الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة 8 ماي 1945 قالمة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

التفاؤل و التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقلبين على امتحان شهادة البكالوريا

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس المدرسي

إعداد:

- روابحية عبير
- طموز اسماء

إشراف الأستاذة:

د/العافري مليكة

لجنة المناقشة:

الأستاذ (ة)	الدرجة العلمية	الصفة
د/حرقاس وسلية	أستاذة محاضرة "أ"	رئيسا
د/العافري مليكة	أستاذة محاضرة "أ"	مشرفا
د/عريبي سعيدة	أستاذة محاضرة "ب"	ممتحنا

السنة الجامعية: 2019 - 2020

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة 8 ماي 1945 قالمة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

التفاؤل و التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقلبين على امتحان شهادة البكالوريا

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس المدرسي

إعداد:

- روابحية عبير
- طموز اسماء

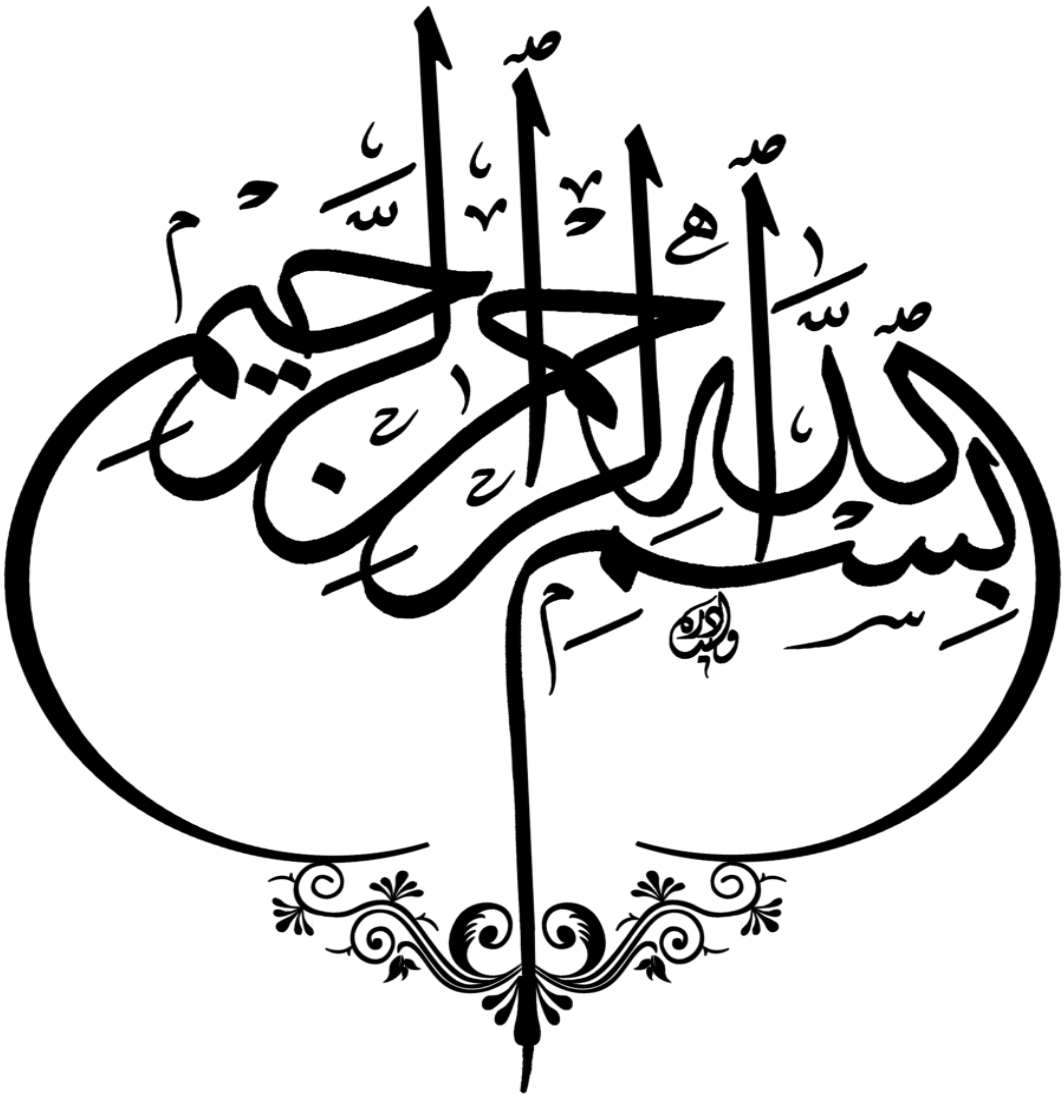
إشراف الأستاذة:

د/العافري مليكة

لجنة المناقشة:

الأستاذ (ة)	الدرجة العلمية	الصفة
د/حرقاس وسلية	أستاذة محاضرة "أ"	رئيسا
د/العافري مليكة	أستاذة محاضرة "أ"	مشرفا
د/عريبي سعيدة	أستاذة محاضرة "ب"	ممتحنا

السنة الجامعية: 2019 - 2020


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير:

بعد شكر المولى عز وجل الذي أعاننا على إتمام هذا العمل، وإعطائه لنا القوة، والصبر للوصول إلى هذه المراتب،

أتقدم بالشكر الخاص إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إعداد هذا البحث ونخص بالذكر الأستاذة "العافري مليكة" التي تفضلت مشكورة بقبول الإشراف على هذه المذكرة، نتوجه لها بالشكر على نصائحها القيمة وإرشاداتها الوجيهة، وملاحظاتها الصادقة،

وإلى جميع أساتذة قسم علم النفس الذين وجهونا طيلة المشوار الجامعي.

إهداء

الحمد لله الذي أكرمني بهذا الإنجاز المتواضع والذي أهديه إلى التي ربتني وضحت من أجلي دون كلل أو ملل، إلى من سلكت بي دروب الحياة الواعرة بالكبرياء والشموخ إلى القلب الكبير الذي شملني بأسمى آيات الحب والحنان إلى من بخلت على نفسها الراحة لأنعم بها وخضت بي طريق النجاح بدعائها إلى التي لم أوافيها حقها مهما قلت ومهما فعلت إلى الغالية "أمي"

إلى من تقش اسمه في روحي وكلماته في عروقي العزيز على قلبي "أبي الغالي"

إلى رمز الحنان إلى الأعزاء على قلبي إخوتي وسندي في الحياة نافع عماد شهيرة وابنها جود"

إلى كل من ارتشفت معهم كأس المحبة والأخوة والصداقة وكان لي معهم أغلى الذكريات وأحلى اللحظات صديقاتي "حسيبة، لبنى، زينب، عبير،أمال ، نور الهدى، أحلام، ، " وإلى كل من نساهم قلمي ولم ينساهم قلبي خاصة دفعتي دفعة علم النفس المدرسي

أسماء

إهداء

أهدي ثمرة جهدي ونتاج سهري إلى من بأملهم درجت وأمام أعينهم كبرت وبجناحهم غمرت وبعطفهم أحسست إلى والدي الغاليين أمي وأبي راجية من المولى عزوجل أن يحفظهم.

إلى أختي العزيزة" تيتوى" وابنها نضال" نزولة حبيب خالتو"، وأخي بلال وسامي حفضهما الله، وإلى أملي في الدنيا ونصفي الثاني" هشام" وإلى والديه الكريمين أطال الله في عمرهما

والى صديقاتي الذين اجتزت معهم المشوار" شيماء، منال، أمال، أسماء، حسيبة، لبنى، زينب، نور الهدى"

الى كل من لم ينساهم قلبي و نساهم قلمي الى كل الاساتذة و دفعتي علم النفس المدرسي

عبير

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة التفاؤل والتشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان البكالوريا، والكشف عن الفروق في درجة التفاؤل حسب متغير الجنس، والتخصص، والإعادة. والكشف أيضا عن الفروق في درجة التشاؤم حسب متغير الجنس، والتخصص، والإعادة؛ تم استخدام المنهج الوصفي، حيث أجريت الدراسة على عينة متكونة من (50) تلميذ تم اختيارهم طريقة كرة الثلج، كما اعتمدنا على مقياس القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد أحمد عبد الخالق (1996) المكونة من 30 عبارة فيها 15 عبارة تخص التفاؤل و15 عبارة تخص التشاؤم .

وأظهرت نتائج الدراسة أن التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا يغلب عليهم التشاؤم، كما توصلت الدراسة أيضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير الجنس، التخصص، الإعادة؛ وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجة التشاؤم لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير الجنس، التخصص، الإعادة.

الكلمات المفتاحية: التفاؤل، التشاؤم ، تلاميذ البكالوريا.

فهرس المحتويات

المحتوى	الصفحة
شكر وتقدير	
إهداء	
ملخص الدراسة	
مقدمة	أ
الجـانب النظـري	
الفصل الأول: الإطار العام لإشكالية الدراسة	
1- إشكالية الدراسة	05
2- فرضيات الدراسة	08
3- أهمية الدراسة	08
4- أهداف الدراسة	09
5- التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة	09
6- الدراسات السابقة	10
الفصل الثاني: التفاؤل والتشاؤم	
تمهيد	17
1- تعريف التفاؤل والتشاؤم.	18
2- المفاهيم المرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم.	19
3- العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم.	20
4- أنواع التفاؤل والتشاؤم.	22
5- النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم.	23
6- التفاؤل والتشاؤم والشخصية.	25

7- التفاؤل والتشاؤم والصحة النفسية و الجسدية.	29
8- التفاؤل والتشاؤم وتقدير الذات ومصدر الضبط.	30
9- التفاؤل والتشاؤم والأداء الأكاديمي.	31
10- أهمية التفاؤل في الحياة.	31
11- أهمية التشاؤم في الحياة.	32
خلاصة	34
الجـانب التطبيـقي	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية	
تمهيد	37
1- الدراسة الاستطلاعية	38
2- منهج الدراسة	39
3- عينة الدراسة	39
4- أدوات الدراسة	41
5- أساليب المعالجة الإحصائية	44
خلاصة	45
الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة	
تمهيد	47
1- عرض نتائج التساؤل الرئيسي	47
2- عرض نتائج الفرضيات	47
2-1 عرض نتائج الفرضية الأولى	48
2-2 عرض نتائج الفرضية الثانية	48
2-3 عرض نتائج الفرضية الثالثة	49

2- 4- عرض نتائج الفرضية الرابعة	50
2-5- عرض نتائج الفرضية الخامسة	51
2-6- عرض نتائج الفرضية السادسة	52
الفصل الخامس: تحليل و مناقشة نتائج الدراسة	
1- تحليل ومناقشة نتائج التساؤل الرئيسي	55
2- تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الأولى	55
3- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية	56
4- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة	57
5- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة	58
6- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة	59
7- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة	60
استنتاج عام	61
خاتمة	63
توصيات	64
قائمة المراجع	66
الملاحق	71

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس.	40
02	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص.	40
03	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الإعادة.	41
04	يوضح نتائج اختبار" ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس التفاؤل.	42
05	معامل الارتباط قبل وبعد التعديل لمقياس التفاؤل.	42
06	نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس التشاؤم.	43
07	معامل الارتباط قبل وبعد التعديل لمقياس التشاؤم.	43
08	يوضح نتائج التفاؤل والتشاؤم.	47
09	يوضح الفروق في درجة التفاؤل تبعا لمتغير الجنس.	48
10	يوضح الفروق في درجة التفاؤل تبعا لمتغير التخصص.	49
11	يوضح الفروق في درجة التفاؤل تبعا لمتغير الإعادة.	50
12	يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير الجنس.	51
13	يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير التخصص.	52
14	يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير الإعادة.	53

فهرس الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
01	مقابلة نصف موجهة	71
02	مقياس التفاؤل والتشاؤم	72
03	نتائج SPSS	75

مقدمة

يواجه الفرد في حياته اليومية العديد من المواقف والصراعات نتيجة للتطور العلمي والتكنولوجي، هذه الأخيرة لها تأثير كبير على حياته وخاصة حالته النفسية والجسدية، والحياة المدرسية من أهم الوضعيات الحياتية توليدا للضغوط عند الفرد وبالأخص عند التلميذ الذي يجتاز مرحلة صعبة في تعليمه الثانوي حيث أنه في هذا الطور من التعليم يخضع لامتحان مصيري هو امتحان شهادة البكالوريا الذي يعد من الامتحانات الحاسمة والمصيرية لما لها من أهمية بالغة في فتح بوابة التعليم الجامعي ومنحه الفرصة للمشاركة في العديد من المنافسات التي تمكنه من مواصلة تعليمه وبناء مستقبله، هذا ما يجعل التلميذ يعتبر امتحان شهادة البكالوريا مرحلة انتقالية هامة، ولذلك فهو بأمس الحاجة إلى شحنة كبيرة من التفاؤل وقليل من التشاؤم من أجل مساعدته على تحقيق التوازن والصحة النفسية، واستعداده لتحقيق النجاح.

وفي هذا السياق جاءت هذه الدراسة لمعرفة التفاؤل والتشاؤم لدى هؤلاء وبالتالي قمنا بتحديد مسارات هذه الدراسة انطلاقا من تخطيط إستراتيجية بحثية وقد اتبعنا فيها الخطوات التالية:

- الفصل الأول: الذي سبقته مقدمة الدراسة وتناولنا في هذا الفصل مشكلة الدراسة، وتساؤلاتها الرئيسية وفرضياتها، إضافة إلى الإشارة إلى أهداف الدراسة وأهميتها، كما تطرقنا إلى ضبط أهم مصطلحات الدراسة وأخيرا عرض الدراسات السابقة وتقييمها.
- الفصل الثاني: تطرقنا في هذا الفصل إلى الخلفية النظرية للتفاؤل والتشاؤم انطلاقا من المفهوم وأهم المفاهيم المرتبطة بكل من هاتين السمتين، بالإضافة إلى العوامل المؤثرة في كل منهما، مرورا إلى أنواع التفاؤل والتشاؤم، وأهم النظريات المفسرة لهما، كذلك معرفة العلاقة بين كل من التفاؤل والتشاؤم والسمات الأخرى منها: الشخصية، الصحة النفسية والجسدية، وتقدير الذات، ومصدر الضبط، وكذلك الأداء الأكاديمي؛ وفي الأخير خصصنا أهمية كل من التفاؤل والتشاؤم في الحياة.
- الفصل الثالث: ويتضمن الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية والمتضمنة الدراسة الاستطلاعية والمنهج المستخدم، كذلك عينة الدراسة بما فيها عينة الدراسة الاستطلاعية وعينة الدراسة الأساسية، بالإضافة إلى الأداة التي اعتمدتها الدراسة، وأساليب المعالجة الإحصائية .
- أما الفصل الرابع: خصص لعرض نتائج الدراسة والتأكد من صحة الفرضيات.

- وأخيرا الفصل الخامس: الذي تناولنا فيه مناقشة وتحليل نتائج الدراسة على ضوء الدراسات السابقة من أجل التأكد من تحقق فرضيات الدراسة.

وفي النهاية قمنا بوضع استنتاج عام للدراسة، وخاتمة أدرجنا فيها مختلف النتائج التي توصلت إليها الدراسة وأنهيناها ببعض التوصيات والاقتراحات، لنختمها بالمراجع التي تم الاعتماد عليها لانجاز هذه الدراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام لإشكالية الدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة
6. الدراسات السابقة

1- إشكالية الدراسة:

إن متطلبات الحياة المتزايدة نتيجة التطور العلمي، والتكنولوجي والدافع النفسي الملح لتلبيتها ومسايرتها تجعل الفرد يعيش حالة من الصراع الايجابي والسلبي في نفس الوقت، فالجانب الايجابي يعتبر عاملا محفزا لمواصلة العمل والجهد للتطلع إلى مستقبل حياة أفضل، وذلك بتحقيق أهداف يجعلها في مرمى أنظاره يسعى بجدية لتحقيقها من خلال النظرة التفاؤلية التي يجب أن تكون في إطار تصوره؛ فوراء كل سلوك إنساني دوافع وأسباب، فإذا عرفنا هذه الدوافع والأسباب التي تكمن وراء السلوك فإننا نكون قد تمكنا من تقديم ما نستطيع تقديمه لتغيير أسلوب التصرف عندما يتطلب ذلك، وامتلاك بعض التفاؤل، والأمل في مواجهة المشكلات في السلوك وإيجاد سبل لحلها. **(الأزيرجاوي،1991، ص45).**

ذلك أن جميع ما يصيبنا من نجاح وما نضطلع به من مهام، إنما يعتمد على مدى الإحساس بالتفاؤل المستمر الذي بدوره ينمي تقدير الذات والثقة بالنفس وهذه العوامل والسمات تزيد من الصلابة النفسية تجاه الصدمات والأزمات النفسية التي يمكن أن تعصف بالفرد، إلا أن الناس متفاوتون في التفاؤل فمنهم من ينمو هذا الشعور في نفسه ويقوى بالاعتياد وشدة الانتباه ودقة الملاحظة حتى لا يكاد يفارقه في كل شؤونه ليتحول إلى نمط سلوكي في حياته،ومنهم من يقل إحساسه ويضعف شعوره بملازمته حتى يكاد يتلاشى، فقد كشفت الكثير من الدراسات التأثير الذي يمكن أن تمارسه سمة التفاؤل والتشاؤم على حياة الأفراد وأدائهم ومعدل إنتاجهم وكشفت بعضها أن سمة التشاؤم تؤثر وتزيد من الإصابة بالأمراض العضوية (الاضطرابات النفسو جسدية) **(عبد الله، 2019، ص 121).**

ويعد موضوع التفاؤل والتشاؤم من الموضوعات المهمة في علم النفس فقد لقيا اهتماما كبيرا من علماء النفس والباحثين نظرا لارتباط هاتين السمتين بالصحة النفسية والجسدية للفرد، وتأثيره على سلوكه وعلاقاته الاجتماعية والرضا عن الحياة، حيث يساعد التفاؤل الفرد على الاستبشار وتوقع الخير في المستقبل والنجاح ومقاومة الفشل واليأس، فعند تلبية الحاجات تحقق الأهداف وبالتالي شعور بالسعادة والنظر للحياة بمنظور إيجابي ومشرق؛ أما التشاؤم يجعل الأفراد يتوقعون الأمور السلبية وينظرون بمنظور مظلم وسلبي للحياة فعدم تلبية الحاجات يؤدي إلى الفشل لتحقيق الأهداف مما يجعلهم عرضة للشعور باليأس والإحباط والإقبال على الحياة بفتور وتوتر مما يؤدي إلى الاضطرابات النفسية.

