

القيمة التنبؤية للتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى

عبد الرحمن بن عبد الله بن مبارك السويهي*

(الإيداع: 1 شباط 2024، القبول: 16 آيار 2024)

الملخص:

هدف البحث إلى تحديد مستوى التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية، وتعرف الفروق في التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي وفقاً لمتغيري السنة الدراسية والتخصص، وتعرف طبيعة العلاقة بين بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي والتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي، اتبع البحث المنهج التنبؤي، وتمثلت أدوات البحث في مقياسي: التفكير الإيجابي، ترجمة الوقاد (2012)، والتوافق الأكاديمي، إعداد شاهين (2010) وتكونت عينة البحث من (271) طالباً وطالبة من طلاب كلية العلوم الاجتماعية في التخصص (الخدمة الاجتماعية-الإعلام) وفي السنة (الأولى-الرابعة) في جامعة أم القرى للعام الدراسي 1443هـ - 1444هـ. أظهرت النتائج أن مستوى التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي كان مرتفعاً لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية، كما توجد فروق دالة إحصائياً في التفكير الإيجابي وفقاً للتخصص لصالح تخصص الخدمة الاجتماعية، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً وفقاً للسنة الدراسية، وتوجد فروق دالة إحصائياً في التوافق الأكاديمي وفقاً للسنة الدراسية لصالح السنة الثانية ووفقاً للتخصص لصالح تخصص الخدمة الاجتماعية، وتوجد علاقة ارتباطية طردية قوية دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية، ويمكن التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال درجات الطلاب على مقياس التفكير الإيجابي.

الكلمات المفتاحية: التفكير الإيجابي – التوافق الأكاديمي.

*دكتوراه في تخصص القياس والتقويم - وزارة التعليم - بالمملكة العربية السعودية

The predictive value of academic compatibility through positive thinking among students of the Faculty of social sciences at Umm Al-Qura University

Abdul rahman Bin Abdullah Bin Embarak Alsuwaihri *

(Received: 1 February 2024, Accepted: 16 April 2024)

Abstract:

The research aims to determine the level of positive thinking and academic compatibility among students of the College of Social Sciences, identifying differences in positive thinking and academic compatibility according to the variable of year and specialization, and identifying the relationship between positive thinking and academic compatibility and predicting academic compatibility through positive thinking. It followed predictive applied research, Positive Thinking, Translation of Wakad (2012), Academic Consensus, Shaheen (2010). The study sample consisted of (271) students from the Department of Social Service in Specialization (Social Service – Media) and in the first–second year of the academic year 1443 AH – 1444 AH.

The study showed that the level of positive thinking and academic compatibility is high among social service department students, and there are statistically significant differences in positive thinking according to specialization in the direction of social service specialization while there are no statistically significant differences according to the school year, There are statistically significant differences in academic compatibility according to the academic year towards the second year and according to specialization towards the specialization of social service There is also a statistical correlation between positive thinking and academic compatibility among students of the Faculty of Social Sciences, and academic compatibility can be predicted by students' grades on the positive thinking scale.

Keywords: Positive thinking - academic compatibility

*PhD in Measurement and Evaluation - Ministry of Education - Kingdom of Saudi Arabia

المقدمة:

يعد التفكير عاملاً من العوامل الأساسية في حياة الانسان فهو يساعده على مواجهة الحياة وتقدمها، كما يساعده على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من المخاطر، وبه يستطيع الانسان السيطرة والتحكم في أمور كثيرة وتسييرها لصالحه، فالتفكير عملية عقلية راقية تبنى وتؤسس على محصلة العمليات النفسية الأخرى، حتى أنه لا يمكن الاستغناء عنه في عمليات اكتساب المعرفة وحل المشكلات التي تواجه الانسان (غانم، 2005، ص.85). ويتطلب تحقيق النجاح والسعادة والاستمتاع بحياة متوازنة حدوث تغيير في طريقة تفكير الفرد، وأسلوب حياته، ونظريته تجاه نفسه، وتجاه الناس، وتجاه الاشياء، والمواقف التي تحدث له، والسعي الدائم إلى تطوير جميع جوانب الحياة (مصطفى، 2003، ص.23). وكلما كان هذا التفكير إيجابياً كلما أدى إلى حل فاعل وناجح مع المشكلات التي تواجه الفرد (السلمي، 2014، ص.2).

ومنه من الواجب أن يتعلم الأفراد ويدرسوا آلية التفكير الإيجابي ومهاراته، حتى يتسنى لهم إتقان هذا النمط من التفكير الذي يوصل صاحبه إلى السعادة والحياة المنتجة، فهو بهذا النوع من أنواع التفكير يستخدم نفس العمليات المعرفية المعتادة لحل المشكلة، ولكن يختلف في الموقف الذي يتخذه إزاء المشكلة، كما تختلف توقعات النجاح التي يضعها الفرد كنتيجة لحله لهذه المشكلة، أضف إلى ذلك أنه يختلف في محتوى الاعتقادات حول قدرة الفرد على الحل والنجاح في الوصول إلى نهاية للمشكلة، حيث تسيطر بعض المعتقدات والتوقعات الإيجابية نحو النجاح على الفرد، بحيث تجعله يركز على استخدام أساليب واستراتيجيات فعالة لحل المشكلة لثقتة في قدراته وإمكانياته، وأيضاً لثقتة أن المشكلة يمكن أن يتم معالجتها (سالم، 2005، ص.108). وإن التفكير الإيجابي لا يعني الاستغراق في التفاؤل والتعاضى عن أحداث الحياة المؤسفة، بل يعني كيفية الاستجابة لهذه الأحداث من خلال الموقف العقلي الذي يتخذه الإنسان في النظر إلى هذه الأحداث، والتفكير الإيجابي يمنح الفرد القدرة على مجاراة أمور الحياة وتقبل مشكلاتها من خلال النظرة الإيجابية المتوازنة إلى الأمور الحياتية، والتي تمنحه نوعاً من الاستقرار النفسي تنعكس آثاره بالإيجاب على شتى مناحي حياته. وما أوحج الطالب إلى مثل هذا التفكير الذي يدفعه إلى تحقيق ما يصبوا إليه إلى تحقيق ما يصبوا إليه من أهداف، وتكوين علاقات تواصل إيجابية سواء مع زملاءه أو مع الآخرين، وإيجاد حلول للمشكلات التي تواجهه (عصفور، 2013، ص.40). ويجعله قادراً على التوافق والانسجام مع نفسه ومع الآخرين.

إذ يعد التوافق من أهم مؤشرات الصحة النفسية فإذا لم يحقق الفرد التوافق مع نفسه وبيئته ساءت صحته النفسية التي هي نتاج عملية توافق ناجحة تهدف إلى تماسك الشخصية ووحدها وتقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين بحيث يترتب على ذلك كله الشعور بالراحة النفسية، ويعد التوافق الأكاديمي من أهم أنواع التوافق لدى الطالب خصوصاً، فإذا حقق الطالب التوافق الدراسي فسوف ينعكس ذلك إيجاباً على الجوانب المختلفة من شخصيته وعلى تحصيله الدراسي فيشعر بالسعادة والراحة، ويتمكن من إشباع حاجاته النفسية من حب وتقدير وإنتاج واهتمام متبادل مع من حوله (العصيمي، 2012، ص.5). وحتى يكون الطالب متوافقاً أكاديمياً يجب أن يسبق ذلك وجود توافق نفسي واجتماعي لديه، لأن الطالب الذي يعاني من مشكلات نفسية يصعب عليه الانتباه والتركيز، ويكون شارد الذهن غير قادر على استيعاب وفهم المعلومات والمعارف، وبالتالي قد يفشل في الدراسة (شقورة، 2002، ص.43).

ومن هنا يتجلى الاهتمام بموضوع هذا البحث الذي تناول العلاقة بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي ومحاولة الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي.

مشكلة البحث:

تعد المرحلة الجامعية مرحلة أكاديمية مهمة في التعليم العالي، ويعد طلاب هذه المرحلة بداية نمو الشباب التي يمرون بها بتغيرات كثيرة وتبني أفكار جديدة والشعور بالاستقلالية، فقد تؤثر هذه التغيرات المفاجئة على مساهم الأكاديمي مما يسهم في وجود ظواهر من تسرب أكاديمي وتأخر أكاديمي وانخفاض المستوى التعليمي والخروج على الأنظمة التعليمية، مما قد

يؤدي الى الانقطاع الأكاديمي، وتبني نظرة سلبية عن الدراسة وأساليب تفكير غير منطقية وسلبية. وقد ازدادت هذه الظاهرة في الآونة الأخيرة في الجامعات مما أدى الى التأثير على آليات التعلم واسترجاع المعلومات وتنظيم الوقت للتعليم وضياح الجهد مما يؤدي الى ملل وإحباط الطلاب.

فمن الملاحظ أن نسبة كبيرة من الطلاب لا يتوفر لديهم نمط التفكير الإيجابي في حياتهم العامة والجامعة خاصة، فقد أظهرت نتائج دراسة غانم (2005) أن طلاب جامعة القدس المفتوحة قد أظهروا التفكير الإيجابي بنسبة (40%). وعلى النقيض من ذلك فالتفكير السلبي يؤثر على الحياة بشكل عام ويزيد الضغوط النفسية على الطلبة ويسبب سوء في التوافق وخاصة التوافق الأكاديمي وكذلك ضعف في التحصيل الدراسي. وقد تبين من دراسة ميشيل (Michelle et al, 2008) ارتباط سوء التوافق بانعدام الحافز للإنجاز الأكاديمي. وعلى اعتبار أن التفكير الإيجابي يفتح آفاق جديدة وحلول منطقية ويسهم في زيادة التحصيل. كما أظهرت نتائج الدراسات كدراسة إيدميدس (Edmeads, 2004) أن الطلاب ذوو التحصيل المرتفع أظهروا ميلاً أكبر نحو التفكير الإيجابي. كما أشارت دراسة (العبيدي، 2013) ودراسة جوش (Joshi, 2013) إلى وجود علاقة بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي.

ومنه مما سبق إضافة إلى ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين نمط التفكير الإيجابي بالتوافق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في البيئة المحلية -على حد علم الباحث- تتحدد مشكلة البحث بالتساؤل الآتي: هل يمكن التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى؟

أهمية البحث:

• أهمية نظرية:

- يعد الموضوع الذي يتناوله البحث الحالي من الموضوعات المهمة في المجالات النفسية وخاصة مجال قياس التنبؤ، حيث يعد التفكير الإيجابي أحد طرائق التفكير التي تفتح الأفاق للطلاب وتساعدهم على إيجاد الكثير من الحلول للمشكلات الدراسية مما يؤدي إلى تنمية التوافق الأكاديمي لديهم.
- أهمية عينة البحث وهم طلاب الجامعات في التعليم العالي الذين يصنفون في مراحل نموهم بمرحلة الشباب، وتعد فئة الشباب فئة مهمة في بناء المجتمع والتي يعول عليها في المستقبل لرقى المجتمع وتطوره في شتى المجالات.
- تعد المرحلة الجامعية مرحلة مهمة وخطوة أولى إلى ميدان التعليم العالي والحياة العملية ومرحلة تكون الشخصية واكتساب الاتجاهات والأفكار، واكتمال الجانب الفكري وتكوين القيم والمبادئ التي تستمر معهم على مدى حياتهم.
- يعد توافق الطالب أكاديمياً مهماً حتى يكون متقبلاً ومتوازناً في البيئة المدرسية مما يزيد من تحصيله الأكاديمي ودافعيته للإنجاز خاصة في هذه المرحلة المهمة.
- إلقاء الضوء على متغيري (التفكير الإيجابي، والتوافق الأكاديمي) وتعرّف طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات بما قد يسهم مستقبلاً على تحسينها وتنسيقها؛ وكذلك إظهار مدى إمكانية التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال درجة التفكير الإيجابي.

