والتشاور لدى الطلبة الجامعيين الجزائريين.

وبناء على الخطوات الثلاثة السابقة فقد خرجنا بصورة أولية للمقياس تتكون من 44 بنداً وعبارة، تتضمن بنودا تقيس التفاوض وبنود أخرى تقيس التشاور، كما أنها موزعة على ثلاثة أبعاد كما يلي:

. بعد توقع المستقبل: يتضمن البنود التالية:

1- أشعر بأن المستقبل سيكون مشرقا.

- 2- أدائي في الحاضر يشعرني بأن المستقبل سيكون أحسن.
 - 3- أحيانا ينتابني تصورا سوداوي حيال المستقبل.
 - 4- نظرتي للمستقبل دائما متفائلة.
 - 5- لما أقوم بعمل ما يجتاحني شعورا بتحقيق النجاح مستقبلا.
 - 6- لا أعتقد بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر.
 - 7- لما أعيش المشكلات الاجتماعية كثيرا ما أرى بأن المستقبل سيكون أسوء.
 - 8- دائما لدي طموحات لأنني أتوقع تحسنا سيطرأ على حياتي مستقبلا.
 - 9- كلما تلقيت تشجيعا من محيطي كانت تفاؤلي بمستقبل أفضل يزداد.
 - 10- في حدود إمكاناتي الحالية لا أرى بأن مستقبلي سيكون أفضل.
 - 11- أتوقع أن تزداد أموري سوءا بمرور الوقت.
 - 12- أشعر بأن الأمور تسير وفق ما خططت له.
 - 13- يظهر أن مستقبلي غير مضمون لكي أخطط له بشكل أفضل.
 - 14- كل انتكاسة أتعرض لها تجعلني أكثر طموحا لتحقيق مستقبل أفضل.
 - 15- إذا أقدمت على مسابقة أتوقع تحقيق النجاح مهما كثر عدد المتسابقين.
 - 16- كل إخفاق أتعرض له يجعلني أكثر يقينا بأن المستقبل سيكون سيء.
- وهذا البعد يهدف لقياس ما إذا كانت توقعات الطالب في المستقبل القريب أو البعيد تساهم في النظرة التفاؤلية أو النظرة التشاؤمية لديه، وهذا بناء على نتائج الفرضيات التي سنخلص لها في الدراسة الميدانية لبحثنا هذا، فالبعد يتضمن بنودا تعبر عن ارتباط التفاؤل والتشاؤم بالتوقعات للنجاح أو الإخفاق في المستقبل الدراسي والمهني للطالب.

. بعد النظرة للحياة: ويتضمن البنود التالية:

- 17- دائما ما أرى الحياة في جانبها المشرق.
- 18- تتابني نظرة إيجابية للحياة.
- 19- تتابني نظرة سلبية لجل مواقف الحياة.
- 20- أتوقع تحقيق كل الأشياء التي تهمني في الحياة.
- 21- رغم أنني أعمل باجتهاد إلا أنني لا أتوقع فرصا أكثر للنجاح في الحياة.
- 22- بصفة عامة أتوقع أن تنتهي الأمور على أحسن ما يرام.
- 23- أشعر بأنني سأكون سعيدا في الحياة.
- 24- يبدو لي أنني سأعيش الحياة كئيبا.
- 25- لما أقوم بمشروع في حياتي أتوقع النجاح فيه.
- 26- أشعر بالثقة لما تسير أمور حياتي بصورة طبيعية.
- 27- يبدو أن مصائب الحياة لا تفارقني.
- 28- يقلقني عدم نيل حضي من الحياة مثل الآخرين.
- 29- أمني لمشكلاتي حجما أكبر من حجمه الحقيقي.
- 30- أشعر باليأس من هذه الحياة.
- 31- أرى الجانب المشرق المضيء من حياتي.

وهذا البعد يهدف لقياس العلاقة بين الشكل والطريقة التي ينظر بها الطالب للحياة في مختلف مجالاتها الاجتماعية، فهذا البعد يعبر عن خاصيتي التفاضل أو التشاؤم من خلال تفاعل الطالب

الجامعي مع الحياة وبالنظرة التي يستشرفها هذا الأخير لمختلف النواحي الاجتماعية التي لها طموحات فردية وجماعية، وما يترتب عن ذلك من نظرة تفاؤلية أو تشاؤمية لدى الطالب الجامعي.

. بعد المعاش النفسي والعلائقي: يتضمن البنود التالية:

- 32- أشعر بأن نفسي تمثل أكثر معيق يجب تحديه.
- 33- أشعر بأنه بعد كل حادث مؤلم تأتي الأحداث التي تسر النفس.
- 34- أتفاعل ببلوغ مستوى مقبول من السعادة يوما ما.
- 35- كلما نظرت للمستقبل أشعر بأن روحي المعنوية منخفضة.
- 36- أتوقع الفشل لكي لا أصاب بالصدمة في حالة وقوعها.
- 37- أتطلى بالإرادة دوما لتحقيق الأحسن.
- 38- أتمتع بثقة عالية في النفس في تحقيق النجاح والاستقرار النفسي.
- 39- مهما كانت الظروف لا أستسلم للحزن.
- 40- أخدم مجتمعي وأنا بأنني أكثر كفاءة في ذلك.
- 41- أشعر بالقدرة على التوافق مع ظروف الحياة المتقلبة.
- 42- ينتابني شعورا بأن حظي قليلا مقارنة بالآخرين في المجتمع.
- 43- أشعر بأن المصائب خلقت من أجلي.
- 44- ينتابني شعورا بأن أكون أتعس مخلوق في المجتمع.
- 45- أرى نفسي بأنني سأكون في بهجة وفرحة مقارنة بالكثيرين.

هذا البعد تتضمن تعبيراً صريحا عن الحالة النفسية والحالة العلائقية للطالب، ودورها في شعوره إما بالتفاؤل أو التشاؤم، بحيث أن الحياة النفسية وما يميزها من مشاعر الاستحسان والارتياح النفسي،

إنما تساهم في تحلي الطالب الجامعي بروح معنوية عالية، تساهم في تبنيه النظرة التفاؤلية، أما ما يميز الحياة النفسية للطالب، من مشاعر عدم الارتياح والتضايق والتوتر النفسي، إنما تخلق لديه حالة من لا استقرار نفسي، ومنه تبنى شعورا ونظرة متشائمة من طرفه.

***طريقة ترميز الأوزان لفقرات مقياس التفاؤل والتشاؤم:**

في حالة استجابة الطلبة للبنود الايجابية لمقياس التفاؤل والتشاؤم وهي كالتالي:

41-40-39-38-37-34-33-31-26-25-23-22-20-18-17-15-14-12-9-8-5-4-2-1
45-43.

خصص لفئة موافق بشدة (5)، موافق(4)، متردد (3)، معارض (2)، معارض بشدة (1).

في حالة استجابة الطلبة للبنود السلبية لمقياس التفاؤل والتشاؤم وهي كالتالي:

44-42-36-35-32-30-29-28-27-24-21-16-13-11-10-7-6-3.

خصص لفئة موافق بشدة (1)، موافق (2)، متردد (3)، معارض (4)، معارض بشدة (5). كما هو

مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم(34) يمثل طريقة ترميز أوزان البنود الايجابية لمقياس التفاؤل والتشاؤم

معارض بشدة	معارض	متردد	موافق	موافق بشدة
1	2	3	4	5

الجدول رقم(35) يمثل طريقة ترميز أوزان البنود السلبية لمقياس التفاؤل والتشاؤم

معارض بشدة	معارض	متردد	موافق	موافق بشدة
5	4	3	2	1

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لقد تم تحليل المعطيات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية في نسختها العشرون

(SPSS20) وذلك من خلال استعمال الأساليب التالية:

* المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

* معامل الارتباط بيرسون (p).

* اختبار ت (T) لدراسة الفروق بين عينتين مستقلتين.

* تحليل التباين الأحادي البسيط (one way anova).

* تحليل الانحدار الخطي البسيط (Analyse de regression linear simple).

الفصل السادس

عرض نتائج

الفرضيات ومناقشتها

المرحلة 1. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الأساسية

1.1. صدق الإتساق الداخلي لمقياس الانبساط والانطواء

جدول رقم (36) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة النفسية

معامل الارتباط	البند
**0.47	1. في كثير من الأحيان أشعر بالملل.
**0.39	2. دائما ما أتمتع بثقة عالية بالنفس.
**0.48	3. عندما أغضب أميل لكتمان غضبي.
**0.41	4. أميل للتعبير الخارجي عن مشاعري.
**0.62	5. تنقصني الثقة بالنفس لمواجهة الآخرين.
**0.61	6. أميل للعزلة لتجنب المواقف المحرجة.
**0.60	7. في معظم الأحيان أفضل عدم التعبير عن مشاعري.
**0.51	8. أتخيل أشياء أعجز عن تحقيقها.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (36) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد الحياة النفسية حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.62) وهي خاصة بارتباط البند رقم (05) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.39) وهي خاصة بارتباط البند رقم (02) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.39 و0.62) وكلها دالة عند (0.01) (30) وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود، ومنه فإن البعد الأول يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

جدول رقم (37) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة

معامل الارتباط	البند
**0.41	9 . أستمتع بكوني محور الاهتمام في المجتمع.
**0.51	10 . أنا ماهر في التعامل مع المواقف الاجتماعية.
**0.52	11 . أحب أن أكون في قلب الأحداث المليئة بالنشاط.
**0.47	12 . يسهل علي إنشاء صداقات وعلاقات جديدة.
**0.31	13 . أكون هادئاً وسط الناس الغرباء.
**0.50	14 . لا أحب حضور المناسبات والحفلات.
**0.48	15 . أحب العمل مستقلاً عن الآخرين.
**0.59	16 . أستمتع بقضاء الوقت منفرداً عن الناس.
**0.30	17 . أحب أن أتحدى الآخرين في مختلف المواقف.
**0.49	18 . أجد من الصعب أن أعبر على آرائي أمام الآخرين.
**0.39	19 . أتنازل عن حقي لكي أتجنب مواقف الصراع.
**0.56	20 . أنا بطبعي ميال للاختفاء عن الأنظار.
**0.45	21 . أنا مقتنع بأهمية العمل بمفردي بمعزل عن الآخرين.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (37) يوضح لنا صدق الاتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.59) وهي خاصة بارتباط البند رقم (16) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.30) وهي خاصة بارتباط البند رقم (17) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين

(0.59 و 0.30) وكلها دالة عند (0.01) وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود، ومنه فإن البعد الثاني يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

جدول رقم (38) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الدراسية

معامل الارتباط	البنود
**0.62	22 . دائما ما أشارك في المناقشات أثناء حصة الدرس.
**0.53	23 . أحب مشاركة زملائي في انجازاتهم الدراسية.
**0.55	24 . أحب أن أشارك في المسابقات العلمية.
**0.58	25 . أميل لتحقيق إنجازات دراسية بصورة مستمرة.
**0.53	26 . أتجنب طلب الإذن من الأستاذ للإجابة.
**0.46	27 . يصعب على العمل ضمن فوج في الدراسة.
**0.57	28 . أرى أنني عاجز عن تحقيق النجاحات الدراسية التي يحققها زملائي.
**0.44	29 . أحب أن أتعلم الأشياء الجديدة باستمرار .
**0.68	30 . أساهم في إثراء النقاش حول المواضيع التعليمية.
**0.54	31 . يعتمد المدرس على فعاليتي أثناء حصص الدرس .
**0.35	32 . أشارك أفراد الأسرة في الرأي حول أمور متعلقة بالأسرة.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (38) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد الحياة الدراسية حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.68) وهي خاصة بارتباط البند رقم (30) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.35) وهي

خاصة بارتباط البعد رقم (32) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.68 و0.35) وكلها دالة عند (0.01)، ومنه فإن البعد الثالث يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

جدول رقم (39) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد الحياة الأسرية

معامل الارتباط	البند
**0.64	33. لا أرى أهمية لرأيي وسط أفراد أسرتي.
**0.71	34. أميل للبقاء بمعزل عن أفراد الأسرة.
**0.64	35. أرغب في مشاركة أفراد الأسرة في مختلف الأعمال التي يقومون بها
**0.58	36. يرى معظم إخوتي وأخواتي بأنني عنصرا يضيف المرح على أجواء الأسرة.
**0.51	37. أعمل جاهدا لأكون سند لباقي أفراد الأسرة.
**0.59	38. أفضل تنفيذ أفكارى بمعزل عن أفراد الأسرة.
**0.60	39. لا أرغب مطلقا في التجمع مع أفراد الأسرة دفعة واحدة.
**0.53	40. أحبذ تناول وجبتي الغداء والعشاء مع الأسرة.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (40) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بعد الحياة الأسرية حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.71) وهي خاصة بارتباط البند رقم (34) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.51) وهي خاصة بارتباط البعد رقم (37) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.71 و0.51) وكلها دالة عند (0.01)، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود ومنه فإن البعد الرابع يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

2.1. بالنسبة للبنية الكلية للمقياس:

جدول رقم (41) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود مقياس الانبساط والانطواء

أبعاد المقياس	معاملات الارتباط
بعد الحياة النفسية	**0.68
بعد العلاقات الإجتماعية ومواقف الحياة	**0.82
بعد الحياة الدراسية	**0.78
بعد الحياة الأسرية	**0.64

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

يتضح من خلال الجدول رقم (41) أن معامل الارتباط لبعد الحياة النفسية بلغ (0.68)، وبعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة التي قدر ب(0.82)، ثم بعد الحياة الدراسية الذي قدر ب(0.78)، وبعد الحياة الأسرية قدر ب(0.64)، وبالتالي يمكننا القول بأن معاملات الارتباط لأبعاد المقياس تتمتع بصدق اتساق داخلي مقبول.

الجدول رقم (42) يوضح معامل ثبات ألفا لكرونباخ

الأبعاد	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ
البعد الأول: الحياة النفسية	08	0.71
البعد الثاني: العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة	13	0.71
البعد الثالث: الحياة الدراسية	11	0.73
البعد الرابع: الحياة الأسرية	08	0.74
المقياس ككل	40	0.86

يتضح من خلال الجدول رقم (42) أن قيمة معاملات الثبات الكلية بلغت (0.86) وتراوحت معاملات

ثبات الأبعاد ما بين (0.71-0.86) وهنا يمكننا القول بأن المقياس يتمتع بثبات جيد ومقبول.

جدول رقم (43) يوضح معامل الثبات بمعادلة جوتمان

الأبعاد	معامل الثبات Split-half coefficient	بعد التعديل بمعادلة Guttman
بعد الحياة النفسية	0.52	0.69
بعد العلاقات الاجتماعية ومواقف الحياة	0.58	0.73
بعد الحياة الدراسية	0.66	0.79
بعد الحياة الأسرية	0.69	0.81
المقياس ككل	0.81	0.89

يتضح من خلال الجدول رقم (43) أن درجة الارتباط لكل بند بعد التعديل تراوحت ما بين (0.65-0.84) مما يدل على العلاقة الارتباطية القوية بين الفقرات، ومعامل ارتباط المقياس ككل قدر ب (0.81) وبتطبيق معادلة جوتمان Guttman لتعديل ثبات المقياس بلغ معامل الارتباط (0.87) وبالتالي يمكننا القول بأنه معامل ثبات جيد.

الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل والتشاؤم:

1-1- الصدق الإتساق الداخلي:

الجدول رقم (45) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد توقع المستقبل

معامل الارتباط	البند
**0.62	1. أشعر بأن المستقبل سيكون مشرقاً
**0.63	2. أدائي في الحاضر يشعرني بأن المستقبل سيكون أحسن.
**0.54	3. أحياناً يبتابني تصوراً سوداوي حيال المستقبل.
**0.64	4. نظرتي للمستقبل دائماً متفائلة.
**0.58	5. لما أقوم بعمل ما يجتاهني شعوراً بتحقيق النجاح مستقبلاً.
**0.60	6. لا أعتقد بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر.
**0.63	7. لما أعيش المشكلات الاجتماعية كثيراً ما أرى بأن المستقبل سيكون أسوأ.
**0.59	8. دائماً لدي طموحات لأنني أتوقع تحسناً سيطراً على حياتي مستقبلاً.
**0.42	9. كلما تلقيت تشجيعاً من محيطي كانت تفاؤلي بمستقبل أفضل يزداد.
**0.61	10. في حدود إمكانياتي الحالية لا أرى بأن مستقبلي سيكون أفضل.
**0.61	11. أتوقع أن تزداد أموري سوءاً بمرور الوقت.
**0.58	12. أشعر بأن الأمور تسير وفق ما خططت له.
**0.51	13. يظهر أن مستقبلي غير مضمون لكي أخطط له بشكل أفضل.