فالتفاؤل في حياة الفرد يعد عاملا مهما لتحقيق التوافق النفسي الذي يحتاجه ليتمتع بشخصية متزنة قادرة على التغلب على جميع المشكلات التي يواجهها من أزمات وضغوط نفسية، واجتماعية، واقتصادية وغيرها من الأزمات

الحياتية التي تتراوح بين الشديدة والبسيطة وحتى المشكلات المدرسية التي قد تبدو بسيطة فنجد أن عقب كل انتقال من طور إلى طور جملة أزمات تتبع ذلك التغير سواء الجانب الجسمي الذي يخص النمو والجانب الفكري وحتى النفسي، فخصوصية المرحلة الانتقالية في الأطوار التعليمة المختلفة ترفقها جملة توترات وخوف من التغيير وحتى الفشل وعندما نشير لهذا الأخير فلعل أكثر الفئات عرضة للخوف من الفشل هي فئة التلاميذ السنة ثالثة ثانوي لإقبالهم على اجتياز أهم امتحان مصيري ألا وهو امتحان شهادة البكالوريا لاعتقادهم أن الحصول على شهادة البكالوريا هو الوسيلة الوحيدة لتعزيز وتتويج المشوار الطويل الذي قطعوه خلال تعلمهم، ذلك كونه يفتح لهم باب نحو التعلم الجامعي ومنحهم الفرصة للمشاركة في العديد من المنافسات التي تمكنهم من مواصلة تعليمهم وبناء مستقبلهم ما يجعلهم ينظرون إلى هاته المرحلة نظرة خير وأنها بوابتهم نحو التوجه في الحياة والغوص في غمارها أكثر للتطلع نحو مستقبل أفضل بتحقيق النجاح في هذا المستوى الدراسي؛ كما يظهر حجم شهادة البكالوريا في الأعداد الرسمي لها من الجهات المعنية حيث تضفي عليها سمة تجعلها تختلف عن باقي الامتحانات مما يعسرها في أعين اغلب التلاميذ.

فتلميذ السنة الثالثة ثانوي يواجه مواقف تعليمية تتطلب منه المزيد من المجهودات وتحمل مسؤوليات دراسية قد تعرضه لمشاكل نفسية واجتماعية متعددة، بالإضافة إلى عدم قدرته على تحمل أعباء المرحلة التي يمر بها،مما يجعله عرضة لضغوطات نفسية وصراعات أولها الإحساس بالخوف وبذلك تدور في ذهنه أفكار الفشل ويعتريه الرعب، ويخاف من الرسوب وبالتالي تصبح نفسيته مضطربة ويخيل له انه غير مستعد فتتدهور أحواله ولا يقوى على العمل.

ونظرا لأهمية هذه المرحلة وجب دراسة التفاؤل والتشاؤم لدى هؤلاء التلاميذ ومعرفة نظرتهم نحو المستقبل وذلك لتدريبهم على الصفات المرتبطة بالتفاؤل لتحريرهم من البقاء عالقين في الفشل الذي قد يتعرضون له وتمكنهم من أن يصبحوا ممتلئين بالطاقة والحماس لميدان الأداء القادم وذلك لارتباط التفاؤل بالمثابرة والصحة النفسية الجيدة والانجاز نحو الحياة والاعتقاد بان المستقبل عبارة عن مخزن الرغبات والطموحات المرغوبة التي قد يستطيعون تحقيقها من خلال التفاؤل خيرا للمستوى الذي هم يدرسون فيه .

ومن هنا نطرح التساؤلات التالية:

التساؤل الرئيسي:

- هل يتمتع التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا بالتفاؤل أم التشاؤم ؟

التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير التخصص؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الإعادة؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير التخصص؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الإعادة؟

3- فرضيات الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تغزى لمتغير التخصص.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الإعادة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير التخصص.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الإعادة.

4- أهمية الدراسة:

تأتي أهمية هذه الدراسة في إلقائها الضوء على أحد الموضوعات التي ضلت تؤرق المهتمين بمجال علم النفس ألا وهو موضوع التفاؤل والتشاؤم.

كما أن جميع الدراسات في التخصص تدرس مشكلات مدرسية سلبية ولهذا الأمر وقع اختيارنا على هذا الموضوع الذي يشتمل على سمتين التفاؤل والتشاؤم الذي لفت انتباهنا إلى التغيير بدراسة سمة ايجابية للتخصص.

- التمكن من معرفة التفاؤل و التشاؤم يمكننا من مساعدة التلاميذ، باعتبارهم ثروة مستقبلية.
- تلمس الدراسة شريحة هامة وهي تلاميذ المرحلة الثانوية (البكالوريا) باعتبارها مرحلة حاسمة في تحقيق الأهداف المستقبلية.
- قلة الدراسات التي تناولت موضوع التفاؤل والتشاؤم .

- توجيه أنظار المختصين والمسئولين إلى أهمية دراسة مثل هذه المواضيع وذلك لما له دور في تنمية جوانب متعددة من الشخصية لدى التلاميذ.

4-أهداف الدراسة:

- معرفة التفاؤل والتشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا. وتحديد السمة الغالبة لديهم.
- الكشف عن الفروق في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا حسب متغير الجنس، التخصص، والإعادة.
- الكشف عن الفروق في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا حسب متغير الجنس، التخصص، والإعادة.

5- التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

تعتبر المفاهيم المستخدمة في الدراسة والبحث العلمي بمثابة الركائز الأساسية التي تقوم عليها هذه الدراسة، والتي تعمل على إيضاح مدلولها وتوصيل المعاني الحقيقية لها، فقد تضمنت دراستنا على مفهومين أساسين والتي سيتم عرضها كالتالي:

- **التفاؤل:** توقعات وتصورات ايجابية لدى التلميذ المقبل على امتحان شهادة البكالوريا وكل ما يتعلق بمستقبله الدراسي وجميع جوانب حياته، وهو يمثل الدرجات التي يتحصل عليها التلميذ على مقياس التفاؤل والتشاؤم القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم عبد الخالق1996.
- **التشاؤم**: وهو عبارة عن استعداد نفسي للتلميذ المقبل على امتحان شهادة البكالوريا، يؤدي به إلى توقع سلبي للأحداث وتكوين صورة سلبية لحياته الدراسية، وهو يمثل الدرجات التي يتحصل عليها التلميذ على مقياس التفاؤل والتشاؤم القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم عبد الخالق 1996.

6- الدراسات السابقة:

6-1- الدراسات المحلية:

- دراسة نهدي سعاد (2015) بعنوان: التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين، مذكرة مكملة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر أكاديمي (دراسة ميدانية على عينة من طلبة علم النفس بجامعة ورقلة).

هدفت الدراسة إلى:

- التعرف على التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالرضا عن الحياة .
- الكشف عن العلاقة في ظل بعض المتغيرات الوسيطية كالجنس وتقدير الذات.
- تكونت عينة الدراسة من 119 طالبا، واعتمدت على المنهج الوصفي.

كما استخدمت الدراسة الأدوات التالية: القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم لأحمد عبد الخالق، ومقياس الرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي.

أشارت نتائج الدراسة إلى:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التشاؤم والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.
- لا توجد سمة التفاؤل لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس.
- لا توجد سمة التشاؤم لدى طلبة الجامعة باختلاف الجنس.
- تختلف سمة التفاؤل لدى طلبة الجامعة باختلاف مستوى تقدير الذات.
- لا تختلف سمة التشاؤم لدى طلبة الجامعة باختلاف مستوى تقدير الذات.

- دراسة علي حمايدية، أسماء خلاف، دنيا بوزيدي(2018) بعنوان: جودة الحياة وعلاقتهما بالتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه (ل. م. د)؛ دراسة ميدانية على عينة من الطلبة، مجلة وحدة بحث تنمية الموارد البشرية، جامعة سطيف2.

هدفت الدراسة:

- التأكد من وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه.

- الكشف عن وجود فروق في مستوى جودة الحياة والتفاؤل لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس (إناث/ ذكور).
- الكشف عن وجود فروق في مستوى جودة الحياة والتفاؤل لدى الطلبة تعزى لمتغير التخصص(علمي/ أدبي).
- تكونت عينة الدراسة على طلبة الدكتوراه ل.م.د والتي بلغ عددها 57 طالب وطالبة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي " الإرتباطي _ المقارن".

كما استخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس جودة الحياة من إعداد الباحثين" منسي وكاظم"، ومقياس من إعداد إيمان صادق عبد الكريم.

قد توصلت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى طلبة الدكتوراه ل.م.د حسب متغيري الجنس والتخصص.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفاؤل لدى طلبة الدكتوراه ل.م.د حسب متغيري الجنس والتخصص.

2-6الدراسات العربية:

- دراسة نوال خالد حسن نصر الله (2008) بعنوان: أنماط التفكير السائدة وعلاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين، مذكرة تخرج لنيل درجة ماجستير في المناهج وطرق التدريس بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية نابلس_ فلسطين.

هدفت الدراسة إلى:

- التعرف إلى أنماط التفكير السائدة وعلاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين.
- التعرف إلى الفروق في أنماط التفكير وسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين تبعا لمتغيرات: الجنس، وفرع الثانوية العامة ومكان السكن ومستوى التحصيل الدراسي لطلبة الصف الأول الثانوي.

واعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي دراسة مسحية.

- وتكونت عينة الدراسة من 281 طالبا وطالبة أي نسبة 9.4 من مجتمع الطلبة.
- كما استخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس هاريسون و برامسون لأنماط التفكير تعريب حبيب (1995) ، ومقياس سيغمان لتفاؤل وتشاؤم ترجمة بركات (1998) .

قد أشارت نتائج الدراسة :

- عدم وجود علاقة ارتباطية عند مستوى الدلالة (0.05) بين أنماط التفكير السائدة وسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) في أنماط التفكير التي يستخدمها طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين، تعزى لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في أنماط التفكير التي يستخدمها طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين تعزى لمتغير مكان السكن .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في أنماط التفكير التي يستخدمها طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين تعزى لمتغير فرع الثانوية العامة .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في أنماط التفكير التي يستخدمها طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين تعزى لمتغير التحصيل الدراسي.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في متوسطات استجابات طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في متوسطات استجابات طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير السكن .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في متوسطات استجابات طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير الثانوية العامة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في متوسطات استجابات طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير التحصيل الدراسي.

- دراسة إيمان صادق عبد الكريم، ريا الدوري، (2010): بعنوان التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات، مجلة البحوث التربوية والنفسية

هدفت الدراسة إلى:

- استقصاء العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة للمرحلتين الأولى والرابعة.
- تكونت عينة الدراسة من(319) طالبة منها(153) طالبة من المرحلة الأولى و(166) طالبة من المرحلة الرابعة.

بحيث استخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس التفاؤل بناء على استبيان استطلاعي، وكذلك مقياس التوجه نحو الحياة الذي أعده "شايرو كافر" (1985) الذي قام بترجمته وتعديله "الأنصاري "(1998).

وأظهرت النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية دالة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة وأن مستوى التفاؤل لدى الطالبات أعلى من متوسط المجتمع، وكذلك مستوى التوجه نحو الحياة لدى الطالبات أعلى من متوسط المجتمع.
- عدم وجود فروق في التفاؤل لدى الطالبات بين المرحلة الأولى والرابعة ووجود فروق دالة في التوجه نحو الحياة ولصالح طالبات المرحلة الرابعة.

- دراسة حسام أحمد محمد إسماعيل، سامية سمير شحاتة (2010) مقال بعنوان: معنى الحياة وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من حفاري القبور، دراسات نفسية.

هدفت الدراسة إلى:

- الكشف عن معنى الحياة في علاقته بالتفاؤل والتشاؤم.

تكونت عينة الدراسة من حفاري القبور، كما استخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس معنى الحياة من إعداد ميشيل ستبجر وآخرون (2006) ترجمة الباحثة (سامية)، القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد أحمد عبد الخالق (1996)؛ طبقت هذه الأدوات على عينة قوامها 3 أفراد من حفاري القبور الذكور، إحدى قرى محافظة المينا.

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى:

- معنى الحياة ينتظم في بعدين مهمين هما: الوجود والبحث.
- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد معنى الحياة والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة البحث.

- وجود فروق دالة إحصائيا بين مرتفعي ومنخفضي معنى الحياة في التشاؤم والتفاؤل.

- دراسة سهاد سمير قنيطة (2016) بعنوان: التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة؛ مذكرة لنيل درجة الماجستير في الصحة النفسية المجتمعية من الجامعة الإسلامية غزة .

هدفت الدراسة إلى:

- التعرف على العلاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة من خلال معرفة مستوى التفاؤل ومستوى الرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة.
- التحقق من وجود فروق جوهرية في مستوى التفاؤل لدى المطلقات في محافظات قطاع غزة تعزى بالمتغيرات التالية (العمر، عدد سنوات الطلاق، عدد الأبناء، نمط السكن، نوع المحافظة، المستوى الاقتصادي، المؤهل التعليمي، العمل).
- التحقق من وجود فروق جوهرية في مستوى الرضا عن الحياة لدى المطلقات في محافظات قطاع غزة تعزى للمتغيرات التالية (العمر، عدد سنوات الطلاق، عدد الأبناء، نمط السكن، نوع المحافظة، المستوى الاقتصادي، المؤهل التعليمي، العمل).

وتكونت عينة الدراسة من جميع النساء المطلقات الملتحقات في وزارة الشؤون الاجتماعية في قطاع غزة من يناير حتى يونيو لعام 2015، والبالغ عددهن 464 سيدة مطلقة؛ وذلك باعتمادها على المنهج الوصفي.

كما استخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس التفاؤل من إعداد الباحثة، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي.

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى:

- مستوى التفاؤل أعلى من المتوسط بوزن نسبي (72.4%) وبلغ مستوى الرضا عن الحياة بدرجة متوسطة بوزن نسبي (68.9%) لدى المطلقات في محافظات غزة.
- وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجة التفاؤل والرضا عن الحياة وأبعاده لدى المطلقات.

التعقيب على الدراسات السابقة:

لقد توصلت الدراسات السابقة التي تناولناها إلى نتائج جد هامة ساهمت بشكل مباشر في مساعدتنا على تحديد المسار الذي تبنيناه طيلة مدة انجاز هذه الدراسة؛ ومن خلال هذه الدراسات تم استخلاص أهم النقاط من حيث الهدف والعينة، والأدوات المستخدمة بالإضافة إلى النتائج المتحصل عليها.

- من حيث الهدف:

تنوعت أهداف الدراسات السابقة من دراسة لأخرى، فمعظم الدراسات هدفت إلى توضيح العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم ببعض المتغيرات الأخرى ومن جانب آخر التعرف على الفروق الموجودة بين كل متغير.

إلا أن دراستنا الحالية هدفها الجوهري هو معرفة التفاؤل والتشاؤم لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ومعرفة الفروق الموجودة بين هاتين السمتين حسب متغير الجنس، التخصص، والإعادة؛ فدراسة نوال خالد حسن نصر الله (2008) تهدف على العلاقة بين أنماط التفكير وسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم بالإضافة إلى الفروق الموجودة تبعا لمتغيرات عدة، فتتفق دراستها مع دراستنا الحالة في تعرضها لمتغير مستوى الدراسة لمعرفة الفروق، بالأخص تناولها لمتغير الجنس.

- من حيث العينة:

تباينت الدراسات السابقة من حيث طبيعة وحجم العينة فبعضها طبقت على عينة قوامها 3 أفراد كدراسة حسام أحمد محمد(2010)، والبعض الآخر تتراوح نسبتها من (281 ـ 464) باعتمادهم على المنهج الوصفي.