• أهمية تطبيقية:

- يؤمل من النتائج التي قد يسفر عنها البحث الحالي أن تفيد في إرشاد المسؤولين والتربويين في مراعاة نمط التفكير الإيجابي وعلاقته بالتوافق الأكاديمي في المناهج الدراسية، وأن تفيد في وضع البرامج التي تسهم في تنمية التفكير الإيجابي لرفع مستوى التوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعات.
- يؤمل من النتائج التي قد يسفر عنها البحث الحالي أن تساعد الفاعلين في الميدان التربوي على ضبط أسباب الفشل الأكاديمي والمحاولة لإيجاد الحلول للمشكلات الدراسية وحتى السلوكية التي قد تعيق نجاح العملية التعليمية.

أهداف البحث: هدف البحث إلى تحقيق الأهداف التالية:

- الكشف عن مستوى التوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى.
- الكشف عن مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى.
- تحديد طبيعة العلاقة بين التوافق الأكاديمي والتفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى.
- التعرف على وجود فروق في التوافق الأكاديمي وأبعاده لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى تعزى إلى (التخصص والسنة الدراسية).
- التعرف على وجود فروق في التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى تعزى إلى (التخصص والسنة الدراسية).
- الكشف عن القدرة التنبؤية للتوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى من خلال التفكير الإيجابي.

أسئلة البحث: تتمثل أسئلة البحث بالأسئلة الآتية:

- ما مستوى التوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى؟
- ما مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى؟
- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب كلية العلوم الاجتماعية على مقياس التوافق الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس التفكير الإيجابي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى على مقياس التوافق الأكاديمي تعزى إلى التخصص والسنة الدراسية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى على مقياس التفكير الإيجابي تعزى إلى التخصص والسنة الدراسية؟
- ما القدرة التنبؤية للتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى؟

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي وتعمم نتائجه وفقاً للحدود التالية:

- الحدود البشرية: اقتصر البحث على طلاب قسم الخدمة الاجتماعية في التخصص (الخدمة الاجتماعية-الإعلام) وفي السنة (الأولى - الرابعة).
- الحدود الزمانية: تم إجراء البحث خلال الفصل الثاني من العام الدراسي (1443/1444هـ) (2022/2023م).
- الحدود المكانية: اقتصر البحث على التطبيق في كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى.
- الحدود الموضوعية: تناول البحث التفكير الإيجابي كمنبئ بالتوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى.

مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية:**التوافق الأكاديمي:**

عرف شاهين (2010) التوافق الأكاديمي بأنه "مجموعة ردود الأفعال، أو الاستجابات السلوكية التي تصدر عن الطلبة تجاه المواقف التعليمية، والبيئة التعليمية، والمتمثلة بالقدرة على التفاعل وإقامة علاقات إيجابية مع المعلمين والطلبة، وتفهم المواد الدراسية، والشعور بالرضا والقدرة على التحصيل، والالتزام بالتعليمات والأنظمة" (ص.21).

ويعرف إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التوافق الأكاديمي المعد من قبل شاهين (2010) بأبعاده المختلفة (التوافق الجامعي، تماسك الطلبة، مشاركة الطلبة، تفاؤل الطلبة) والمستخدم في البحث الحالي، وتتراوح الدرجة على المقياس بين (36-180) درجة.

التفكير الإيجابي:

عرف الوقاد (2012) التفكير الإيجابي على أنه: "عادة عقلية يمارسها الفرد بصورة لاشعورية تقوم على استغلال الطاقات والامكانيات الكامنة لدى الفرد، ويقوم التفكير الإيجابي على قدرة الفرد على بناء وتنظيم أفكاره ومعارفه وخبراته، والاختيار من بينها بما يلائم الموقف الحالي، وتركيز شعوره وتوجيه سلوكياته نحو تحقيق أهدافه التي يسعى إليها والتخطيط الجيد للمستقبل" (ص.224).

ويعرف إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التفكير الإيجابي المستخدم في البحث والمعد من قبل إنجرام وويسنكي (Ingram & Wisnicki, 2005)، واقتباس وترجمة الوقاد (2012)، وتشير الدرجة المرتفعة على مقياس التفكير الإيجابي إلى ارتفاع درجة التفكير الإيجابي للفرد، وتتراوح الدرجة على المقياس بين (30-150) درجة. .

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً-الإطار النظري:

أ- التفكير الإيجابي (Positive Thinking):

- مفهوم التفكير الإيجابي:

انتشر مصطلح علم النفس الإيجابي بشكل متسارع نتيجة لاهتمام علماء النفس وتركيزهم على النمو والأداء الإيجابي ومعالجة العجز في الأداء البشري؛ إلا أن البحث عن المظاهر الإيجابية للنمو النفسي والسلوكي ليس جديداً، إنما الجديد هو ظهور التفكير الإيجابي من خلال هذا العلم الواسع.

ويشير سليجمان (2005) "إن الحركة العلمية الحديثة في علم النفس الإيجابي، تشير إلى أنك تستطيع أن تعيش في أعلى مستوى يسمح به حيز السعادة لديك، وأن علم النفس الأفضل يقوم على اعتبار الدوافع الإيجابية، وسيركز على دراسة المشاعر الإيجابية، وسيسأل كيف يمكن للفرد أن يكتسب جوانب القوة والخصال الحسنة التي تؤدي ممارستها على هذه المشاعر الإيجابية، وسيقودنا جميعاً عبر طرائق أفضل إلى الحياة الجيدة" (ص.43).

وقد عرف يرلي (Yerley) التفكير الإيجابي بأنه "استراتيجيات إيجابية في الشخصية، وأنه الميل والرغبة والنزعة، لممارسة سلوكيات أو تصرفات، تجعل حياة الفرد ناجحة، وتقوده إلى أن يكون إنساناً إيجابياً" (قاسم، 2009، ص.694). كما عرف بيفر (2011) التفكير الإيجابي بأنه: "الانتفاع بقبالية العقل اللاواعي، للاقتناع بشكل إيجابي، فإذا أردنا أن نغير سلوكنا أو أداءنا فيجب أن يكون ذلك من خلال عقلنا الباطن وهذا يعني أنه يجب أن نختار أفكاراً إيجابية جديدة ونغذيه بها مراراً وتكراراً" (ص.12). وعرفه العنزي (2008) هو "قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره ومعتقداته والتحكم فيها وتوجيهها تجاه تحقيق ما نتوقه من النتائج الناجمة وتدعيم حل المشكلات من خلال تكوين أنظمة عقلية ذات طابع تفاؤلي تسعى إلى الوصول لحل المشكلة" (ص.5).

ومنه يرى الباحث أن التفكير الإيجابي هو توجه عقلي يجعل الفرد ينظر للمواقف نظرة إيجابية مفيدة وتوقع نتائج صائبة مما يقوده للنجاح.

- أهمية التفكير الإيجابي:

ذكر شاهين (2008) أن التفكير الإيجابي له دور فعال في تحسين الصحة العقلية، كذلك فهو مؤثر في الصحة الجسمية، فعندما نحرق عقلنا (اللاواعي) من الأفكار السلبية، فإن الجسم يستجيب لذلك بشكل كبير. فقد أثبتت الأبحاث أن الاكتئاب والتفكير السلبي، يقللان من الأجسام المضادة التي تعمل في الجسم، وتجعله عرضة للأمراض.

ذكر سعيد (2013) أنه من المهم أن نعرف أن التفكير الإيجابي هو مهارة لا يتقنها كثيراً من الأفراد، فيجب على من يريد استخدامها التدريب عليها حتى إتقانها، لتكون سبب في النجاح وتخطي الصعاب. فبعض الأفراد سواءً كانت أفكارهم إيجابية أو سلبية تكون موجودة معه منذ الولادة، وهذا معتقد غير صحيح، فيجب إخضاع العقل لتدريبه على أي طريقة نريده أن يفكر بها. فإذا فكرنا بإيجابية نستطيع أن نزيل المشاعر غير المرغوب فيها، وكذلك جميع العقبات التي تقف أمامنا لتحقيق أي نجاح، فكل نجاح في الحياة مرتبط بالنجاح العقلي الإيجابي. كما أننا لو استطعنا أن نفهم العلاقة بين (العقل اللاواعي) والإيجابية، فإننا قطعنا بذلك شوطاً كبيراً في فهم مدى أهمية التفكير الإيجابي لنا كطريقة لها تأثير في سلوكياتنا الإيجابية، وسلاح ضد السلوكيات السلبية. وذلك لأن العقل اللاواعي يعد البنك لتخزين: المعلومات، البيانات، الأفكار، الرموز، والمشاعر. فكل ما يخزن به يظهر على شكل سلوك يصدر من الفرد، فإذا كان ما خزن به إيجابي كانت السلوكيات إيجابية، وإذا كان ما خزن به سلبي كانت السلوكيات سلبية. ويمنح التفكير الإيجابي من يمارسه القوة والإصرار على تحويل الأحلام إلى واقع كما يساعد على التغلب، على الاكتئاب وحالات الإحباط، فالتفكير الإيجابي والتركيز على الجانب المشرق في كل النواحي ومشاهدة القسم الممتلئ من الكأس، لأنه ما من حدث إلا وفيه نقطة ضوء وجانب مشرق، وصاحب التفكير الإيجابي يؤمن بأهمية تغيير ما يفكر به حتى تتغير نظرتة للحياة من حوله (بايلس، 2009، ص.28). ومما سبق يؤكد الباحث على أهمية التفكير الإيجابي باعتباره مهارة يجب استخدامها والتدريب عليها في جميع مناحي الحياة، مما يؤثر عليه نفسياً وجسدياً، ويعد سراً من أسرار الحياة، ووقود النجاح في المستقبل.