**0.46	14. كل انتكاسة أتعرض لها تجعلني أكثر طموحا لتحقيق مستقبل أفضل.
**0.57	15. إذا أقدمت على مسابقة أتوقع تحقيق النجاح مهما كثر عدد المتسابقين.
**0.65	16. كل إخفاق أتعرض له يجعلني أكثر يقينا بأن المستقبل سيكون سيء.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (45) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بند توقع المستقبل حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.65) وهي خاصة بارتباط البند رقم (16) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.42) وهي خاصة بارتباط البند رقم (09) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.42 و0.65) وكلها دالة عند (0.01)، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود، ومنه فإن البند الأول يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

الجدول رقم (46) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد النظرة للحياة

معامل الارتباط	البند
**0.62	17. دائما ما أرى الحياة في جانبها المشرق.
**0.44	18. تتتابني نظرة إيجابية للحياة.
**0.55	19. تتتابني نظرة سلبية لجل مواقف الحياة.
**0.50	20. أتوقع تحقيق كل الأشياء التي تهمني في الحياة.
**0.51	21. رغم أنني أعمل باجتهاد إلا أنني لا أتوقع فرصا أكثر للنجاح في الحياة.
**0.54	22. بصفة عامة أتوقع أن تنتهي الأمور على أحسن ما يرام.
**0.49	23. أشعر بأنني سأكون سعيدا في الحياة.
**0.64	24. يبدو لي أنني سأعيش الحياة كئيبيًا.
**0.56	25. لما أقوم بمشروع في حياتي أتوقع النجاح فيه.
**0.39	26. أشعر بالثقة لما تسير أمور حياتي بصورة طبيعية.
**0.56	27. يبدو أن مصائب الحياة لا تفارقني.
**0.32	28. يقلقني عدم نيل حضي من الحياة مثل الآخرين.
**0.51	29. أُمِنح لمشكلاتي حجما أكبر من حجمه الحقيقي.
**0.56	30. أشعر باليأس من هذه الحياة.
**0.59	31. أرى الجانب المشرق المضيء من حياتي.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (46) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بند النظرة للحياة حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل الارتباط (0.64) وهي خاصة بارتباط البند رقم (24) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.32) وهي خاصة

بارتباط البعد رقم (28) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.64 و0.32) وكلها دالة عند (0.01)، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود، ومنه فإن البعد الثاني يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

الجدول رقم (47) يوضح صدق الاتساق الداخلي لبنود بعد المعاش النفسي والعلائقي

معامل الارتباط	البنود
**0.45	32. أشعر بأن نفسي تمثل أكثر معيق يجب تحديه.
**0.41	33. أشعر بأنه بعد كل حادث مؤلم تأتي الأحداث التي تسر النفس.
**0.43	34. أنفءل ببلوغ مستوى مقبول من السعادة يوما ما.
**0.64	35. كلما نظرت للمستقبل أشعر بأن روحي المعنوية منخفضة.
**0.42	36. أتوقع الفشل لكي لا أصاب بالصدمة في حالة وقوعها.
**0.46	37. أتحدى بالإرادة دوما لتحقيق الأحسن.
**0.60	38. أتمتع بثقة عالية في النفس في تحقيق النجاح والاستقرار النفسي.
**0.54	39. مهما كانت الظروف لا أستسلم للحزن.
**0.53	40. أخدم مجتمعي وأنا بأنني أكثر كفاءة في ذلك.
**0.48	41. أشعر بالقدرة على التوافق مع ظروف الحياة المتقلبة.
**0.58	42. ينتابني شعورا بأن حظي قليلا مقارنة بالآخرين في المجتمع.
**0.35	43. أشعر بأن المصائب خلقت من أجلي.
**0.61	44. ينتابني شعورا بأن أكون أتعس مخلوق في المجتمع.
**0.45	45. أرى نفسي بأنني سأكون في بهجة وفرحة مقارنة بالكثيرين.

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (47) يوضح لنا صدق الإتساق الداخلي لارتباط البند مع بند المعاش النفسي والعلائقي

حيث نلاحظ أن ملاحظات الارتباط بين البند الذي تنتمي إليه كلها دالة حيث بلغت أكبر قيمة لمعامل

الارتباط (0.64) وهي خاصة بارتباط البند رقم (35) وأدنى قيمة لمعامل الارتباط الدال بلغت (0.35) وهي خاصة بارتباط البعد رقم (43) وبالتالي فقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.64 و0.35) وكلها دالة عند (0.01)، وبالتالي فإننا نقبل جميع البنود، ومنه فإن البعد الثالث يتمتع بصدق إتساق داخلي مقبول.

الجدول رقم (48) يتضح صدق الاتساق الداخلي لبنود مقياس التفاؤل والتشاؤم

أبعاد المقياس	معاملات الارتباط
بعد توقع المستقبل	**0.92
بعد النظرة للحياة	**0.92
بعد المعاش النفسي والعلائقي	**0.90

** عند مستوى دلالة 0.01.

* عند مستوى دلالة 0.05.

يتضح من خلال الجدول رقم (48) أن معامل الارتباط لبعد توقع المستقبل بلغ (0.92)، وبعد النظرة للحياة التي قدر ب(0.92)، ثم بعد المعاش النفسي والعلائقي الذي قدر ب(0.90) وبالتالي يمكننا القول بأن معاملات الارتباط لأبعاد المقياس تتمتع بصدق اتساق داخلي مقبول.

الجدول رقم (49) يمثل معامل ثبات ألفا لكرونباخ

معامل ألفا كرونباخ	عدد البنود	الأبعاد
0.74	16	البعد الأول: توقع المستقبل
0.73	15	البعد الثاني: النظرة للحياة
0.72	14	البعد الثالث: المعاش النفسي والعلائقي
0.89	45	المقياس ككل

يتضح من خلال الجدول رقم (49) أن قيمة معاملات الثبات الكلية بلغت (0.89) وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد ما بين (0.72-0.74) وهنا يمكننا القول بأن المقياس يتمتع بثبات جيد ومقبول.

الجدول رقم (50) يوضح معامل ثبات المقياس

بعد التعديل بمعادلة Spearman- Brown	معامل الثبات Split-half coefficient	الأبعاد
0.89	0.80	بعد توقع المستقبل
0.79	0.65	بعد النظرة للحياة
0.78	0.64	بعد المعاش النفسي والعلائقي
0.93	0.87	المقياس ككل

يتضح من خلال الجدول رقم (50) أن درجة معامل الثبات لكل بند بعد التعديل تراوحت ما بين (0.78-0.89) مما يدل على العلاقة الارتباطية القوية بين الفقرات، وأن معامل ثبات المقياس ككل قدر

ب (0.87) وبعد تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون Spearman-Brown ارتفعت قيمة المعامل إلى (0.93) وهي قيمة مقبولة وبالتالي يمكننا القول بأن المقياس يتمتع بمستوى ثبات تجزئة نصفية جيد.

1- عرض نتائج الفرضيات

1-1 عرض نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية: سمة الانبساط هي السمة السائدة بين طلبة الجامعة

جدول رقم (51) يوضح سمة الانبساط السائدة بين الطلبة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة N	المتغيرات
18.02	139.76	1000	الانبساط والانطواء

يتضح من خلال الجدول رقم (51) أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة في متغير الانبساط والانطواء الذي بلغ 139.76 وانحراف معياري قدر بـ 18.02 وبالتالي يمكننا القول بأن السمة السائدة بين الطلبة هي سمة الانبساط، لأنها تقع ضمن الفئة 101-200.

1- 2- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية: سمة الانبساط هي السمة السائدة بين طلبة الجامعة

من خلال الجدول رقم (51) أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة في متغير الانبساط والانطواء الذي بلغ 139.76 وانحراف معياري قدر بـ 18.02 وبالتالي يمكننا القول بأن السمة السائدة بين الطلبة هي سمة الانبساط، فمن الطبيعي أن تكون سمة الانبساط الأكثر انتشاراً من سمة الانطواء في الحرم الجامعي لأن الجامعة هي فضاء يلتقي فيه الأفراد باختلاف شخصياتهم وثقافتهم وعاداتهم فهذا ما يسهل لهم القيام بالعديد من الأعمال في حياتهم بكل شغف وسرور ويدفع بهم إلى الإنفتاح على الخبرات وعلى

الآخرين بحد ذاتهم فعندما نربط النتيجة المتوصل إليها مع السمات التي يمتلكها ذوي الشخصية الانبساطية والتي يكون فيها الفرد بعيدا عن المواقف الروتينية والبحث دائما عن التجديد في شتى مجالات عمله، هذا ما يرونه كمبدأ رئيسي أثناء قيامهم بأعمال مختلفة ومتنوعة، فهذه الخاصية تمنحهم القدرة الأداء المبدع فهم غير قادرين على التوافق مع مختلف الأعمال ومع غيرهم لأنهم يتفوقون أو بالأحرى فنانون في التعامل مع الآخرين فهم أكثر تشبعا بتلك القيم التي يمكنهم من حسن التصرف والتعامل مع أي نمط من الشخصية، كما أنهم يمتلكون القدرة على تقييم مستوى جودة الأداء في العمل سواء تعلق الأمر بأعمالهم أو بأعمالهم أو بأعمال الآخرين فلهم السرعة والإتقان في أداء واجباتهم وكذا توجيهاتهم الصائبة للآخرين في إنجاز العمل بشكل صحيح ومنفرد بصورته النهائية، وهذا كله نتاج عن الخبرات والكفاءات التي تساعدهم على النجاح المتواصل، فنمط الشخصية الانبساطية يجعل صاحبه أكثر رغبة وقدرة على الإدماج مع الآخرين، محققا التوافق النفسي بمختلف أبعاده سواء الاجتماعي أو الدراسي أو المهني أو الأسري، لديهم حب التطلع واكتشاف الجديد، فالمزاج يعتبر الظاهرة المميزة لطبيعة الفرد الإنفعالية، فهو ظاهرة تلازم الفرد طوال حياته رغم قابلية ذلك للتقويم والتعديل، فهو من أحد المتغيرات التي تعبر عن نمط شخصية الفرد، فالنمط الانبساطي تكون انفعالاته سوية ومتوازنة تتوافق مع الموقف الذي يواجهه ومن هنا تتجلى لنا العلاقة التلازمية بينهما، وما يسعنا القول إلا أن دراستنا الحالية توافقت مع دراسة إسماعيل مي الفاتح (2014) التي هدفت على معرفة نوع سمات الشخصية الانبساطية والانطوائية وعلاقتها بمهارات إدارة الوقت واتخاذ القرار على عينة من طلبة الجامعة بالسودان والتي توصلت إلى أن سمة الانبساط هي السمة السائدة بدرجة مرتفعة بين طلبة كلية جامعة دمشق، وكذا دراسة قربي سوسن عبد الكريم (2008) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين مستوى الطموح وبعد الانبساط والانطواء لدى عينة من مدارس المثلث الشمالي

تبعاً لمتغير الجنس على عينة قدرها (333) طالب، والتي توصلت إلى أن سمة الشخصية السائدة لديهم هي سمة الانبساط. وقد تعارضت الدراسة الحالية مع دراسة ملحم والشلي ولبابنه (2014) والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق في ضوء نمط الشخصية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية والتي توصلت إلى نتيجة مفادها أن نمط الشخصية السائد لدى الطلبة هو نمط (إنطواء-إنفعال).

2- عرض نتائج الفرضية الثانية:

- نص الفرضية: سمة التفاؤل هي السمة السائدة بين الطلبة.

جدول رقم (52) يوضح سمة التفاؤل السائدة بين الطلبة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة N	المتغيرات
24.35	166.88	1000	التفاؤل والتشاؤم

يتضح من خلال الجدول رقم (52) أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة قدر بـ 166.88 وانحراف معياري بـ 24.35 وبالتالي يمكننا القول بأن سمة التفاؤل هي السمة السائدة بين طلبة الجامعة لأنها تقع ضمن فئة 113-225 التي تعبر عن التفاؤل.

1.2. مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

يتضح من خلال هذا الجدول أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة قدر بـ 166.88 وانحراف معياري بـ 24.35 وبالتالي يمكننا القول بأن سمة التفاؤل هي السمة السائدة بين طلبة الجامعة، فعمل الفرص التي توفرها الجامعة هي السبب الرئيسي في الإتجاه الإيجابي والتفكير الإيجابي نحو المستقبل، هذا ما

قد يسهل للطالب ويجعله أكثر حيوية ونشاطا يخطط لمشاريع دراسية ومهنية يمكنه تحقيقها بعد الإنتهاء من فترة مزاولته الدراسة وحصوله على الشهادة الجامعية، فتعد الثقة بالنفس من أحد المميزات والمؤشرات الإيجابية التي يتميز بها الشخص المتفائل عن غيره من الناس، أين يشعر بأعلى قدر على نظرة عقلانية استشرافية، بحيث يأخذ الحياة من كل الزوايا العامة التي تتضمنها في جوانبها الإيجابية وجوانبها السلبية على وجه العموم، فيحدد أهدافه بناء على موازنة موضوعية في مدى القدرة على تحقيقها أو عدم تحقيقها، فهو يبني نظرتة التفاؤلية عن وعي تام بالذات والعمل على تفحص مختلف المشكلات والعقبات والبحث بتأن عن إيجاد الحلول والبدائل التي تمكنه من النجاح ومنه يكون التفاؤل مبني على نظرة علمية موضوعية وواعية للحياة بمختلف تشعباتها، تمتعه بالصحة النفسية التي تعبر عن القدرة على التوافق والتصرف بالسلوك السوي الذي يستجيب للمعايير والقيم والعادات الاجتماعية، والقدرة على تحقيق الذات والتمتع بصورة إيجابية حول مفهوم الذات ومستوى مقبول في تقدير ذاته، وكذا مواجهة متطلبات الحياة، في مجمل القول فإن التفاؤل يعود الفرد على النظرة الإيجابية لكل الأحداث المحيطة، إذ أن التمتع بمستوى معين من التفاؤل دائما ما يكون متماسكا في مختلف المواقف التي يمر بها مهما كانت درجة صعوبتها وتعقيدها، ومهما كانت الآثار النفسية السلبية التي تخلفها على الحياة النفسية، إذ أن التفاؤل يساعد الفرد على أخذ مختلف الأحداث والعوامل السلبية من جوانبها الإيجابية فننتج دراستنا جاءت متوافقة مع الدراسة التي أجراها حمدان (1999) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين وتوصلت الدراسة إلى أن طلبة الثانوية العامة كانوا متفائلين ولكن بدرجة قليلة، وكذا دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998) هدفت الدراسة إلى التعرف على سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعدي الشخصية (الانبساط والعصابية)، وأظهرت النتائج وجود فروق في التفاؤل بين الذكور والإناث

ولصالح الذكور أكثر تفاعلاً بينما الإناث أكثر تشاؤماً، ونفس النتيجة التي توصل إليها المشعان (2000) في دراسته بحث العلاقة بين التفاعل والتشاؤم والاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلبة الجامعة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق جوهرية بين الذكور الإناث في التفاعل والاضطرابات النفسية الجسمية حيث أن الذكور كانوا أكثر تفاعلاً من الإناث. ودراسة اليجوفي (2002) التي هدفت هي الأخيرة إلى التعرف على العلاقة بين التفاعل والدين من المتغيرات الإجتماعية الديمغرافية من وجهة أخرى، والتي توصلت إلى أن الذكور المسيحيين الذين ينتمون إلى الجامعة الأمريكية هم أكثر تفاعلاً، والإناث المسلمات من الطبقة الوسطى الذين ينتمون إلى الجامعة الأمريكية هم أكثر تفاعلاً مقارنة بأقرانهم طلبة الجامعة اللبنانية. ومع دراسة اليجوفي والأنصاري (2005) هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين اللبنانيين والكويتيين في التفاعل والتشاؤم وقد كشفت النتائج عن وجود فروق جوهرية بين اللبنانيين والكويتيين حيث تبين أن الكويتيين من الجنسين أكثر تفاعلاً من اللبنانيين. فتوافقت أيضاً مع دراسة علي (2005) التي هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التفاعل والتشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد، فتوصلت الدراسة إلى أن طلبة جامعة بغداد يتسمون بمستوى عال من التفاعل في حياتهم الجامعية. ودراسة المنشاوي (2005) التي هدفت إلى التنبؤ بكل من التفاعل والتشاؤم من خلال بعض المتغيرات النفسية، فخلصت إلى نسبة شيوخ التفاعل المرتفع لدى البنات أكبر منها لدى البنين. وتوافقت كذلك مع دراسة منار وتامر (2014) فهدفنا الدراسة إلى معرفة مستوى الحكم الأخلاقي ومستوى التفاعل والتشاؤم لدى طلبة جامعة اليرموك، فأظهرت نتائج الدراسة مستوى مرتفعاً من التفاعل لدى طلبة جامعة اليرموك.

3- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: توجد علاقة ارتباطية بين الانبساط والانطواء وبين التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد العينة.

جدول رقم (53) يوضح العلاقة الارتباطية بين الانبساط والانطواء وبين التفاؤل والتشاؤم

المتغيرات	العينة N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل بيرسون	الدلالة المعنوية Sig
الانطواء والانبساط	1000	139.76	18.02	0.46	0.00
التفاؤل والتشاؤم	1000	166.88	24.35		

يتضح من خلال الجدول رقم (53) أن المتوسط الحسابي لمتغير الانبساط والانطواء يقدر بـ 139.7 وانحراف معياري قدر بـ 18.02 بالمقابل المتوسط الحسابي للتفاؤل والتشاؤم قدر بـ 166.88 وانحراف معياري قدر بـ 24.35 وبالتالي فإن معامل بيرسون يقدر بـ 0.46 عند مستوى دلالة معنوية 0.00 وبالتالي يمكننا القول بأنه توجد علاقة ارتباطية بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة.