في حين دراستنا الحالية اختلفت على كل الدراسات في طريقة اختيار العينة نسبة للظروف التي صادفتنا حيث تناولت (50) تلميذ تم اختيارهم بطريقة "عينة كرة الثلج"، إلا أنها اتفقت مع الدراسات في استخدام المنهج الوصفي .

- من حيث الأدوات المستخدمة:

أما بالنسبة لأدوات الدراسة هي كذلك فيها تنوع في استخدام الأداة المناسبة حسب هدف كل دراسة حيث تم الاعتماد على مقياس التفاؤل والتشاؤم لعبد الخالق (1996) وهذا ما اعتمدنا عليه في دراستنا، ودراسات أخرى اعتمدت على مقياس التفاؤل والتشاؤم لسليجمان، وهناك من قام بإعداده .

- من حيث النتائج:

إن النتائج المتحصل عليها لكل دراسة تقريبا تكشف عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الاستجابات على مقياس التفاؤل والتشاؤم حسب كل متغير ؛ وهذا ما يتفق مع دراستنا الحالية.

الفصل الثاني: التفاؤل والتشاؤم.

تمهيد

1. تعريف التفاؤل والتشاؤم.
   1.1. تعريف التفاؤل.
   1. 2. تعريف التشاؤم.
2. المفاهيم المرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم.
3. العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم.
4. أنواع التفاؤل والتشاؤم.
5. النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم.
6. التفاؤل والتشاؤم والشخصية.
   6 .1. ملامح الشخصية المتفائلة.
   6 .2. ملامح الشخصية المتشائمة.
7. التفاؤل والتشاؤم والصحة النفسية والجسدية.
8. التفاؤل والتشاؤم وتقدير الذات ومصدر الضبط.
9. التفاؤل والتشاؤم والأداء الأكاديمي.
10. أهمية التفاؤل في الحياة.
11. أهمية التشاؤم في الحياة.

خلاصة.

تمهيد:

يعتبر موضوع التفاؤل والتشاؤم من الموضوعات الهامة في علم النفس، لما لها من تأثير على حياة الفرد وعلى حالته النفسية وحتى الجسدية، وذلك باعتبار التفاؤل والتشاؤم سمة ثنائية القطب في الشخصية، تتمحور في رؤية خاصة للمستقبل، حيث يتوزع الأفراد على خط متصل يقع على أحد الأطراف والتشاؤم على الطرف الآخر، كما أكدت العديد من الدراسات على ارتباط التفاؤل والتشاؤم بمدى تلبية الفرد لحاجاته، فعند تلبيته لهذه الأخيرة يرى بأنه يستطيع تحقيق أهدافه، وبالتالي الشعور بالسعادة، فقبل على الحياة بهمة ورغبة وحب الإنجاز مع وضع أمامه اعتبارات النجاح، أما إذا فشل في تلبية هذه الحاجات يرى بأنه لا يستطيع تحقيق أهدافه وبالتالي شعور باليأس والإحباط، ويبقى على الحياة بفتوى وتردد وتوقع الفشل ويبقى دائما مشكل في النجاح وبالتالي اضطرابه. وهذا ما سوف نحاول عرضه في هذا الفصل من خلال التطرق لمفهوم التفاؤل والتشاؤم، وأهم المفاهيم المرتبطة بهم، والعوامل المؤثرة فيهما وأهم النظريات المفسرة .

1. تعريف التفاؤل والتشاؤم:

1.1. تعريف التفاؤل:

- عرفه مارشال وزملاؤه :" انه استعداد شخصي للتوقع الايجابي للأحداث، ويرجع التفاؤل إلى الاعتقاد بأن المستقبل عبارة عن مخزن الرغبات أو الطموحات المطلوبة أو المرغوبة بغض النظر عن قدرة الفرد على السيطرة عليها أو تحقيقها". (**Marshall ; GN.... ; 1990 ; P132**)
- كما عرفه الأنصاري 2002 بأنه " نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير". (**الأنصاري، 2002، ص15**).
- ويعرفه أيضا محسين 2012 على أنه " توقعات الفرد الايجابية للأحداث الهامة في حياته المستقبلية تجعله ينظر للأفضل ويتوقع حدوث الخير والنجاح". (**محسين، 2012، ص 57**).
- تشير منظمة الصحة العالمية 2004 أن "التفاؤل عملية نفسية إرادية تولد أفكار أو مشاعر الرضا والتحمل والثقة بالنفس، وهو عكس التشاؤم الذي يميز الجوانب السلبية للأحداث فقط مما يستنزف طاقة المرء ويشعره بالضعف والنقص في نشاطه". **(نبيل و يزيد،2014،ص143)**.
- ويعرفه الحكاك: "التفاؤل هو نزعة الفرد لتكوين توقعات مهمة لنتائج سارة في المجالات المهمة من حياته". **(الحكاك،2001، ص14)**.

التعريف الإجرائي للتفاؤل:

يمكن تعريف التفاؤل على"أنه توقع التلميذ حدوث أشياء ايجابية تتمثل في نظرته الايجابية نحو مستقبله وقدرته على التواصل ، وتحقيق أهدافه على الرغم من الإحباطات والضغوطات التي يواجهها، ويمكن قياسه بمقياس التفاؤل والتشاؤم لأحمد عبد الخالق (1996)".

1.1. تعريف التشاؤم:

- يعرفه خليل على أنه:" توقع الفرد العام لوقوع الأحداث السلبية بدلا من حدوث الأحداث الايجابية". **(خليل،2010، ص08)**.
- تعرفه منظمة الصحة العالمية(2004):" الجوانب السلبية للأحداث فقط مما يستنزف طاقة المرء ويشعره بالضعف والنقص في نشاطه". (**نبيل و يزيد، 2014، ص 143**).

كما عرفه الحكاك:" التشاؤم هو نزعة منظمة لدى الفرد لتكوين توقعات مهمة لنتائج غير سارة". **(الحكاك،2001ص 14)**.

- لقد تم تعريف كل من التفاؤل والتشاؤم بعدة أساليب ذلك حسب وجهة نظر كل باحث والنظرية التي يتبناها؛ فمنهم من يرى التفاؤل على أنه استعداد شخصي أي أنه موجود بالفطرة لدى الفرد نسبة للرغبات والمكبوتات الموجودة بداخله، ومن جانب آخر هناك من يراه انه سلوك يتوقع حدوثه من قبل الفرد، كذلك بالنسبة للتشاؤم.

التعريف الإجرائي للتشاؤم:

هو توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل التلميذ ينتظر حدوث الأسوأ ويتوقع الفشل وخيبة الأمل.

2. المفاهيم المرتبطة بالتفاؤل والتشاؤم:

- السعادة: تعتبر السعادة شعور داخلي ايجابي يعبر عن الفرد بطرق لفظية أو غير لفظية يصاحبه تغيرات فسيولوجية داخلية وخارجية. **(سالم، 2001، ص06)**.

فالسعادة النفسية هي المفهوم المحوري والرئيسي في علم النفس الايجابي لما لها غاية الأهمية في مساعدة الفرد على أن يحب الحياة الطبيعية التي يشعر فيها بالسعادة.

وتعد السعادة النفسية حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية يختبرها الإنسان ذاتيا وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل والإحساس بالقدرة على التأثير بشكل ايجابي. **(جودة، 2007، ص 701)**.

فالتفاؤل يرتبط ارتباطا وثيقا بمفهوم السعادة فمن الصعب أن يتمتع الإنسان بنزعة تفاؤلية للمستقبل وهو غير سعيد. **(أرجايل، 1995، ص 181)**.

- الأمل: يعرفه ساندر على أنه:" حالة ايجابية تقوم على التبادل المستمد من الإحساس بالنجاح ويشمل مكونين: مكون المقدرة وهي الطاقة الموجهة للهدف؛ ومكون السبل وهي الطرق التي تتم من خلال الطاقة الموجهة للهدف". **(القاسم2011، ص 71،)**.

كما اعتبر بيك (1974) :"التفاؤل مرادفا لمفهوم الأمل الذي يمثل التوقعات الإيجابية نحو المستقبل أما التشاؤم فيشير إلى انعدام الأمل". **(أنور، 2010، ص 496)**.

- الانبساط: هو عبارة عن مجموعة من الصفات الشخصية التي تحدد ميل الشخص إلى اتصالات اجتماعية نشطة، فالشخص المنبسط يتميز بأنه اجتماعي يميل إلى الاندماج نحو المجتمع، يحب المخاطرة والتغيير، مبتهج ومتفائل، مرح.
- القلق: يعتبر القلق اضطراب عصابي يصيب الشخصية ويعبر عن عدم الارتياح والاستقرار، فالحالة المزاجية للفرد إلى أحكام متشائمة يصاحبها جملة من المشاعر المختلفة بما في ذلك التوتر والإحساس بالذنب والقلق؛ وبالتالي فالقلق يرتبط بالتشاؤم وهذا ما أشارت اليه دراسات عديدة من بينها دراسة مايرز (1999) أن منخفضي القلق أكثر تفاؤلا. **(شويعل، 2013، ص48).**
- الاكتئاب: خبرة وجدانية ذاتية أعراضها الحزن والتشاؤم والإحباط والضيق وفقدان الاهتمام والشعور بالفشل وعدم الجدوى من إنجاز أي شيء وضياع الإحساس بالرضا والتردد في اتخاذ القرار وترك الأمور معلقة دون حسمها؛ فالتشاؤم يؤدي إلى الاكتئاب المرضي الذي يجعل الفرد غير محب للتعامل مع المجتمع ويشتت الذهن ويعرضه للأمراض النفسية مثل القلق والتوتر. **(نوال، 2008، ص26).**
- من خلال المفاهيم السابقة نلاحظ أن كل من هاتين السمتين لهما مفاهيم خاصة بهم، فالتفاؤل يرتبط بالنظرة الايجابية المرغوب فيها مثل: السعادة، الأمل، الانبساط.

وكذلك التشاؤم الذي يرتبط سلبيا بمتغيرات غير مرغوب بها : كالقلق، والاكتئاب.

3.العوامل المؤثرة في التفاؤل والتشاؤم:

3. 1. العوامل البيولوجية:

وتشمل هذه العوامل العديد من الاستعدادات والمحددات الوراثية ،حيث لها دور كبير في التفاؤل والتشاؤم فقد كشفت نتائج دراسة قام بها بلومين وآخرون (2006) على عينة من التوائم المطابقة وغير متطابقة عددها (500)،أن للوراثة دور كبير بلغت نسبته 25بالمائة في التفاؤل والتشاؤم. **(الأنصاري**، 1998ص،21)

فالتفاؤل ينشأ عن نشاط الفرد وقدراته العقلية والعصبية، وتزويد نفسه بالأفكار الصحيحة السارة، أما التشاؤم فقد ينشأ من ضعف النشاط ووهن القدرات العقلية، وضعف القوة العصبية فيسمح لنفسه بأن يغوص في جو مظلم من الأوهام. **(محمد نعمة حسن**، 2008ص، 31)

3. 2. العوامل الأسرية:

تلعب أساليب التنشئة التي تتخذها الأسرة في تربية الأبناء دور كبيرا في جعل الأبناء أكثر توفقا وتفاؤلا أو العكس، فالأسرة التي يسودها السلام تعكس جو يسوده الحب والتفاؤل، والأسر التي يسودها جو من المشاحنات والتوتر تنعكس سلبا على شخصية الطفل فالجو العام الذي يسود الأسرة وكيفية زرع القيم والأفكار التي تصقل شخصية الطفل ويجعله أما متفائل أو متشائما. **(حمدان، فيصل محمود خليل، 1999ص، 27)**

3.3.العوامل الاجتماعية:

تشمل العوامل الاجتماعية التنشئة الاجتماعية التي يتطبع بها الفرد وتساعده على اكتساب اللغة والعادات والقيم والاتجاهات السائدة. **(الأنصاري، 1998 ص21)**

ولذلك فإن لكل مجتمع طابعه الخاص فإما أن يتسم بالتفاؤل بوجه عام أو يميل إلى التشاؤم، ذلك أن لكل مجتمع ظروفه التاريخية والاقتصادية والسياسية التي تساهم بدور كبير في تشكيل شخصية الفرد، وهذا ما جاء في العديد من نتائج الدراسات التي أكدت ذلك مثل دراسة عبد الخالق ولأسير: "أن الطلبة الأمريكان أكثر تفاؤلا من الطلبة الكويتيتين"، ودراسة اليحو في و بدر الأنصاري (**2005**):" أن الطلبة اللبنانيين أقل تفاؤلا من الطلبة الكويتيين". **(** Abed El khalek et lasser 2007; p p 110; 126 **)**

4.3. المواقف الاجتماعية المفاجئة:

أن التعرض للضغوط النفسية والمواقف الصادمة والأمراض الجسمية قد يكون لها أثر بالغ على حالة الفرد النفسية ونظرته وتوقعاته المستقبلية التي قد يسودها التفاؤل أو العكس، فقد كشفت عدة من الدراسات كدراسة عن وجود علاقة وثيقة بين الصحة النفسية والتفاؤل والتشاؤم. **(عبد الخالق، 2000 ، ص17)**

فالشخص الذي يصادف في حياته مجموعة من المواقف العصيبة والمحبطة ويميل في الغالب للتشاؤم والعكس. **(الأنصاري ، 1998،ص21)**

3. 5. العوامل الاقتصادية:

أن التراجع الاقتصادي المستمر الذي يقلل من إمكانية العمل قد يؤثر على الأهداف التي يضعها الشخص لحياته، وكل هذا يولد الشك في المستقبل ولذلك فهو يطور اتجاهات متأثر بالظروف التي يعيشها، فيصبح متردد أكثر بشأن خططه المستقبلية خاصة العمل وهذا ما يؤثر على مستويات التفاؤل والتشاؤم لديه. **(محمد نعمة حسن ، 2008 ،ص31)**

3 .6.المدرسة:

أن المدرسة بما فيها من معلمين ومدراء لهم انعكاس مباشر على شخصيات التلاميذ سوء بالسلب أو الإيجاب، حيث أن التلميذ في مرحلة تعلمه يجد نفسه ويكتشف حقيقة ذاته من خلال تقييم ومعاملة الآخرين له، بما في ذلك زملائه ذلك أن للمدرسة النصيب الأوفر في تشكيل وجدان الطفل على أن يكون شخصية متفائلة أو شخصية متشائمة. **(يوسف ميخائيل أسعد، ص 189)**

3 .7. وسائل الإعلام:

تعتبر وسائل الإعلام من أخطر الوسائل التي لها تأثير في مزاج الأفراد، وكلما استطاع الإعلام بوسائله أن يصل تأثيره إلى أفراد المجتمع، كانت قبضته أقوى عليهم واستطاع أن يشكل الوجدان و أن يؤثر في نظرتهم نحو الحياة، ذلك أن الإعلام باستطاعته أن يحول المتفائلين إلى متشائمين والعكس، إذ ما وضع نقاط على المفاتيح الصحيحة التي يمكن أن يعالجوا بها المزاج **(يوسف ميخائيل أسعد، ص** 193).

- يمكن القول أن سمتي التفاؤل والتشاؤم تدخل فيها جملة العوامل سابقة الذكر المسؤولة عن تشكل الجانب السيكولوجي للفرد بما فيها المعلومات والخبرات الموضوعية والمقومات الوجدانية المتعلقة بالطفولة المبكرة، والمقومات الوراثية المغروسة في جبلة الأجناس، وكذلك تجدر الإشارة إلى المزاج الذي فطر عليه الشخص إضافة إلى المؤثرات التربوية التي تساعد على تشكل ملامح وجدانية (ملامح الشخصية المتشائمة أو ملامح الشخصية المتفائلة).

4. أنواع التفاؤل و التشاؤم:

1.4التفاؤل غير واقعي:

يعرفه واينشتاين بأنه "اعتقاد الفرد أن الأحداث السلبية يقل احتمال حدوثها له والأحداث الإيجابية يزيد حدوثها له مقارنة مع غيره؛ وهو لا يتضمن نظرة الأمل فقط بل يزيد معه نسبة ارتكاب الخطأ عند إصدار الأحكام". **;weinstein) 1980;p;806 820**

كما يعرف على أنه" مدى توقع الفرد غالبا حدوث أحداث ايجابية متنوعة المصدر مما يحدث في الواقع، وتوقع حدوث أحداث سلبية أقل مما يحدث في الواقع والتي قد تعرضه لمخاطر عدة أهمها المخاطر الصحية والنفسية" **(الأنصاري،**2001**،ص194, 264).**

4. 2 . التشاؤم غير واقعي:

هو أن يواجه كل شخص خطر في أن يتعرض لمرض غير قابل للشفاء أو ضغوطات أو حتى أن يصبح ضحية لحادث ما. والتشاؤم غير واقعي يلعب دور المحفز الذي يدفع بالفرد إلي إيجاد طرق وسبل التي من خلالها أو بها يمكن التخلص من خطر ذلك الحادث الذي سوف يحدث **(الأنصاري، 1998، ص30).**

3.4**التفاؤل المقارن:**

يعتبر نزعة داخلية لدى الفرد تجعله يفكر بحدوث الأمور الإيجابية له أكثر من غيره، وحدوث الأمور السلبية للآخرين أكثر منه. **(الأنصاري، 1998، ص30).**

4.4**التشاؤم الدفاعي:**

يعد طريقة فعالة يستخدمها الفرد من أجل التكيف مع موقف معين مثل: موقف أكاديمي (الاستعداد للامتحان)؛ ويجدر الإشارة إلى أن هذه الإستراتيجية لا يتم تبنيها من طرف المتشائمين فقط وإنما يستخدمها أي فرد كوسيلة حماية في حالة ما أن كان النجاح غير مؤكد **(بسيوني، 2011، ص114).**

5.4**التفاؤل الفعال:**

يعرفه more أنه "اتجاه بناء نشط ذو قوة دافعة تعمل على إيجاد الشروط اللازمة والملائمة للنجاح وذلك بالتعرف على الفرص الموجودة والاحتمالات".