- استراتيجيات التفكير الإيجابي:

- استراتيجية تغيير الماضي: لن نستطيع أن نغير الماضي، ولكن يمكن أن نغير وجهة نظرنا في تجارب الماضي فتتغير منها، وتختل أنفسنا وكأننا نرجع بالذاكرة للماضي مرة أخرى، وفي نفس التجربة نتصرف فيها كما كنا نريد تماماً.
- استراتيجية المثل الأعلى: وهذه الاستراتيجية تتعلق بتبني وجهة نظر ومعتقدات وقيم شخص نعتبره مثلاً أعلى لنا في مجال معين، ثم نتصرف كما لو كان هو شخصياً متواجداً في وقت تحدٍ ما نواجهه في حياتنا.
- استراتيجية الشخص الآخر: إن استراتيجية الشخص الآخر هي التي تساعدنا على رؤية الأمور من وجهة نظر الشخص الآخر، فبذلك يصبح عندنا مرونة أكبر في التعامل مع التحديات، وتحويلها من سلبية إلى إيجابية.
- استراتيجية تغيير التركيز: وهي عبارة عن مجموعة أسئلة يستخدمها لا واعياً عندما يواجه تحديات من أي نوع، وهي بمثابة تقييم داخلي لتجارب الحياة، فلو كان هذا التقييم سلبياً يتصرف بطريقة سلبية، وبالعكس فعندما يكون التقييم الداخلي إيجابياً تكون النتائج إيجابية.
- استراتيجية التقيص والتعصيد: هذه الاستراتيجية تعمل على تقيص ما لا نريد، وعلى تعصيد ما نريد، حتى ينتهي تماماً ما لا نريد ويزدهر ما نريد.
- استراتيجية النتائج الإيجابية: عندما تكون في مواجهة موقف ما وشعرت أنك مستعد لهذا الموقف، لكنك تصرفرت بأسلوب مختلف تماماً، ولم تحقق النتيجة المطلوبة، وهذه الاستراتيجية تساعدك على تركيز انتباهك على النتيجة الأخرى التي يمكن التحول إليها.
- استراتيجية إعادة التعريف: هذه الاستراتيجية تحول التعريف من الضعف إلى القوة، فالشخص الذي يفكر بأنه أقل من الآخرين مما سبب له الاعتقاد بأنه ضعيف، أما عندما تغير التعريف لشخصه وأصبحت قوة جعلته يشعر بالرضا عن نفسه وزادت ثقته بنفسه.
- استراتيجية التجزئة: الهدف من هذه الاستراتيجية هو تجزئة التعميم السلبي إلى مكونات أصغر؛ مما يجعل الشخص يدرك الحكم بإدراك آخر إيجابي وأحاسيس إيجابية تساعد على التعامل مع الأجزاء كل على حدة بثقة وسهولة تامة.

- استراتيجية القيمة العليا: الهدف من هذه الاستراتيجية توسيع آفاق الشخص، فيرى القيمة في أي تحدٍ؛ مما يجعل أحاسيسه هادئة ومرتنة.
- استراتيجية البدائل: إن النجاح يعتمد على المرونة التامة والتحرك السريع ببدائل وأفكار جديدة، تجعل الشخص يستفيد من الفرص المتاحة (الفاقي، 2009، ص.125).

- سمات المفكر الإيجابي:

- للمفكر الإيجابي صفات كما ذكر شكشك (2009) أن الأحداث ليس لها استجابة محددة سلفاً، وإنما لكل حدث أو موقف عدة استجابات يستطيع الفرد أن يستنبطها من الموقف نفسه، فالإيجابية تعني الإيمان بقدرة الفرد على استخراج استجابة أو أكثر من الموقف الواحد، بينما السلبية تعني استجابة محددة تحتم على السلوك، بمعنى أن الهزيمة والفشل تعني عند الإيجابي النهاية لأمر وبداية لآخر، بينما عند السلب تعني النهاية فقط. ومن أهم مميزات المفكر الإيجابي:

- يكون (الاختيار) متأصل لديه، فشعاره ما هي اختياراتي أنا؟

- غير حتمي، ورؤيته أوسع للحياة.
- يسعى لتحقيق أهدافه مهما بلغت صعوبتها.
- يميل إلى المخاطرة المعقولة والمقبولة.
- متفائل بالمستقبل.
- لديه دافعيه مرتفعة للإنجاز.
- يتعلم من أخطائه، ويجعلها خطوة يخطو عليها.
- يتمتع بتفكير إبداعي غير تقليدي (ص.28-29).

ب-التوافق الأكاديمي (Academic Adjustment):

- مفهوم التوافق الأكاديمي:

يقع مفهوم التوافق الأكاديمي ضمن المفهوم الواسع "للتوافق"، فلا يمكن التحدث عن التوافق الأكاديمي دون إثارة تفاصيل المستويات الأخرى. فالتوافق الأكاديمي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالتوافق النفسي والاجتماعي والذي حضي هو الآخر باهتمام علماء النفس والباحثين.

"هو عملية دينامية مستمرة بين الطالب وذاته وبينه وبين معلميه وقدرته على إقامة علاقات طيبة معهم ومشاركته في الأنشطة الجامعية والرضا عن المواد الدراسية وعن درجاته التي يحصل عليها في الامتحانات" (عابدين، 2017، ص.300). و"هو قدرة الطالب على تحقيق التلاؤم والانسجام مع زملائه وأساتذته ومع المواد الدراسية، ويظهر ذلك في سلوكه مع زملائه وأساتذته وكذلك باجتهاده ومواظبته على الدراسة" (عيسى، 2020، ص.112)

"هو عملية ديناميكية مستمرة ناجحة عن تفاعل الطالب ذي الإعاقة مع بيئته وذلك عن طريق الامتثال للبيئة، وإيجاد حلول للمشكلات الدراسية لإحداث التوازن والشعور بالرضا عن تخصصه ومهنته المستقبلية، والشعور بالكفاءة الذاتية والتفاؤل والأمل" (صالح، 2022، ص.155)

مما سبق يتضح للباحث أن التوافق الأكاديمي نتيجة للعلاقة النافعة بين الطالب ومحيطه الأكاديمي وتبني له مستقبل مشرق، وتساهم في النجاح الجامعي والذي يظهر من خلال اجتهاده ومسايرته لأنظمة التعليم العالي.

- أبعاد التوافق الأكاديمي:

- الاتجاه الإيجابي نحو الدراسة: الطالب المتوافق هو الذي ينكب على الدراسة بشكل جدي، ويرى فيها متعة، كما أنه يؤمن بأهمية المواد الدراسية المقررة.

- العلاقة بالأساتذة: الطالب المتوافق هو الذي يحترم معلميه ويقدرهم ويقدر الدور الذي يقومون به، كما أنه يتبع تعليماتهم وينفذها ويسأل أساتذته ويتحدث معهم، ويعتبرهم قدوة يجب الاقتداء بها.
- العلاقة بالزملاء: الطالب المتوافق في الميدان الأكاديمي هو الذي يستطيع أن يقيم علاقات ودية مع الغالبية من زملائه، وهو الذي يهتم بالأمر الجماعية بينهم، ولذلك يرشحه زملاؤه لتولي المناصب القيادية معهم بصورة دائمة.
- تنظيم الوقت: الطالب المتوافق هو الذي ينظم وقته بشكل متزن ويقسمه إلى أوقات للمذاكرة وأوقات للأنشطة الاجتماعية والترفيه وهو الذي يسيطر على وقته ولا يجعل الوقت يسيطر عليه، كما أنه يقدر أهمية الوقت وقيمه.
- طريقة الدراسة: الطالب المتوافق هو الذي يتبع طرائقاً مختلفة في الدراسة تتلاءم مع المقررات الأكاديمية التي يدرسها، ويقوم بعمل ملخصات واستنتاجات، ويحدد النقاط الهامة والتركيز عليها في أثناء المتابعة والمراجعة.
- ارتياد المكتبة: الطالب المتوافق هو الذي يرتاد المكتبة باستمرار ويمضي فيها أوقات فراغه ويستعير الكتب والمجلات والمراجع العلمية ويبحث فيها عن المعلومات اللازمة للدراسة وكتابة الأبحاث والتقارير والواجبات.
- التميز الأكاديمي: الطالب المتوافق هو المتميز أكاديمياً، الذي يحصل على درجات عالية في الاختبارات المختلفة ويظهر ذلك من سجلات وكشوف الدرجات في المنظومة الجامعية (شقورة، 2002).

- أهمية التوافق الأكاديمي:

يتضمن التوافق الأكاديمي نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها والتوافق بين المعلم والطالب بما يهيئ لهذا الأخير ظرفاً للنمو السوي معرفياً وانفعالياً واجتماعياً، مع علاج ما ينجم في مجال التعليم من مشكلات كالتخلف الأكاديمي والغياب والتسرب، فهذا فضلاً عن علاج المشكلات السلوكية التي يمكن أن تصدر عن بعض الطلاب (عبد الخالق، 2001، ص.61).

ويعد التوافق الأكاديمي للطالب واحداً من أهم مظاهر التوافق العام، كما يعد من أكثر المؤشرات المتعلقة بصحته النفسية حيث أن الطالب يقضي مدة طويلة في الدراسة، وأن توافقه مع الجو الجامعي وشعوره بالرضا والارتياح يمكن أن ينعكس على إنتاجيته، كما إن الطلبة المتوافقين أكاديمياً يحصلون على نتائج دراسية أفضل، ويشاركون في البرامج والأنشطة الطلابية بصورة واسعة (المحاميد وعربيات، 2005، ص.151).

ويمثل التوافق الجيد مؤشراً إيجابياً أو دافعاً قوياً يدفع الطلاب إلى التحصيل من ناحية، ويرغبهم في الدراسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، بل ويجعل من العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة والعكس صحيح (الشاذلي، 2001، ص.58).

كما إن الطالب الذي يعاني من صعوبة في أداء المهام التعليمية، وضعف في المواد الدراسية، وعدم القدرة على إقامة علاقات إيجابية مع المعلمين والزملاء سيواجه صعوبات توافقية دراسية، ويظهر بمستويات متدنية من التحصيل الأكاديمي. ويشير الباحثون التربويون إلى أهمية التوافق بين جميع المعطيات التي تسهم في نجاح العملية التعليمية للطالب، والتي تتطلب توفير الظروف المناسبة للتعلم الأكاديمي، الأمر الذي يعمل على تنمية التوقعات الإيجابية، وزيادة الدافعية لديهم نحو عملية التعلم، والرضا عن البيئة المدرسية بما يسهم في تحقيق التوافق الأكاديمي الإيجابي لديهم، ومن أبرز مؤشرات التوافق الأكاديمي لدى الطلبة مؤشر التحصيل الأكاديمي، والانخراط الإيجابي في المدرسة، والإقبال عليها، والميل إلى المشاركة في المهمات التعليمية بأقصى جهد وطاقة (شاهين، 2010، ص.14).