3-1- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

من خلال الجدول رقم (53) يتضح أن معامل بيرسون قدر بـ 0.46 عند مستوى الدلالة المعنوية 0.000، ومنه توجد علاقة ارتباطية بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة الجامعة. فحسب مقارنة علم النفس الإيجابي وتحديدًا في نظرية العجز المكتسب أو العجز المتعلم

لمارتن سليجمان (1991) M.Seligman التي أفضت إلى وضع ركائز أسلوب التفسير التفاضلي وأسلوب التفسير التفاضلي عند الأفراد، فالمتفائلون يرجعون فشلهم إلى شيء ما يمكنه تغييره لينجحوا في محاولات أو مواقف أخرى، على عكس المتشائمون الذين يرجعون فشلهم إلى صفات دائمة فيهم تجعلهم يحسون بأنهم عاجزون عن تغييرها، ولهذه التفسيرات دلالات عميقة على كيفية استجابة الناس لأحداث الحياة، فالمتفائلون تكون ردود أفعالهم إيجابية تجاه المواقف أو الأحداث التي يتعرضون إليها، وبعدها يضعون خطة عمل جديدة، أو يسعون إلى طلب المساعدة من الآخرين فالانتكاسة بالنسبة لهم شيء يمكن علاجه، أما المتشائمون يرجعون فشلهم إلى العجز الشخصي الذي سيظل يسبب لهم الإخفاقات المستمرة والدائمة، فإنهم يرتكبون أخطاء كثيرة في تحديد اللوم فهم يميلون إلى لوم أنفسهم على كل شيء سيء يحدث، وكذا نظرية الأنماط لأرنست كريتشمر (1888) A.K التي تفسر خاصية أو سمة التفاؤل على أنها انعكاسا مباشرا لطبيعة ونمط شخصية الفرد، بمعنى أنه المتفائلين والمنبسطين على حد سواء لديهم نظرة إيجابية نحو المواقف التي يواجهونها وبالتالي المنبسط هو الذي يستجيب بطريقة سهلة لمختلف الظواهر أو الظروف المحيطة به، وذلك لتثبته بآداب التعامل على اعتبار أن التعامل الإيجابي والاندماج المباشر مع الجماعات يمكنه من اكتساب رصيد معرفي وخبرات علمية، تسهل له عملية الإتصال فنجدهم أكثر قوة على تقييم مستوى الأداء في العمل علما أنهم لا يستغرقون وقتا طويلا في التفكير والتخطيط لكيفية القيام بمختلف الأعمال، دون أن ننسى الطابع الإنفتاحي الذي يميزهم وأسلوبهم اللفظي الصريح الذي يمنحهم القابلية العالية في التوافق السريع مع الأحداث والمواقف البيئية على عكس الإنطوائي الذي لا يستطيع المكوث مع الجماعات والأفراد لمدة طويلة كما نجدهم أكثر ميلا للهدوء أثناء القيام بأعماله منفردا عن الآخرين معتمدين على اللغة الرمزية مستخدمين أسلوب الكتابة في عملية التواصل فالإنعزال والإنسحاب الكلي يعبر عنها الانطوائي

بالنظرة المتشائمة للحياة وشعورهم بالعجز والطموح المنعدم تجاه المستقبل فتتجلى لنا العلاقة بين الانبساط والتفاؤل وبين الانطواء والتشاؤم كونهم يحملون نفس الخصائص والميزات، فالنتيجة المتوصل لها تتوافق مع دراسة محسنه، التوبي وبثينه (2013) Mahasneh, Al toubi & Batayeneh التي هدفت الى الكشف عن العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وسمات الشخصية (الانبساط والانطواء، والثبات الانفعالي والعصابية) على طلبة جامعة الهاشمي بالأردن، وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والانطوائية، وعلاقة ارتباطية سلبية بين التشاؤم والانبساط، وبين التشاؤم والانطواء. ودراسة أحمد، جهان وإمتياز (2016) Ahmed, jahan & Imtiaz التي هدفت إلى البحث عن العلاقة بين التفاؤل وسمات الشخصية (الانبساط/الانطواء، الثبات الانفعالي، العصابي/الذهاني) بين الأزواج، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والانبساط، وهذا ما توافق مع نتائج الدراسة الحالية. كما أن دراسة كام وماير (2011) Kam & Meyer التي توافقت هي الأخيرة مع الدراسة الحالية كونها وجدت بأن التفاؤل والتشاؤم يظهران ارتباطات مختلفة مع الانبساط والعصابية.

بينما دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998) التي استهدفت اختيار ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في سمة التفاؤل والتشاؤم ومعرفة ما إذا كان هناك ارتباطات بين التفاؤل والتشاؤم ومع كل من بعدي الشخصية الانبساط والعصابية، فقد أظهرت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التشاؤم والعصابية، وسلبية بين التشاؤم والانبساطية. وهذا ما جعلها تتوافق مع الدراسة الحالية في كونها تناولت التفاؤل والتشاؤم كمتغير واحد، فعلى الرغم من قدم الدراسة والتحويلات العديدة الاجتماعية والعلمية الحاصلة في عصرنا الحالي فلم تؤثر على شخصية الأفراد.

من جهة أخرى كشفت دراسة السليم (2006) عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والانفتاح على الخبرة والطيبة والانبساط، وعن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التفاؤل والعصابية، وعن علاقة

ارتباطية موجبة بين التشاؤم والعصابية، وسالبة بين الانبساط والانفتاح على الخبرة والطيبة وبين التشاؤم. ودراسة شادية عبد الوهاب (2006) التي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم والانطواء والانبساط لدى المتقاعدين العسكريين بالأردن، والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين التفاؤل والانبساط وبين التشاؤم والانطواء.

4- عرض نتائج الفرضية الرابعة:

نص الفرضية: توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير الجنس.

جدول رقم (54) يوضح الفرق في مستوى الانبساط والانطواء وفق متغير الجنس

الجنس	العينة N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة المعنوية Sig
الذكور	319	138.78	17.35	1.17	0.43
الإناث	681	140.22	18.32		

يتضح من خلال الجدول رقم (54) أن المتوسط الحسابي لمتغير الانبساط والانطواء بالنسبة للذكور يساوي (138.78)، والإناث يساوي (140.22) وانحراف معياري بالنسبة للذكور يقدر بـ (17.35) والإناث يقدر بـ (18.32)، كما يتضح أن اختبار T لدراسة الفروق بين التفاؤل والتشاؤم و متغير الجنس يساوي (1.17) ودرجة معنوية تقدر بـ 0.24 وبالتالي فإن الفرق بين الذكور والإناث غير دال إحصائياً في مستوى الانبساط والانطواء، و بالتالي نقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الانبساط والانطواء تبعاً لمتغير الجنس.

4-1- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

من خلال الجدول رقم (54) نلاحظ أن قيمة "ت" بلغت 1.17 عند مستوى الدلالة 0.43 وبالتالي لا يوجد فروق بين الذكور والإناث من حيث مستوى الانبساط والانطواء.

ومن وجهة نظرنا فإن سمات الشخصية هي سمات عالمية شمولية في التركيبة البشرية ولا ترتبط بالنوع البشري، وإنما لها علاقة بميزات وخصائص كل فرد، فالنظرية السلوكية تفسر تكوين أنماط الشخصية على سيرورات عملية التعلم، ولا ترى دورا بارزا للفروق الفردية في تحديد نمط الشخصية، وإنما تراه عاملا ثانويا يتأثر أيضا بدوره أثناء عملية التعلم، فنمط الشخصية الإيجابي الذي تنتظر إليه النظرية السلوكية فهو النمط الذي يمتاز بالخصائص الإيجابية والسلوكيات السوية والإيجابية فيما أن أنماط الشخصية تكتسب عن طريق التعلم فإنها قابلة للتعديل والتطوير. فتخضع هذه الأخيرة لعاملي الوراثة والاكْتساب فهي تمنح أوصافا لنمط شخصية الفرد وهذا تحت تأثير عملية الوراثة وهذا ما نلاحظه من تشابه في القدرات والفروق الفردية، ومن جهة أخرى تساهم الدراسات في تمكين الفرد من ترشيد القدرات والإمكانات الشخصية بغرض مواجهة مختلف المواقع في البيئة الاجتماعية، بحيث أن معرفة الفرد للخصائص والأنماط الشخصية وما يطبعها من إيجابيات وسلبيات خصوصا في النواحي الذاتية المرتبطة بالقدرات والفروق العقلية.

وهذا ما وافق دراسة أبو ناهية (1997) الذي حاول معرفة الفروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في بعض سمات الشخصية مستنتجا بأنه لا يوجد فرق بين متوسط درجات الذكور والإناث في سمة الانبساط لدى طلاب الجامعة. ودراسة عسلي (1998) التي أظهرت بأنه لا يوجد فروق بين الذكور والإناث من حيث سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة في محافظة غزة. من جهة أخرى دراسة الشافعي (2002) خلصت لعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في سمات الشخصية لدى

العاملين بالمستشفيات الحكومية. كما أن دراسة أحمد، جهان وإمتياز (2016) Ahmad, Jahan & Imtiaz أظهرت بأنه لا يوجد فروق بين الأزواج الذكور والاناث من حيث سمات الشخصية (الانطواء والانبساط، الثبات الانفعالي، العصابي والذهاني). ودراسة كرميان (2007) التي هدفت إلى الكشف عن علاقة سمات الشخصية بقلق المستقبل والوقوف على الفروق الفردية طبقا للجنس لدى عينة (198) من العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في أستراليا خلصت لعدم وجود فروق دالة في الجنس بين العاملين.

كما أن الدراسة الحالية اختلفت مع دراسة يونس وخليل (2007) التي خلصت لوجود فروق بين الذكور والاناث المصريين في عامل العصابية والانبساطية والمقبولية. ولعل هذا الاختلاف راجع إلى اختلاف في البيئة المصرية والفئة العمرية المختلفة مع الدراسة الحالية، واختلفت أيضا مع دراسة الطهراوي (1997) التي هدفت إلى معرفة سمات الشخصية وعلاقتها ببعض الأساليب المعرفية لدى الطلاب المتفوقين والمتأخرين أكاديميا في الجامعة الإسلامية، وقد نتج عن هذه الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة المتفوقين والمتأخرين في الانبساط والانطواء.

5- عرض نتائج الفرضية الخامسة:

نص الفرضية: توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص.

جدول رقم (55) يوضح الفرق في مستوى الانبساط والانطواء حسب متغير التخصص الدراسي

الدالة المعنوية Sig	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة N	التخصص	
0.02	2.29	18.40	137.97	651	أدبي	مستوى الانبساط
		17.75	140.71	349	علمي	والانطواء

يتضح من خلال الجدول رقم (55) أن المتوسط الحسابي لمتغير الانبساط والانطواء بالنسبة للتخصص الأدبي يساوي (137.97)، وبالنسبة للتخصص العلمي فإنه يساوي (140.71) وانحراف معياري بالنسبة للأدبيين يقدر بـ (18.40) والعلميين يقدر بـ (17.75)، كما يتضح أن اختبار T لدراسة الفروق بين الانبساط والانطواء تبعا لمتغير التخصص يساوي (2.29) ودرجة معنوية تقدر بـ 0.02 وبالتالي هو دال إحصائيا، وهنا يمكننا القول بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الانبساط والانطواء تبعا لمتغير التخصص الدراسي لصالح التخصص العلمي، ذلك لأنهم يتمتعون بصحة نفسية جيدة تجاه تحقيق رغباتهم والمتمثلة في حسن اختيارهم للتخصص العلمي كونه يحمل تخصصات مهمة وتساعدهم على حسن التفكير في اختيار ما هو أنسب لهم ويستجيب للوقت الراهن ونظرتهم الاستشرافية للحياة على أنهم بعد التخرج سيحققون مشاريعهم المهنية، على اعتبار أن الشخصية هي متغير ثابت نسبيا أي لا يمكن أن يتوقف عند حالة أو طبيعة معينة فبالنظر إلى قابليته للتغير والتحول تبعا لتفاعل الفرد مع مواقف البيئة، فالنمط يتغير ويتكون تبعا لسياق نمو وتطور الفرد إذ أنه يمكن أن تؤدي عملية التعلم إلى نقل الفرد من حالة إلى أخرى في

المجال السلوكي والمجال الوجداني والمجال الجسمي، فقد تؤثر عملية التعلم في دعم الرصيد المعرفي العلمي للفرد، وهو الرصيد الذي من شأنه أن يفرض على الفرد أنماط تفكير وأنماط سلوكيات مغايرة لما عهد عليه في مواقف التفاعل الاجتماعي، كما أن مراحل النمو وما يحدث فيها من تطورات تؤثر في السمات والمميزات التي تطبع شخصية الفرد على نمط معين، فعملية دراسة أنماط الشخصية ترتبط أساسا بالمتغيرات التي تتأثر بالطبيعة التكوينية فقد تمكنا عملية التوجيه النفسي والمدرسي والمهني للفرد وطبيعة تلك الميول تفيده في التوجيه، ويؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي في مختلف أبعاده الاجتماعية والمهنية والدراسية والأسرية وهذا ما يجعله يؤدي دوره على أكمل وجه في إطار دوره المؤثر والفعال في المواقف الاجتماعية.

هذا ما وافق دراسة قاروت(2007) التي كشفت عن طبيعة الرضا عن الحياة وبعض سمات الشخصية والفرق في سمات الشخصية الحياة لدى عينة الدراسة في ضوء التخصص، والتي خلصت إلى عدم وجود فروق بين الطالبات في الإنبساطية ومتغيرات أخرى نتيجة اختلاف التخصص. كما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة اللحياني (2007) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأبعاد المختلفة للشخصية وفق نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية لكوستا وماكري Costa & Mcree والتي أظهرت وجود فروق في عامل الانبساط وعوامل أخرى تعزى للتخصص (العلمي والأدبي) لصالح الأقسام الأدبية بالنسبة لطالبات الجامعة، وربما هذا راجع إلى أن التخصصات العلمية تتطلب نوع من الجهد المضاعف عكس الأدبية، وهذا ما يختلف مع الدراسة الحالية التي استهدفت كلا الجنسين على سواء.

وبالمقابل توافقت مع دراسة ملحم (2010) التي هدفت إلى التعرف العلاقة بين الشعور بالوحدة والعوامل الخمسة للشخصية لدى عينة من طلاب دمشق، كما استهدفت الكشف عن الفروق في أداء

عينة البحث التي تعزى لمتغير التخصص والتي كشفت عن وجود فروق دالة إحصائية في الانبساط تبعاً للتخصص لصالح طلبة كلية التجارة.