كما يساعد التفاؤل الفعال على تفسير الخبرات تفسيرا إيجابيا وبالتالي نتائج إيجابية لهذه الأخيرة، والمساعدة على التغلب على الصعوبات والمشكلات وذلك من خلال التفكير المنطقي والإيجابي عوض الهروب. **(عبد الله بن حمد الصقعوب، 2016، ص16).**

5. النظريات المفسرة للتفاؤل والتشاؤم:

1.5. **نظرية التحليل النفسي:**

يرى فرويد" أن التشاؤم لا يحدث في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقد نفسية وقد يكون الفرد متفائلا إذا لم يحدث له أي حادث يجعل إمكانية نشوء العقد النفسية لديه ولو حدث العكس لأصبح الشخص متشائما **(Kline ; Story ;1978 ;p89).**

وبمعنى آخر" انه يمكن للفرد أن يكون متفائلا جدا اتجاه موضوع ما أو موقف معين إلى أن يقع له موقف مفاجئ يجعله أكثر تشاؤما اتجاه الموقف أو الموضوع نفسه".

كما أشار فرويد في هذه النظرية إلى الماضي أو خبرات الطفولة التي يتعرض لها الشخص وأثرها في المستقبل، حيث توجد علاقة بين التنظيم الشخصي للراشد وبين تربيته وطريقة معاملته في مرحلة الطفولة.(**العناني،2000، ص 69**).

يرى فرويد أن منشأ التفاؤل والتشاؤم من المرحلة الفمية، حيث أن هناك سمات وأنماط شخصية فمية مرتبطة بهذه المرحلة ناتجة عن عملية التثبيت والتي قد ترجع إلى التدليل أو الإفراط في الإشباع أو الإحباط والعدوان. **(عبد الرحمان،**1998، **ص23)**.

ويتفق اريكسون مع فرويد في أن المرحلة الفمية الحسية قد تشكل لدى الرضيع مصدر الإحساس بالثقة أو عدم شعور بها، الذي يضل بدوره مصدر للأمل والتفاؤل أو اليأس والتشاؤم مدى الحياة.

2.5. **النظرية السلوكية:**

ترى هذه النظرية انه عن طريق التقليد والمحاكاة يمكن للتفاؤل والتشاؤم أن ينتشر من مكان لآخر، ويفسر هذا الانتقال بالتشابه في رموز التفاؤل والتشاؤم وعلاماتهما التي توجد في أزمنة مختلفة وأماكن متباعدة. **(زعابطة،**2011،**ص31)**.

حيث يرى السلوكيون أن التفاؤل والتشاؤم من السلوكيات التي يمكن تعلمها بالاقتران (على أساس الفعل المنعكس الشرطي)، على اعتبار أن التفاؤل والتشاؤم من الاستجابات الشرطية المكتسبة فتكرار ظهور مثير ما بحادث سيئ لشخص ما فقد يؤدي إلى التشاؤم، وارتباط مثير ما بشئ سار يترتب على هذا المثير التفاؤل عند شخص آخر. **(محيسن،2012،ص59)**.

3.5. **النظرية المعرفية:**

يرى أصحاب هذه الاتجاه أن اللغة والتفكير والتذكر تكون إيجابية وبصفة انتقائية لدى المتفائلين، إذ يستخدم الأفراد المتفائلين نسبة أعلى من الكلمات الدالة على الأمل والإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية سواء كانت في الكتابة أو التعبير بالكلام فهم يتذكرون الأحداث الإيجابية قبل السلبية والعكس بالنسبة للمشاركين (**اليحوفي،2002**، ص132)

كما ركزت هذه النظرية على إعادة هيكلة نموذج العجز المكتسب الذي يهتم بأسلوب الاعزاءات التي يؤديها أو يسلكها الناس اتجاه أحداث الحياة السلبية، كما قدم سيلجمان(**seligman 1991**) أسلوب الإعزاءات على أنه نموذج من الاعزاءات الداخلية فالتفاؤل في نظرية سيلجمان "هو أسلوب تفسير تحليلي أكثر منه سمة شخصية"، فالأشخاص المتفائلين تبعا لهذه النظرية يعبرون عن الأحداث السلبية على أنها أحداث عابرة وزائلة وليدة مواقف نادرة وغير متكررة في المقابل الأشخاص المتشائمين يصفون الأحداث والخبرات السلبية على أنها دائمة وثابتة لا تتغير، فمثلا المتفائلين عند

الفشل في الامتحان يرجعونه إلى الأسلوب الخاطئ في الأسئلة أو غير متوقعة، في حين المتشائمين يعزونه إلى أنهم غير قادرين وغير مؤهلين للإنجاز الأكاديمي (ديغم، 2008، ص99, 100).

- من خلال التحدث عن النظريات التي فسرت التفاؤل والتشاؤم نجد هاته الأخيرة تحدثت عن تفسيرات مختلفة للتفاؤل والتشاؤم حيث وضعت هذه التفسيرات تبعا لإتجاه كل نظرية في تناولها للسلوك الإنساني وتفسيرها له، إلا أنه قد أكدت معظم النظريات ارتباط التفاؤل بالسعادة وإنجاز والمثابرة والنظرة الايجابية للحياة، في المقابل اليأس والفشل والمرض والنظرة السلبية للحياة ارتبطت بالتشاؤم؛ كما تجدر الإشارة إلى أن هذه النظريات لم تفسر لنا سمة التفاؤل والتشاؤم فقط بل عرضت لنا من خلال دراستها التطور التاريخي لمفهوم التفاؤل والتشاؤم.

6ـ التفاؤل والتشاؤم والشخصية:

ركزت عدد من البحوث العربية في مجال علم النفس الشخصية على الأبعاد الأساسية كالعصابية والانبساط والذهانية، في حين اهتم عدد من الباحثين بالسمات الصغرى وباعتبار سمتي التفاؤل والتشاؤم تنتميان إلى النوع الأخير إلا أنه يجب الإشارة إلى العلاقة الوثيقة والثابتة بين الأبعاد والسمات، حيث تتكون الأبعاد الكبرى من السمات الصغرى ونظائرها، فهي بمثابة أحجار البناء لإبعاد. (عبد الخالق محمد، 1999، ص24).

إلا أنه هناك خلاف بين الباحثين حول العلاقة بين مفهومي التفاؤل والتشاؤم حيث هناك نظرة ترى أن التفاؤل والتشاؤم سمة واحدة لكنها ثنائية القطب، أي أن هذه السمة لها قطبان متقابلان متضادان، أي لا يمكن أن يكون فردا واحد متفائلا جدا ومتشائما كثيرا، واعتمادا على هذه النظرة يمكن قياس التفاؤل والتشاؤم ويكون بتطبيق مقياس واحد أما تفاؤل وحده أو التشاؤم فقط، حيث أن السمتين متضادتان، التفاؤل مرتفع التشاؤم منخفض العكس، هناك عدد من الباحثين يناصرون هذا التوجه ثنائي القطب، إلا أن هناك نظرة أخرى مفادها أن التفاؤل والتشاؤم سمتان مستقلتان لكن مترابطتان أي أن التفاؤل ليس بالضرورة عكسا دقيقا للتشاؤم.

كما أن الفرد قد يحمل توجهات تفاؤلية وتشاؤمية في الوقت نفسه، وعلى الرغم من التصور النظري لاستقلال سمتي التفاؤل والتشاؤم فإن هذا الاستقلال يبقى نسبيا. (بدر الأنصاري، 1998، ص 70,71).

وفيما يلي أشار إلى الملامح الجسمية، العقلية، والكلامية والاجتماعية التي تكون لدى كل من الشخصية المتفائلة والمتشائمة.

1.6ـ ملامح الشخصية المتفائلة:

1.1.6الملامح الجسمية:

من هذه الملامح وقفة الفرد ومشيته وطريقة جلوسه ونومه، ونجد أن الشخصية التفاؤلية تتسم بالاسترخاء النسبي من الناحية النفسية، كما أنها توظف كل من التوتر والاسترخاء (أصل الجهاز العضلي)، أما فيما يخص ملامح الوجه نجد أن المتفائل يتسم بملامح مفعمة بالأمل، ونظراته غير حادة للمتحدث إليه، وغير زائفة وغير مشتتة، لا يحرك حاجيه أثناء الحديث، حركاته بسيطة، يتمتع بصوت ثابت غير مضطرب ومتردد ولا يفكر بصوت مرتفع، فيما يتعلق بهضم الطعام والنوم فهو يتمتع بجهاز هضمي سوي، ونوم عميق خالي من الأحلام المزعجة والتقلبات (**خالد حسن نصر الله، 2008، ص31).**

2.1.6ـ الملامح الوجدانية:

يتميز الشخص المتفائل بالتزامن الوجداني بمعنى أنه يظل على حال واحدة لمدة طويلة نسبيا، المتفائل لا يحزن ولا يفرح لأسباب غامض وبلا سبب، كما يتسم بقابليته للرضا بالقليل والفرح بالكثير، لا يأخذ بمنهج الكل، يتوقع الإيجابي والأفضل دائما، كما يتميز بعدم ربطه بين الأمور المتوقعة والمؤكدة والوقوع بين الشحنات الانفعالية، كذلك من الملامح الوجدانية نجد لديه تجاوب وجدانيات مع مشاعر الآخرين الإيجابية لتعزيزها، كما يحب نشر الرضا والطمأنينة وتوقع الخير والأحداث السارة لدى الآخرين، كما يميل إلى الألوان الزاهية والبساطة والمتفائلين في هذه الملامح لا يساوون بل يختلفون (**خالد حسن نصر الله، 2008،ص31, 32).**

3.1.6ـ الملامح العقلية:

أن الشخصية المتفائلة تميل إلى اكتساب الأنماط العقلية والمعلومات الصحيحة الصائبة وذلك بتحصيل المعرفة، ذلك أن التركيب العقلي للمتفائل يعمل على البحث عن الصائب لكسبه وليس البحث عن الخطأ وتكذيبه، كما يميل إلى الموقف التقبلي وينظر إلى فكر الآخرين من حيث هم لا من حيث هو، بالإضافة إلى انه على استعداد للحذف والإضافة العقليين، ذلك أنه يتطلع إلى مهارات جديدة تساعده على اكتساب المعرفة والقدرة على التعبير عما يدور في خلده من مشاعر وأفكار، كما أنه يؤمن بدينامية عقله فهو يعتقد بأن الأفكار مثل الكائنات الحية تتلاقح فيما بينها لكي تتولد وتتكاثر وتخرج أفكار جديدة لها ملامح جديدة، كما يؤمن بقدرة العقل البشري على إنتاج معرفة وفلسفة فالفراش ليس تجميع من هنا وهناك فقط، كذلك إيمانه بالمستقبل وأنه سوف يكون أفضل ذلك أن المتفائل لا يحتقر الماضي، ويحترم الحاضر ويتشوق بتفاؤل للمستقبل (ميخائيل يوسف أسعد، ص 125, 129).

4.1.6. الملامح الكلامية:

من الملامح نجد أن المتفائل يذكر الأحداث والوقائع والقصص التي تشير إلى الرضا والانفتاح والنجاح ويستخدم ألفاظ تدل على وقع مريح ومبشر بالخير، كما يميل إلى نقل الأخبار السارة التي تتعلق بالآخرين مثل أخبار النجاح والأحداث السعيدة، كما أنه يتسم بتشجيع همم الآخرين لا تثبيطها، فهو لا يوقف شخص عن تقدمه ولا يعيق بل يشجعه، ومن الملامح الكلامية إشاعة الطمأنينة في الآخرين حول صحتهم وتصغير وازدراء مواقف أو توقعات يخشون نتائجها كما أنه يتميز بعدم تلفظه بعبارات تنم عن التشاؤم ومن ملامحه كذلك ذكر أحاديث الذكريات التي تتسم بالخير والنجاح فهو ميال إلى ذكر الجوانب المشرقة (خالد حسن نصر الله، 2008، ص32).

5.1.6. الملامح الاجتماعية:

أن أول ملمح من الملامح الاجتماعية لدى الشخصية المتفائلة هو الاطمئنان لناس بصفة عامة فهو لا يدقق في نيات الآخرين ولا يتوقع الشر أبدا، ومن الملامح أن المتفائل لا يجد تعارضا بين نجاحه ونجاح الآخرين كذلك، كما يساهم في بناء الأجيال الجديدة على أمل أن ينبت الجيل الجديد على نحو أفضل من الأجيال السابقة، كما أنه لا يقيس نفسه أو غيره من زاوية واحدة كما يفعل المتشائم، كذلك نظراته للحياة تكون من زاوية عامة وليس زاوية ضيقة وصغيرة، ومن ملامح المتفائل الاجتماعية احترام الشخصية الإنسانية وتعليق الأمل على الحكمة البشرية في سياسة أمور الحياة الحاضرة والمستقبلية (**خالد حسن نصر الله، 2008، ص33**).

- أن ملامح الشخصية المتفائلة مترابطة ومتصلة لا يمكن الفصل بينها، ولكن قد يختلف المتفائلين في هذه الملامح وقد تغلب ملامح على ملامح أخرى لكن بصفة عامة فإن المتفائل يتصف بجملة هذه الملامح لينشر تفاؤله لنفسه وحتى مع غيره.

2.6. ملامح الشخصية المتشائمة:

1.2.6. الملامح الجسمية:

أول ملمح يمكن البدء به هو قبح الخلقة، حيث يستمر المتشائم بترسيخ فكرة حول ما يعايره به الآخرون سواء بالتصريح أو التلميح إلى أن تصير لديه عقيدة لا تقل شدة ويقينا عن أي عقيدة دينية يعتقد بها، حيث قد ترتبط الدمامة بعاهة جسمية، فيصبح بعد ذلك يعمم موقفه من نفسه فيصير التشاؤم والنظر بتوجس إلى الوجود صفة سائدة في سلوكه وأخلاقه وتصرفاته، كما أن الدمامة قد ترتبط بالعاهة فقد تكون لافتقار ممارسة نشاط معين بسبب عجز جسمي ما (العمى، ضعف البصر، الصمم).

كما قد تؤثر القامة والسمنة في النظرة إلى الحياة بأن تحيل الشخص إلى شخصية متشائمة، قد يكون قصر القامة أو الطول الفارع والإفراط في السمنة والنحافة سببا في الإصابة بالتشاؤم، حيث تتبدى نظرته التشاؤمية في الفكر والعاطفة والتصرف والعلاقات الاجتماعية جميعا، وكذلك من الملامح نجد كراهية الحياة وترقب الشر المستطير، وإحساسه بأن الطريق مسدودة أمامه لاستعادة ما كان عليه بعد أن نجمت أساسا عن ملمح جسمي معين يتمثل في ضعف عام أو بلوغ سن معينة أو الإصابة بمرض أو عجز ما **(أسعد ميخائيل يوسف ، ص 142)**.

2.2.6**ـ الملامح الوجدانية:**

أهم الملامح التي يتسم بها الشخصية المتشائمة إحساسها بالتوجس والانقباض من المجهول، كما تسود على وجه سمة الاكتئاب والسعادة لا منفض له في حياته وكذلك الابتسامة، كما يستشعر الأخطاء الغامضة والمصائب، كما لا يستبين بعقله الواعي ما يحزنه ويتوقع الشر لا يعلم معناها، ومن السمات الأساسية في الشخصية المتشائمة عدم تبلور وجدانه حول موضوع ما من الموضوعات لمدة طويلة أو عدم تبلوره إطلاقا، ومن الملامح الوجدانية كذلك الشك والوسواس في نيات وعواطف وأهداف الآخرين، ومن الملامح الوجدانية كذلك نجده كثير الإحساس بالبغض والكراهية والمقت اتجاه كل من الماضي الذي هو بالنسبة له خبرات سيئة، والحاضر بمثابة منغصات تقلق نومه والمستقبل عبارة عن أحداث رديئة ومفاجآت مفجعة، بالإضافة إلى وجود مخاوف مرضية phobies كالخوف من الأماكن المغلقة أو المرتفعة أو الخوف من الماء، حيث هذه المخاوف لا تتناسب مع مصدر الخوف **(أسعد ميخائيل يوسف، ص146,143)**.