ج-التفكير الإيجابي وعلاقته بالتوافق الأكاديمي:

من خلال ما سبق ذكره في الدراسة عن التفكير الإيجابي وأهميته وأنواعه واستراتيجياته والنظريات المفسرة له، ودور التوافق الأكاديمي في حدوث التوازن للطالب في جميع الجوانب الأكاديمية، فأن الباحث يرى أن الدراسات التي بحثت العلاقة بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي كدراسة العبيدي (2013) ودراسة (Joshi, 2013) أظهرت نتائجها بأن الطلاب الذين

يتمتعون بنمط تفكير إيجابي لديهم مستوى مرتفع من التوافق الأكاديمي، وفعالية التفكير الإيجابي للحد من مشاكل التوافق الأكاديمي. ويعد نمط التفكير الإيجابي طريقة تفكير فعالة وتؤثر على التوافق بشكل عام على الفرد والتوافق الأكاديمي على الطالب بشكل خاص، كما أن للتفكير الإيجابي القدرة على تغيير رؤية الفرد للمستقبل وتعامله مع محيطه وتطلعه للنجاح لاسيما الطالب الذي هو محل الاهتمام في هذه الدراسة. فلو تم تعليم الطالب مهارات التفكير الإيجابي وتغيرت أفكاره إلى الإيجابية فمن خلاله نستطيع أن نرفع من مستوى التوافق الأكاديمي مما يؤدي إلى ارتفاع النتائج التحصيلي للطلاب والمشاركة الاجتماعية الفعالة وتطوير الجو الأكاديمي العام، وكذلك على الحد من مشاكل التوافق الأكاديمي كالتأخر في المقررات والتسرب والخجل، وقد يتحقق ذلك من فهم العلاقة بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي. ثانياً-دراسات سابقة:

توفر لدى الباحث عدد من الدراسات المرتبطة بموضوع البحث الحالي، وتم عرض هذه الدراسات في محاور تتناول متغيرات البحث ووفق تسلسل زمني من الأقدم إلى الأحدث، ومن ثم التعليق على هذه الدراسات:

أ/ دراسات تناولت التفكير الإيجابي وبعض المتغيرات الأخرى:

دراسة ريبكا (Rebecca, 2003) التي هدفت إلى معرفة تأثير التفاعل المشترك بين نمطي التفكير الإيجابي والسلبي، وبين متغيرات: الجنس، التخصص، المستوى الدراسي، والنجاح في اكتساب المفاهيم، وطبقت الدراسة على عينة من (284) طالباً وطالبة نصفهم من الذكور، والنصف الآخر من الإناث، واستخدم مقياس التفكير الإيجابي والسلبي، وبينت النتائج: أن هناك تأثيراً جوهرياً لنمط التفكير الإيجابي في تعلم المفاهيم، وأن هناك ميلاً لدى أفراد العينة نحو التفكير الإيجابي، بينما أظهرت النتائج عدم وجود تأثيراً لمتغيرات: الجنس، التخصص، والمستوى الدراسي، في نمط التفكير الإيجابي والسلبي.

دراسة إدميس (Edmeads, 2004) هدفت إلى معرفة علاقة بعض المتغيرات بنمطي التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة، طبقت إجراءات الدراسة على عينة بلغت (75) طالباً من الذكور، و(105) من الإناث في إحدى الجامعات الأمريكية، وطبق مقياس التفكير الإيجابي والسلبي، وانتهت نتائج الدراسة إلى أن ما نسبته (41,4%) من الطلبة (ذكور وإناث) قد أظهروا ميلاً نحو التفكير الإيجابي، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة بين نمطي التفكير ومتغيري التحصيل والجنس لمصلحة الطلاب مرتفعي التحصيل والإناث إذ أظهر الطلاب ذوو التحصيل المرتفع والطلبات ميلاً أكبر نحو التفكير الإيجابي، ولم تظهر الدراسة علاقة جوهرياً بين متغير التخصص ونمطي التفكير الإيجابي والسلبي.

دراسة هافرين (Haveren, 2004) هدفت إلى دراسة أثر مستوى التفكير السلبي والإيجابي في التحصيل لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الجنس ومستوى التعليم، وبلغ عدد العينة (200) طالباً وطالبة ملتحقين في إحدى الجامعات الأمريكية، من مستويات مختلفة، وطبق مقياس التفكير الإيجابي والسلبي، وقد انتهت الدراسة إلى أن الطلبة الجامعيين سواء كانوا في السنة الأولى أو الأخيرة فإنهم لا فروق جوهرياً بينهم من حيث مستوى التفكير السلبي والإيجابي، بينما أظهرت النتائج وجود فروق جوهرياً بين مستوى التفكير السلبي والتفكير الإيجابي عند اعتبار متغير الجنس لمصلحة الطلاب الذكور حيث أظهروا مستوى أفضل على التفكير الإيجابي.

دراسة غانم (2005) هدفت إلى تعرف مستوى التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات التربوية، وطبقت الدراسة على عينة تتكون من (200) طالباً وطالبة من طلاب جامعة القدس المفتوحة، وطبقت مقياس التفكير الإيجابي والسلبي. وبينت النتائج أن نسبة من أظهروا التفكير الإيجابي (40%)، منهم (40%) ذكراً و(16,5%) إناثاً، كذلك وجود فروق جوهرياً بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الإيجابي والسلبي، ترجع لمتغيرات: الجنس، وعمل الأم، وذلك لمصلحة الطالبات والطلاب أبناء الأمهات غير العاملات، أيضاً أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق

جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الإيجابي والسلبي تعود لمتغيرات: التحصيل الأكاديمي، مكان السكن، عمل الأب، ومستوى تعليم الأب والأم.

دراسة الوقاد (2012) هدفت إلى تعرف نسبة إسهام كلاً من: المعتقدات المعرفية لنموذج شومير، وفاعلية الذات، طبقاً لنموذج بانديرا في التفكير الإيجابي والسلبي لدى عينة من طلاب الجامعة. وطبقت الدراسة على عينة تتكون من (400) طالباً وطالبة بمصر، وطبقت استبانة التفكير الإيجابي ترجمة الباحث. وبينت النتائج وجود تأثير دال إحصائياً للمعتقدات المعرفية لطلاب الجامعة، وفاعلية ذاتهم في قدرتهم على التفكير بصورة إيجابية.

دراسة السلمي (2014) هدفت إلى تعرف أبعاد جودة الحياة والتفكير الأكثر شيوعاً لدى طلاب جامعة أم القرى، وكذلك التعرف على الفروق في متوسطات الدرجات للتفكير الإيجابي وجودة الحياة لدى طلاب جامعة أم القرى في ضوء (التخصص-المستوى الدراسي-الحالة الاجتماعية-المعدل التراكمي-مستوى تعليم الأب-الأم)، وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (304) طالباً. واستخدم مقياسي جودة الحياة والتفكير وخلصت الدراسة الى نتائج منها: توجد علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الصحة النفسية كأحد أبعاد جودة الحياة والتفكير الإيجابي، وأن زيادة الشعور بجودة الحياة الأسرية يصاحبها زيادة في التفكير الإيجابي وأن زيادة الشعور بجودة الحياة الاجتماعية كأحد ابعاد جودة الحياة يصاحبها زيادة في التفكير الإيجابي.

ب/ دراسات تناولت التوافق الأكاديمي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى:

دراسة الرفوع والقرارة (2004) استهدفت قياس التوافق الأكاديمي لدى طالبات تربية الطفل بكلية الطفيلية وعلاقته بالتحصيل الدراسي، تألفت العينة من (180) طالبة وباستخدام مقياس التوافق للحياة الجامعية، وتبين أن العينة تتمتع بتوافق دراسي، وكذلك أظهرت الدراسة عدم وجود أي علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التوافق والتحصيل الأكاديمي.

دراسة الجبوري والحمداني (2006) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق مع المجتمع الجامعي والاتجاه نحو التخصص الأكاديمي والجنس والسنة الدراسية وبيئة السكن والقسم الذي يدرس فيه الطالب لدى طلبة جامعة المرح في ليبيا، تألفت العينة من (410) طالباً وطالبة طبق عليهم مقياس الاتجاهات نحو التخصص ومقياس التوافق مع المجتمع الجامعي، وتوصلت الدراسة إلى أن العينة تتمتع بتوافق واتجاه إيجابي وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير السنة الدراسية لصالح السنة الأعلى ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمتغيرات الأخرى.

دراسة ويلسون وآخرون (Wilson et al, 2007) هدفت إلى معرفة دور كل من تقدير الذات والتفاؤل والانبساطية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط التي يتعرض لها الطالب الجامعي والتوافق مع الحياة الجامعية تكونت عينة الدراسة من (242) طالباً جامعياً متوسط أعمارهم (20) سنة، طبق عليهم أدوات لقياس التفاؤل والضغط والتوافق مع الحياة الجامعية والصحة الجسدية وتقدير الذات، وأوضحت نتائج الدراسة أن كل من التفاؤل وتقدير الذات من مخففات للناتج السلبية للضغوط التي يتعرض لها الطالب الجامعي كما أنهما يضعفان من قوة وقيمة العلاقة بين الضغوط والتوافق مع الحياة الجامعية وأنهما أيضاً ينبئان بالتوافق الجيد مع الحياة الجامعية.

دراسة راموس ونيكولاس (Ramos & Nicholas, 2007) هدفت إلى معرفة العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والفاعلية الذاتية لدى طلبة الجامعة، أجريت الدراسة على عينة من (192) طالباً متوسط أعمارهم (22،1) سنة طبق عليهم مقياس الكفاءة الذاتية (الفاعلية الذاتية) ومقياس التوافق مع الحياة الجامعية وقائمة بيانات أولية، ودلت النتائج أن طلبة السنة الأولى من ذوي الفاعلية الذاتية المرتفعة لديهم توافق أعلى مع الحياة الجامعية مقارنة بأقرانهم من منخفضي الفاعلية الذاتية، وتبين وجود ارتباط دال وموجب بين الفاعلية الذاتية والتوافق مع الحياة الجامعية في مختلف السنوات الدراسية الجامعية.

دراسة ميشيل وآخرون (Michel et al, 2008) استهدفت الكشف عن القدرة التنبؤية لسوء التوافق المدرسي في تسرب الطلاب من دراسته، تكونت عينة الدراسة من طلاب المدارس الابتدائية والمتوسطة عددهم (13300) نسبة (45%) منهم من الذكور ونسبة (55%) من الإناث بلغ عدد من تسربوا دراسياً من أفراد العينة الكلية نسبة (3%) طبق عليهم مقياس للتوافق المدرسي واستبيان التسرب المدرسي واستمارة البيانات الأولية، وقد أسفرت الدراسة عن أن سوء التوافق المدرسي ارتبط بصورة سلبية دالة بالتسرب الدراسي فالمشكلات التي يعاني الطالب في مدرسته وعدم اندماجه مع زملائه ومدرسيه لها الصدارة في احتمالية ترك الطلاب دراسته وقد ارتبط سوء التوافق المدرسي بانعدام الحافز للإنجاز الأكاديمي، أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة بين الجنسين لصالح الذكور في كل من سوء التوافق المدرسي والتسرب الدراسي.

دراسة القوموي وسلامة (2011) هدفت تعرف مستوى التوافق الجامعي لدى طلبة البكالوريوس في الأكاديمية إضافة إلى تحديد الفروق في التوافق الجامعي تبعاً لمتغير الجنس والتخصص، ومعدل الثانوية العامة ومكان السكن الدائم ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على جميع طلبة البكالوريوس في الأكاديمية في تخصص علم النفس الأمني وأنظمة المعلومات والبالغ عددهم (121) طالباً وطالبة وطبق عليهم مقياس التوافق الجامعي، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق الكلي كان مرتفعاً لدى أفراد العينة فضلاً عن وجود فروق دالة في التوافق بين الجنسين لصالح الذكور بينما لم تكن الفروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة تبعاً لمتغير التخصص ومعدل الثانوية العامة ومكان السكن الدائم.

دراسة هبارد ودفيس (Hibbard & Davies, 2011) هدفت إلى دراسة العلاقة بين الكمالية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب الجامعات والمدارس الخاصة والحكومية على عينة قوامها (17132) من طلاب متوسط أعمارهم (22،5) عاماً وانحراف معياري (5.6) عاماً، طبق عليهم مقياس الكمالية المتعدد الأبعاد ومقياس الاكتئاب ومقياس التوافق الجامعي ومقياس الدافعية، كشفت الدراسة ضمن نتائجها عن وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين التوافق الجامعي وأبعاد الكمالية مثل (القلق بشأن الأخطاء ونقد الوالدين والمعايير الشخصية غير الواقعية التي يضعها الفرد لنفسه في أداء الأعمال).