عرض نتائج الفرضية السادسة:

نص الفرضية: توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء بين الطلبة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

جدول رقم (57) يوضح الفرق في مستوى الانبساط والانطواء باختلاف المستوى التعليمي

الدالة المعنوية Sig	قيمة F	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	مصادر المقياس
0.000	6.027	1919.482	4	7677.927	بين المجموعات	مجموع درجات المقياس ككل
		318.503	995	316910.024	داخل المجموعات	
			999	324587.951	المجموع	

يتضح من خلال الجدول رقم (57) أن تحليل التباين الأحادي البسيط لمتغير الانبساط والانطواء

بالنسبة للمستوى التعليمي يقدر بـ (6.027) ودرجة معنوية تقدر بـ 0.000، وبالتالي فهو دال

إحصائياً بمعنى توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، ولمعرفة

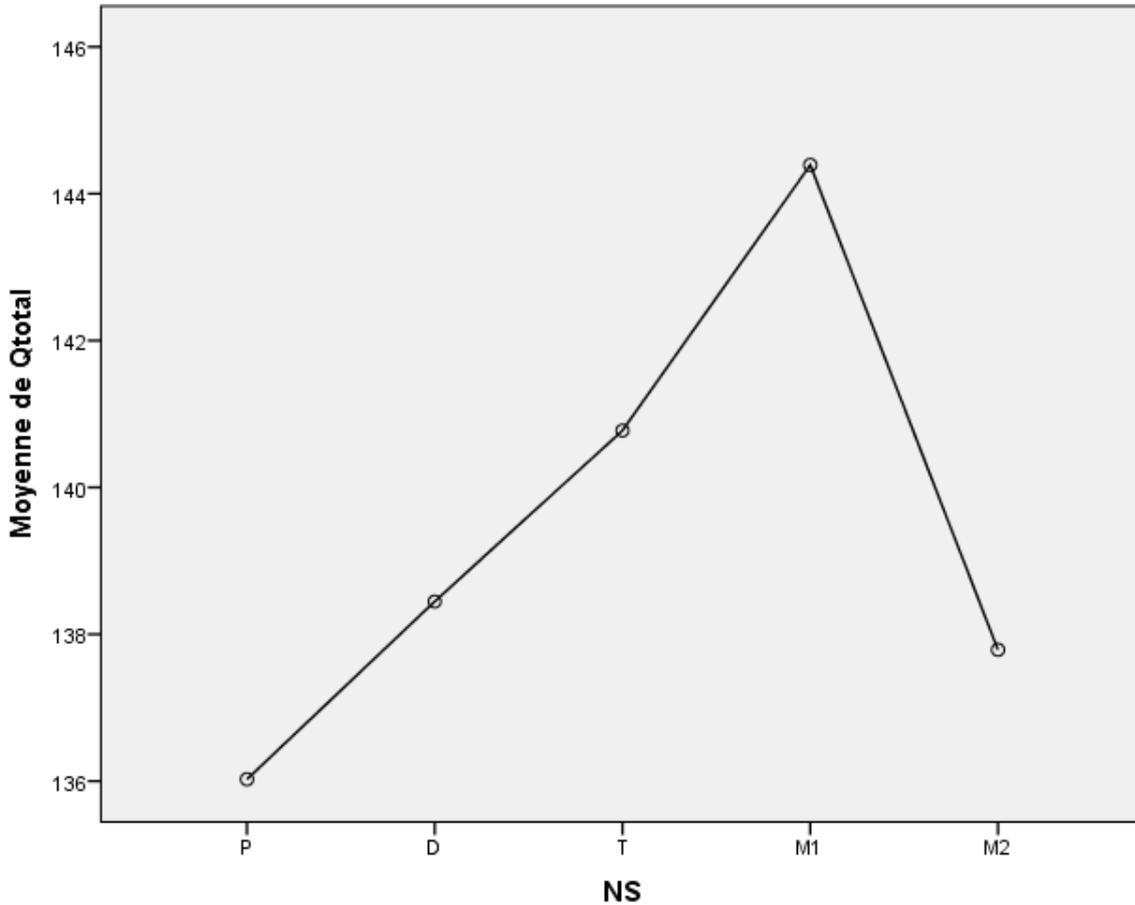
اتجاه الفروق تم حساب اختبار شففيه البعدي للمقارنات المتعددة كما هو مبين في الجدول (58)

أدناه:

الجدول رقم (58) يمثل اختبار شيفيه البعدي

المستويات	الفروق بين المتوسطات	مستوى الدلالة Sig
سنة أولى ليسانس	*8.366	0.00
سنة ثانية ليسانس	*5.945	0.00

نلاحظ من خلال الجدول رقم (58) وجود فروق في الانبساط والانطواء لصالح مستوى السنة أولى ماستر مع السنة أولى ليسانس والذي يقدر ب (8.366) والسنة الثانية ليسانس تقدر ب(5.945).



رسم بياني رقم (16) يمثل المستويات التعليمية

يوضح الشكل البياني توزيع المستويات التعليمية فكما نلاحظ الفروق كانت صالح السنة أولى
 ماستر (M1).

مناقشة نتائج الفرضية السادسة:

تبين لنا من خلال الجدول رقم (57) بأن قيمة F قد بلغت قيمتها (6.027) ودرجة معنوية تقدر بـ
 0.000، وبالتالي فهو دال إحصائياً بمعنى توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء تبعاً لمتغير
 المستوى التعليمي وقد كانت الفروق لصالح السنة أولى ماستر، وبالتالي حسب خصائص نمط
 الشخصية فإنه توضيح للشخصية من حيث التفكير والسلوك، فطبيعة السلوكيات الصادرة من طرف
 الفرد في مواقف الاستجابة لمثيرات البيئة الاجتماعية، تكون إما سلوكيات سلبية غير مرغوبة
 اجتماعياً أو سلوكيات إيجابية مرغوبة اجتماعياً، تعبر مباشرة على نمط الشخصية من الناحية
 السلوكية، أما عن أساليب التفكير فهي تمثل مختلف الهياكل الفكرية العقلية التي تعبر عن النمط
 العقلي والذهني الذي يمتاز به الفرد، وعليه يمكن أن تكون السلوكيات والتفكير الخاص بالفرد
 كمؤشرات مهمة يمكن الإعتماد عليها بغرض الاستدلال على نمط الشخصية الذي يطبع شخصية
 كل فرد. كما أنه متغيراً ملازماً لأساليب المعاملة التي يتصرف وفقها الفرد في مختلف مواقف
 التفاعل في البيئة الاجتماعية، بل وأكثر من ذلك فإن النمط المميز لشخصية الفرد يجعله قادراً أو
 غير قادراً على اختيار أساليب المعاملة المناسبة لكل موقف من مواقف البيئة، بما يطبعها من
 مثيرات أو في إطار التعامل مع شؤون الحياة المختلفة، فالنمط الشخصي يمكنه في هذه الحالة أن
 يساهم في توجيه الفرد التوجيه الصحيح لاختيار الأسلوب المفضل للتعامل مع المواقف الدراسية أو
 المهنية

أما من ناحية الجوانب الأساسية في دراسة نمط الشخصية يمكننا أن نعتد على الجانب العلمي المعرفي المرتبط بالفروق العقلية من خلال المؤشرات التي نعتد عليها زيادة على ذلك فالجانب المعرفي يمتاز بخاصية التعلم والتطور معتمدا على مجموعة من الأساليب الفكرية التي ينتجها الفرد في مواقف التعلم المختلفة والتي تختلف من مستوى تعليمي لآخر، في بعض الأحيان لا يمكننا أن نعتبره متغيرا ضروريا يجب الاهتمام به في مجال الدراسة، فيمكننا دراسة أبعاد الجانب العقلي كالذكاء والقدرات العقلية، والقدرات اللفظية والميكانيكية فهي جد مهمة نستدل بها لمعرفة مستوى الارتقاء الذي وصله الطالب أو الفرد بصفة عامة.

عرض نتائج الفرضية السابعة:

جدول رقم (59) يوضح الفرق في مستوى التفاؤل والتشاؤم حسب متغير الجنس

الدالة المعنوية Sig	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة N	الجنس	
0.22	1.20	23.20	165.53	319	الذكور	مستوى التفاؤل والتشاؤم
		24.86	167.51	681	الإناث	

يتضح من خلال الجدول رقم (59) أن المتوسط الحسابي لمتغير التفاؤل والتشاؤم بالنسبة للذكور يساوي (165.53)، وبالنسبة للإناث يساوي (167.51) وانحراف معياري بالنسبة للذكور يقدر بـ (23.20) والإناث يقدر بـ (24.86)، كما يتضح أن اختبار T لدراسة الفروق بين التفاؤل والتشاؤم ومتغير الجنس يساوي (1.20) ودرجة معنوية تقدر بـ (0.22) وبالتالي فهو غير دال إحصائيا، وهنا

يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل والتشاؤم حسب متغير الجنس بالنسبة لطلبة الجامعة.

مناقشة نتائج الفرضية السابعة:

يتضح من خلال الجدول رقم (59) أن المتوسط الحسابي لمتغير التفاؤل والتشاؤم بالنسبة للذكور يساوي (165.53)، وبالنسبة للإناث يساوي (167.51) و بانحراف معياري بالنسبة للذكور يقدر بـ (23.20) والإناث يقدر بـ (24.86)، كما يتضح أن اختبار T لدراسة الفروق بين التفاؤل والتشاؤم و متغير الجنس يساوي (1.20) ودرجة معنوية تقدر بـ (0.22) وبالتالي فهو غير دال إحصائياً، و هنا يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل والتشاؤم حسب متغير الجنس بالنسبة لطلبة الجامعة كونهم يشتركون في سمات معينة مع اختلاف بسيط في درجة اتسامهم بها، فلكل نمط من أنماط الشخصية خصائص وطبائع مزاجية تساهم في تحديد طبيعة ومستوى التفاؤل والتشاؤم لديهم، فمثلاً الشخصية التي تتسم بالطابع الاجتماعي والتفاعلي نجدها أكثر ثقة بالنفس ولديها نظرة تفاؤلية وأكثر تطلعا لمستقبل أفضل وناجح وهذا نجده عند الذكور والإناث باختلاف شخصياتهم، فهؤلاء نجدهم يتمتعون بمستوى تفاؤل عالي على عكس ذلك فكلما اقترب الفرد من الطابع المنغلق والمتصلب كلما ساهم ذلك في تكوين نظرة سلبية لمختلف مواقف وأحداث الحياة وبهذا تكون نظرتهم للمستقبل أقل تطلعا للأفضل وأقل إشراقاً، ومنه ينخفض مستوى التفاؤل متجهاً نحو التشاؤم. فنجد كلا الجنسين يتمتعان بمستوى تفاؤل ومستوى تشاؤم، فالواقع المعاش يؤثر وبشكل طبيعي على سماتهم الشخصية متجلياً ذلك في مرحلتهم الجامعية من ناحية نجدهم متفائلين كونهم اجتازوا مرحلة البكالوريا بنجاح وتوقفوا في تحقيق الراحة النفسية وانخفاض الضغط عليهم، ومن جهة أخرى نجد البعض يرى بأنها مرحلة الضغط والشقاء وتوقع الفشل وأنهم

عاجزين على تحقيق أهدافهم المرجوة وهي حصولهم على شهادة ليسانس لأنها تتطلب مستوى اقتصادي مرتفع فهنا نرى بأن طبيعة التفاؤل والتشاؤم تتضمن التعبير عن مختلف الصفات والسمات الانفعالية والعاطفية مرتبطة بالمرحلة العمرية للفرد.

عند الرجوع إلى الدراسات السابقة نجد بعض الدراسات التي تتوافق مع دراستنا الحالية وهي كالتالي: دراسة بركات (1998) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي كالجنس والتي توصلت إلى عدم وجود فروق جوهرية بخصوص متغيرات الجنس. ودراسة حمدان (1999) التي هدفت إلى التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين إضافة إلى معرفة أثر متغيرات كل من الجنس وخلصت إلى عدم وجود فروق في سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة تعزى لمتغيرات الجنس. ومن جهة أخرى دراسة علي (2005) التي هدفت إلى التعرف على درجة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد، وعلاقة التفاؤل والتشاؤم بالجنس لدى طلبة جامعة بغداد، متوصلة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس. دراسة الحميري (2010) ولم تبين النتائج الإحصائية وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي الذكور والإناث في سمة التفاؤل والتشاؤم. أيضا دراسة المنشاوي (2006) توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في التفاؤل والتشاؤم. دراسة محيسن (2012) التي توصلت إلى عدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم تعزى للجنس. دراسة منار وتامر (2014) التي خلصت إلى نتيجة مفادها عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة اليرموك تعزى لأثر الجنس.

بالمقابل الدراسات التي تتعارض مع دراستنا الحالية كدراسة عبد اللطيف وحمادة (1998) التي هدفت إلى التعرف على سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعدي الشخصية فأظهرت النتائج وجود فروق

في التفاؤل بين الذكور والإناث ولصالح الذكور أكثر تفاؤلاً بينما الإناث أكثر تشاؤماً. دراسة شكري (1999) التي هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم حيث بينت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفاؤل والتشاؤم حيث كانت الإناث أكثر تشاؤماً. دراسة اليجوفي والأنصاري (2005) هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين اللبنانيين والكويتيين في التفاؤل والتشاؤم والفروق بين الذكور والإناث في هاتين السمتين، فكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق جوهرية بين الجنسين إذ أن الذكور اللبنانيين أكثر تشاؤماً من الإناث اللبنانيات.

عرض نتائج الفرضية الثامنة:

نص الفرضية: توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص:

جدول رقم (60) يوضح الفرق في مستوى التفاؤل والتشاؤم حسب التخصص الدراسي

التخصص	العينة N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة المعنوية Sig
مستوى التفاؤل والتشاؤم	أدبي	166.66	24.67	0.21	0.30
	علمي	167.00	24.19		

يتضح من خلال الجدول رقم (60) أن المتوسط الحسابي لمتغير التفاؤل والتشاؤم بالنسبة للأدبي يساوي (166.66)، والعلمي يساوي (167.00) وانحراف معياري بالنسبة للأدبيين يقدر بـ (24.67) والعلميين يقدر بـ (24.19)، كما يتضح أن اختبار T لدراسة الفروق بين التفاؤل والتشاؤم ومتغير

التخصص يساوي (0.21) ودرجة معنوية تقدر بـ 0.30 وبالتالي هو غير دال، وبالتالي نقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة.

تعارضت دراستنا مع دراسة بركات (1998) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي كالجنس والتخصص الأكاديمي والتي أشارت إلى وجود فروق بين الطلبة تعزى لمتغير التخصص بجامعة القدس المفتوحة، يمكن ارجاع هذا الاختلاف إلى البيئة الجامعية والتخصصات الموجودة بها وطبيعة البرامج المدروسة

وكذا دراسة حمدان (1999) التي هدفت إلى التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين إضافة إلى معرفة أثر متغيرات كل من الجنس ونوع فروع الثانوية العامة، والتي توصلت إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير نوع فرع الثانوية العامة لصالح الفرع الأدبي.

وكذا دراسة منارو تامر مقالده (2014) التي هدفت إلى معرفة مستوى الحكم الأخلاقي ومستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة اليرموك والتي يمكن أن تعزى إلى كل من متغير: الجنس، والتخصص، والتي توصلت إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى الطلبة تعزى لمتغير التخصص.

وبهذا الصدد حسب مقارنة علم النفس الإيجابي فالتفاؤل يمنح السعادة للفرد سواء أكان ذلك في الأسرة أو في المدرسة أو في العمل، أو في مختلف التنظيمات والمجالات الاجتماعية للفرد، فبالنسبة للطالب الجامعي المتفائل يعمل على تحقيق مسيرة دراسية جامعية ناجحة. مما لا شك فيه أن ذلك يجعله يقدم على الدراسة واختيار التخصص بكل شغف ورغبة في تحقيق الأداء المدرسي الذي يمكنه من تحقيق

النجاح فيه، وتوقع الأثر الطيب بصورة مسبقة فيكون ذلك متمسا بشعور السعادة لكونه عضوا يزاوّل الدراسة بالجامعة. والطالب لما يتوقع النجاح في تخصصه سوف يتفاعل بمسيرة دراسية مليئة بالنجاح، وبالمقابل إن تكلمنا عن التشاؤم لآبد الجانب الإيجابي له والذي يرتبط بنمط التفكير الذي يتميز به الفرد ففي هذه الحالة الفرد يملك الإرادة والرغبة في المواجهة لتحقيق الطموحات رغم الصعوبات التي قد تعترضه كما يمكن للتشاؤم أن تكون له وقعة إيجابية تدفعه للنشاط والمبادرة، إذ يمكنه من خلال التقييم للتوقعات التي يمكن أن تؤوّل لها المواقف التي يواجهها، كما يمكنه أن يوظف التوقعات الإيجابية (مثلا كاختيار التخصص حسب رغبته) أحسن توظيف في الحاضر ليحظى مستقبله بنتائج أفضل، وهذا ما يجعل من التشاؤم دافعا عوضا أن يكون عاملا مثبطا لعزيمة الطالب على العطاء والإنجاز. فحسب النظرية المعرفية غرين والد (1980) Green Wald يعتبر التفاؤل من أحد المتغيرات النفسية المميزة والملازمة للطبيعة البشرية يتمثل في تنظيم معرفي متكامل ينشأ لدى الفرد على مدار تاريخه من حيث علاقته بالبيئة، وينشأ من خلال الرصيد المعرفي بالحياة والذي يكتسبه من خلال تفاعله مع المتغيرات والتي تمكنه من القيام بعمليات معرفية متعلقة بالخبرات والأحداث، وخصوصا الأحداث والخبرات التي خلفت الأثر الإيجابي في جانب الحياة الشخصية للفرد، والتي تساهم في النظرة الإيجابية للحياة وهكذا يؤثر الجانب المعرفي في مستوى التفاؤل لدى الفرد أو الطالب. فكل فرد له نظرة نوعية تفاعلية فمثلا عندما نتحدث عن التفاؤل الديناميكي نجده من الأسباب التي تبعث في الفرد الحركية والحيوية والنشاط، إذ أنه يساهم في نظرة الفرد للحياة الدراسية والمهنية بكل إيجابية وبنظرة مشرقة مفعلة بالأمل لتحقيق مختلف الرغبات والطموحات المستقبلية، كما يعد من أهم المبادئ الأساسية المستثيرة للدافعية بمختلف أبعادها المهنية الأكاديمية، مهيبًا للظروف المناسبة للنجاح عاملا

على إحداث التوازن بين القدرات الذاتية والفرص المتاحة له في المجتمع بغرض النشاط والحركة وتحقيق النتائج بصورة إيجابية.