3.2.6**الملامح العقلية:**

أن الشخصية المتشائمة تبحث دائما عن السلبيات وإيجاد النقائص وجوانب القصور، كما نجد أن لدى المتشائم العملية الكفية بالمخ (امتناع المخ عن القيام بالاستجابة المطلوبة للمثير) أقوى من العملية الاستشارية به(الاستجابة لما يوجه إليه من مثيرات)، كما أن من السمات البارزة في فكر التشاؤمي إنكار قيمة الحواس و المحسوسات كأساس للمعرفة، كما أنه يكون غير مستعد للإضافة إلى رقعة ما أمان بها أو الحذف منها أو تقليل مساحتها، بمعنى أن القابلية للتصديق والإيمان ضعيفتان لديه في المقابل القابلية للتشكيك وعدم الإيمان هم المهيمنتان على عقله **(أسعد ميخائيل يوسف ، ص150,146)**.

4.2.6. الملامح الكلامية:

من الملامح نجد أن المتشائم يذكر الأحداث والوقائع التي تعبر عن مزاجه أو عاطفته بكلمات تنم عن الانقباض والاكتئاب، بالإضافة إلى أصوات الكلمات التي تحمل شحنات انفعالية تلبس الكلمات بشحنات سلبية تتمثل في الزجر والذم والمنع، ومن ملامحه الكلامية كذلك نجد بالنسبة للذكريات في العلاقات فهو يميل إلى ذكر تلك القصص والمواقف المملوءة بالرعب والخلافات والمصائب، بالإضافة إلى حديثه مع الآخرين نلاحظ انه يستخدم فقط الكلمات السلبية، كما أنه يتسم بتثبيط همم الآخرين ويحذر من أخطاء لا وجود لها إلا في ذهنه، ومن الملامح كذلك نجد أن الجميع سواسية فيما يصدره من أحكام على ما يقولونه **(أسعد ميخائيل، ص154,150)**.

5.2.6. الملامح الاجتماعية:

يتضح من خلال تعرضنا لملامح الشخصية المتشائمة أم أصحاب هذه الشخصية لا يمكن أن يكونوا إيجابيين في علاقاتهم الاجتماعية، وذلك لتوجسه من الناس وشكل الدائم في نواياهم، كذلك نجده كثير الفشل في المشاريع والأعمال والمسؤوليات التي تسند إليه، وذلك لشعوره بالفشل فيتوقف عن الاستمرار والعمل، والنكوص وليس الأقدام هو السمة الدائمة في حياة المتشائم، كما أنه شخص قليل الثقة في نفسه وفي غيره. ولعل أهم ملمح هو عدم رضا المتشائم وعدم قناعته بما حصل وما يحصل وما سوف يحصل. **(أسعد ميخائيل يوسف، ص157,154)**.

- وفي الأخير يمكن القول إن الشخصية المتشائمة تنحي إلى السلوك السلبي في علاقاتها، وحتى إذا تحلت بالسلوك الإيجابي فإن مثل هذا التحلي لا يضل قائما بصفة دائمة بل بصفة مؤقتة، ذلك أن دينامية الشخصية المتشائمة تعمل على ترجيح كفة اللامبالاة والكره على كيفية الإنتماء والحب.

7. التفاؤل والتشاؤم والصحة النفسية الجسدية:

يرى كل من سميث وتايغر1983 smith and tiger" أن التفاؤل عامل أساسي لبقاء الإنسان وقوة دافعة بيولوجية، فمن خلال الاتجاه المتفائل نحو المستقبل يتمكن أفراد المجتمع من تحديد أهدفهم وبالتالي قدرتهم على التغلب عن مختلف المخاطر التي قد تفتك بالمجتمع. **(الأنصاري،1998،ص9)**.

كما أن تفاؤل أو تشاؤم الشخص يؤثر على حياته الصحية حيث أن الإنسان المتفائل يكون خاليا من القلق والتوتر والاكتئاب وهذا ما يساعده على اكتساب صحة سليمة ذات طابع إيجابي. **(حمدان، 1999)**.

ذلك أن الفرد الذي يتسم بالنعمة التفاؤلية غالبا ما يمتلك وسائل لتعامل مع المواقف الضاغطة مقارنة بصاحب النزعة التشاؤمية، مما أن المتفائلون يدخرون أعراض جسمية ونفسية سلبية أقل مقارنة بالذين يفتقدونها،

كما أن الاتجاه النفسي من جانب الفرد من شأنه التأثير في مختلف عوامل البيئة غالبا ما يحمل توقعات يتخللها درجة عالية من التفاؤل فيما يتعلق بالمرونة النفسية والجسدية لجهوده وهذا بدوره يساعد على الاسترخاء، وبالتالي تجنب المصادر السلبية لمصادر الضغوط؛ فالإنسان المتفائل كأنه يقوم بحماية نفسه من مشاعر الاكتئاب والحزن الشديد والقلق بسبب الأفكار والتوقعات التي يحملها، في المقابل نجد المتشائم يعاني من التوقعات والأفكار السلبية لمجريات الأحداث ، وبالتالي التعرض للحزن والاكتئاب والقلق.(**القحطاني، 2013، ص04**).

كما ظهر أن التفاؤل يرتبط بكل من التغلب على الضغوط بنجاح، وحل المشكلات والبحث عن الدعم الاجتماعي، والنظرة الإيجابية للمواقف الضاغطة، وسرعة الشفاء من المرض والعودة الى ممارسة الأنشطة بصفة طبيعية بعده، والمواجهة الفعلية للضغوط، والتفسير الإيجابي والتقبل، في حين التشاؤم يرتبط بالفشل في حل المشكلات والنظرة السلبية لمفاجآت الحياة، والفشل في التغلب على المواقف الضاغطة وعدم خوض خطوة المحاولة.(**kigak ; vitaloano; grimen; 1988; p p 251; 268**).

- حيث نرى أن يحمل معه باقات الأمل، ويجعل الشخص يرى العالم مكان أفضل ويرضى عن حياته فيضئ داخله بحب الخير وتوقع الأحسن ومنحه القدرة على مواجهة مشكلات الحياة التي تعرقل مسيرته في الحياة، ويعمل فكره ويحفزه، ويورث الطمأنينة وراحة البال والقلب، فهو لا يبني من المحن والمصائب التي تصادفه سجن يحبس فيها أنفاسه كما يفعل المتشائمون والمحبطون فهو يتطلع إلى الفرج الذي يعقب كل ضيق وبالتالي المعادلة الصحيحة للصحة النفسية تساوي التقدم نحو التفاؤل ولإبعاد عن التشاؤم وذلك لما يقوم به التفاؤل للحفاظ على الصحة عكس التشاؤم الذي يهدم ويخرب كيان الشخص.

8. التفاؤل والتشاؤم وتقدير الذات ومصدر الضبط:

أظهرت نتائج بعض الدراسات التي درست العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم بتقدير الذات ومصدر الضبط على وجود علاقة موجبة بين التفاؤل وتقدير الذات المرتفع، في حين يرتبط سلبا بمصدر الضبط الخارجي، بمعنى أنه كلما ارتفعت الدرجة على مقياس التفاؤل كان هناك ثقة أقوى لدى الفرد في مصدر الضبط الداخلي لأفعاله، ومن جهة أخرى كلما ارتفعت الدرجة على مقياس التشاؤم كأن هناك ثقة أقوى لدى الفرد في مصدر الضبط الخارجي لأفعاله، في حين يرتبط سلبا بمصدر الضبط الخارجي (**الأنصاري، 1998، ص90**).

9ـ التفاؤل و التشاؤم و الأداء الأكاديمي:

إن تفاؤل الطفل أو التلميذ يكون مرتبط بفترة الحاضر والمستقبل كما ترتبط هذه الأزمنة بالظروف التي تكون محيطة بالفرد فتوثر على سمتي التفاؤل والتشاؤم نحوها فإذ كانت تلك الظروف والمعطيات إيجابية فلا بد من أن التلميذ سوف يكون نظرة تفاؤلية واستشارات نحو المستقبل وإذا كانت الظروف عكس هذا فسوف تقلب حالته إلى حالة من التشاؤم يسودها جو من الاكتئاب والسوداوية. **(كروم، 2012، ص 103, 104).**

كما توصلت إحدى الدراسات إلى نتائج مفادها أن المتفائلين يتوافقون بصورة أفضل مع الحياة الجامعية الجديدة مقارنة بالمتشائمين، وفي دراسة أخرى أظهرت أن الأطفال السنة الثالثة من الرحلة الابتدائية الأكثر تشاؤما كان أداءهم أقل من أداء زملائهم المتفائلين في اختبارات التحصيل **(spinwall and Taylor; 1992; p p 711; 723;- noten ; hocksene et al 1986; p p ;435 ; 442)**

نرى أن للتفاؤل دور في تقديم الطفل لأداء أكاديمي أفضل وذلك من خلال تحفيز التلميذ على السعي نحو النجاح وتجنب الفشل وذلك بمنحه قدرة التحدي لخروج الطاقات الكامنة والمواهب، وكل هذه الحوافز تجعل ثقته في نفسه كبيرة وتعكس على حياته بصفة عامة وأدائه المدرسي بصفة خاصة، ويساعد على الشعور بالاستقرار والطمأنينة وبالتالي التفكير بإيجابية توقع الخير والنجاح في مختلف الواجبات والوظائف سواء المدرسية التي تخص التحصيل المدرسي أو الاجتماعية؛ وكل هذا يساعده على تحقيق التوافق مع نفسه أولا ومع زملائه (اجتماعيا) ثانيا، فالتفاؤل هو نظرة أكثر واقعية بالابتعاد عن التردد وثقة التلميذ فيما يفعله.

10ـ أهمية التفاؤل في الحياة:

أن التفاؤل يلعب دورا بعيد المدى في حياتنا النفسية وفي تصرفاتنا وحتى علاقاتنا يغيرنا وما نضعه من خطط للمستقبل ذلك أن جميع الاتجاهات الإيجابية في حياتنا سواء فكر أو عاطفة أو عمل يرتبط بما يعترفان من تفاؤل. حيث يساعدنا على الموازنة بين احتمالات النجاح والفشل عند القيام بعمل ما مع تغليب النجاح على الفشل وبالتالي الأقدام على الانجاز في المقابل إذا كانت احتمالات الفشل أعلى فإنه يجنبنا القيام بالعمل وبالتالي الخسارة والفشل.(أسعد ميخائيل يوسف، ص **322)**

كما أن توافر الإمكانيات الموضوعية بغزارة وتنوع لا يكفي لبلوغ الأهداف وتحقيق النجاح في الحياة فبالإضافة لهذه الأخيرة يجب توفر القدر الكافي من التفاؤل مثلا : التلميذ الذي تتوفر لديه جميع القدرات العقلية. والإمكانيات

الموضوعية في حين همته منخفضة تحول دون مواصلة الاجتهاد في الدراسة والمثابرة على التحصيل الدراسي بمعنى عدم استيعاب المعلومات وعدم إنجاز الواجبات وبالتليفزيون الفشل في الحياة الدراسية .

والشخص المتفائل يحظى دائما بأحكام من غيره تشجعه على دوام التعامل معهم بثقة وأرباح كما يصدر هو الآخر أحكام خالية من الشكوك والهواجس وبالتالي نجد أن الشخص المتفائل يسعد بالآخرين ويسعدهم في نفس الوقت. فالتفاؤل يأخذ من نقطة تفاؤله نقطة انطلاق نحو مستقبل أكثر نجاحا وإشراقات من الحاضر ذلك أن التفاؤل يفضي إلى تفاؤل أكثر بل أن التفاؤل نفسه يزيد ويكثر في وجدان وحياة الشخص المتفائل (**أسعد ميخائيل يوسف، ص324).**

- رغم الدور الكبير الذي يلعبه التفاؤل في حياتنا ومدى أهميته في تطورها وتقدمها نحو مستقبل أفضل، إلا أنه إذا كان الشخص متفائل كثيرا فقد يقع في الأخطاء دون انتباه منه ذلك سببه نظرته التفاؤلية التي لا يشوبها ولو قليل من الحذر ومثل ذلك: بخصوص عمل ما فهو قد يقدم عليه دون دراسة للعواقب والأخطاء التي يمكن أن تطرأ خلال هذا العمل أو تنجم عنه، وذلك بسبب تفاؤله لدرجة إهمال النقاط السلبية التي تخص هذا العمل أو أي أداء آخر؛ لذلك نجد أن للتشاؤم كذلك أهمية في حياتنا وهو ما سنتطرق إليه في العنصر القادم.

11. أهمية التشاؤم في الحياة :

أن للتشاؤم دور هام في حياتنا وخاصة في تكويننا الأخلاقي والديني ذلك أن في الطفولة يقدم أهلنا على أخافتنا أن الطفل إذا سرق أو كذب قد يدخل جهنم وهذا يعد من التشاؤم بالنسبة لما يمكن أن يحمله المستقبل، وكذلك الراشد إذا اقترف خطيئة فإنه قد يندم، ومعناه هو النظر إلي الماضي الذي عاشه بنظرة تشاؤمية كما أنه من خلال هذه النظرة يمكن لنا أن نتجنب الخطأ أو السلوك غير المستحب فهو بمثابة الظلام الذي نحذره كي لا نقع في الفشل

أن الإحساس بالتشاؤم لدى بعض الناس فاعلية تنبؤية حقيقية، فالحساب التشاؤمي التنبؤي يكون بمثابة تحذير للمرء حتى يتجنب الخطر أو الخطأ وبعض المواقف الحرجة، وهذا ما يساعده لتخطي هذه الأحداث السيئة، وهو يعتبر بطبيعة الحال هدف لحماية الذات، كما أنه لا يمكن أن ننكر قيمة التشاؤم في المجال الفلسفي مثل نتشه، و سوبنهور هما فيلسوفان متشائمان (**أسعد ميخائيل يوسف، ص 325,328).**

كما أن التشاؤم يمكن الفرد من زيادة محاولاته في أداء عمل ما وزيادة الحرص وذلك لكي يؤديه بشكل جيد ليتفادى الأحداث السيئة وهو ما يطلق عليه باسم التشاؤم الدفاعي (قنيطة، 2016، ص 14).

- وفي هذا الصدد نستطيع القول أنه لا يجب أن يكون الفرد متشائما إلى حد ملتزم والتصلب إلى درجة رؤية كل شيء سلبيا في حياته بما في ذلك أدائه لحياته اليومية وعلاقاته مع رفقاء العمل والعائلة...الخ، هذا النوع من التشاؤم يجعله شخص مكتئب وسوداوي مطلق لأحكام بطريقة خاطئة وحذر إلى درجة العجز وعدم القدرة على الإقدام على أي شيء جديد يمكن أن يطور علاقاته ويغير مستقبله نحو الأفضل.

لذلك يجب الإشارة أنه يجب أن لا يكون هناك لا إفراط ولا تفريط في كل من التفاؤل والتشاؤم، فلكل منهم دور في حياتنا، وجب علينا أن نكون في موضع وسط فيما يخص المشاكل والعراقيل أو حتى في ممارستنا لحياتنا اليومية لا تفاؤل إلى درجة التهور ولا تشاؤم إلى درجة الحذر.

خلاصة:

تعرضنا في هذا الفصل إلى الجانب النظري للدراسة بما فيه أهم العناصر التي تطرقنا إليها تعريف التفاؤل والتشاؤم والعوامل المؤثرة فيهما، إضافة إلى أهم المفاهيم التي لها علاقة بينهم مع أهم المقاربات التي فسرت كل من سمتي التفاؤل والتشاؤم، كما تطرقنا كذلك إلى أهم الأنواع لكل منهما ثم بوصفها سمتين في الشخصية (ملامح الشخصية المتفائلة والمتشائمة)، وعلاقتهما بكل من الأداء الأكاديمي وتقدير الذات ومصدر الضبط، وفي الأخير أشرنا إلى أهمية كل من التفاؤل والتشاؤم في حياتنا.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية.

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية.

2- منهج الدراسة.

3- عينة الدراسة.

4- أدوات الدراسة.

5- أساليب المعالجة الإحصائية.

خلاصة

تمهيد:

بعدما تطرقنا في الفصول السابقة إلى الجانب النظري الذي يحتوي على مجموعة من المفاهيم الأساسية للدراسة انتقالا إلى الدراسة الميدانية التي تعتبر من أهم خطوات البحث العلمي وذات أهمية بالغة في الوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة من خلال مجموعة من الأدوات التي تتماشى مع طبيعة الموضوع محل الدراسة، ومن خلال هذا الفصل سنتطرق إلى الإجراءات المنهجية التي تم إتباعها في الدراسة الحالية وإبراز الملامح التي تميز مجتمع الدراسة والعينة التي تم تطبيق الدراسة عليها وإعطاء فكرة حول المنهج المتبع، إضافة إلى الأدوات التي اعتمدنا عليها في جمع البيانات وذلك بعد التأكد من صلاحيتها من خلال الخصائص السيكومترية التي قام بها صاحب المقياس، وتحديد العينة من ثم الأساليب الإحصائية المتبعة في تحليل البيانات والنتائج.

1ـ الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية خطوة إستراتيجية تبرهن براعة الباحث وجديته في القيام بنوع من المسح في مجتمع دراسته أو لجزء منه لتحديد الظروف والإمكانيات المتوفرة لضمان نجاعة بحثه، بالإضافة إلى الخروج بموضوع بحث جديد وفريد من نوعه يعالج مشكلة ويساهم في إثراء الجانب العلمي لبحثه.