ج/ دراسات تناولت التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي:

دراسة العبيدي (2013) هدفت تعرف طبيعة التفكير (الإيجابي- السلبي) لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالتوافق الأكاديمي، فضلاً عن التعرف على الفروق في التفكير (الإيجابي-السلبي) والتوافق الأكاديمي لدى الطلبة وفق متغير (الجنس-التخصص الدراسي-المرحلة الدراسية) وتألفت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة تم اختيارهم عشوائياً، وتم تطبيق مقياس الدراسة (التفكير الإيجابي-السلبي، التوافق الأكاديمي) من إعداد الباحثة، وقد أسفرت النتائج عن الآتي: إن الطلبة يتمتعون بنمط تفكير إيجابي ومستوى مرتفع من التوافق الأكاديمي، وعدم وجود فروق في نمط (التفكير الإيجابي-السلبي) وكذلك في التوافق الأكاديمي تعزى لمتغير (الجنس-التخصص الأكاديمي- المرحلة الدراسية)، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي.

دراسة جوش (Joshi, 2013) هدفت لمعرفة تأثير برنامج للتفكير الإيجابي على التوافق الدراسي للطلاب المراهقين، شملت عينة من (40) طالب وطالبة يدرسون في الصف التاسع والثاني عشر في المرحلة الثانوية، وتم تطبيق مقياس بورو (Borow) للتوافق الأكاديمي قبل وبعد برنامج التفكير الإيجابي (ساعة واحدة يومياً لمدة ثلاثة أسابيع) للحكم على فعالية برنامج التفكير الإيجابي وباعتماد على المنهج التجريبي، وأظهرت النتائج أن البرنامج كان فعالاً لطلبة والطالبات على حد سواء. وكذلك للمستويات الثلاثة من الصفوف، وفعالية برنامج التفكير الإيجابي حيث يمكن أن تساعد تقنيات التفكير الإيجابي المراهقين للحد من مشاكلهم المتعلقة بالتوافق الدراسي.

التعليق على الدراسات السابقة:

- اتفقت الدراسة الحالية مع دراسات المحور الأول في تناولها موضوع التفكير الإيجابي إلا أنها تناولت علاقة التفكير الإيجابي بمتغيرات أخرى، واتفقت الدراسة الحالية مع دراسات المحور الثاني في تناولها موضوع التوافق الأكاديمي إلا أن هذه الدراسات تناولت علاقة التوافق الأكاديمي مع متغيرات أخرى. واتفقت الدراسة الحالية مع دراسات المحور الثالث في تناولها متغيري التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي.
- اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي ما عدا دراسة جوش (Joshi, 2013) التي استخدمت المنهج التجريبي.
- اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في العينة وهم طلبة الجامعة ما عدا دراسة ميشيل وآخرون (Michel et al, 2008) إذ كانت العينة طلاب المدارس الابتدائية والمتوسطة، ودراسة جوش (Joshi, 2013) إذ كانت العينة طلبة المرحلة الثانوية.
- اتفقت الدراسة الحالية مع دراسات المحور الأول في استخدامها مقياس التفكير الإيجابي، ومع دراسات المحور الثاني في استخدامها مقياس التوافق الأكاديمي، ومع دراسات المحور الثالث في استخدامها مقياسي التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي.

منهج البحث: بناء على أهداف وطبيعة تساؤلات البحث فقد تم استخدام المنهج التنبؤي للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من جميع طلاب كلية العلوم الاجتماعية، والبالغ عددهم (953) طالباً في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 1443/1444هـ.

عينة البحث: اختيرت العينة بالطريقة العشوائية، وتكونت من (271) طالباً من كلية العلوم الاجتماعية في التخصص (الخدمة الاجتماعية-الإعلام) وفي السنة (الأولى-الرابعة) للعام الدراسي 1443-1444هـ، بنسبة (28.4%) من المجتمع.

أدوات البحث: تحقيقاً لأهداف البحث فقد تمثلت أدوات البحث فيما يلي:

أولاً: مقياس التوافق الأكاديمي

وصف المقياس: أعد المقياس شاهين (2010) اعتماداً على مقياس يوجوك (Uguak, 2006) للتكيف الأكاديمي ومقياس بارسونز (Parsons, 2001) للتكيف الأكاديمي حيث قام شاهين (2010) بترجمة فقرات المقياسين وأعد مقياساً موحداً تكون من (49) فقرة وزعت على مجالات التوافق الأكاديمي، وهي مجال (التوافق الجامعي، تماسك الطلبة، مشاركة الطلبة، تعاون الطلبة).

صدق المقياس: تحقق الباحث من الصدق بالطرائق التالية:

- **صدق المحكمين (صدق المحتوى):**
- تم التأكد من صدق المحتوى المقياس بعرضه على (7) من المحكمين الأكاديميين من ذوي الخبرة والتخصص في التربية وعلم النفس، وقد طلب من المحكمين إبداء رأيهم في مقياسه في صورته الأولية من حيث: مدى وضوح الفقرة، ومدى انتمائها للمجال، وصياغتها ومدى كفاية الفقرات، وأية ملاحظات يرونها مناسبة (من حذف أو إضافة عبارات)، وقام الباحث بعد ذلك بدراسة ملاحظات المحكمين واقتراحاتهم، وبلغت نسبة اتفاق المحكمين على فقرات المقياس أكثر من (90%) من عدد المحكمين. وبناء على هذه التعديلات أصبح عدد فقرات المقياس (36) فقرة موزعة على أربعة مجالات كما بالجدول التالي:

الجدول رقم (1): توزيع فقرات مقياس التوافق الأكاديمي

م	المجال	الفقرة	العدد
1	التوافق الجامعي	16-1	16
2	تماسك الطلبة	22-17	6
3	مشاركة الطلبة	31-23	9
4	تعاون الطلبة	36-32	5
36	الإجمالي		

بعد إجراء هذه التعديلات على المقياس فقد تحقق الباحث من الصدق والثبات لمقياس التوافق الأكاديمي بالطرائق التالية:

- **صدق الاتساق الداخلي:** تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه وكذلك معاملات ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية للمجال والدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة استطلاعية بلغت (40) طالباً من طلاب كلية العلوم الاجتماعية وهم من خارج عينة البحث الأساسية، وجاءت النتائج وفق الآتي:

الجدول رقم (2): قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال لمقياس التوافق الأكاديمي

التوافق الجامعي		تماسك الطلبة		مشاركة الطلبة		تعاون الطلبة	
م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط
1	**0.39	9	**0.39	17	*0.33	23	**0.51
2	**0.41	10	**0.47	18	**0.51	24	**0.46
3	**0.45	11	**0.38	19	*0.36	25	**0.45
4	**0.42	12	**0.43	20	**0.51	26	**0.40
5	**0.52	13	*0.38	21	*0.56	27	**0.47
6	**0.50	14	**0.46	22	**0.59	28	*0.34
7	*0.36	15	**0.52	-	-	29	**0.56
8	*0.38	16	**0.46	-	-	30	**0.51
-	-	-	-	-	-	31	**0.57

** القيمة دالة عند 0.01 & * القيمة دالة عند 0.05

يتضح من الجدول (2) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه جاءت دالة عند مستوى 0.05 أو 0.01، وقد تراوحت قيمتها بين (0.33-0.59) مما يعني أن الفقرات تقيس ما تقيسه الأبعاد أي يوجد اتساق داخلي مما يعد مؤشراً للصدق.

الجدول رقم (3): قيم معاملات الارتباط بين درجة المجال والدرجة الكلية لمقياس التوافق الأكاديمي

م	المجال	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية
1	التوافق الجامعي	0.83	0.000
2	تماسك الطلبة	0.70	0.000
3	مشاركة الطلبة	0.84	0.000
4	تعاون الطلبة	0.67	0.000

يتضح من الجدول (3) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة المجال والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى 0.01، وقد تراوحت قيمتها بين (0.67-0.84) مما يعني أن المجالات تقيس ما يقيسه المقياس أي يوجد اتساق داخلي مما يعد مؤشراً للصدق.

- ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس بحساب معامل ألفا كرونباخ للمجال والمقياس كاملاً، حيث تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ على بيانات العينة الاستطلاعية وجاءت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (4) : قيم معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التوافق الأكاديمي بمجالاته المختلفة

م	المجال	معامل الثبات
1	التوافق الجامعي	0.87
2	تماسك الطلبة	0.75
3	مشاركة الطلبة	0.83
4	تعاون الطلبة	0.74
	الدرجة الكلية	0.81

يتضح من الجدول (4) أن قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التوافق الدراسي تراوحت بين (0.70-0.89) وبلغت للمقياس كاملاً (0.81) وهي قيم ثبات مرتفعة وتشير لثبات المقياس.

ومما سبق يتضح أن مقياس التوافق الأكاديمي يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق والثبات تبرر استخدامه في البحث الحالي بطريقة تصحيح المقياس: يتم الإجابة على المقياس من خلال مقياس خماسي يتدرج من (أوافق تماماً أو أوافق، أو أوافق إلى حد ما، لا أوافق، اعترض تماماً) وتعطى الدرجات من (5 إلى 1) على التسلسل.

ثانياً: مقياس التفكير الإيجابي

وصف المقياس: أعد من قبل إنجرام وويسنكي (Ingram & Wisnicki, 2005)، واقتباس وترجمة الوقاد (2012) ويتكون المقياس من (30) فقرة في صورة تقرير خماسي التدرج يختار المفحوص بين خمسة بدائل تتراوح بين (أوافق تماماً إلى لا أوافق تماماً) وتطور عبارات المقياس حول مجموعة من الأفكار التي قد تخطر على بال الفرد وتتعلق بالمستقبل وبذاته والآخرين وترتبط بخبراته السابقة ويقوم المفحوص بوضع إشارة على العبارة التي يرى أنها تنطبق عليه أو يوافق عليها.

صدق المقياس: تحقق الباحث من الصدق بالطرائق التالية:

صدق المحكمين (صدق المحتوى): تم التأكد من صدق المحتوى للمقياس بعرضه على (7) من المحكمين الأكاديميين من ذوي الخبرة والتخصص في التربية وعلم النفس، وقد طُلب من المحكمين إبداء رأيهم في المقياس: مدى وضوح الفقرة، ومدى انتمائها للمقياس، وصياغتها، ومدى كفاية الفقرات، وأية ملاحظات يرونها مناسبة (من حذف أو إضافة عبارات)، وقام الباحث بعد ذلك بدراسة ملاحظات المحكمين واقتراحاتهم، وبلغت نسبة اتفاق المحكمين على جميع عبارات المقياس أكثر من (90%) من عدد المحكمين.

صدق الاتساق الداخلي: للتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وجاءت النتائج وفق الجدول الآتي:

الجدول رقم (5): قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس

الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط	م
*0.33	21	**0.45	11	**0.55	1
**0.54	22	**0.44	12	**0.52	2
*0.36	23	**0.45	13	*0.33	3
**0.52	24	**0.52	14	**0.52	4
**0.58	25	**0.38	15	**0.54	5
**0.46	26	**0.56	16	**0.58	6
**0.48	27	**0.44	17	**0.57	7
*0.34	28	**0.43	18	**0.37	8
**0.39	29	*0.31	19	**0.38	9
**0.39	30	**0.46	20	**0.46	10

يتضح من الجدول (5) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرات والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة عند مستوى (0.05 أو 0.01)؛ مما يعني أن الفقرات تقيس ما يقيسه المقياس أي يوجد اتساق داخلي مما يعد مؤشراً للصدق.

- ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وبطريقة التجزئة النصفية وجاءت النتائج كما بالجدول (6):

الجدول رقم (6): قيم معاملات الثبات لمقياس التفكير الإيجابي

م	الطريقة	معامل الثبات
1	ألفا كرونباخ	0.73
2	التجزئة النصفية بعد التصحيح	0.78

يتضح من الجدول (6) السابق أن قيمة معامل الثبات للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ بلغت (0.73) وبطريقة التجزئة النصفية بلغت (0.78) وهي قيم ثبات جيدة وتشير لثبات المقياس

ومما سبق يتضح أن مقياس التفكير الإيجابي يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق والثبات تبرر استخدامه في البحث الحالي.

طريقة تصحيح المقياس: تصحح جميع العبارات بطريقة ليكرت (5-1) على التسلسل، حيث قام مترجم المقياس بصياغة جميع الفقرات في صورة إيجابية، تتراوح بين أوافق تماماً إلى لا أوافق تماماً وتكون أعلى درجة يأخذها المفحوص (5) وأقل درجة (1).

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها:

نتائج السؤال الأول: ما مستوى التوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار (ت) للمجموعة الواحدة لتعرف درجة الطلاب على كل مجال والدرجة الكلية وذلك بتحديد متوسط فرضي هو نصف الدرجة على المجال والدرجة الكلية للمقياس، ومقارنة المتوسط الفعلي بالمتوسط الفرضي¹، وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

¹ يحسب المتوسط الفرضي لكل مجال وللمقياس ككل من خلال ضرب عدد بنود المجال أو المقياس ككل بالقيمة الوسطى (3)

الجدول (7) قيم ت ودلالاتها للفروق بين المتوسطين الفرضي والحقيقي لمقياس التوافق الأكاديمي

الترتيب	الدرجة	المتوسط الوزني	القيمة الاحتمالية	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الفعلي	المتوسط الفرضي	الدرجة الكلية	المجال
3	مرتفعة	3.74	0.000	35.41	8.31	59.82	48	80	التوافق الجامعي
2	مرتفعة	3.93	0.000	40.25	2.92	23.58	18	30	تماسك الطلاب
4	مرتفعة	3.55	0.000	36.27	4.31	31.96	27	45	مشاركة الطلاب
1	مرتفعة	3.96	0.000	31.61	3.14	19.81	15	25	تعاون الطلاب
	مرتفعة	3.72	0.000	44.83	14.68	133.97	108	180	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (7) أنه بالنسبة لكل مجال من مجالات المقياس ولمقياس التوافق الأكاديمي ككل تبين أنه توجد فروق بين المتوسطين الفعلي والفرضي لصالح المتوسط الفعلي للطلاب، إذ كانت القيم الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة الافتراضي (0.05). وتشير هذه النتيجة إلى أن طلاب كلية العلوم الاجتماعية أعلى من المتوسط في توافقتهم الأكاديمي.

كما تم التحقق أيضاً من درجة التوافق الأكاديمي من خلال حساب المتوسط الوزني (من خلال قسمة متوسط المجال على عدد بنوده) وتطبيق المعيار التالي للحكم على درجة التوافق الأكاديمي.

- إذا كان المتوسط يقع بين 1- أقل من 1.80 فهي تشير إلى درجة منخفضة جداً.
- إذا كان المتوسط يقع بين 1.80- أقل من 2.60 فهي تشير إلى درجة منخفضة.
- إذا كان المتوسط يقع بين 2.60- أقل من 3.40 فهي تشير إلى درجة متوسطة.
- إذا كان المتوسط يقع بين 3.40 - أقل من 4.20 فهي تشير إلى درجة مرتفعة.
- إذا كان المتوسط يساوي أو أكبر من 4.20 فهي تشير إلى درجة مرتفعة جداً.

فبلغ المتوسط الوزني (3.74) للتوافق الجامعي، وبلغ (3.93) لبعده تماسك الطلبة، وبلغ (3.55) لبعده مشاركة الطلبة، وبلغ (3.96) لبعده تعاون الطلبة، وللدرجة الكلية بلغ (3.72) وجميعها قيم تدل على درجة مرتفعة من التوافق الأكاديمي. وهذه النتيجة تشير إلى أن طلاب كلية العلوم الاجتماعية على مستوى مرتفع من التوافق الأكاديمي فهم على علاقات جيدة ببعضهم البعض ويتعاونون في أداء المهام الجامعية ويشاركون بعضهم البعض في حل المشكلات وعلاقاتهم جيدة ويحسنون التعامل مع أعضاء هيئة التدريس ويؤدون ما يكلفون به من تكاليفات ومهام ولا يتأخر منهم أحد عن مساعدة الآخر، كما أنهم يمتلكون من الشجاعة ما يمكنهم من مواجهة الآخرين والتأثير فيهم وهذه النتيجة مردها إلى حرص طلاب كلية العلوم الاجتماعية على التعلم والحصول على الدرجات العليا التي ترفع من معدلهم الأكاديمي والحصول على وظائف أو مراتب عليا التي يرغبونها ومن ثم يتعاونون معاً لإنجاز المهام كما أنهم ينشؤون على خدمة الأخر والتعاون معه وحب الخير وعلى الشجاعة في مواجهة الآخرين، كما أن طبيعة المرحلة العمرية يظهر فيها الميل إلى التجمع وتكوين صداقات وبالتالي ظهر لديهم درجة عالية من التوافق الأكاديمي. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الرفوع والقرارة (2004) التي توصلت إلى أن العينة تتمتع بتوافق أكاديمي، ودراسة الجبوري والحمداني (2006) والتي توصلت إلى أن العينة تتمتع بتوافق واتجاه إيجابي. وتتفق كذلك مع دراسة القدومي وسلامة (2011) ودراسة العبيدي (2013) التي أسفرت عن أن العينة تتمتع بمستوى مرتفع من التوافق الأكاديمي.

نتائج السؤال الثاني: ما مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى؟ وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار (ت) للمجموعة الواحدة لتعرف مستوى الطلاب على مقياس التفكير الإيجابي وذلك بتحديد متوسط فرضي هو نصف الدرجة على المقياس ومقارنة المتوسط الفعلي بالمتوسط الفرضي:

الجدول رقم (8): قيم (ت) ودلالاتها للفروق بين المتوسطين الفرضي والحقيقي لمقياس التفكير الإيجابي

الدرجة الكلية	المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الانحراف المعياري	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	المتوسط الوزني	الدرجة
150	90	114.36	12.74	40.28	0.000	3.81	مرتفعة

يتضح من الجدول (8) أن قيمة (ت) للفروق بين المتوسطين الفعلي والفرضي جاءت دالة إحصائياً، إذ كانت القيم الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة الافتراضي (0.05)، وهذه الفروق لصالح المتوسط الفعلي حيث بلغ المتوسط الفرضي (90) بينما كان المتوسط الفعلي للطلاب على مقياس التفكير الإيجابي (36،114) وهذه النتيجة تشير إلى أن مستوى طلاب المرحلة الثانوية في التفكير الإيجابي أعلى من المتوسط. كما تم التحقق أيضاً من مستوى التفكير الإيجابي من خلال حساب المتوسط الوزني الذي بلغ (3.81) وهو ما يشير لمستوى مرتفع من التفكير الإيجابي.

وتشير هذه النتيجة إلى تمتع طلاب كلية العلوم الاجتماعية بمستوى مرتفع من التفكير الإيجابي ف لديهم شعور بالطمأنينة وتفاؤل بشأن المستقبل ويتحكمون في انفعالاتهم ومثابرون على حل المشكلات، ولا يفكرون في الأشياء المؤلمة، ويبدلون جهداً للأداء الجيد بشئ الطرائق ويفكرون قبل العمل وغير ذلك من المؤشرات الإيجابية في التفكير وهذه نتيجة جيدة ومتوقعة في ضوء طبيعة التنشئة الاجتماعية في المنزل والمدرسة والتي يغلب عليها الطابع الديني والتربية على أن ما أصاب الإنسان لم يكن ليخطئه وأن المستقبل بيد الله والتفاؤل بالغد وبالخير كل ذلك توجد جنوره في شخصية الشاب علاوة على ميل طلاب كلية العلوم الاجتماعية إلى حضور المراكز الاجتماعية المنظمة من قبل الجمعيات ومراكز الأحياء مما يقوي لديهم الناحية الإيجابية، كما أن الأعمال التطوعية كثيرة ومتعددة ومن الممكن أن يشارك فيها الطالب وبالتالي تنعكس عليه إيجابية في التفكير والسلوك. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ربيكا (Rebecca, 2003) التي أظهرت نتائجها أن هناك ميلاً لدى أفراد العينة نحو التفكير الإيجابي، ودراسة إدميس (Edmeads, 2004) التي انتهت نتائجها إلى أن ما نسبته (41،4%) من الطلبة قد أظهروا ميلاً نحو التفكير الإيجابي. ودراسة غانم (2005) التي بينت أن نسبة من أظهروا التفكير الإيجابي (40%)، ودراسة العبيدي (2013) التي أسفرت عن أن الطلبة يتمتعون بنمط تفكير إيجابي وعالي.

نتائج السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب كلية العلوم الاجتماعية على مقياس التوافق الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس التفكير الإيجابي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي وذلك عند كل تخصص وصف على حده نظراً لوجود فروق بين التخصصين في كل من التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي وجاءت النتائج كما بالجدول التالي

الجدول رقم (9): قيم معاملات الارتباط بين التوافق الأكاديمي والتفكير الإيجابي

السنة	التوافق الأكاديمي	التفكير الإيجابي			
		الإعلام			
		الخدمة الاجتماعية	الإعلام		
		القيمة الاحتمالية	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	معامل الارتباط
الأولى	التوافق الجامعي	0.000	0.31	0.000	0.61
	تماسك الطلاب	0.000	0.30	0.000	0.50
	مشاركة الطلاب	0.000	0.46	0.000	0.31
	تعاون الطلاب	0.000	0.47	0.000	0.45
	الدرجة الكلية	0.000	0.50	0.000	0.63
الرابعة	التوافق الجامعي	0.000	0.71	0.000	0.73
	تماسك الطلاب	0.000	0.62	0.000	0.46
	مشاركة الطلاب	0.000	0.51	0.000	0.64
	تعاون الطلاب	0.000	0.53	0.000	0.51
	الدرجة الكلية	0.000	0.74	0.000	0.73

يتضح من الجدول (9) أن القيم الاحتمالية كانت أصغر من مستوى الدلالة الافتراضي (0.05)، وبالتالي يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى كل تخصص وكل سنة دراسية مما يعني أن العلاقة طردية قوية بين التفكير الإيجابي ككل والتوافق الأكاديمي ككل فمع زيادة التفكير الإيجابي تزداد القدرة على التوافق الأكاديمي.