عرض نتائج الفرضية التاسعة:

نص الفرضية: توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير المستوى التعليمي

جدول رقم (62) يوضح مستوى التفاؤل والتشاؤم باختلاف المستوى التعليمي

مستوى الدلالة sig	قيمة F	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	مصادر المقياس
0.000	5.631	3278.93 2	4	13115.729	بين المجموعات	مجموع درجات المقياس
		582.249	995	579337.87 1	داخل المجموعات	ككل
			999	592453.60 0	المجموع	

يتضح من خلال الجدول رقم (62) تحليل التباين الأحادي البسيط لمتغير التفاؤل والتشاؤم للمستوى

التعليمي أن قيمة (F) قدرت بـ (5.631) عند درجة معنوية قدرت بـ 0.000، وبالتالي فهو دال

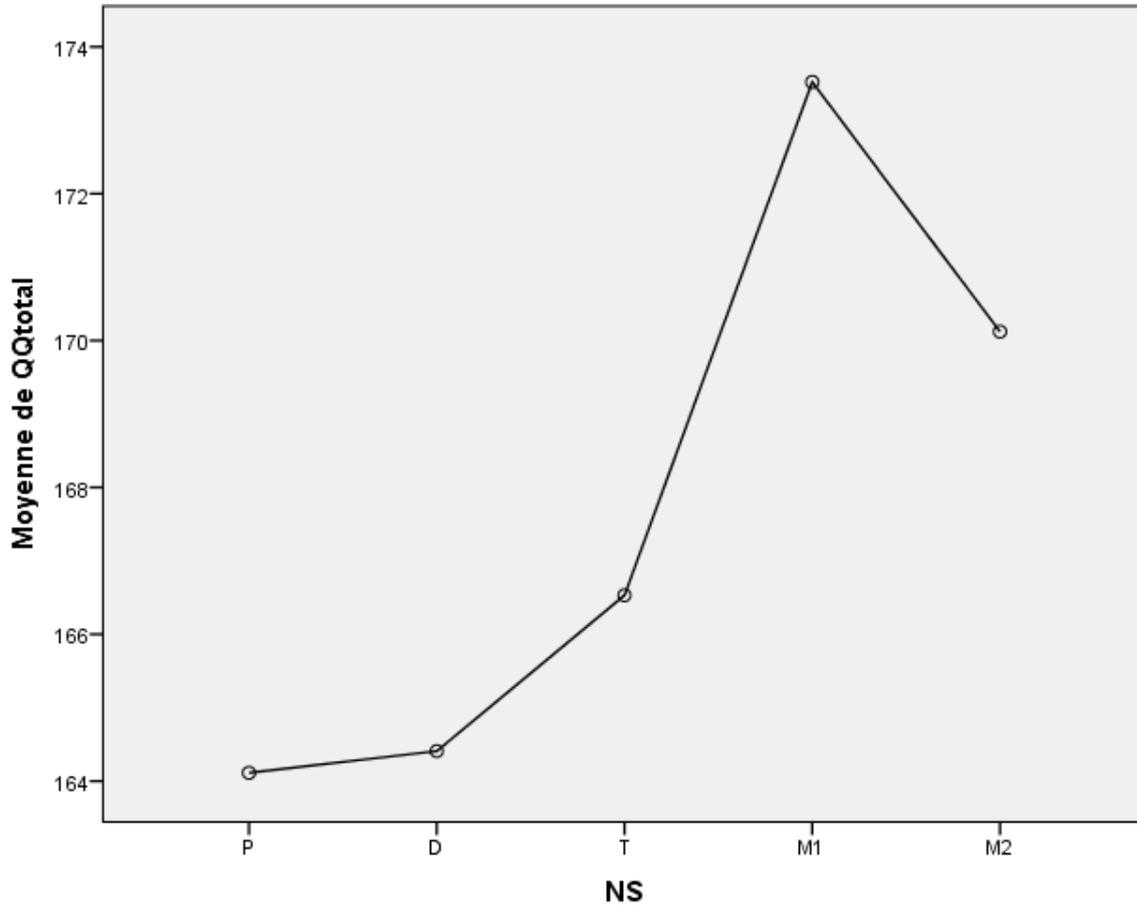
بمعنى توجد فروق في مستوى التفاؤل والتشاؤم بين الطلبة تعزى للمستوى التعليمي، وفيما يلي

جدول اختبار شيفه للمقارنات البعدية:

الجدول رقم (63) يوضح اختبار شيفيه البعدي

المستويات	الفروق بين المتوسطات	مستوى الدلالة Sig	
سنة أولى ليسانس	*9.409	0.00	سنة أولى
سنة ثانية ليسانس	*9.114	0.00	ماستر

نلاحظ من خلال الجدول رقم (63) وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم لصالح مستوى السنة أولى ماستر مع السنة أولى ليسانس والذي يقدر ب (9.409) والسنة الثانية ليسانس تقدر ب (9.114).



رسم بياني رقم (17) يمثل المستويات التعليمية

مناقشة الفرضية التاسعة:

يتضح من خلال الجدول رقم (62) أن قيمة (F) بغت قيمتها (5.631) عند مستوى دلالة معنوية قدرت ب(0.000) وبالتالي فهي دالة ومنها يمكننا القول بأنه توجد فروق في التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير المستوى التعليمي لصالح السنة أولى ماستر، وبالتالي فالتفاؤل الذي يبينه الفرد حيال مستقبله دون أن يستند لمعطيات ترتبط بالنشاط الذي يقوم به بغرض تحقيق أهداف معينة في الحياة، ففي هذا النوع من التفاؤل يتوقع الفرد أن يحقق نتائج معينة دون أن يبذل مجهود في سبيل العمل على تحقيق تلك النتائج المرجوة، كأن يتفاعل الطالب الجامعي بتحقيق نتائج دراسية مرضية، وهو لا يبذل المجهود التعليمي الذي يوصله لتحقيق تلك النتائج التي يربوها، وعليه في هذا النوع يكون التفاؤل لدى الفرد متسما بتوقعات غير منطقية، ويبني أماله وطموحاته مستقبلا دون أن يلتفت إلى ما يجب عليه أن يبذله من جهد، وما يجب أن يقوم به من نشاط يجعله يبني تفاؤله على معطيات واقعية تساهم في تحقيق النتائج المرجوة، أي يتفاعل الفرد تفاؤلا ليس في محله، بالنظر لجهله بأنه لا يتخذ مختلف الأسباب التي تؤدي به لتحقيق ما يتوقعه من نتائج مستقبلا، كما أن التوقع له أثر بحيث يعتبر من الاحتمالات المضمرة أو الظاهرة التي يتبناها المعلم بخصوص المتعلم، والتي قد تكون إيجابية فتدفعه لبذل الجهد بغرض تحقيق الإنجاز المتوقع وقد تأخذ وجهة غير ذلك فتثبط من عزيمته، فالانطباعات سواء الإيجابية أو السلبية التي يكونها الفرد حيال ما ينتظر تحقيقه تعبر عن قدرته على التفوق والنجاح أو تدل على توقع مسبق بالفشل في تحقيق الأهداف. ومن جهة أخرى فالعوامل الاجتماعية تلعب دورا هاما مما لا شك فيه أن الوالدين يقيمان تجارب الفشل والنجاح التي يتعرض لها الطفل بحيث يقومان بتقييم أسباب فشل الابن واتخاذ الإجراءات التقييمية التي ستساهم إما في تعزيز خبرة النجاح أو إزالة مفعول خبرة الفشل

بالنسبة له وهذا ما يجعله يتأخر عن مستويات أقرانه أي أنه يجعل الوالدين يقدمان الدعم والمساندة المناسبة للفرد للسعي قدما نحو النجاح، وتجاوز ما يواجهه من مشكلات وخبرات الفشل، كل هذا يمثل عاملا في إبراز التفاؤل والرفع من مستواه لدى الفرد، فالتقييم الإيجابي المتبوع بالدعم والمساندة، يمثلان العامل الدافع بالنسبة للابن بغرض العمل بجهد مع التفاؤل بتحقيق النتائج أو الإنجازات المرغوبة، فيقول سنيدير (د.ت) Snyder بأن التفاؤل يحتوي على عنصر يسمى التخطيط والذي يتضمن في أساسه حقائق منطقية مجردة، متضمنا نوعا من النشاط المعرفي وهذا النشاط يأخذ وتيرة تمنحها له الفروق الفردية في المهارات العليا من تحليل للأحداث وتركيبها وتقويمها، وعلى إثر هذه المهارات تنشأ المخططات للتعامل مع الأحداث الاجتماعية سواء الأحداث السارة أو العكس.

وقد توافقت دراستنا مع دراسة رضوان(2001) أظهرت وجود فروق بين طلبة المرحلة الجامعية والثانوية فيما يتعلق بالتشاؤم والاكنتاب. وكذا دراسة الدايه (2002) التي أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات المستوى الأول وطالبات المستوى الرابع على درجات كل من التفاؤل والتشاؤم.

عرض نتائج الفرضية العاشرة:

نص الفرضية: التنبؤ بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم بين الطلبة الجامعيين

جدول رقم (64) يوضح معامل الانحدار الخطي البسيط

خطأ التقدير	معامل التحديد المصحح R ² Ajusté	معامل التحديد R ²	معامل الارتباط R	النموذج
16.01	2.21	2.21	2.46	1

يتضح من خلال الجدول رقم (64) أن قيمة الارتباط الكلي بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم R قدر ب (2.46)، وبعد تصحيحه وترجيحه أصبح يساوي (2.21) أي أن 20% من التباين الموجود في التفاؤل والتشاؤم يفسره كل من الانبساط والانطواء ويشير خطأ التقدير إلى وجود أخطاء تقدر ب(16.01)، وللتحقق من دلالة النموذج تم إجراء تحليل تباين الانحدار ANOVA كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (65) يوضح تحليل تباين الانحدار الخاص بالمتغير المستقل والتفاؤل والتشاؤم

قيمة SIG	قيمة D	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0.000	267.558	68622.762	1	68622.762	الانحدار
		256.478	998	255965.189	المتبقي
			999	324587.951	الكلي

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (65) أن قيمة (D) المحسوبة قدرت ب (267.558) وهي دالة عند

0.000 وهذا يدل على معادلة انحدار جيدة ولمعرفة مساهمة المتغير المستقل تم استخراج معامل

Beta كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (66) يوضح معامل بيتا لمساهمة المتغير المستقل في التنبؤ بالتفاؤل والتشاؤم

المتغيرات	قيمة المعامل B	الخطأ المعياري	قيمة معامل الارتباط Beta	قيمة اختبار T	قيمة SIG
الثابت	82.96	3.50		23.64	0.00
التفاؤل والتشاؤم	0.34	0.02	0.46	16.35	0.00

فمن خلال الجدول رقم (66) يتضح بأن المتغير المستقل أو الثابت يساهم في التنبؤ بالتفاؤل والتشاؤم حيث قدر معامل بيتا ب (0.46) وبالتالي يمكننا القول أن الانبساط والانطواء يتنبأ بالتفاؤل والتشاؤم حوالي 46% وبالتالي يمكننا اعتبارها علاقة تنبؤية مقبولة.

مناقشة الفرضية العاشرة:

نستنتج من خلال الجدول السابق أن هناك مساهمة للمتغير المستقل (الانبساط والانطواء) في التنبؤ بالتفاؤل والتشاؤم بين المتغيرات يمكننا أن نعزي تفسير هذه النتيجة إلى العلاقة الارتباطية الموجودة بين المتغيرين كون الانبساط والتفاؤل سمتان من سمات الشخصية اللتان تحملان نفس الخصائص والمميزات التي يتميز بها الفرد عن الآخرين فنجد الطالب الجامعي وخصوصا في المرحلة الجامعية التي نعتبرها مرحلة مهمة في حياته لأنها تمنح لها الفرص المتنوعة في تحقيق ذاته كفرد فعال فطابعه الاجتماعي يجعل منه فردا أكثر تفاعلية في مواقف الحياة الاجتماعية، يبحث دائما عن التجديد للقيام بأعمال متنوعة كما أنه قادرا على التوافق مع مختلف الأعمال

الموجهة له أثناء قيامه بعملية التعلم فهذا ما يكون له رصيد معرفي ثري وخبرات عملية في مجال التعامل مع الآخرين، فكل هذا ينمي للفرد القدرة على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، الأسري، المهني، الدراسي، وتمتعته دوما بالصحة النفسية التي يعبر عنها الفرد بنظراته الواقعية للحياة وقدرته على التصرف بالسلوك السوي الذي يستجيب للمعايير والعادات الاجتماعية. وشعوره الدائم بارتفاع مستوى تقديره لذاته، ونظراته المشرقة للحياة تجعل منه شخصية إيجابية ومتفائلة بتحقيق مستقبل دراسي زاهر.

فهنا تظهر أهمية تمتع الطالب الجامعي بالشخصية الانبساطية في اتسامه بالتفاؤل بتحقيق النجاح الأكاديمي الذي يدفعه بالضرورة لتعليق كل آماله بشأن آفاق إجتماعية أفضل في مختلف المجالات الأسرية والمهنية إذن أن العلاقة بين الانبساط والتفاؤل لا تتوقف عند علاقة تأثير بينهما، بل يمتد تأثيرهما على عدة نواحي من الحياة الشخصية للفرد بجانبها الاجتماعي والنفسي.

بالمقابل الفرد المنطوي والمتشائم بحد ذاته يفضل العمل الفردي بمعزل عن الآخرين منسحبا من مواقف التفاعل الاجتماعي مصرا على الأسلوب الأمثل له في العمل معتمدا على إمكانياته الذاتية، علما أنهم يتميزون بطابع الفضول وهذا ما يجعلهم غير قادرين على القيام بأي عمل ما لم يكن لهم علم مسبق بالهدف المتوخى من وراء ذلك فنجدهم في بعض المواقف يتهربون عن تحمل مسؤولياتهم في مختلف المواقف التي يواجهون فيها مشاكل، كما أنهم غير قادرين على تحمل مواقف الفشل التي قد تكون سببت له مشكلة الإحباط، هذا ما يؤدي به إلى سوء التوافق النفسي مع الأسرة ومع المجتمع بصفة عامة كما يعجز على تحقيق للتوافق الدراسي الأكاديمي، بحيث لن يكون بمقدوره الاستجابة لشروط ومستلزمات البيئة الدراسية، فكثيرا ما يسهم هذا الطبع في فقدان الثقة بالنفس لدى الفرد بحيث لا يمكن أن يفكر في صرف قدراته الذاتية للعالم الخارجي نظرا

لتخوفه من عامل الإخفاق في أي موقف، ولعل هذا ما يمكننا أن نسجله بشأن الطالب الجامعي ذو الشخصية الانطوائية المتشائمة أين لا يمتلك نظرة متفائلة بشأن المستقبل الدراسي والمستقبل المهني على اعتبار أن الطموحات الدراسية والأهداف التي يرغب في تحقيقها تكون في سقف محدد.

فدراسة محسنه، التوبي وبثينه (2013) Mahasneh, Al toubi & Batayeneh التي هدفت الى الكشف عن العلاقة بين التفاوض والتشاؤم وسمات الشخصية (الانبساط والانطواء، والثبات الانفعالي والعصابية) على طلبة جامعة الهاشمي بالأردن، وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاوض والانطوائية، وعلاقة ارتباطية سلبية بين التشاؤم والانبساط، وبين التشاؤم والانطواء، توافق مع دراستنا من حيث العلاقة الارتباطية وكذا دراسة عبد اللطيف وحمادة (1998) التي استهدفت اختيار ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في سمة التفاوض والتشاؤم ومعرفة ما إذا كان هناك ارتباطات بين التفاوض والتشاؤم ومع كل من بعدي الشخصية الانبساط والعصابية، فقد أظهرت وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التشاؤم والعصابية، وسلبية بين التشاؤم والانبساطية. وهذا ما جعلها تتوافق مع الدراسة الحالية في كونها تناولت التفاوض والتشاؤم كمتغير واحد.

مناقشة عامة للنتائج:

لقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن سمة الانبساط هي السمة السائدة بين الطلبة، فارتأينا أنه من الطبيعي أن تكون هي السمة السائدة أكثر من سمة الإنطواء في الحرم الجامعي علما بأن الجامعة هي فضاء يلتقي فيه الأفراد باختلاف شخصياتهم وثقافتهم وعاداتهم فهذا ما يسهل لهم القيام بالعديد من الأعمال في حياتهم ويدفع بهم إلى الإنفتاح على الخبرات وعلى الآخرين، ويمنحهم الثقة بالنفس

وهذا ما قد يسهل عليهم عملية الإتصال مع الآخرين من مختلف المستويات والتفاعل المستمر والدائم فيما بينهم، بالمقابل سمة التفاؤل التي تعتبر هي الأخرى السائدة بين الطلبة فلعل الفرص التي توفرها الجامعة هي السبب الرئيسي في الاتجاه الإيجابي والتفكير الإيجابي نحو المستقبل وهذا ما قد يسهل للطلاب ويجعله أكثر حيوية ونشاطا فتقته بنفسه تعتبر من إحدى المميزات والمؤشرات الإيجابية التي يتميز بها المتفائل والتي تجعل منه شخصا مبدعا في التخطيط للمشاريع الدراسية أو المهنية والتي تسهل عليه مهمة تحقيقها بعد الإنتهاء من الجامعة وحصوله على الشهادة المرغوبة فيها.