ونظرا إلى فضولنا العلمي وتلبية الحاجة الملحة لإشباع العلمي اتخذنا في ذلك جملة من الخطوات المتمثلة في التالي:

1.1. الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

تسعى الدراسة الاستطلاعية لهذا البحث إلى تحقيق الأهداف التالية:

- التعرف على مجتمع الدراسة ومختلف الصعوبات التي يمكن أن تواجه إجراء البحث في الصورة النهائية.
- التعرف على خصائص ومواصفات عينة الدراسة.

1.2. الإطار الزماني والمكاني للدراسة الاستطلاعية:

تم البدء لهذه الدراسة وتطبيق أدوات جمع المعلومات (مقابلة نصف موجهة)، في مارس 2020 بثانوية محمد العربي بن مارس، دائرة قالمة ، ولاية قالمة.

1.3. مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية وطريقة معاينتها:

- طريقة اختيار **العينة**:

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بطريقة عشوائية أجريت عملية السحب العشوائي بثانوية محمد العربي بن مارس، وداخل هذه المؤسسة يوجد 6 أقسام نهائية (3 ثانوي)؛ تم سحب منها العينة بطريقة عشوائية.

- **مواصفات العينة:**

○ توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس والسن:

تمثلت عينة الدراسة الاستطلاعية في تلاميذ السن 3 ثانوي، لثانوية محمد العربي بن مارس بقالمة والمختارة بشكل عشوائي كما سبق الإشارة إليها وكان عدد التلاميذ (11) تلميذ وتلميذة وكانت كالتالي: (3 ذكور، 8 إناث) ؛ تراوحت أعمار أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية (17 – 18 سنة).

1ـ 4ـ أدوات الدراسة الاستطلاعية ومواصفتها:

لتحقيق أهداف الدراسة قمنا ببناء أسئلة المقابلة نصف موجهة تكونت من12 سؤال وهذا بعد الإطلاع على دراسات سابقة درست متغيرات الدراسة وكذلك بالاعتماد على مقياس التفاؤل والتشاؤم لأحمد عبد الخالق (1996)،ذلك من أجل مساعدتنا في وضع أسئلة المقابلة.

1ـ 5ـ تطبيق أدوات الدراسة الاستطلاعية :

بعد الحصول على الأذن للقيام بالدراسة الاستطلاعية قمنا بتطبيق أداة الدراسة " المقابلة النصف موجهة"،وذلك بعد الاتفاق مع مدير الثانوية ومستشارة التوجيه على ساعة فراغ تلاميذ عينة الدراسة؛ حيث تم التطبيق في الفترة الصباحية كانت البداية مع كل التلاميذ بإعطاء لمحة مختصرة عن دواعي وجودنا بينهم، وعن أهمية البحث العلمي والتربوي وكان الهدف من الخطوة هو لفت انتباههم وإعطائهم نظرة إيجابية للبحث بعد ذلك تم مقابل كل تلميذ على إحدى وشرح طريقة الإيجابية.

2ـ منهج الدراسة:

نظرا إلى أن البحث الحالي يسعى إلى الكشف عن معرفة التفاؤل والتشاؤم وبعض الفروق للمتغيرات التالية " الجنس، التخصص، الإعادة"؛ اعتمدنا على المنهج الوصفي وذلك لملائمته كونه المنهج الملائم في الكشف عن مثل هذه الفروق، ويعد المنهج الوصفي أكثر المناهج شيوعا واستخداما في الدراسات الاجتماعية عامة والتربوية والنفسية خاصة، وهو لا يقتصر على جمع المعلومات وتبويبها وعرضها فقط بل يشتمل على تحليل دقيق وتفسير عميقا لها من أجل استخلاص الحقائق والتعميمات الجديدة **(سلمى إبراهيم، 2010، ص100).**

3ـ عينة الدراسة:

لكن بسبب الظروف التي نعيشها حاليا والمتمثلة في فيروس كورونا اضطررنا إلى انتهاج أسلوب مغاير ألا وهو "تقنية كرة الثلج" التي ارتأينا أنها الأنجع في مساعدتنا على إكمال بحثنا هذا في ظل الراهنة.

- **تعريف تقنية كرة الثلج:**

هي طريقة من طرق اختيار العينة لا تمثل المجتمع تمثيلا حقيقيا لكنها مفيدة في بعض الأحيان عندما يصعب الوصول إلى أفراد مجتمع الدراسة. وطريقتها تكون باختيار شخص يستوفي المواصفات الموضوعة للاختيار ضمن العينة ثم نطلب منه أن يقترح آخرين بنفس المواصفات، أي اختيار فرد معين وبناءا على ما يقدمه هذا الفرد

من معلومات تهم موضوع الدراسة يقرر الباحث من هو الشخص التالي الذي سيقوم باختياره لاستكمال المعلومات وبهذا يبدأ كل فرد باختيار فرد آخر (**محمد بدر، 2017، ص315**).

3ـ 2ـ عينة الدراسة الأساسية:

- **خصائص عينة الدراسة الأساسية:**

بلغ أفراد عينة الدراسة الأساسية (50) تلميذ، عن طريق عينة كرة الثلج، وهم يتوزعون حسب المتغيرات التالية: الجنس، التخصص، والإعادة.

الجداول التالية توضح التكرارات والنسبة المئوية حسب كل متغير:

- حسب متغير الجنس:

جدول رقم (01)

توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

		التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	17	34
	أنثى	33	66
	المجموع	50	100

- حسب متغير التخصص:

جدول رقم(02)

توزيع العينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص

التخصصات	علوم تجريبية	آداب وفلسفة	تقني رياضي	لغات أجنبية	المجموع
التكرار	13	11	17	9	50
النسبة	26	34	22	18	100

- حسب متغير الإعادة:

جدول رقم (03)

توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الإعادة

الإعادة	معيد	غير معيد	المجموع
التكرار	21	29	50
النسبة	42	58	100

4ـ أدوات الدراسة:

- تم استخدام القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم من إعداد عبد الخالق (1996) تتكون هذه القائمة من مقياسين أحدهما يقيس التفاؤل من خلال 15 بند والآخر يقيس التشاؤم من خلال 15 بند أيضا، ويعبر عن البنود من خلال عبارات يجاب عليها على أساس مقياس خماسي يشتمل على 5 بدائل (لا، قليلا، متوسط، كثيرا، كثيرا جدا)؛ ولقد صممت هذه القائمة لتقدير سمتي التفاؤل والتشاؤم لدى الراشدين وهي قائمة موجزة وسهلة التطبيق.

وقد تم تطبيق هذا المقياس على البيئة العربية الجزائرية حيث تم تقنينه من قبل الباحثة " نهدي سعاد" بجامعة ورقلة.

أما الخصائص السيكومترية في هذه الدراسة فقد تم إجراء دراسة للتأكد من صدق وثبات المقياس ومدى صلاحيته في الدراسة فقام الباحثة" نهدي سعاد" بتطبيقه على طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة قاصدي مرباح مكونة من 30 طالب.

4ـ 1الخصائص السيكومترية للقائمة العربية (التفاؤل):

1.1.4 الصدق:

حيث تم حساب الصدق باستخدام صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)فكانت النتائج المتحصل عليها كالتالي:

الجدول رقم (04):

يوضح نتائج اختبار " ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس التفاؤل :

القيمة	ن	م	ع	"ت"المحسوبة	"ت" المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة (0,01)
الفئة العليا	8	73	1,69	6,07	1,35	14	دالة إحصائيا
الفئة الدنيا	8	41,62	14,52				

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم يتضح أن المقياس يتمتع بقدر عال من الصدق.

1.1.1.4الصدق العاملي:

يستخدم التحليل العاملي لمصفوفة معاملات الارتباط، وذلك لتوضيح تشبعات العينة المستخدمة على عبارات المقياس.

وكانت النتائج المتحصل من خلال استخدام نظام"Spss" في معالجة البيانات الإحصائية لهذه الدراسة أن كل البنود متشبعة، وبالتالي المقياس على درجة عالية من التشبع.

4. 1. 2. الثبات:

تم الاعتماد على الطريقة الجزئية النصفية، فكانت النتائج المتحصل عليها كالتالي:

الجدول رقم(05)

معامل الارتباط قبل وبعد التعديل لمقياس التفاؤل

المؤشرات الإحصائية	معامل الارتباط المحسوب		"ر" المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة (0,01)
	"ر" قبل التعديل	"ر" بعد التعديل			
الدرجة على النصف الأول	0,49	0,66	0,44	29	دالة إحصائيا
الدرجة على النصف الثاني					

وعليه فالمقياس يتمتع بقدر عال من الثبات.

4. 2. الخصائص السيكومترية للقائمة العربية (للتشاؤم):

- **4 . 2. 1. الصدق:**

الجدول رقم (06)

نتائج اختبار"ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفتين على مقياس التشاؤم:

القيمة	ن	م	ع	"ت" المحسوبة	"ت" المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة (0,01)
الفئة العليا	8	73	1,69	6,07	1,35	14	دالة إحصائيا
الفئة الدنيا	8	41,62	14,52				

وبالتالي فالمقياس يتمتع بقدر عال من الصدق.

كما تم حسابه بالتحليل العاملي فتوضح أن البنود متشبعة، وبالتالي المقياس على درجة عالية من التشبع.

4 . 2 . الثبات:

تم استخدام طريقة التجزئة النصفية ثم عدل بمعادلة" سبيرمان براون"، ومن خلال استخدام نظام" SPSS" في معالجة البيانات الإحصائية لهذه الدراسة كانت كالتالي:

الجدول رقم (07)

معامل الارتباط قبل وبعد التعديل على مقياس التشاؤم

المؤشرات الإحصائية	معدل الارتباط المحسوب		"ر" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة (0,01)
	"ر" قبل التعديل	"ر" بعد التعديل			
الدرجة على النصف الأول	0,82	0,90	44,0	29	دالة إحصائيا
الدرجة على النصف الثاني					

وعليه فالمقياس يتمتع بقدر عال من الثبات.

5ـ أساليب المعالجة الإحصائية:

للإجابة على تساؤلات الدراسة وكذا التأكد من صحة الفروض تم استخدام" SPSS" في معالجة البيانات الإحصائية، وهو نظام إحصائي للعلوم الاجتماعية؛ والبعض من الأساليب الإحصائية الأخرى وهي كالتالي:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار "ت" لدراسة الفروق بين المتوسطين.
- اختبار التباين الأحادي One- Way Anova لدراسة الفروق بين أكثر من متوسطين.

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل مجموعة من الإجراءات المنهجية التي سهلت علينا عملية سير الجانب الميداني من خلال تبني المنهج المناسب للدراسة في الحصول على البيانات والمعطيات الميدانية، كذلك وضع الأداة الأنسب في جمع البيانات المتمثلة في مقياس التفاؤل والتشاؤم للقائمة العربية ذلك بعد التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس وتطبيقه على البيئة الجزائرية.

الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج الدراسة.

تمهيد

1- عرض نتائج التساؤل الرئيسي.

2- عرض نتائج الفرضية الأولى.

3- عرض نتائج الفرضية الثانية.

4- عرض نتائج الفرضية الثالثة.

5- عرض نتائج الفرضية الرابعة.

6- عرض نتائج الفرضية الخامسة.

7- عرض نتائج الفرضية السادسة.

تمهيد:

بعد أن تناولنا في الفصل السابق من الجانب الميداني الخطوات المنهجية التي اتبعتها الدراسة سنقوم من خلال هذا الفصل باستعراض النتائج التي توصلت إليها الدراسة.

1. عرض نتائج التساؤل الرئيسي للدراسة:

هل يتمتع التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا بالتفاؤل أو التشاؤم؟

للتعرف على التفاؤل والتشاؤم لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا، قمنا باستخدام التحليل الإحصائي للبيانات من خلال حساب الحد الأدنى والحد الأقصى لكل من التفاؤل والتشاؤم، وحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، والنتائج الخاصة بهذا التساؤل موضحة من خلال الجدول التالي:

الجدول رقم(08):

يوضح نتائج التفاؤل والتشاؤم.

	حجم العينة	الحد الأدنى	الحد الأقصى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التفاؤل	50	2,07	5,00	3,8840	0,60411
التشاؤم	50	3,00	5,00	4,2638	0,55273

المصدر: من إعداد الطالبتان بالاعتماد على بيانات الاستبيان ومخرجات برنامج **spss**

نلاحظ من خلال الجدول أن متوسط درجات التفاؤل لدى تلاميذ البكالوريا بلغ 3,8840 درجة وبانحراف معياري 0,60411 درجة، بينما متوسط درجات التشاؤم لدى هؤلاء التلاميذ بلغ 4,2638 درجة وهو أعلى درجة من متوسط التفاؤل، وبانحراف معياري قدر ب 0,55273 درجة، هذا ما يدل على أن التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا لديهم درجة منخفضة للتفاؤل ومرتفعة بالنسبة للتشاؤم ،أي يغلب عليهم الطابع التشاؤمي.

2- عرض نتائج الفرضيات:

في هاته الفرضيات نحاول معرفة مستوى التفاؤل والتشاؤم تبعا لاختلاف المتغيرات التالية (الجنس، التخصص، الإعادة) ولمعرفة تأثير هاته المتغيرات، فإننا ندرس كل متغير على حدا وللكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات الفئات للمتغيرات نستخدم اختبار (T-TEST) في حالة دراسة الفروق بين المتوسطين مثلا الجنس (ذكور،

إناث)، واختبار التباين الأحادي one – way ANOVA في حالة دراسة الفروق بين أكثر من متوسطين مثلا حالة متغير التخصص ؛ كما يلي :

2. 1عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير الجنس).

الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية: للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ' ت' (T-TEST) للدلالة على الفروق بين المتوسطات لفئتين فقط وهما لمتغير الجنس (ذكر/أنثى)، والجدول التالي يلخص النتائج:

الجدول رقم (09):

يوضح الفروق في درجة التفاؤل تبعا لمتغير(الجنس).

	المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T-TEST) المحسوبة	درجة الحرية	Sig مستوى المعنوية	القرار
التفاؤل	ذكر	17	3.8039	0.72052	0.611	25	0547	لا توجد فروق
	أنثى	33	3.9253	0.54231				
اتخاذ القرار: فإذا كانت مستوى المعنوية(**Sig**) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة (0.05) هذا يعني لا يوجد فروق دالة إحصائيا لمتغير الجنس .								

المصدر: من إعداد الطالبتان بالاعتماد على بيانات الاستبيان ومخرجات برنامج**SPSS**

من خلال الجدول أعلاه تبين لنا:

أن: قيمة (T-TEST) بلغت (T_{cal}=0.611) وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار (T-TEST) بلغت (Sig =0.547) أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، ومنهالا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث نحو التفاؤل.

2. 2 . عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير التخصص).

الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية: للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار(ANOVA) (تحليل التباين الأحادي) للدلالة على الفروق بين أكثر من متوسطين (أكثر من فئتين) وهما لمتغيرالتخصص، والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول رقم (10):

يوضح الفروق في درجة التفاؤل تبعا لمتغير(التخصص).

مصدر التباين Sum of Squares	مجموع المربعات Mean Square	درجة الحرية df	متوسط المربعات Mean Square	قيمة (F-test)	Sig مستوى المعنوية	النتيجة
Between Groups بين المجموعات	1,325	3	0,442	1,227	0,311	لا توجد فروق
Within Groups داخل المجموعات	16,558	46	0,360			
المجموع	17,883	49				
اتخاذ القرار: إذا كانت (Sig)أقل من مستوى الدلالة (0.05) فإننا هذا يعني لا توجد فروق دالة احصائيا لمتغير التخصص.						

المصدر: من إعداد الطالبتان بالاعتماد على بيانات الاستبيان ومخرجات برنامجSPSS

من خلال الجدول أعلاه تبين لنا:

أن: قيمة اختبار F (F-test) بلغت (F_{cal}=1.227) وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار (F-test) بلغت (Sig =0.311) أكبر من مستوى الدلالة(0.05) ومنه :لا توجد اختلافات ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى تلاميذ البكالوريا حسب متغير التخصص .

3.2. عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير الإعادة).

الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية: للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ' ت' (T-TEST) للدلالة على الفروق بين المتوسطات لفئتين فقط وهما لمتغير الإعادة (معيد/ غير معيد)، والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول رقم (11):

يوضح الفروق في درجة التفاؤل تبعا لمتغيرالاعادة

التفاؤل	المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T-TEST) المحسوبة	درجة الحرية	Sig مستوى المعنوية	القرار
	غيرمعيد	29	3,8943	0,50254	0.132	33	0.896	لا توجد فروق
	معيد	21	3,8698	0,73499				
خاذ القرار: فإذا كانت مستوى المعنوية أقل من أو تساوي مستوى الدلالة 0.05 هذا يعني عدم وجود دلالة إحصائية لمتغير الإعادة.								