ويمكن تفسير النتيجة الحالية بأن التفكير الإيجابي يرتبط بالتوافق الأكاديمي فكلما زاد مستوى التفكير الإيجابي زادت القدرة على التوافق الأكاديمي وهذه النتيجة منطقية في ضوء أن الذي يتمتع بدرجة عالية من التفكير الإيجابي لديه اتجاهات موجبة نحو نفسه ونحو الآخرين ومن ثم يستطيع أن يقيم علاقات جيدة معهم ويتوافق ويتكيف بسهولة معهم بعكس الذي يحمل أفكار سلبية عن نفسه وعن الآخرين والذي يتشكك فيمن حوله وبالتالي فلا يقيم علاقات بسهولة مع الآخرين وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة إدميس (Edmeads, 2004) التي أظهرت الدراسة وجود علاقة بين نمطي التفكير ومتغيري التحصيل، ودراسة راموس ونيكولاس (Ramos & Nicholas, 2007) التي توصلت إلى وجود ارتباط دال وموجب بين الفاعلية الذاتية والتوافق مع الحياة الجامعية في مختلف السنوات الدراسية الجامعية. كما تتفق مع دراسة الوقاد (2012) التي كان من نتائجها وجود تأثير دال إحصائياً للمعتقدات المعرفية لطلاب الجامعة، وفاعلية ذاتهم في قدرتهم على التفكير بصورة إيجابية. وتتفق مع دراسة وريبيكا (Rebecca, 2003) التي أشارت إلى وجود فروق دالة لصالح التفكير الإيجابي كعامل وسيط يساهم في التغلب على القلق والضغوط والغضب والعدوانية، ودراسة السلمي (2014) التي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الصحة النفسية والتفكير الإيجابي، ودراسة العبيدي (2013) التي بينت وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي، ودراسة جوشي (Joshi, 2013) التي توصلت إلى فعالية برنامج التفكير الإيجابي حيث يمكن أن تساعد تقنيات التفكير الإيجابي المراهقين للحد من مشاكلهم المتعلقة بالتوافق الأكاديمي.

نتائج السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى على مقياس التوافق الأكاديمي تعزى إلى التخصص والسنة الدراسية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين متعدد المتغيرات التابعة (MANOVA) (2×2) للتخصص والسنة الدراسية كمتغيرات مستقلة على التوافق الأكاديمي بأبعاده كمتغير تابع، وذلك بعد التحقق من صلاحية البيانات حيث بلغت

قيمة (Wilks' Lambda) للسنة الدراسية (0.91)، وقيمة (ف) (10.62) وهي قيمة دالة، بينما بلغت قيمة (Wilks' Lambda) للتخصص (0.95)، وقيمة (ف) (3.51) وهي قيمة دالة إحصائياً، وعليه فإنه يمكن استخدام تحليل التباين، وجاءت النتائج كما بالجدول (10) التالي:

الجدول (10) قيم (ف) ودلالاتها لأثر التخصص والسنة الدراسية على التوافق الأكاديمي

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	د. ح	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
السنة الدراسية (س)	التوافق الجامعي	751.359	1	751.359	21.903	0.000
	تماسك الطلاب	92.064	1	92.064	19.684	0.000
	مشاركة الطلاب	369.172	1	369.172	25.537	0.000
	تعاون الطلاب	37.051	1	37.051	4.147	0.019
	الدرجة الكلية	5018.608	1	5018.608	27.301	0.000
التخصص (ت)	التوافق الجامعي	307.490	1	307.490	6.206	0.000
	تماسك الطلاب	34.209	1	34.209	4.118	0.020
	مشاركة الطلاب	195.331	1	195.331	12.027	0.000
	تعاون الطلاب	41.168	1	41.168	5.008	0.018
	الدرجة الكلية	1907.118	1	1907.118	10.349	0.000
ارتباط (س × ت)	التوافق الجامعي	406.301	1	406.301	7.582	0.000
	تماسك الطلاب	10.171	1	10.171	1.498	0.324
	مشاركة الطلاب	99.351	1	99.351	6.098	0.000
	تعاون الطلاب	38.150	1	38.150	4.108	0.021
	الدرجة الكلية	1205.907	1	1205.907	8.672	0.000
الخطأ	التوافق الجامعي	16001.051	267	59.929		
	تماسك الطلاب	1735.197	267	6.499		
	مشاركة الطلاب	4195.205	267	15.712		
	تعاون الطلاب	2087.198	267	7.817		
	الدرجة الكلية	57414.622	267	215.036		

يتضح من الجدول (10) السابق ما يلي:

- أ- الفروق وفقاً للسنة الدراسية: بالنسبة لكل مجال من مجالات المقياس وبالنسبة لمقياس التوافق الأكاديمي ككل تبين أنه توجد فروق بين السنة (الأولى - الرابعة) لصالح السنة الثانية، وتشير هذه النتيجة إلى أن طلاب السنة الثانية أعلى في توافقيهم الدراسي من طلاب السنة الأولى.
- ب- الفروق وفقاً للتخصص: بالنسبة لكل مجال من مجالات المقياس وبالنسبة لمقياس التوافق الأكاديمي ككل تبين أنه توجد فروق بين التخصصين الخدمة الاجتماعية والإعلام في لصالح الخدمة الاجتماعية. وتشير هذه النتيجة إلى أن طلاب تخصص الخدمة الاجتماعية أعلى في توافقيهم الأكاديمي من طلاب تخصص الإعلام.
- ت- أثر الارتباط المشترك بين السنة الدراسية والتخصص: وجود أثر دال لارتباط السنة الدراسية والتخصص على تباين درجات الطلاب على مقياس التوافق الأكاديمي (الأبعاد والدرجة الكلية) ما عدا بعد تماسك الطلاب فلم يكن التفاعل دال إحصائياً إذ كانت القيمة الاحتمالية له أكبر من (0.05)، وهذه النتيجة تشير إلى أن أثر السنة الدراسية على التوافق الأكاديمي يتوقف على التخصص.
- وهذه النتيجة مفادها أنه توجد فروق في التوافق الأكاديمي وفقاً للسنة الدراسية فطلاب السنة الرابعة أكثر توافقاً من طلاب السنة الأولى، كما أن هناك فروق في مستوى التوافق وفقاً للتخصص فطلاب تخصص الخدمة الاجتماعية أكثر توافقاً من

طلاب تخصص الإعلام ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن التوافق الأكاديمي يرتبط بالسن فالأكبر سناً يكون لديهم قدرة أكبر على التوافق وتكوين صداقات وأكثر شجاعة وقدرة على التعامل مع الآخرين مقارنة بالأصغر سناً، أما تخصص الخدمة الاجتماعية فهم لطبيعة دراستهم التي تحثهم أكثر على التعاون ومشاركة الآخرين والمجتمع وحب الخير لهم فهم أكثر توافقاً وانسجاماً بالمقارنة بطلبة تخصص الإعلام. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الجبوري والحمداني (2006) حيث وجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير السنة الدراسية لصالح السنة الأعلى. كما تختلف عن دراسة القدومي وسلامة (2011) التي توصلت إلى أن الفروق لم تكن دالة إحصائياً بين أفراد العينة تبعاً لمتغير التخصص.

نتائج السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى على مقياس التفكير الإيجابي تعزى إلى التخصص والسنة الدراسية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار تحليل التباين الثنائي (2×2) لتعرف أثر كل من التخصص والصف الدراسي والتفاعل بينهما على التفكير الإيجابي، وجاءت النتائج كما بالجدول (11) التالي:

الجدول رقم (11): قيمة (ف) ودلالاتها للفروق في التفكير الإيجابي وفقاً للتخصص والسنة الدراسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
السنة	527.402	1	527.402	2.18	0.305
التخصص	2647.109	1	2647.109	20.37	0.000
السنة × التخصص	291.271	1	291.271	1.04	0.478
الخطأ	35417.190	268	132.154		

يتضح من الجدول (11) ما يلي:

أ. الفروق وفقاً للسنة الدراسية: جاءت قيمة (ف) للفروق بين الطلاب وفقاً للصف غير دالة؛ مما يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب السنة الأولى والرابعة في التفكير الإيجابي.

ب. الفروق وفقاً للتخصص: جاءت قيمة (ت) للفروق بين التخصصين الخدمة الاجتماعية والإعلام في التفكير الإيجابي دالة لصالح تخصص الخدمة الاجتماعية.

ج. أثر الارتباط المشترك بين السنة الدراسية والتخصص:

جاءت قيمة (ف) لأثر الارتباط بين السنة الدراسية والتخصص على التفكير الإيجابي غير دالة؛ مما يعني أن الدرجة على مقياس التفكير الإيجابي وفقاً لأحد المتغيرين لا تتأثر بمستويات المتغير الآخر.

وتشير هذه النتيجة إلى أن طلاب السنة الأولى والرابعة على درجة عالية من التفكير الإيجابي ولا فرق بينهم في ذلك بينما طلاب تخصص الخدمة الاجتماعية أعلى درجة في التفكير الإيجابي بالمقارنة بطلاب تخصص الإعلام ويمكن رد ذلك إلى طبيعة تخصص الخدمة الاجتماعية وكثرة المقررات في العلوم الإنسانية والاجتماعية التي تحث على الإيجابية والتعاون وحسن الظن بالله وترك التشاؤم والسلبية على اعتبار أن الإيجابية من سمات الشخصية الناجحة والمسلمة. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة هافرين (Haveren, 2004) التي انتهت إلى أن الطلبة سواء كانوا في السنة الأولى أو الأخيرة فإنهم لا فروق جوهرية بينهم من حيث مستوى التفكير السلبي والإيجابي، بينما تختلف مع دراسة ريبكا (Rebecca, 2003) التي أظهرت أن هناك ميلاً لدى أفراد العينة نحو التفكير الإيجابي، بينما أظهرت النتائج عدم وجود تأثيراً للتخصص.

نتائج السؤال السادس: ما القدرة التنبؤية للتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل الانحدار البسيط للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي كدرجة كلية من خلال درجات التفكير الإيجابي لدى كل تخصص وكل سنة دراسية على حدة نظراً لوجود فروق بينهما في التوافق الأكاديمي والتفكير الإيجابي وجاءت النتائج كما يلي:

أولاً: السنة الأولى تخصص الخدمة الاجتماعية

أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي حيث بلغت قيمة (R^2) (0.23) مما يعني أن التفكير الإيجابي يتنبأ ب (23%) من التوافق الأكاديمي للطلاب وجاءت دلالة (ف) لتحليل الانحدار كما بالجدول التالي:

الجدول رقم (12): قيمة ف ودلالاتها للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من التفكير الإيجابي لدى طلاب السنة الأولى في

تخصص الخدمة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
الانحدار	2856.652	1	2856.652	36.4	0.000
البواقي	9357.197	48	194.942		
الكلية	12213.849	49			

يتضح من الجدول (12) أن قيمة (ف) لدلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي جاءت دالة مما يشير إلى دقة التنبؤ. وجاءت معادلة التنبؤ كالتالي:

$$\text{التوافق الأكاديمي} = 74.8 + 10.49^1 \text{ التفكير الإيجابي}$$

ثانياً: السنة الأولى تخصص الإعلام

أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي إذ بلغت قيمة (R^2) 39,0 أي أن التفكير الإيجابي يتنبأ ب 39% من التوافق الأكاديمي لطلاب تخصص الإعلام وجاءت دلالة (ف) لتحليل الانحدار وفق التالي:

الجدول رقم(13): قيمة ف ودلالاتها للتنبؤ بالتوافق الدراسي من التفكير الإيجابي لدى طلاب السنة الأولى في

تخصص الاعلام

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
الانحدار	11827.319	1	11827.319	94.8	0.000
البواقي	17085.725	77	221.983		
الكلية	28913.044	78			

يتضح من الجدول (13) أن قيمة (ف) لدلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي جاءت دالة مما يشير إلى دقة التنبؤ. وجاءت معادلة التنبؤ كالتالي:

$$\text{التوافق الأكاديمي} = 58.13 + 64.0 \text{ التفكير الإيجابي}$$

ثالثاً: السنة الرابعة تخصص الخدمة الاجتماعية

أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي حيث بلغت قيمة (R^2) 0,54 مما يعني أن التفكير الإيجابي يتنبأ ب 54% من التوافق الأكاديمي للطلاب وجاءت دلالة (ف) لتحليل الانحدار كما بالجدول التالي:

¹ تم الحصول على قيم الثابت والميل في جميع معادلات الانحدار من خلال جدول ثوابت معادلة الانحدار المستخرجة عند حساب تحليل الانحدار البسيط من برنامج SPSS.