كما توصلنا إلى أنه لا توجد فروق في مستوى الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير الجنس وقد فسرناها على أساس سمات الشخصية التي تعتبر سمات عالمية وشمولية في التركيبة البشرية ولا ترتبط بالنوع البشري، وإنما لها علاقة بميزات وخصائص كل فرد فمثلا حسب وجهة نظر النظرية السلوكية فإنها تفسر تكوين أنماط الشخصية على سيرورات عملية التعلم ولا ترى دورا بارزا للفروق الفردية في تحديد نمط الفرد، بل تراه عاملا ثانويا يتأثر أيضا بدوره أثناء عملية التعلم. فالنمط الذي يمتاز بالخصائص الإيجابية والسلوكيات الإيجابية فيما أن أنماط الشخصية تكتسب عن طريق التعلم فهي قابلة للتعديل والتطوير. فكلا الجنسين يتمتعون بمستوى من الانبساط والتفاؤل والانطواء والتشاؤم فالواقع المعاش والمرحلة التي يمر بها خصوصا الطالب الجامعي هي التي تمكنه من أن يحدد النمط أو السمة بالنسبة للذكور والإناث على حدى.

كما أنه توصلنا إلى أنه توجد فروق تعزى لمتغير التخصص وكان ذلك لصالح التخصص العلمي فارتأينا بأن التخصص العلمي يساعد الطلبة على الإبداع والتفكير الصائب في اختيار ما هو أنسب لهم ويستجيب لمتطلبات الوقت الراهن ونظرتهم المفعمة بالأمل على أنهم بعد التخرج

سيحققون مشاريعهم المهنية، فقد تؤثر عملية التعلم في دعم الرصيد المعرفي العلمي للفرد وهو الرصيد الذي من شأنه أن يفرض على الفرد أنماط تفكير وأنماط سلوكيات مغايرة لما عهد عليه في مواقف التفاعل الاجتماعي والذي يؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي في مختلف أبعاده المهنية والدراسية والاجتماعية والأسرية، على عكس فرضية مستوى التفاؤل والتشاؤم الذي توصلنا إلى أنه لا توجد فروق تعزى لمتغير التخصص فحسب مقارنة علم النفس الإيجابي الطالب الجامعي المتفائل يعمل على تحقيق مسيرة دراسية جامعية ناجحة ومما لا شك فيه أن ذلك يجعله يقدم على الدراسة واختيار التخصص بكل شغف وسرور ورغبة في تحقيق الأداء المدرسي الذي يمكنه من تحقيق النجاح وتوقع الأثر الطيب بصورة مسبقة فيكون ذلك متسما بشعوره بالسعادة كونه عضوا يزاول الدراسة بالجامعة، والطالب الذي يتوقع النجاح في تخصصه سوف يتفاعل بمسيرة دراسية مليئة بالنجاح وبالمقابل إن تكلمنا عن التشاؤم لآبد الجانب الإيجابي له والذي يرتبط بنمط التفكير الذي يتميز به الفرد ففي هذه الحالة الفرد يملك الإرادة والرغبة في المواجهة لتحقيق الطموحات رغم الصعوبات التي قد تعترضه كما يمكن للتشاؤم أن تكون له وقعة إيجابية تدفعه للنشاط والمبادرة.

أما بالنسبة لمتغير المستوى التعليمي لكل من الانبساط والانطواء والتشاؤم والتشاؤم توصلنا إلى وجود فروق بين الطلبة تعزى للسنة أولى ماستر، فمن هنا خلصنا إلى لا يجب أن نهمل الجانب العملي المعرفي للطالب المرتبط بالفروق العقلية وذلك من خلال المؤشرات التي نعتمد عليها زيادة على ذلك فالجانب المعرفي يمتاز بخاصية التعلم والتطور معتمدا على مجموعة من الأساليب الفكرية التي ينتجها الفرد في مواقف التعلم المختلفة والتي تختلف من مستوى تعليمي لآخر، ولا ننسى الجانب العقلي كالذكاء والقدرات العقلية، والقدرات اللفظية والميكانيكية فهي جد مهمة نستدل بها لمعرفة مستوى الإرتقاء الذي وصله الطالب.

ومن جهة أخرى نرى بأن الطالب يتفاعل بتحقيق نتائج مرضية، وهو لا يبذل المجهود التعليمي الذي يوصله لتحقيق تلك النتائج التي يريجوها وعليه فالطالب يتسم بتوقعات غير منطقية فإنه يبني طموحات وآمال مستقبلية دون التخطيط المسبق لها، ومن جهة أخرى فالعوامل الاجتماعية لها دور مهم فمثلا الوالدين اللذان يقيمان تجارب فشل أو نجاح ابنهما يقدم له الدعم والمساندة للسعي قدما نحو النجاح.

فخلاصة القول تتجلى في أنه توجد علاقة ارتباطية بين الانبساط والانطواء والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة فالطالب المنبسط بطبيعة متفائل والمنطوي يكون متشائم، وكذا الانبساط والانطواء يتنبأ بالتفاؤل والتشاؤم بنسبة 46% وهذا دليل على العلاقة الارتباطية والتنبئية في نفس الوقت.

إسهامات الدراسة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية فإنه يمكن تقديم بعض الإسهامات البحثية على النحو التالي:

- توفير أداتين تتمتعان بخصائص سيكومترية مقبولة يمكن اعتبارها قاعدة لإعداد أداة مقننة على البيئة الجزائرية لأجل المساعدة في تشخيص أنماط الشخصية الانبساطية والانطوائية وكذا تحديد سمي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة.
- تساعد الباحثين والممارسين في مجال علم النفس في تحديد نمط الشخصية ومستوى التفاؤل والتفاؤل لديها في مجال العمل الميداني.

- تعتبر إحدى الدراسات الحديثة في مجال علم النفس الإيجابي كونها تبحث في أهم سمات الشخصية والمتمثلة في سمي التفاضل والتشاور اللتان تعتبران مفهوما مهما في علم نفس الصحة.
- تساعد على معرفة خصائص نمط الشخصية الانبساطية ونمط الشخصية الانطوائية وتحديد معالمها وما يتحكم فيها.
- أسهمت الدراسة الحالية في تكوين إطار نظري، والموازنة بين الأسس النظرية في أنماط الشخصية.
- كما أسهمت من جهة أخرى في تكوين إطار نظري والموازنة بين الأسس النظرية في التفاضل والتشاور.
- **الخاتمة:**
- إن موضوع الشخصية من الموضوعات التي يصعب الاتفاق على تحديد مفهومها فلهذا قد تعددت مفاهيمها، وقد تعدد النظريات التي حاولت دراسة الشخصية، حيث افترض علماء النفس أن للشخصية علاقة بالسلوك الإنساني المعقد بما في ذلك العواطف والعمليات المعرفية. كما اهتموا بدراسة أنماط السلوك الثابتة التي تميز الأفراد عن بعضهم، بهدف معرفة كيفية تطور هذه الأنماط ووسائل تنظيمها وتغييرها حيث يعتبر نمط الشخصية سمة نفسية متعددة الملامح تطبع شخصية الفرد وفق صفات وسمات مختلفة تجعله فريدا من نوعه يتميز بخصائص داخلية وخارجية يعرف بها في المجتمع، فهذا المتغير هو سمة قابلة للوصف والفهم والتفسير، فالبرغم من تعدد أنماط الشخصية إلا أننا حددنا هذه الأنماط في نمطين أو بعدين وهما الانبساط والانطواء، فالانبساط هو شخص نشيط وحيوي، اجتماعي، منفتح على

الخارج، كثير التحدث، يميل إلى كثرة التأكيد والجزم، فعال في العلاقات العاطفية والاجتماعية، يحب المغامرة، له أصدقاء كثيرون، كما أنه لا يحب القراءة منفرداً، ويتصرف بسرعة دون ترو، وهو شخص مندفع يحب المقالب، ويحب الضحك والمرح، ويأخذ الأمور ببساطة، وهو دائم الحركة والنشاط والتفاؤل الإيجابي نحو المواقف، ويميل إلى العدوان، وينفعل بسرعة، ولا يسيطر على انفعالاته، ولا يعتمد عليه أحياناً، وينطلق إلى خارج نفسه، وهو سريع البديهة، وعنده القابلية العالية للتكيف مع الأحداث والمواقف، وأقل تأثراً بالمثير، على عكس الفرد الانطوائي الذي نلاحظ بأنه شخص منعزل، سلبي، هادئ، لا ينفعل بسهولة، ويأخذ أمور الحياة بجدية مناسبة، ويخضع مشاعره لضبط دقيق، ويميل إلى التشاؤم تجاه المواقف الضاغطة، ويعطي أهمية كبيرة للمعايير الخلقية، ويتجنب الاتصال الاجتماعي إلا بالأصدقاء المقربين، ويميل إلى الخيال والمثالية أكثر من الواقع الحقيقي، فهو أكثر عرضة للتوتر والضغط والنقد والرفض، ودائم الوعي بالذات، ويكبت انفعالاته أثناء التفاعل الحذر مع غيره، وهو خجول وتجرح مشاعره بسهولة. وهذا النمط تتجه اهتماماته نحو الذات، ويتحاشى المجتمعات الصاخبة والمغامرات، وهو صاحب مبدأ، ويهتم بالتفاصيل، منقلب المزاج.

- فانطلقت دراستنا الحالية من تساؤل مفاده هو معرفة ما إذا كان هناك علاقة ارتباطية بين أنماط الشخصية (الانبساط-الانطواء) والتفاؤل والتشاؤم بين طلبة الجامعة وذلك على اعتبار مفهومي التفاؤل والتشاؤم يتضمنان توقعات الفرد المستقبلية للأحداث، بحيث يتفاعل الأفراد عند الأحداث السعيدة ويتشائمون عند الأحداث التعيسة، وعلى الرغم من أهمية هذين المفهومين في الحياة الإنسانية بشكل عام وفي البحوث النفسية بشكل خاص إلا أن تاريخ البحوث الذي تناولتهما حديث نسبياً، حيث ظهر الاهتمام بدراستهما في نهاية السبعينات من

القرن العشرين، أين صدر أول كتاب في هذا الشأن ببريطانيا ساهم في بلورة المفهومين وكان بعنوان: التفاؤل : بيولوجيا الأمل : Optimise :The biology of hope من تأليف ليونيل تايجر (1979) L.Tiger واحتل المفهوم بعد ذلك مكانا هاما في بحوث الشخصية، وعلم النفس العيادي، وعلم نفس الصحة، وعلم النفس الاجتماعي.

- وعلى اعتبار الانبساط والانطواء بعدان من أبعاد الشخصية بالمقابل التفاؤل والتشاؤم اللذان يعتبران سمتان في الشخصية حيث قام العالم الأمريكي مارتن سلجمان (1991) M.Seligman إلى تأسيس نظرية العجز المكتسب أو المتعلم التي أفضت إلى وضع ركائز أسلوب التفسير التفاؤلي وأسلوب التفسير التشاؤمي عند الأفراد، فالمتفائلون يرجعون فشلهم إلى شيء ما يمكنه تغييره لينجحوا في محاولات أو مواقف أخرى، على عكس المتشائمون الذين يرجعون فشلهم إلى صفات دائمة فيهم تجعلهم يحسون بأنهم عاجزون عن تغييرها، ولهذه التفسيرات دلالات عميقة على كيفية استجابة الناس لأحداث الحياة، فالمتفائلون تكون ردود أفعالهم إيجابية تجاه المواقف أو الأحداث التي يتعرضون إليها، وبعدها يضعون خطة عمل جديدة، أو يسعون إلى طلب المساعدة من الآخرين فالانتكاسة بالنسبة لهم شيء يمكن علاجه، أما المتشائمون يرجعون فشلهم إلى العجز الشخصي الذي سيظل يسبب لهم الإخفاقات المستمرة والدائمة، فإنهم يرتكبون أخطاء كثيرة في تحديد اللوم فهم يميلون إلى لوم أنفسهم على كل شيء سيء يحدث، مثلهم مثل المنبسطين الذي يتميزون بالنظرة التفاؤلية المستشرفة للحياة، والمنطويين الذين في غالب الأحيان ما نجدهم يميلون إلى التشاؤم، وبالتالي استنتاجنا بأن الطالب الجامعي ذو النظرة الإيجابية التفاؤلية بالمستقبل هو انبساطي لدرجة أنه يتسم بالطابع الاجتماعي

الجداب، والطالب ذو النظرة السلبية والتفكير السلبي تجاه المواقف التي يواجهها تجعل منه فردا منسحبا بذاته نحو الطابع المنغلق.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1. المراجع باللغة العربية:

. أبو الديار مسعود نجاح. (2010). فاعلية برنامج الإرشاد العقلاني الانفعالي في تنمية التفاؤل وخفض الضغوط النفسية لدى عينة من أسر الأطفال المعوقين سمعياً، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، ص ص 42 - 105.

. أبو حويج مروان، أبو مغلي سمير. (2006). مدخل إلى علم النفس التربوي، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع

. أسعد يوسف ميخائيل. (1986). التفاؤل والتشاؤم، القاهرة، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع.

. أسعد يوسف ميخائيل. (2003). سيكولوجية الإلهام، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

. أسعد يوسف ميخائيل. (دون تاريخ). الشخصية القوية، القاهرة، مكتبة غريب.

. الأشول عادل عز الدين. (1988). سيكولوجية الشخصية، تعريفها ونظرياتها، نموها، قياسها، انحرافها، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

. الأنصاري بدر الدين محمد. (1997). الشخصية من المنظور النفسي، الطبعة الأولى، الكويت، دار الكتاب الجامعي للنشر والتوزيع.

. الأنصاري بدر محمد. (1998). التفاؤل والتشاؤم المفهوم القياس والمتغيرات، الطبعة الأولى، الكويت، مطبوعات جامعة الكويت.

. الأنصاري بدر محمد. (2002). المرجع في مقاييس الشخصية تقنين على المجتمع الكويتي،
القاهرة، دار الكتاب الحديث.

. الجبل محمد فوزي. (2000). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، القاهرة، المكتبة
الجامعية، الأزاريطية.

. الحبيب طارق. (2008). نحو نفس مطمئنة واثقة، الرياض، دار الهدى للنشر والتوزيع.

. الحنضر كمال محمود. (1999). التفاؤل والتشاؤم الوظيفي، المجلة العربية للعلوم الإنسانية،
جامعة الكويت، المجلد 67، العدد 18، ص ص 214 - 242.

. الداھري أحمد حسن صالح، الكبيسي وهيب مجيد. (1999). علم النفس العام، الطبعة الأولى،
أريد، دار الكندي للنشر والتوزيع.

. الداھري صالح حسن أحمد، الكبيسي وهيب مجيد. (1999). علم النفس العام، الطبعة الأولى،
أريد: دار الكندي للنشر والتوزيع.

. الداھري صالح حسن، العبيدي ناظم هاشم. (1999). الشخصية والصحة النفسية، الطبعة
الأولى، أريد، مؤسسة حمادة ودار الكندي للنشر والتوزيع.

. الدسوقي كمال. (1974). علم النفس ودراسة التوافق، بيروت، دار النهضة العربية.

. الدسوقي كمال. (1999). مقياس الرضا عن الحياة، القاهرة، المكتبة الأنجلو مصرية.

. الدوري ريا، إيمان صادق عبد الكريم. (2002). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى
طالبات كلية التربية للبنات بجامعة بغداد، مجلة البحوث النفسية والتربوية، العدد 26، ص 239 -
265.

. الزيايدي. (2002). استيقظ وعش، القاهرة، دار الشرق الجديدة.

. السبعواوي فضيلة. (2010). تحقيق الذات وإرادة العطاء، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع.

- . الشرقاوي أنور محمد. (2003). علم النفس المعرفي المعاصر، الطبعة الثانية، القاهرة، المكتبة الأنجلو مصرية.
- . العجمي محمد مسعود. (1996). كن إيجابيا تفاعل مع الحياة، الطبعة الأولى، الكويت، مطبعة الفيصل.
- . العزاني حسن عبد القادر. (2011). استراتيجيات التفاوض سبيلك إلى النجاح، ط 1، دبي، دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري.
- . العمر بدر عمر. (1986). أهمية الدافع للإنجاز في الإرشاد التربوي، المجلة التربوية، جامعة الكويت، المجلد 03، العدد 09، ص ص 38 - 53.
- . العنزي فريج عويد. (2000). الشعور بالسعادة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، مجلة دراسات نفسية، جامعة الزقازيق، المجلد 11، العدد 3، ص ص 33-51.
- . العيسوي عبد الرحمان. (1997). علم النفس الاجتماعي، بيروت، دار المعرفة الجامعية.
- . العيسوي عبد الرحمن. (1973). علم النفس في الحياة المعاصرة، القاهرة، دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.
- . العيسوي عبد الرحمن. (1985). سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، القاهرة، دار الفكر الجامعي للطباعة والنشر والتوزيع.
- . الفقي إبراهيم. (دون تاريخ). قوة التحكم في الذات، مونتريال، المركز الكندي للتنمية البشرية.
- . القذافي محمد رمضان. (2001). الشخصية، نظرياتها، اختبارات، وأساليب قياسها، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- . القوصي عبد العزيز (1980). أسس الصحة النفسية، القاهرة، دار النهضة العربية.