المصدر: من إعداد الطالبتان بالاعتماد على بيانات الاستبيان ومخرجات برنامجSPSS

من خلال الجدول أعلاه تبين لنا:

أن: قيمة (T-TEST) بلغت (T_{cal}=0.132) وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار (T-TEST) بلغت (Sig = 0.896) أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، ومنه:لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معيد السنة وغير معيد نحو التفاؤل.

4.2. عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير الجنس).

الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية: للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ' ت' (T-TEST) للدلالة على الفروق بين المتوسطات لفئتين فقط وهما لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول رقم (12)

يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير الجنس.

التشاؤم	المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T-TEST) المحسوبة	درجة الحرية	Sig مستوى المعنوية	القرار
	انثى	33	4,3556	0,51144	1,252	26,555	0,221	لا توجد فروق
	ذكر	17	4,1294	0,64785				

اتخاذ القرار: فإذا كانت مستوى المعنوية(**Sig**) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة (0.05) فإنه لا توجد فروق دالة إحصائيا لمتغير الجنس.

المصدر: من إعداد الطالبتان بالاعتماد على بيانات الاستبيان ومخرجات برنامج**SPSS**

من خلال الجدول أعلاه تبين لنا:

أن: قيمة (T-TEST) بلغت (T_{cal}=1,252) وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار (T-TEST) بلغت (Sig =0,221) أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث نحو التشاؤم.

5.2. عرض نتائج الفرضية الجزئية الخامسة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير التخصص).

الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية: للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار(ANOVA) (تحليل التباين الأحادي) للدلالة على الفروق بين أكثر من متوسطين (أكثر من فئتين) وهما لمتغيرالتخصص، والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول رقم (13)

يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير التخصص.

	مصدر التباين Sum of Squares	مجموع المربعات Mean Square	درجة الحرية df	متوسط المربعات Mean Square	قيمة (f-)	Sig مستوى المعنوية	النتيجة
التشاؤم	Between Groups بين المجموعات	1,152	3	0,384	1,217	0,314	لا توجد فروق
	Within Groups داخل المجموعات	14,508	46	0,315			
	المجموع	15,659	49				
اتخاذ القرار في اختبار الفرضية: إذا كانت (Sig)أقل من مستوى الدلالة (0.05) فإنه لا توجد فروق تبعا لمتغير التخصص							

المصدر: من إعداد الطالبتان بالاعتماد على بيانات الاستبيان ومخرجات برنامجSPSS

من خلال الجدول أعلاه تبين لنا:

أن: قيمة اختبار F (F-test) بلغت (F_{cal}= 1.217) والقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار(F-test) بلغت (Sig = 0.314)أكبر من مستوى الدلالة 0.05 ، ومنه لا توجد دلالة إحصائية في مستوى التشاؤم لدى تلاميذ البكالوريا حسب متغير التخصص .

6.2. عرض نتائج الفرضية الجزئية السادسة: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم لدى تلاميذ البكالوريا تعزى لمتغير الإعادة).

الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية: للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ' ت' (T-TEST) للدلالة على الفروق بين المتوسطات لفئتين فقط وهما لمتغير الإعادة (معيد/ غير معيد)، والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول رقم (14):

يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير الإعادة.

التشاؤم	المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T-TEST) المحسوبة	درجة الحرية	Sig مستوى المعنوية	القرار
	غيرمعيد	29	4,3609	0,53110	1,190	39,766	0,241	لا توجد فروق
	معيد	21	4,1651	0,60392				
اتخاذ القرار فإذا كانت مستوى (Sig) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة 0.05 فإنه لا توجد فروق دالة إحصائيا لمتغير الإعادة.								

المصدر: من إعداد الطالبتان بالاعتماد على بيانات الاستبيان ومخرجات برنامج**SPSS**

من خلال الجدول أعلاه تبين لنا:

أن: قيمة (T-TEST) بلغت (T_{cal}= 1.190) وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار (T-TEST) بلغت (0.241 = Sig)أكبر من مستوى الدلالة 0.05، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معيد السنة وغير معيد نحو التشاؤم.

الفصل الخامس: تحليل ومناقشة نتائج الدراسة.

1. تحليل ومناقشة نتائج التساؤل الرئيسي.
2. تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأول .
3. تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
4. تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
5. تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
6. تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة.
7. تحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة.

1- تحليل ومناقشة نتائج التساؤل الرئيسي:

يحاول التساؤل الرئيسي معرفة السمة الغالبة لدى التلاميذ المتمدرسين المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا هل هي التفاؤل أم التشاؤم، وبعد استخدام التحليل الإحصائي للبيانات قد تبين أن درجة التفاؤل منخفضة مقارنة بدرجة التشاؤم التي كانت مرتفعة ، وهذا ما يبينه الجدول رقم (08).

وهذا ما يتنافى مع دراسة " عون عوض" (2012)حيث توصلت الدراسة إلى أن نسبة شيوع التفاؤل أعلى من نسبة التشاؤم ، وكذلك دراسة "عبد الحميد حسن وعلي كاظم" (2003) التي توصلت نتائجها إلى أن الطلبة لديهم مستوى منخفض من التشاؤم ومستوى مرتفع من التفاؤل؛ وقد بين هؤلاء أن نسبة شيوع التفاؤل أوساط التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا تعود أسبابها إلى نفس الأسباب التي تخص الطلبة وذلك لتقارب المرحلتين هذا من جانب، ومن جانب آخر هناك بعض العوامل التي لها دور كبير جدا في هذه المرحلة أهمها هي العوامل النفسية التي تكون متقاربة، إضافة إلى مواجهتهم تقريبا لنفس التحديات وهي التفكير في المستقبل وبناء حياة مستقرة

في حين أنها اتفقت مع دراسة " ويلسون" (2002) التي توصلت إلى شيوع التشاؤم لدى الطلبة الرياضيين.

قد يعود سبب ذلك إلى الظروف الاجتماعية الغير مستقرة التي يعيشها التلاميذ، والأزمة الصحية التي يمر بها العالم أجمع والتي أثرت على الأفراد وبالأخص تلاميذ البكالوريا باعتبارهم مقبلين على امتحان مصيري وبالتالي ظروف نفسية غير مستقرة والتي تعد العامل المهم والأكثر تأثيرا على النتائج الدراسية وبالتالي تردد في وضع القرار وتدني التحصيل الدراسي لديه.

2- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس".

وقد تبين أن الفرضية غير محققة هذا ما أظهرته نتائج التحليل الإحصائي للبيانات ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية، وقد تم التحقق من صحة الفرضية باستخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور البالغ عددها (17) تلميذ، وعينة الإناث البالغ عددها (33) تلميذة، حيث بلغ متوسط عينة الذكور 3,8039 وانحراف معياري 0,72052 ، بينما متوسط عينة الإناث قدر ب3,9253 وانحراف معياري 0,54231.

ولاختبار الدلالة الإحصائية على الفروق بين المتوسطين تم استخدام اختبار "ت" لعينيتين مستقلتين والجدول رقم (09) يوضح الفروق في مستوى التفاؤل تبعا لمتغير الجنس،والتي بلغت قيمته ب T=0.611 و مستوى القيمة المعنوية sig=0.547 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0,05 ،ومنه نجد أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس.

وقد اتفقت نتيجة هذه الفرضية مع نتائج دراسات مشابهة منها دراسة" نوال خالد حسن نصر الله" (2008) التي أظهرت نتائج دراستها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط استجابة طلبة الثانوية على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير الجنس.

يمكن القول أن التلاميذ على اختلاف الجنس ذكر أم أنثى فهم يتميزون درجة متقاربة من التفاؤل وذلك يعني أن متغير الجنس لم يؤثر على مستوى التفاؤل لديهم، حيث أصبح يحظى كليهما بفرص تعليمية ومهنية ،وكذا التقدم العلمي والتكنولوجي الذي ساهم بشكل كبير في التغير الثقافي للمجتمعات العربية خاصة، وأن المجتمع أصبح يتعامل مع أي من الطرفين ككيان مستقل له الحرية في ممارسة الأنشطة المختلفة حيث أعطت للأنثى فرص متساوية في التعبير عن الآراء والاتجاهات وأصبحت لديها الحق في جميع المجالات أهمها التعليم. ويمكن تفسير ذلك بأن تلاميذ البكالوريا ومن كلا الجنسين يعيشون الظروف نفسها وخبراتهم المعرفية متشابهة فكل منهما يسعى إلى تحقيق النجاح وخاصة أنهم مقبلون على شهادة البكالوريا، وتحقيق التوافق وإبراز وقدراتهم، والإقبال على حياة مشرقة مملوءة بحب وتفاؤل.

3- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير التخصص".

وقد تبين أن الفرضية غير محققة، حيث أظهرت النتائج عدم وجود دلالة إحصائية في درجة التفاؤل تعزى لمتغير التخصص، حيث تم التحقق من صحة الفرضية باستخدام اختبار ANOVA تحليل التباين الأحادي للدلالة على الفروق بين أكثر من متوسطين (أكثر من فئتين) جدول رقم (10) وهو يوضح فروق في التفاؤل تبعا لمتغير التخصص، التي بلغت قيمته t=1,227 و مستوى القيمة المعنوية sig= 0,311 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0 ,05 ومنه نجد أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير التخصص

حيث اتفقت نتيجة هذه الفرضية مع نتائج دارسات مشابهة منها دراسة "زياد بركات آمين" التي هدفت إلى معرفة طبيعة العلاقة بين التفاؤل وبعض المتغيرات، وتوصلت إلى عدم وجود فروق بين التخصص العلمي والتخصص الأدبي في التفاؤل، ودراسة "نوال خالد حسن" (2008) التي أظهرت نتائج دراستها عن عدم وجود فروق في متوسط استجابة طلبة الثانوية على مقياس التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير التخصص.

في حين تنافت هذه النتيجة مع دراسة "حمدان "(1999) حيث ظهرت الفروق لصالح تلاميذ الفرع الأدبي ذلك أن التلاميذ في الفرع الأدبي أكثر تفاؤلا من التلاميذ في الفرع العلمي.

ويمكن القول أن التلاميذ على اختلاف التخصص" علوم تجريبية، آداب وفلسفة، تقني رياضي، لغات أجنبية"، فهم يتميزون بمستوى متقارب من التفاؤل وذلك يعني أن عامل التخصص الدراسي لم يؤثر على مستوى التفاؤل لديهم، يمكن أن يكون بسبب تشابه الظروف النفسية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي يعيشها تلاميذ في الفروع المختلفة، ويمكن تفسير ذلك بأن تلاميذ البكالوريا يمرون بمرحلة صعبة وربما فيها مجموعة من الضغوطات إلا أنهم في النهاية يعلمون بأنها مرحلة عابرة من مراحلهم الدراسية وان هذه الضغوط وان طالت لها نهاية مما يجعلهم أكثر تفاؤلا بمستقبل مشرق.

4- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على "وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التفاؤل لدى تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الإعادة".

وقد اتضح أن هذه الفرضية غير محققة، حيث أظهرت النتائج عدم وجود دلالة إحصائية، وقد تم التحقق من صحة الفرضية باستخدام اختبار t.test للدلالة على الفروق بين المتوسطات لفئتين فقط هما متغير الإعادة (معيد/غير معيد) ويستخدم اختبار t.test لتقدير الفروق بين متوسطيهما جدول رقم (11) يوضح الفروق في درجة التفاؤل تبعا لمتغير الإعادة حيث بلغ المتوسط الحسابي لمتغير غير معيد 3,8943 وانحراف معياري قيمته 0,50254 في حين بلغ المتوسط الحسابي لمتغير معيد 3,8698 وانحراف معياري 0,73499.

أما بالنسبة لقيمة t.test المحسوبة فكانت 0,13 وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار t.test بلغت 0,896 عند درجة حرية 33 وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة 0,05 ومنه نجد أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معيد السنة وغير معيد نحو التفاؤل لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا.

وهذا ما يدل على أن الفئتين (معيد/ غير معيد) ساعون في اتجاه واحد في مسارهم العملي كون لديهم ثقة بالنفس وتوجه نحو أداء الدروس والتأكيد على حضورهم وممارسة كل الأعمال الموجهة لهم باجتهاد ومثابرة، وهذا ناتج عن عدم اختلاف النظرة التفاؤلية العالية لدى الفئتين.

5- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم عند التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا تعزى لمتغير الجنس"، وقد تبين أن هذه الفرضية غير محققة، حيث تم التأكد من صحة الفرضية باستخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور البالغ عددها 17 بمتوسط حسابي يساوي 4,1294 وانحراف معياري قيمته 0,64785 وبالنسبة لعينة الإناث البالغة 33 أنثى كانت قيمة المتوسط الحسابي تساوي 4,3556 وبانحراف معياري يساوي 0,51144 ولاختبار الدالة الإحصائية تم استخدام اختبار t.test للدلالة على الفروق بين المتوسطات لفئتين فقط هما متغير الجنس (أنثى/ذكر)، بلغت قيمة درجة t.testالمحسوبة 1,252 وقيمة درجة sig المحسوبة 0,221 عند درجة الحرية 26,555 جدول رقم(12)يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير الجنس،حيث تبين أن قيمة t.test أكبر من مستوى الدلالة 0,05 ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في درجة التشاؤم وهذا ما يتفق مع دراسة رضوان (2001) التي هدفت إلى معرفة الفروق بين الجنسين في التشاؤم لدى عينة من طلاب الجامعة و المدرسة الثانوية ومن نتائجها عدم وجود فروق بين الجنسين في التشاؤم وكذلك دراسة اليحوفي (2002)التي توصلت إلى نتيجة عدم وجود فروق في مستوى التشاؤم تعزى لمتغير الجنس ودراسة الأنصاري وكاظم(2008) وأوضحت نتائج هذه الدراسة عدم وجود فروق بين الجنسين في التشاؤم.

في حين أن نتيجة هذه الدراسة تتنافى مع العديد من الدراسات نذكر منها: دراسة ياتس yates (2000) فقد توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير للجنس حيث كانوا الذكور أكثر تشاؤما من الإناث، وكذلك دراسة صفاء عبد الزهراء (2018) التي كانت نتائجها مماثلة لنتائج دراسة ياتس 2000yatesحيث كان الذكور أكثر تشاؤم من الإناث، ودراسة فراج (2004) أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين الجنسين في التشاؤم وارتبط ارتباطا سلبيا بالتفاؤل.

ويمكن تفسير عدم وجود الفروق بين الجنسين إلى تشابه المرحلة العمرية التي يمر بها تلاميذ البكالوريا التي ينشغل فيها التلاميذ ذكرا كان أو أنثى بالدراسة. وكذلك التغيير الذي طرأ على تركيبة المجتمع نحو أدوار كل من الذكر والأنثى فتطور الأنظمة التعليمية وفك القيود التي كانت تقيد الأنثى حيث أصبح هناك فرص متشابهة لتعبير عن

الآراء والرغبات فأصبح المجتمع يتعامل مع كلا الطرفين ككيان مستقل له هويته ومبادئه وأفكاره وبالتالي الفرص التعليمية متاحة بطرق متساوية ومتعددة لكلا الجنسين والانشغال بالدراسة أكثر من أجل زيادة الثقة بالنفس واتخاذ القرارات الخاصة.

6- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية على أنه "توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التشاؤم تعزى لمتغير التخصص "وقد تبين أن هذه الفرضية غير محققة وهذا ما أكدته نتائج التحليل الإحصائي للبيانات spss

هذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حيث تم التأكد من صحة الفرضية باستخدام اختبار anova تحليل التباين الأحادي للدلالة على الفروق بين أكثر مت متوسطين (أكثر من فئتين) وهو متغير التخصص الجدول رقم (13) يوضح ملخص نتائج الاختبار حيث أن قيمة t بلغت 1,217 وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار t.testبلغت sig=0,314 أكبر من مستوى الدلالة 0,05 ومنه تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة التشاؤم لدى تلاميذ البكالوريا حسب متغير التخصص وهذه النتيجة جاءت متوافقة مع دراسة السليم (2006) التي أسفرت نتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التشاؤم تعزى للتخصص الدراسي وكذلك دراسة مراد وأحمد (2001) التي أظهرت نتائجها انه لا توجد فروق تعزى للتخصص وكذلك بالنسبة لدراسة بخاري(2005) التي هدفت للكشف عن الفروق في التفاؤل والتشاؤم فقد كشفت هذه الأخيرة على عدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى لتخصص الدراسي.

في حين تتنافى نتيجة هذه الفرضية مع دراسة المنشاوي (2007) حيث أظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروق دالة إحصائيا تعزى للتخصص حيث أن ذوي التخصصات العلمية أكثر تشاؤما من ذوي التخصصات الأدبية ودراسة عون عوض (2012) التي كشفت نتائجها أن طلبة التخصص الأدبي أكثر تشاؤما من طلبة التخصص العلمي ويمكن تفسير نتيجة هذه الفرضية بأن التلاميذ في مرحلة عمرية واحدة ويفكرون بطريقة متشابهة نحو تحقيق نتائج واحدة حيث أن التلاميذ هم في هذه المرحلة يكون هدفهم الوحيد هو الحصول على علامات أعلى وبعضهم هدفه هو الحصول على الشهادة فقط خصوصا وأن المجتمع الآن يولي أهمية كبيرة لامتحان شهادة البكالوريا ويوجه أنظاره نحوهم حيث تم أعطائه صفة مادية ومعنوية عالية.

7- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة:

تنص الفرضية السادسة على "وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التشاؤم تعزى لمتغير الإعادة لدى تلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا".

وقد تم اختبار الفرضية (تحقق من صحتها) باستخدام الأدوات الإحصائية اختبار "ت" t.test للدلالة على الفروق بين المتوسطات لفئتين فقط وهما متغير الإعادة (معيد/غير معيد) وقد اتضح أن هذه الفرضية غير محققة، حيث أظهرت نتائج التحليل الإحصائي للبيانات spss عدم وجود دلالة إحصائية جدول رقم (14) يوضح الفروق في درجة التشاؤم تبعا لمتغير الإعادة.

حيث بلغ المتوسط الحسابي لمتغير غير معيد 4,3609 وانحراف معياري قيمته 0,5311 في حين كان المتوسط الحسابي للمتغير المعيدين 4,1651 وانحراف معياري يساوي 0,60392 أما بالنسبة لقيمة t.test المحسوبة فبلغت 1,190 وقيمة مستوى المعنوية المصاحبة لقيمة اختبار t.test بلغت 0,241 عند درجة الحرية 39,760 وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة 0,05 وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معيد وغير معيد السنة في درجة التشاؤم لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا .

فالتشاؤم عند العينة وحسب النظرية المعرفية التي تفسر الأشخاص المتشائمين أنهم يصفون الأحداث والخبرات السيئة على أنها دائمة وثابتة لا تتغير؛ ضف لذلك تدخل النظرية السلوكية التي ترجع التشاؤم على أنه منعكس شرطي لمتغير الإعادة، فالخبرات السيئة للتلاميذ بخصوص الإعادة دفعتهم لإتباع سلوكات تخص التشاؤم مثل القلق، الاكتئاب، الحزن والتردد، هذا ما يرجع أن التشاؤم لدى التلاميذ يرتبط بأفكارهم الخاطئة التي خلقت لديهم أسلوب تفكير سلبي خاطئ وبالتالي تنمي وتعمم الأفكار التشاؤمية بخصوص البكالوريا، وأنهم غير قادرين وغير مؤهلين للانجاز ، هذا راجع إلى غياب الحافز الذي يدفعهم لتغيير الصورة التشاؤمية لديهم.

استنتاج عام:

في حوصلة لما سبق هدفت دراستنا الحالية إلى معرفة فروق في درجة التفاؤل والتشاؤم تلاميذ البكالوريا حسب متغير الجنس، التخصص، الإعادة؛ حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وأجريت الدراسة على عينة قدرت ب(50) تلميذ تم اختيارهم عن طريق كرة الثلج، كما تم الاعتماد في معالجة للبيانات على الأساليب الإحصائية التالية(المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، واختبار"ت"، اختبار التباين الأحادي)، وبناءا على النتائج المتحصل عليها نستخلص أن درجة التشاؤم لدى التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا مرتفعة بينما التفاؤل لديهم منخفض، كما أن جميع الفرضيات غير محققة هذا ما يدل على عدم وجود فروق في درجات التفاؤل والتشاؤم وفقا لمتغير الجنس والتخصص والإعادة ، ما يساعدهم على تخطي الصعوبات التي يواجهنها في وضعية الامتحان التي تعيق أداءهم.

فالتلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا قد يكونون في حالة نفسية طبيعية تسمح لهم بإعطاء أفضل ما لديهم ومنه تحقيق النجاح، لذا يجب إعطاء لهذه الفئة أكثر اهتمام من قبل المختصين والأساتذة هذا من جانب البيئة المدرسية ، أما الاهتمام الأكبر يكون في البيئة الأسرية التي تلعب دور كبير في تنمية مهارة كل تلميذ وذلك بإعطاء صورة جيدة من قبل الأولياء وتوفير لهم جو يتسم بالاستقرار والهدوء والشعور بالطمأنينة، والتخفيف من الضغط النفسي الذي يوجهه التلميذ .

خاتمة

خاتمة:

أن لسمة التفاؤل والتشاؤم دور مهم جدا في حياة الإنسان ولكن بطريقة غير مباشرة فهما بمثابة حائط يقي من الصدمات التي تنجم عن المواقف الصعبة التي يمر بها الفرد في حياته ولكن كثيرا ما يهمل الأفراد وخاصة المهتمين بالجانب النفسي التأثيرات العميقة لهاتين السمتين لدى الأفراد بصفة عامة ولدى تلاميذ المرحلة ثالثة ثانوي بصفة خاصة، ولاشك انه كيفما كانت درجتهم منخفضة أو مرتفعة فإنها تؤثر حتما على مستوى التفاؤلية لديهم أو أنها تنتقل بهم إلى التشاؤم بسبب ما يعانون به من صعوبات وكثرة الوجبات التي تنتظرهم وقد صدق من قال ما أضيق العيش لولا فسحة الأمل .

ونظرا لأهمية التفاؤل والتشاؤم لدى تلاميذ البكالوريا لأنهم مقبلين على امتحان مصيري وبيئة وثقافة جديدة ومختلفة عن البيئة التي كانوا فيها، لذلك كان لا بد من التركيز على تحسينها قدر المستطاع وذلك من أجل الحصول على شريحة من الأساتذة والباحثين دون مشاكل اجتماعية ونفسية وعاطفية للمساهمة في بناء المجتمع وتطويره.

التوصيات:

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها نوصي بما يلي :

- إجراء دراسة في التفاؤل والتشاؤم على عينات مختلفة (أساتذة، معلمين ،طلبة).
- دراسة التفاؤل والتشاؤم وفق متغيرات أخرى كالتحصيل الدراسي، مكان السكن...الخ.
- الاهتمام بتحسين مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى عينات مختلفة بصفة عامة وتلاميذ البكالوريا بصفة خاصة.
- تصميم برامج لتنمية التفاؤل لدى مختلف المراحل العمرية.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- أرجايل، مايكل، 1993، سيكولوجية السعادة، ترجمة " فيصل عبد القادر يونس"، عالم المعرفة، الكويت.
- أسعد ميخائيل يوسف، 1999،التفاؤل و التشاؤم، نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع.
- الأنصاري بدر محمد، 1998، التفاؤل و التشاؤم، المفهوم والقياس والمتعلقات، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، لجنة التأليف و التعريب و النشر.
- الأنصاري بدر محمد،2001، إعداد مقاييس التفاؤل غير واقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات، مجلة دراسات نفسية ،مجلد11العدد 01، الكويت.
- الأنصاري بدر محمد، 2002، قياس التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت، مجلة حوليات كلية الآداب والعلوم الاجتماعية، الحولية 23، الرسالة، جامعة الكويت.
- أنور عبير، 2010، دور التفاؤل والتشاؤم في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، دراسات عربية في علم النفس، 9 (3)._
- بسيوني سوزان بنت صدقة بن عبد العزيز ، 2011 ،التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة، مجلة الإرشاد النفسي، مجلد 28العدد 68 مصر.
- جودة آمال، 2010، التفاؤل والأمل وعلاقته بالسعادة والأمل لدى عينة من المراهقين في محافظة غزة، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، المؤتمر الاقليمي الثاني لعلم النفس.
- الحكاك وجدان جعفر جواد، 2001، بناء مقياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة بغداد ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية، ابن رشد.
- حمدان فيصل محمود خليل، 1999، سيكولوجية التفاؤل و التشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا ، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- خالد حسن نصر الله نوال، 2008، أنماط التفكير السائدة و علاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس ، فلسطين.

- ديغم عبد المحسن، 2008، الفاعلية الذاتية و أساليب مواجهة الضغوط كمتغيرات محاكاة التمييز بين الأمل و التفاؤل، مجلة الدراسات عربية في علم النفس، مجلد 7العدد 1.
- زعابطة سيرين هاجر، 2011 علاقة التفاؤل غير واقعي بسلوك السياقة الصحي لدى السائقين،كلية العلوم الجتماعية و الإنسانية، جامعة باتنة، الجزائر.
- سلمى إبراهيم المصري، 2010، المسار النفسي لنمو الطفل، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
- الصقعوب عبد الله بن حمد، 2016، التفاؤل و التشاؤم و علاقتهما بالرضا الوظيفي لدى معلمي مراحل التعليم العام بمدينة بريدة، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية .
- عبد الخالق أحمد محمد، 1999، التفاؤل والتشاؤم، عرض لدراسات عربية، المؤتمر الدولي الثاني لقسم علم النفس تحت عنوان "الخدمة النفسية والتنمية" في فترة من 5-7 أفريل، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت.
- عبد الخالق أحمد محمد، 2000، التفاؤل و التشاؤم ، عرض لدراسات عربية ، مجلة علم النفس، العدد) 56) الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- عينو عبد الله، جوان 2016، فعالية إستراتيجية في تنمية سمة التفاؤل لدى التلاميذ والطلبة، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الدكتور مولاي الطاهر، سعيدة، الجزائر.
- العناني حنان عبد الحميد، 2000، الصحة النفسية، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.
- القاسم موضي، 2011، الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والامل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- القحطاني عبد الهادي، 2013، الضغوط النفسية و علاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض متغيرات المدرسة لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر بالمنطقة الشرقية للمملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير ، جامعة البحرين، المملكة العربية السعودية.
- قنيطة سهاد سمير، 2016، التفاؤل - التشاؤم و الرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، غزة ، فلسطين.

- محمد در، 2017، أهم مناهج وعينات وأدوات البحث العلمي، المجلد 9، مؤسسة دار كنوز الحكمة للنشر والتوزيع، دار المنظومة، الجزائر.
- محمد نعمة حسن، 2008، التفاؤل و التشاؤم الرياضي و علاقته بتحقيق الأهداف و الهوية الرياضية و الإنجاز لدى لاعبي ألعاب القوة، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل.
- محيسن عون، 2012، التفاؤل و التشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الجامعة الإسلامية لدراسات التربوية و النفسية، مجلد 20العدد .2.
- نبيل، بحري ويزيد، شويعل، 2014، التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بمركز الضبط وأساليب التعامل مع الضغط النفسي، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، ع 2.
- النملة عبد الرحمان بن سليمان، 1998، تقدير الذات و علاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الانترنت، مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد40.
- اليحوفي نجوى، 2002، التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديمغرافية لدى طلاب الجامعة، مجلة علم النفس، العدد 62.
- اليحوفي نجوى، بدر الانصاري،2005، التفاؤل و التشاؤم دراسة ثقافية مقارنة بين اللبنانيين والكويتيين، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد 32 ، العدد 2.
- kiyak; h;a; vitaloano;p;p and Crimean ; j; (1988); patients expectations as predictors of Orthognathic surgery autcomes; "healthough psychology"; 7
- kline;p; story;r; (1978); "the dynamic personality inventory what does it measure"british journal of psychology vol 136
- Marshall, GN, et lang, EL,1990, Optimism, Self-mastery and Symptoms of depression In women professionals, journal of personality and social psychology.
- noten; hocksema; s; girgus; j;s; and Seligman ; m; e; (1986); Lernerd hophessness in children= alongitudinal study of depression; achivement and explanatory style; journal of personality and social psychology; 51

- spinwall ; L,G; taylor;SE; (1992)modeling cognitive adoptaton : aloangtudial investigation of the inpactime of individucl differeces and coping on college adjustment and performance ; journal of personality and social psychology; 63.
- winstein; n (1980) ; unrealistic ; optimising about future life event; journal of personality and social psychology ; vol(39), n (5)
- abde El khalk; a; lester; d; (2006);" optimism and pessimism in Kuwaiti and américain college students" ; international journal of social psychiatry; 52 (2)

الملاحق

الملحق رقم(1):

المقابلة النصف موجهة:

- كيف ترى الحياة؟
- هل تتوقع تحقيق كل طموحك في الحياة؟
- كيف تنظر إلى امتحان شهادة البكالوريا؟
- هل تضع خطط للمستقبل؟
- هل أنت راضي على تحصيلك الدراسي؟
- هل تنظم وقتك في مراجعة الدروس و كيف تقوم بذلك؟
- هل تنتابك مخاوف حيال الامتحان؟
- كيف تواجه مشكلاتك؟
- عندما تكون في حالة قلق و توتر هل يستغرق منك وقت للتخلص منها؟
- هل تراودك أحلام بخصوص الامتحان؟
- هل تتوقع الفشل؟
- هل تشعر بأن لديك الكثير من العمل وليس لديك الوقت للقيام به ؟

الملحق رقم(2):

مقياس التفاؤل والتشاؤم

بيانات أولية:

الجنس:

السن:

التخصص:

الإعادة:

تعليمات:

يعرض عليكم مجموعة من العبارات التي تتعلق بمشاعرك وتصرفاتك في مواقف الحياة المختلفة،ويوجد أمام كل عبارة اختيارات خمسة وهي بالترتيب:لا، قليلا، متوسط، كثيرا، كثيرا جدا.

المرجو منك:

-أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة(×) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك.

-أن تكون إجابتك على كل عبارة وفقا لما تشعر به.

-لا تنسى أن تجيب على كل العبارات.

-وشكرا على تعاونك.

رقم العبارة	العبـــارة	لا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
1	تبدو لي أن الحياة جميلة.					
2	حظي قليل في هذه الحياة.					
3	أشعر أن الغد سيكون يوما مشرقا.					
4	تدلني الخبرة على أن الدنيا سوداء كالليل المظلم.					
5	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.					
6	أنا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل.					

7	أشعر أنني أتعس مخلوق على الأرض.					
8	أنظر إلى المستقبل على أنه سيكون أفضل.					
9	يلازمني سوء الحظ دائما.					
10	أشعر كأن المصائب خلقت من أجلي.					
11	أتوقع الأفضل.					
12	أرى أن الفرج سيكون قريب.					
13	أنا يائس من هذه الحياة.					
14	أشعر أن الآمال التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا.					
15	يخيفني ما يمكن أن يحدث في المستقبل من سوء الحظ.					
16	مكتوب علي الشقاء وسوء الحظ.					
17	لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.					
18	أشعر بأن الزمن يخبئ لي مفاجئات سارة.					
19	أتوقع أن أعيش حياة تعيسة في المستقبل.					
20	كثرة الهموم تجعلني أشعر أني أموت في اليوم مئة مرة.					
21	أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلا.					
22	أفكر بالمستقبل بكل تفاؤل.					
23	أترقب حدوث أسوء الأحداث.					
24	لدي شعور غالبا بأنني سأفارق الأحبة قريبا.					
25	أرى الجانب المشرق المضيء من الأمور.					
26	سيكون مستقبلي مظلما.					

27	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول.					
28	أفكر في الأمور البهيجة المفرحة.					
29	تختفي الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة.					
30	ستكون حياتي أكثر سعادة.					

الملحق رقم (3): نتائج SPSS

التساؤل الرئيسي

Statistiques descriptives

tchaoum

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecartype
تفاؤل	50	2,07	5,00	3,8840	,60411
تشاؤم	50	3,00	5,00	4.2638	,55275
Total	50				

فرضية 1

Statistiques de groupe

	جنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
tafaoul	انثى	33	3,9253	,54231	,09440
	ذكر	17	3,8039	,72052	,17475

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
tafaoul	Hypothèse de variances égales	,615	,437	,669	48	,507	,12133	,18138	-,24335	,48602
	Hypothèse de variances inégales			,611	25,611	,547	,12133	,19862	-,28724	,52990

فرضية 2

ANOVA

tafaoul

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	1,325	3	,442	1,227	,311
Intragroupes	16,558	46	,360		
Total	17,883	49			

الفرضية 3

Statistiques de groupe

	الاعادة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
tafaoul	معيد غير	29	3,8943	,50254	,09332
	معيد	21	3,8698	,73499	,16039

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance d la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
tafaou	Hypothèse de variances égales	3,104	,084	,140	48	,890	,02441	,17486	-,32716	,37599
	Hypothèse de variances inégales			,132	33,122	,896	,02441	,18556	-,35306	,40189

الفرضية 4

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
tchaoum	انثى	33	4,3556	,51144	,08903
	ذكر	17	4,1294	,64785	,15713

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
tchaoui	Hypothèse de variances égales	,812	,372	1,351	48	,183	,22614	,16737	-,11037	,56265
	Hypothèse de variances inégales			1,252	26,55	,221	,22614		-,14470	,59699

الفرضية 5

ANOVA

tchaoum

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	1,152	3	,384	1,217	,314
Intragroupes	14,508	46	,315		
Total	15,659	49			

فرضية 6

Statistiques de groupe

	الاعادة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
tchaoum	معيد غير	29	4,3609	,53110	,09862
	معيد	21	4,1651	,60392	,13179

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
								Différenc erreur	Intervalle de confianc de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différenc moyenne	standard	Inférieur	Supérieu
tchaou m	Hypothèse de variances égales	,570	,454	1,215	48	,230	,19584	,16120	-,12828	,51996
	Hypothèse de variances inégales			1,190	39,76	,241	,19584	,16460	-,13690	,52858