الجدول رقم(14): قيمة ف ودلالاتها للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من التفكير الإيجابي لدى طلاب السنة الثانية في

تخصص الخدمة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
الانحدار	8364.051	1	8364.051	78.31	0.000
البواقي	6109.317	53	115.270		
الكلي	14473.368	54			

يتضح من الجدول (14) أن قيمة (ف) لدلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي جاءت دالة مما يشير إلى دقة التنبؤ. وجاءت معادلة التنبؤ كالتالي:

$$\text{التوافق الأكاديمي} = 40.2 + 0.91 \text{ التفكير الإيجابي}$$

رابعاً: السنة الرابعة تخصص الاعلام

أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي إذ بلغت قيمة (R^2) 0,51 أي أن التفكير الإيجابي يتنبأ ب 51% من التوافق الأكاديمي لطلاب تخصص الاعلام وجاءت دلالة (ف) لتحليل الانحدار وفق التالي:

الجدول رقم (15) : قيمة ف ودلالاتها للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من التفكير الإيجابي لدى طلاب السنة الثانية

تخصص الاعلام

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	القيمة الاحتمالية
الانحدار	19371.038	1	20593.897	147.06	0.000
البواقي	12609.174	85	148.343		
الكلي	31980.212	86			

يتضح من الجدول (15) أن قيمة (ف) لدلالة معامل الانحدار للتنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال التفكير الإيجابي جاءت دالة مما يشير إلى دقة التنبؤ. وجاءت معادلة التنبؤ كالتالي:

$$\text{التوافق الأكاديمي} = 37.1 + 89.0 \text{ التفكير الإيجابي}$$

ومما سبق يدل على معاملات الارتباط العالية بين التفكير الإيجابي والتوافق الأكاديمي والذي اتفقت فيه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة فكون معامل الارتباط مرتفعاً فإن إمكانية التنبؤ بأحد المتغيرين من خلال الآخر متوافرة وهو ما أثبتته الدراسة الحالية وتتفق فيه مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة ويلسون وآخرون (Wilson et al, 2007) التي أوضحت أن كل من التفاؤل وتقدير الذات من مخففات النواتج السلبية للضغوط التي يتعرض لها الطالب كما أنهما يضعفان من قوة وقيمة العلاقة بين الضغوط والتوافق مع الدراسة والتعلم وأنهما أيضاً ينبئان بالتوافق الجيد مع إمكانية الدراسة.

مقترحات البحث وتوصياته:

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي:

- عمل برامج تدريبية للطلاب على فنيات التفكير الإيجابي، وعمل برامج توعوية لحث الطلاب على التفاؤل والتعامل بإيجابية مع متطلبات البيئة الجامعية.
- الاهتمام بهوايات الطلاب ومواهبهم للتخلص من التفكير السلبي وتوظيف طاقاتهم.
- تدريب الطلاب على التخطيط الجيد للمستقبل وتحديد الأهداف المهنية والاجتماعية، والإصرار على تحقيقها.
- تدريب الطلاب على مهارات التواصل الاجتماعي لتحسين التفكير الإيجابي تجاه الآخرين.
- تفعيل دور المرشد الأكاديمي في الجامعات خاصة نظراً لكثرة المشكلات المرتبطة بمرحلة الشباب.

المراجع:

1. بايلس، سليجمان. (2009). *قوة التفكير الإيجابي*. (ترجمة: هند رشدي). كنوز للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

2. بيفر، فيرا. (2011). التفكير الإيجابي. (ط.8). مكتبة جرير، الرياض، المملكة العربية السعودية.
3. الجبوري، عبد المحسن؛ والحمداني، سيف الدين. (2006). التوافق مع المجتمع الجامعي وعلاقته بالاتجاه نحو التخصص الدراسي وبعض المتغيرات لدى طلبة جامعة المرح. مجلة العلوم التربوية والنفسية. 7 (1). 64-77.
4. الرفوع، محمد؛ والقرارة، أحمد. (2004). التكيف وعلاقته بالتحصيل الدراسي. دراسة ميدانية لدى طالبات تربية الطفل بكلية الطفلة الجامعة التطبيقية في الأردن، مجلة جامعة دمشق. 20 (2). 119-146
5. سالم، أماني سعيدة. (2005). فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية (في ضوء النموذج المعرفي). مجلة كلية التربية بالإسماعيلية. 4، 105-169
6. سعيد، هاني. (2013). أسرار الطاقة الخفية. دار الحرية، القاهرة، مصر.
7. السلمي، منصور. (2014). جودة الحياة وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى طلاب جامعة أم القرى. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى: مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.
8. سليمان، مارتين. (2005). السعادة الحقيقية "استخدام حديث في علم النفس الإيجابي". (ترجمة صفاء الاعسر وآخرون). دار العين للنشر، القاهرة، مصر.
9. الشاذلي، عبد الحميد محمد. (2001). الواجبات المدرسية والتوافق النفسي. المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
10. شاهين، أمجد صبري. (2010). إدراكات طلبة المرحلة الثانوية لعدالة المعلمين ودعمهم لهم وعلاقتها بالتوافق الأكاديمي لديهم. [رسالة ماجستير]. قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.
11. شاهين، محمد. (2008). استخدام قوة التفكير الإيجابي. دار طبية للطباعة، الحيزة، مصر.
12. شقورة، عبد الرحيم. (2002). الدافع المعرفي واتجاهات طلبة كليات التمريض نحو مهنة التمريض وعلاقة كل منها بالتوافق الدراسي. [رسالة ماجستير]. قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
13. شكشك، أنس. (2009). مهارات تطوير الشخصية الذاتية. دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
14. صالح، أحمد (2022). رأس المال النفسي والتوافق الأكاديمي كمنبئين لجودة حياة الطلاب ذوي الإعاقة بالجامعة. مجلة العلوم الإنسانية والإدارية، 26، 150-177.
15. عابدين، حسن (2018). تحليل المسار للعلاقات بين الطفو الأكاديمي وقلق الاختبار والثقة بالنفس والتوافق الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية جامعة المنوفية، 33 (4)، 50-111.
16. عبد الخالق، أحمد محمد. (2001). أصول الصحة النفسية. دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
17. العبيدي، عفاء. (2013). التفكير (الإيجابي - السلبي) وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد. المجلة العربية لتطوير التفوق. 4 (7). 124 - 152.
18. عصفور، إيمان. (2013). تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وخفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع. دراسات عربية في التربية وعلم النفس. 3 (42). 13 - 63
19. العصيمي، عبد الله. (2012). العنف الأسري كما يدركه طلبة المرحلة المتوسطة بمحافظة الطائف وعلاقته بالتوافق الدراسي وحب الاستطلاع. [رسالة ماجستير]. قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الطائف، الطائف، المملكة العربية السعودية.
20. العنزي، يوسف. (2008). أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، [رسالة دكتوراه]. قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة القاهرة.

21. عيسى، جابر (2020). فعالية برنامج إرشادي في خفض التلكؤ الأكاديمي وأثره في التوافق الدراسي لدى طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الطائف. *مجلة التربية الخاصة*، 30، 102 – 157.
22. غانم، زياد بركات. (2005). التفكير الإيجابي والسلبى لدى طلاب الجامعة دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والتربوية. *دراسات عربية في علم النفس*. 4(3). 85-138.
23. الفقي، إبراهيم. (2009). *التفكير السلبى والتفكير الإيجابي*. دار الريبة للنشر والتوزيع، الجيزة، مصر.
24. قاسم، عبد المريد. (2009). أبعاد التفكير الإيجابي في مصر دراسة عاملية، *مجلة دراسات نفسية*. 19 (4). 691-723.
25. القدومي، عبد الناصر؛ وسلامة، كمال. (2011). التوافق الجامعي لدى طلبة السنة النهائية بالجامعة في الاكاديمية الفلسطينية للعلوم الامنية في اريحا. *مجلة دراسات تربوية ونفسية*. 72، 206-263.
26. المحاميد، شاكراً؛ وعربيات، أحمد. (2005). اتجاهات طلبة جامعة مؤتة نحو الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بتكيفهم الدراسي. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*. 6(4). 151 – 170.
27. مصطفى، وفاء محمد. (2003). *حقق أحلامك بقوة تفكيرك الإيجابي*. دار ابن حزم للنشر، بيروت، لبنان.
28. الوقاد، مهاب (2012). التنبؤ بالتفكير الإيجابي/السلبى لدى عينة من طلاب الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفاعلية الذات لديهم. *مجلة كلية التربية بينها*. 92، 219-246.
1. Edmeads, J. (2004). The power of negative thinking related with some factors". *Journal Articles*, No.00178748.
 2. Haveren, V. R. (2004). *Levels career decidedness and negative career thinking by athletic status, gender, and academic class*. ProQuest– Dissertation Abstracts No. AAC9963589
 3. Hibbard,R & Davies, k. (2011). Perfectionism and Psychological Adjustment among College Students: Does Educational Conext Matter? *North American Journal of Psychology*, 13(2),187–200.
 4. Joshi.S. (2013). Positive Thinking and Academic Adjustment in Transition Phase. *International MultidisCiplinary Journal of Applied Research*, 4, 153 – 155
 5. Michelle, Isabelle A,Julia, L and Alegria , m. (2008). School Engagement Trajectories and Their Differential Predictive relations to Dropout, *Journal of Social Issues*, 64(1), 21–40.
 6. Ramos,S. & Nicholas,L. (2007). Self–efficacy of first generation and non–first generation college students: the relationship with academic performance and college adjustment ". *Journal of College Counseling*, 10(1), 6–18.
 7. Rebecca, D.E (2003) "*What they think of us; the role of reflected stereotypes in attributions for positive versus negative performance feedback*". ProQuest – Dissertation Abstracts, No. AAC9816837.
 8. Wilson,G ,Paritchard, M & Yammitz, B. (2007). What predicts adjustment among college students? A longitudinal panel study. *Journal of American college Health*, 56(1), 15–21.