- . الكبيسي محمد عياش. (2010). أنماط الشخصية وإشكالات القيادة والتربية في العمل الإسلامي المعاصر، الطبعة الأولى، عمان، دار أسامة للطباعة والتوزيع.
- . المشعان عويد سلطان. (2000). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، المجلد1، ع4، ص 505-532.
- . المعاينة خليل عبد الرحمان. (2000). علم النفس الاجتماعي، الطبعة الأولى، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع.
- . المغلوث عبد الله. (2012). تغريدة في السعادة والتفاؤل، الطبعة الأولى، دبي، دار مدارك للنشر.
- . الميلادي عبد المنعم. (2006). الشخصية وسماتها، الإسكندرية، مؤسسة شباب الجامعة.
- . النابلسي محمد أحمد. (1999). سيكولوجية السياسة العربية العرب والمستقبلات، بيروت، دار النهضة للطباعة والنشر والتوزيع.
- . الناصر محمد حامد، درويش خولة. (2000). تربية الموهوب، الأردن، دار المعالي للطباعة والنشر.
- . اليحفوفي نجوى، الأنصاري بدر. (2005). التفاؤل والتشاؤم دراسة ثقافية مقارنة بين اللبنانيين والكويتيين، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، العدد 33، المجلد 02، ص 313-333.
- . انتصار يونس. (1987). السلوك الإنساني، القاهرة، دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.
- . أندرو ماثيوز. (2005). كن سعيدا (ترجمة مكتبة جرير)، الطبعة الأولى، الرياض، مكتبة جرير للطباعة والنشر والتوزيع.

- . أيمن صادق عبد الكريم. (2001). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات، مجلة البحوث النفسية والتربوية، المجلد الخامس، ع26، ص 239-265.
- . إيناس راضي عبد المقصود. (2009). تأثير كلا من التفاؤل والتشاؤم، مجلة دراسات نفسية، جامعة الكويت، المجلد 11، ص 30-96.
- . باسي مرتاباسي، دولفاف أنتونيلا. (2012). نحو علم نفس إيجابي صحي (ترجمة سلامة يونس مرعي)، القاهرة، المكتبة الأنجلو مصرية.
- . باظة آمال عبد السميع. (2007). الشخصية والاضطرابات السلوكية الوجدانية، الطبعة الثانية، القاهرة، المكتبة الأنجلو مصرية.
- . بسيوني سوزان بنت صدقة. (2011). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، مكة المكرمة، العدد 28، ص 66 - 114.
- . بوبر كارل. (1994). الحياة كلها حلول لمشاكل (ترجمة بهاء درويش)، الإسكندرية، دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.
- . بولتون روبيرت. (2011). مهارات الناس (ترجمة مجمع الترجمة بمكتبة جرير)، الطبعة الأولى، الرياض، مكتبة جرير للطباعة والنشر والتوزيع.
- . تريسي برايان. (1978). علم النفس النجاح (ترجمة عبد اللطيف الخياط)، الطبعة الأولى، بيروت، دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.
- . توماس هاريس. (1992). التوافق النفسي وتحليل المعاملات الإنسانية (ترجمة إبراهيم سلامة إبراهيم)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- . جلال سعد. (1985). الطفولة والمراهقة، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع.

. جولمان دانيال. (دون تاريخ). الذكاء العاطفي (ترجمة ليلي الجبالي)، الكويت، سلسلة عالم المعرفة. العدد 262.

. حجازي مصطفى. (2000). الصحة النفسية من منظور ديناميكي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، الطبعة الأولى، بيروت، المركز الثقافي العربي.

. حداد حسن. (دون تاريخ). الأنماط الشخصية، الكويت، الاتحاد العالمي للبرمجة اللغوية العصبية.

. حمدي علي الفرماوي. (1999). جودة الحياة في جوهر الإنسان، مداخلة مقدمة في المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، جمهورية مصر العربية.

. خايف السيد علي. (2001). الخجل والتشاؤم وعلاجهما، الإسكندرية، المركز العربي للنشر والتوزيع.

. خليفة علي السيد. (2001). الخجل والتشاؤم وعلاجهما، القاهرة، المركز العربي للنشر والتوزيع. خليل أبو فرجة. (2000). الموسوعة النفسية، عمان، دار أسامة للنشر والتوزيع.

. خوري توما جورج. (1996). الشخصية مفهومها، سلوكها، علاقتها بالتعلم، الطبعة الأولى، بيروت، المؤسسة الجامعية للدراسات والطباعة والنشر والتوزيع.

. راجح عزت أحمد. (1985). أصول علم النفس، الإسكندرية، دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.

. رغداء علي نعيمة. (2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعات دمشق ونشرين، مجلة جامعة دمشق، المجلد 28، العدد 01، ص ص 145-181.

. روبييرت أنطوني. (2005). ما وراء التفكير الإيجابي (ترجمة مكتبة جرير)، الطبعة الأولى، الرياض، مكتبة جرير للطباعة والنشر والتوزيع.

. زايد عادل محمد. (2003). إدارة الموارد البشرية رؤية إستراتيجية، القاهرة، منشورات جامعة القاهرة.

. زهران حامد عبد السلام. (1984). علم النفس الاجتماعي، الطبعة الخامسة، القاهرة، دار عالم الكتب.

. سامر جميل رضوان. (2002). الصحة النفسية، الطبعة الأولى، عمان، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع.

. سرى إجلال محمد. (1999). علم النفس العلاجي، الجزء الأول، القاهرة، دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع.

. سلامة موسى. (دون تاريخ). فن الحياة، القاهرة، المكتبة الأنجلو مصرية.

. سهير أحمد كامل. (2007). سيكولوجية الشخصية، الإسكندرية، مركز الإسكندرية للكتاب.

. سيد سليمان عبد الرحمان. (1994). السيكدوراما، مفهومها وعناصرها ومجالات استخدامها، مجلة حولية كلية التربية، كلية التربية جامعة قطر، العدد 11، سنة 1994م، ص ص 397-453.

. سيد صبحي. (2003). الإنسان وصحته النفسية، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية.

. شتا السيد علي. (1984). التنظيم الاجتماعي وظاهرة الاغتراب، الدمام، دار الإصلاح للطباعة والنشر والتوزيع.

. شرارة عبد اللطيف حسن، لؤلؤة حمادة. (1998). التفاوض والتشاور وعلاقتها ببعدي الشخصية الانبساط والعصابية، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، ع12، ص ص 15-80.

. شفارتزر رالف. (1994). التفاوضية الدفاعية والوظيفية (ترجمة سامر جميل)، بيروت، دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.

. صبحي سليمان. (دون تاريخ). الشخصية الجذابة والمبدعة والمؤثرة، رام الله، دار الشروق للطباعة والنشر والتوزيع.

. صبحي سيد. (1984). التفاؤل والتشاؤم، القاهرة، المركز النموذجي لرعاية وتوجيه المكفوفين.
. صبحي سيد. (2003). الإنسان والصحة النفسية، بيروت، الدار المصرية اللبنانية للنشر والتوزيع.

. صبرة محمد علي، محمد عبد الغني. (2005). الصحة النفسية، الإسكندرية، مطبوعات جامعة الإسكندرية.

. طبارة رجاء مكي. (دون تاريخ). دراسات نظرية وعملية لتقنيات وميادين علم النفس الاجتماعي، الطبعة الأولى، بيروت، بيسان للطباعة والنشر والتوزيع.

. عبادة محمد. (دون تاريخ). الحلول الابتكارية للمشكلات النظرية والتطبيق، البحرين، دار الحكمة للنشر والتوزيع.

. عبد الخالق أحمد محمد. (1999). الأبعاد الأساسية للشخصية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

. عبد الخالق أحمد محمد. (2000). التفاؤل والتشاؤم: عرض لدراسات عربية. جامعة الكويت: مؤتمر الخدمة والتنمية. ص 1-29

. عبد الخالق أحمد محمد. (2002). قياس الشخصية. الكويت: مطبوعات جامعة الكويت.

. عبد السلام عبد الغفار. (1996). مقدمة في الصحة النفسية، القاهرة، دار النهضة العربية.

. عبد الفتاح كاميليا. (1999). دراسات سيكولوجية في مستوى الطموح والشخصية، القاهرة، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع.

. عريفج سامي. (2001). إدارة بيئة التعليم بين النظرية والتطبيق، عمان، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع.

. علاوي محمد حسن. (2009). مدخل علم النفس الرياضي، الطبعة السابعة، الإسكندرية، مركز الإسكندرية للطباعة والنشر والتوزيع.

. عمران محمد إسماعيل. (1995). مدخل إلى علم النفس، الطبعة الخامسة، القاهرة، مكتبة خدمة الطالب.

. عنان محمود عبد الفتاح. (1995). سيكولوجية التربية البدنية الرياضية، الطبعة الأولى، القاهرة، الفكر العربي.

. عوض رجب رقيقة. (2001). ضغوط المراهقين ومهارات المواجهة، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

. عويضة محمد كمال. (1996). سيكولوجية العقل البشرية، الطبعة الأولى، بيروت، دار الكتب العلمية.

. غنيم سيد محمد. (دون تاريخ). الشخصية. القاهرة، دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.

. غنيم سيد محمود. (1987). سيكولوجية الشخصية محدداتها، قياسها، نظرياتها، القاهرة، دار النهضة العربية.

. فالادون سيمون كلافيه. (1993). نظريات الشخصية (ترجمة المصري علي). الطبعة الثانية، بيروت، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.

. فهمي مصطفى. (1979). التوافق الشخصي الاجتماعي، القاهرة، مكتبة الخانجي.

. قاسم محمد عبد الله. (2001). مدخل إلى الصحة النفسية، الطبعة الأولى، عمان، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع.

- . قطامي يوسف، قطامي نايفة. (2000). سيكولوجية التعلم الصفي، الطبعة الأولى، عمان، دار الشروق للطباعة والنشر والتوزيع.
- . كانفيلد جاك. (دون تاريخ). مبادئ النجاح (ترجمة مكتبة جرير)، الرياض، مكتبة جرير.
- . كولن ولسن. (2001). الإنسان وقواه الخفية (ترجمة سامي خشبة)، بيروت، دار الآداب للطباعة والنشر والتوزيع.
- . مجدي كامل. (1997). كيف تواجه مشكلاتك، الطبعة الأولى، القاهرة، دار الأمين للطباعة والنشر والتوزيع.
- . مجدي كامل. (1997). مئة سؤال وجواب في الشخصية القوية، الطبعة الأولى، القاهرة، دار الأمين للطباعة والنشر والتوزيع.
- . مدحت عبد اللطيف. (1990). في الصحة النفسية والتوافق الدراسي، بيروت، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع.
- . مرسي كمال. (2000). السعادة وتنمية الصحة النفسية، مسؤولية الفرد في الإسلام وعلم النفس، الجزء الأول، القاهرة، دار النشر للجامعات.
- . مصري عبد الحميد حنور. (1998). الشخصية والصحة النفسية، القاهرة، المكتبة الأنجلو مصرية.
- . مصطفى حسن أحمد. (1997). الإرشاد النفسي لأسر الأطفال غير العاديين، الطبعة الأولى، الإسكندرية، المكتب الجامعي للكتاب.
- . منسي حسن (2004). الصحة النفسية، الطبعة الثالثة، دمشق، دار الكندي.
- . منسي محمد عبد الحليم، كاظم علي مهدي. (2006). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان، 17-19 ديسمبر.

. نجاتي محمد عثمان. (1983). الاختبارات والمقاييس، الطبعة الثانية، القاهرة، دار الشروق للطباعة والنشر والتوزيع.

. نجوى عبد المنعم. (2010). الرضا عن الحياة، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، جمهورية مصر العربية.

. نزار الطالب وكامل لويس. (2002). علم النفس الرياضي، الطبعة الثانية، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر.

. هاريس توماس. (1992). التوافق النفسي، تحليل المعاملات الإنسانية (ترجمة إبراهيم سلامة إبراهيم)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

. هدى حسن جعفر. (2006). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بضغط العمل والرضا عن العمل، مجلة دراسات نفسية، جامعة اليرموك، العدد 06، المجلد 01، ص 83-112.

. هميسة بدر عبد الحميد. (2007). التفاؤل والتشاؤم في ميزان الإسلام، الرياض، مكتبة صيد الفوائد الإسلامية.

. هوبر وينفريد. (1999). مدخل إلى سيكولوجية الشخصية (ترجمة مصطفى عشوي). الجزائر، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية.

. وجدان جعفر، جواد الحكاك. (2001). الصورة النهائية لمقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد، جامعة بغداد، كلية التربية، ابن رشد.

. مجاور أحمد. (د ت). التوثيق العلمي للدراسات والبحوث التربوية وفق دليل جمعية علم النفس الأمريكية APA (الإصدار السادس)، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة القصيم.

. معمريه بشير. (2012). دراسات في علم النفس الإيجابي، الجزائر، دار الخلدونية للنشر والتوزيع.

. نعمة محمد حسن. (2008). التفاؤل والتشاؤم الرياضي وعلاقته بتحقيق الأهداف والهوية الرياضية والانجاز لدى لاعبي العاب القوى، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية.

أبو هاشم السيد محمد. (2007). المكونات الأساسية للشخصية في نموذج كل من كاتل وأيزنك وجولدبيرج لدى طلاب الجامعة (دراسة عاملية)، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، العدد (70)، ص ص (210-274).

إسماعيل أحمد السيد محمد. (2001). التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى، المجلة التربوية، م15، ع60، ص ص، 51-81.

الأنصاري بدر محمد. (2001). إعداد مقاييس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات في الكويت، مجلة دراسات نفسية، م11، ع1، ص ص، 194-264.

بركات زياد أمين. (1998). دراسة في سيكولوجية الشخصية، التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي، مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي، ع11، ص ص، 55-76.

حسن عبد الفتاح. (2006). السعادة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية، مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر، بنها، المملكة العربية السعودية.

خضر عثمان حمود. (1999). التفاؤل والتشاؤم والأداء الوظيفي، المجلة العربية للعلوم الإنسانية، م17، ع67، ص ص 2014-242.

رضوان سامر جميل. (2001). الإكتئاب والتشاؤم دراسة ارتباطية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، م2، ع1، ص ص، 13-48.

شكري مايسة محمد. (1999). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بأساليب مواجهة المشقة، مجلة دراسات نفسية، م9، ع3، ص ص، 415-388.

عبد الخالق أحمد محمد. (1998). التفاؤل وصحة الجسم دراسة عالمية، مجلة العلوم الاجتماعية، م26، ع2، ص ص، 61-45.

عبد اللطيف حسن، وحمادة لؤلؤة. (1998). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعدي الشخصية الانبساط والعصابية، مجلة العلوم الاجتماعية، م26، ع1، ص ص، 104-83.

المشعان عويد سلطان. (2000). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلبة الجامعة، مجلة دراسات نفسية، م10، ع4، ص ص، 505-531.

اليجوفي نجوى. (2002). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية لدى طلبة الجامعة، مجلة علم النفس، ع62، ص ص، 149-132.

اليجوفي نجوى، والأنصاري بدر. (2005). التفاؤل والتشاؤم دراسة ثقافية مقارنة بين اللبنانيين والكويتيين، مجلة العلوم الاجتماعية، م33، ع2، ص ص، 335-213.

2. المراجع باللغة الأجنبية:

. Ahmad M.Mahasneh, Zohair H, Al zoubi & Omar T,Batayneh,. (2013). The relationships between optimism and pessimism and personality traits among students In the Hashenite university, international Education Studies, 6(8), p p71-82.

. Argyle, M,. (2001). The psychology of happiness, London and New york, Routledge Taylor ang Francis Group.

. Beck . J. R,. (1999). Jesus and personality theory, Exploring the five factor model, New Jersey, intervarcy press.

. Chester Kam & John P.Meyer ,(2011). Do optimism and pessimism have different relationships with personality dimensions?Are –examination, personality and individual differences, 52,p p 123-127.

- .Delaney Barbara Ann,. (1994). The effect of optimism- pessimism on the supervisions working alliances, ERIC document reproduction service, No 0172.
- .Kouzoumi Rezio,. (1995). Feelings of optimism and pessimism in Japanese student's transition to junior high school, ERIC document reproduction service, No 02724316.
- . Marilou Bruchon,. (2001), personnalité et maladie, Paris, ESF éditeur.
- . Milhabet Desrichard ,(2002). Comparaison social et perception des risques, I N éditeur .
- . Naseem Ahmad, Azmat Zahan, & Nasheed Imtiaz,.(2016). Personality correlates of optimism among couples, the international journal of India psychology, v3, issue 4, N67, p p 175-183.
- . Patrick Amar,. (2008). Petites expériences de psychologie. Paris. DUNOD.
- . Peterson S.J and Byron, K,. (2008). Exploring the role of hope in job performance, Journal of organization behavior, Vol 89, PP 785-803.

الملاحق

ملحق رقم (01) يمثل مقياس الإنبساط والإنطواء

(في صيغته الأولى)

الرجاء منكم أخي (الطالب)، أختي (الطالبة) أن تجيبوا على الأسئلة الموائية وذلك بوضع علامة (x) في المكان المناسب، كما يجب عليكم التأكد من الإجابة على جميع الأسئلة أدناه شكرا.

الجنس:

المستوى التعليمي:

التخصص:

ملاحظة: هذه المعلومات سرية ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

معارض جدا	معارض	متردد	موافق	موافق جدا	العبارات	
					- أجد نفسي شخصا مرحا	01
					- أحيانا أشعر بأنني متضايق	02
					- في كثير من الأحيان أشعر بالملل	03
					- في كثير من الأحيان أشعر بالحيوية	04
					- دائما ما أتمتع بثقة عالية بالنفس	05
					- عندما أغضب أميل لكتمان غضبي	06
					- أميل للتعبير الخارجي عن مشاعري	07
					- تنقضي الثقة بالنفس لمواجهة الآخرين	08
					- أميل للعزلة لتجنب المواقف الحرجة	09
					- في معظم الأحيان أفضل عدم التعبير عن مشاعري	10
					- كثيرا ما أستغرق بالتأمل والتفكير في الأشياء	11
					- كلما بقيت منفردا ازدادت حيويتي ونشاطي	12
					- دائما ما أتخيل أشياء أعجز عن تحقيقها	13
					- أنا من يضيف الحياة إلى الجماعات التي انتمي إليها	14
					- أستمتع بكوني محور الاهتمام في المجتمع	15
					- أنا ماهر في التعامل مع المواقف الاجتماعية	16
					- أحب أن أكون في قلب الأحداث المليئة بالنشاط	17
					- يسهل علي إنشاء صداقات وعلاقات جديدة	18
					- أكون هادئا وسط الناس الغرباء	19
					- لا أحب لفت نظر الآخرين إلي	20
					- لا أحب حضور المناسبات والحفلات	21
					- أحب العمل مستقلا عن الآخرين	22
					- أستمتع بقضاء الوقت منفردا عن الناس	23

					24 - أحب أن أتحدى الآخرين في مختلف المواقف
					25 - أجد من الصعب أن أعبر على آرائي أمام الآخرين
					26 - أتنازل عن حقي لكي أتجنب مواقف الصراع
					27 - أتشوق للمشاركة في الألعاب التي أكون فيها فائزا وخاسرا
					28 - لا أحب أن يعلم الآخرون بأموري الخاصة
					29 - أنا بطبعي ميال للإختفاء عن الأضواء
					30 - الحاضر بالنسبة لي أهم من المستقبل
					31 - أنا مقتنع بأهمية العمل بمفردي بمعزل عن الآخرين
					32 - دائما ما أشارك في النقاشات أثناء حصة الدرس
					33 - أحب مشاركة زملائي في إنجازاتهم الدراسية
					34 - في كثير من الأحيان أحب أن تسود المنافسة أجواء الدراسة
					35 - أميل لتحقيق إنجازات دراسية بصورة مستمرة
					36 - كثيرا ما أخجل من طلب الإذن من الأستاذ للإجابة
					37 - يصعب علي العمل ضمن فوج الدراسة
					38 - أرى أنني عاجزا عن تحقيق الأهداف التي يحققها الزملاء في المدرسة
					39 - أتلى بالهدوء التام أثناء المواقف الدراسية
					40 - أحب أن أتعلم الأشياء الجديدة باستمرار
					41 - دائما ما أساهم في إثراء النقاش حول المواضيع التعليمية
					42 - دائما ما يعتمد المدرس على فعاليتي أثناء حصص الدرس
					43 - أشارك أفراد الأسرة في الرأي حول أمور متعلقة بالأسرة
					44 - لا أرى أهمية لرأيي وسط أفراد أسرتي
					45 - أميل للبقاء بمعزل عن أفراد الأسرة
					46 - دائما ما أرغب في مشاركة أفراد الأسرة في مختلف الأعمال التي يقومون بها
					47 - أرى من المهم العمل منفردا لأنجح في مساعدة الأسرة
					48 - يرى معظم إخوتي وأخواتي بأنني عنصرا يضيف المرح على أجواء الأسرة

					49 - أعمل جاهدا لأكون سند لباقي أفراد الأسرة
					50 - أفضل تنفيذ أفكارى بمعزل عن أفراد الأسرة
					51 - لا أرغب مطلقا في التجمع مع أفراد الأسرة دفعة واحدة
					52 - من المهم تناول وجبتي الغذاء والعشاء سووية مع الأسرة

ملحق رقم (02) يمثل مقياس التفاؤل والتشاؤم

(في صيغته الأولى)

الرجاء منكم أخي (الطالب)، أختي (الطالبة) أن تجيبوا على الأسئلة الموائية وذلك بوضع علامة (x) في المكان المناسب، كما يجب عليكم التأكد من الإجابة على جميع الأسئلة أدناه شكرا.

الجنس:

المستوى التعليمي:

التخصص:

ملاحظة: هذه المعلومات سرية ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

معارض جدا	معارض	مترد	موافق	موافق جدا	العبارات	
					01 - أفضل عدم تحديد أحلام تفوق قدرتي لأتجنب الإحباط	
					02 - دائما ما أشعر بأن المستقبل سيكون مشرقا	
					03 - أدائي في الحاضر يشعرنني بأن المستقبل سيكون أحسن	
					04 - أحيانا ينتابني تصورا سوداوي حيال المستقبل	
					05 - نظرتي للمستقبل دائما ما تكون متفائلة	
					06 - لما أقوم بعمل ما دائما ما يجتاحني شعورا بتحقيق النجاح مستقبلا	
					07 - لا أفكر مطلقا في المستقبل	
					08 - لا أعتقد بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر	
					09 - لما أرى المشكلات الإجتماعية كثيرا ما أرى بأن المستقبل سيكون أسوأ	
					10 - دائما لدي طموحات لأنني أرى تحسنا سيطرأ على حياتي مستقبلا	
					11 - كلما تلقيت تشجيعا من محيطي كان تفاؤلي بالمستقبل يزداد	
					12 - في حدود إمكانياتي الحالية لا أرى بأن مستقبلي سيكون أفضل	
					13 - أتوقع أن تزداد أموري سوءا بمرور الوقت	
					14 - أشعر بأن الامور تسير وفق ما خططت له	
					15 - يظهر بأن مستقبلي غير مضمون لكي أخطط له بشكل أفضل	
					16 - إذا أقدمت على مسابقة أتوقع تحقيق النجاح مهما كثر عدد المتسابقين	
					17 - كل انتكاسة أتعرض لها تجعلني أكثر طموحا لتحقيق مستقبل أفضل	
					18 - كل إخفاق أتعرض له يجعلني أكثر يقينا بأن	

					المستقبل سيكون سيء
19	-	دائما ما أرى الحياة في جانبها المشرق			
20	-	تنتابني نظرة إيجابية للحياة			
21	-	أحيانا أتبنى نظرة سلبية للحياة			
22	-	في العديد من الاحيان لا أعطي للمشكلات أكثر من حجمها			
23	-	أتوقع تحقيق كل الأشياء التي تهمني في الحياة			
24	-	رغم أنني أعمل باجتهاد إلا انني لا أتوقع فرصا أكثر للنجاح في الحياة			
25	-	بصفة عامة أتوقع ان تنتهي الامور على أحسن ما يرام			
26	-	أنظر دائما بانني سأكون سعيدا في الحياة			
27	-	يبدو لي أنني سأعيش الحياة كئيبا			
28	-	لما أقوم بمشروع في حياتي دائما ما اتوقع النجاح فيه			
29	-	أشعر بالثقة لما تسير أمور حياتي بصورة طبيعية			
30	-	يبدو أن مصائب الحياة لا تفارقني			
31	-	يقفني أن أرى بأن فرص الأفراد في مختلف مجالات الحياة ليست متساوية			
32	-	أمنح لمشكلاتي حجما أكبر من حجمه الحقيقي			
33	-	أشعر باليأس من هذه الحياة			
34	-	أرى الجانب المشرق المضيء من حياتي			
35	-	أشعر بأن نفسي تمثل أكثر معيق يجب تحديه			
36	-	دائما أتفاعل بقدرتي في التعامل الإيجابي مع الآخرين			
37	-	أشعر بأنه بعد كل حادث مؤلم تأتي الأحداث التي تسر النفس			
38	-	أتفاعل ببلوغ مستوى مقبول من السعادة يوما ما			
39	-	كلما نظرت للمستقبل أشعر بأن روعي المعنوية منخفضة			
40	-	أتوقع الفشل لكي لا أصاب بالصدمة في حالة وقوعها			
41	-	حينما أتحدى بالإرادة لتحقيق الأحسن أتوقع أن أجد كل السبل متاحة أمامي			
42	-	أتمتع بثقة عالية في تحقيق النجاح و الاستقرار النفسي			
43	-	مهما كانت الظروف لا أستسلم للحزن			
44	-	أخدم مجتمعي وأنا متفائل بنجاحي في خدمته كما ينبغي			
45	-	أشعر بالقدرة على التوافق مع ظروف الحياة المتقلبة			
46	-	ينتابني شعورا بأن حظي قليل مقارنة بالآخرين			

					في المجتمع	
					- أشعر بأن المصائب خلقت من أجلي	47
					- يبتابني شعور بأن أكون أتعس مخلوق في المجتمع	48
					- أرى نفسي بأني سأكون في بهجة وفرحة مقارنة بالكثيرين	49

ملحق رقم (03) يمثل مقياس الإنبساط والإنطواء

(في صيغته النهائية)

الرجاء منكم أخي (الطالب)، أختي (الطالبة) أن تجيبوا على الأسئلة الموائية وذلك بوضع علامة (X) في المكان المناسب، كما يجب عليكم التأكد من الإجابة على جميع الأسئلة أدناه شكرا.

الجنس:

المستوى التعليمي:

التخصص:

ملاحظة: هذه المعلومات سرية ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

رقم البند	العبارات	موافق جدا	موافق	متردد	معارض	معارض جدا
01	. في كثير من الأحيان أشعر بالملل.					
02	. دائما ما أتمتع بثقة عالية بالنفس.					
03	. عندما أغضب أميل لكتمان غضبي.					
04	. أميل للتعبير الخارجي عن مشاعري.					
05	. تتقصني الثقة بالنفس لمواجهة الآخرين.					
06	. أميل للعزلة لتجنب المواقف المحرجة.					
07	. في معظم الأحيان أفضل عدم التعبير عن مشاعري.					
08	. أتخيل أشياء أعجز عن تحقيقها.					
09	. أستمتع بكوني محور الاهتمام في المجتمع.					
10	. أنا ماهر في التعامل مع المواقف الاجتماعية.					
11	. أحب أن أكون في قلب الأحداث المليئة بالنشاط.					
12	. يسهل علي إنشاء صداقات وعلاقات جديدة.					

					13 . أكون هادئاً وسط الناس الغرباء.
					14 . لا أحب حضور المناسبات والحفلات.
					15 . أحب العمل مستقلاً عن الآخرين.
					16 . أستمتع بقضاء الوقت منفرداً عن الناس.
					17 . أحب أن أتحدى الآخرين في مختلف المواقف.
					18 . أجد من الصعب أن أعبر على آرائي أمام الآخرين.
					19 . أتنازل عن حقي لكي أتجنب مواقف الصراع.
					20 . أنا بطبعي ميال للاختفاء عن الأنظار.
					21 . أنا مقتنع بأهمية العمل بمفردي بمعزل عن الآخرين.
					22 . دائماً ما أشارك في المناقشات أثناء حصة الدرس.
					23 . أحب مشاركة زملائي في انجازاتهم الدراسية.
					24 . أحب أن أشارك في المسابقات العلمية.
					25 . أميل لتحقيق إنجازات دراسية بصورة مستمرة.
					26 . أتجنب طلب الإذن من الأستاذ للإجابة.
					27 . يصعب على العمل ضمن فوج في الدراسة.
					28 . أرى أنني عاجزاً عن تحقيق النجاحات الدراسية التي يحققها زملاءي.
					29 . أحب أن أتعلم الأشياء الجديدة باستمرار.
					30 . أساهم في إثراء النقاش حول المواضيع التعليمية.
					31 . يعتمد المدرس على فعاليتي أثناء حصص الدرس.
					32 . أشارك أفراد الأسرة في الرأي حول أمور متعلقة بالأسرة.
					33 . لا أرى أهمية لرأيي وسط أفراد أسرتي.

					34 . أميل للبقاء بمعزل عن أفراد الأسرة.
					35 . أرغب في مشاركة أفراد الأسرة في مختلف الأعمال التي يقومون بها
					36 . يرى معظم إخوتي وأخواتي بأنني عنصرا يضيف المرح على أجواء الأسرة.
					37 . أعمل جاهدا لأكون سند لباقي أفراد الأسرة.
					38 . أفضل تنفيذ أفكارني بمعزل عن أفراد الأسرة.
					39 . لا أرغب مطلقا في التجمع مع أفراد الأسرة دفعة واحدة.
					40 . أحبذ تناول وجبتي الغداء والعشاء مع الأسرة.

ملحق رقم (04) يمثل مقياس التفاؤل والتشاؤم

(في صيغته النهائية)

الرجاء منكم أخي (الطالب)، أختي (الطالبة) أن تجيبوا على الأسئلة الموائية وذلك بوضع علامة (X) في المكان المناسب، كما يجب عليكم التأكد من الإجابة على جميع الأسئلة أدناه شكرا.

الجنس:

المستوى التعليمي:

التخصص:

ملاحظة: هذه المعلومات سرية ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

رقم البند	العبارات	موافق جدا	موافق	متردد	معارض	معارض جدا
01	. أشعر بأن المستقبل سيكون مشرقا.					
02	. أدائي في الحاضر يشعرني بأن المستقبل سيكون أحسن.					
03	. أحيانا ينتابني تصورا سوداوي حيال المستقبل.					
04	. نظرتي للمستقبل دائما متفائلة.					
05	. لما أقوم بعمل ما يجتاحني شعورا بتحقيق النجاح مستقبلا.					
06	. لا أعتقد بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر.					
07	. لما أعيش المشكلات الاجتماعية كثيرا ما أرى بأن المستقبل سيكون أسوء.					
08	. دائما لدي طموحات لأنني أتوقع تحسنا سيطراً على حياتي مستقبلا.					
09	. كلما تلقيت تشجيعا من محيطي كانت تفاؤلي بمستقبل أفضل يزداد.					
10	. في حدود إمكاناتي الحالية لا أرى بأن مستقبلي سيكون أفضل.					

					11 . أتوقع أن تزداد أموري سوءا بمرور الوقت.
					12 . أشعر بأن الأمور تسير وفق ما خططت له.
					13 . يظهر أن مستقبلي غير مضمون لكي أخطئ له بشكل أفضل.
					14 . كل انتكاسة أتعرض لها تجعلني أكثر طموحا لتحقيق مستقبل أفضل.
					15 . إذا أقدمت على مسابقة أتوقع تحقيق النجاح مهما كثر عدد المتسابقين.
					16 . كل إخفاق أتعرض له يجعلني أكثر يقينا بأن المستقبل سيكون سيء.
					17 . دائما ما أرى الحياة في جانبها المشرق.
					18 . تتنابني نظرة إيجابية للحياة.
					19 . تتنابني نظرة سلبية لجل مواقف الحياة.
					20 . أتوقع تحقيق كل الأشياء التي تهمني في الحياة.
					21 . رغم أنني أعمل باجتهاد إلا أنني لا أتوقع فرصا أكثر للنجاح في الحياة.
					22 . بصفة عامة أتوقع أن تنتهي الأمور على أحسن ما يرام.
					23 . أشعر بأنني سأكون سعيدا في الحياة.
					24 . يبدو لي أنني سأعيش الحياة كئيبا.
					25 . لما أقوم بمشروع في حياتي أتوقع النجاح فيه.
					26 . أشعر بالثقة لما تسير أمور حياتي بصورة طبيعية.
					27 . يبدو أن مصائب الحياة لا تفارقني.
					28 . يقلقني عدم نيل حضي من الحياة مثل الآخرين.
					29 . امنح لمشكلاتي حجما اكبر من حجمه الحقيقي.
					30 . أشعر باليأس من هذه الحياة.

					31 . أرى الجانب المشرق المضيء من حياتي.
					32 . أشعر بأن نفسي تمثل أكثر معيق يجب تحديه.
					33 . أشعر بأنه بعد كل حادث مؤلم تأتي الأحداث التي تسر النفس.
					34 . أتفعل ببلوغ مستوى مقبول من السعادة يوما ما.
					35 . كلما نظرت للمستقبل أشعر بأن روحي المعنوية منخفضة.
					36 . أتوقع الفشل لكي لا أصاب بالصدمة في حالة وقوعها.
					37 . أتحدى بالإرادة دوما لتحقيق الأحسن.
					38 . أتمتع بثقة عالية في النفس في تحقيق النجاح والاستقرار النفسي.
					39 . مهما كانت الظروف لا أستسلم للحزن.
					40 . أخدم مجتمعي وأنا بأنني أكثر كفاءة في ذلك.
					41 . أشعر بالقدرة على التوافق مع ظروف الحياة المتقلبة.
					42 . ينتابني شعورا بأن حظي قليلا مقارنة بالآخرين في المجتمع.
					43 . أشعر بأن المصائب خلقت من أجلي.
					44 . ينتابني شعورا بأن أكون أتعس مخلوق في المجتمع.
					45 . أرى نفسي بأنني سأكون في بهجة وفرحة مقارنة بالكثيرين.