جـامعـــة النجاح الوطنية
كليـــة الدراســـات العليـا

التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس

إعداد
إسراء جمال يوسف أبو سارة

إشراف
د. محمد مرشود

قدمت هذه الرسالة استكمالا لمتطلبات الحصول على درجه الماجستير في الارشاد النفسي والتربوي، من كلية الدراسات العليا، في جامعة النجاح الوطنية، نابلس– فلسطين.

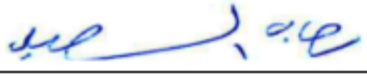
2024

التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس

إعداد

إسراء جمال يوسف أبو سارة

نوقشت هذه الرسالة بتاريخ 2024/11/17م، وأجيزت:

د. محمد مرشود	
المشرف الرئيسي	**التوقيع**
د. رحاب السعدي	
المشرف الخارجي	**التوقيع**
د. فلسطين نزال	
المشرف الداخلي	**التوقيع**

الإهداء

إلى الحضن الدافئ.. القلب الحنون.. الحب الذي لا يفنى.. أمي

إلى الرجل الأول.. الوطن والأمان.. السند والحب.. وكيان الروح.... أبي...

إلى إخواني شمعات العمر.. بلال وزوجته.. محمد وزوجته.. خالد وزوجته.. أحمد وزوجته.. يحيى وزوجته.. وعدي

إلى النور الذي لا ينطفئ.. أختي ياسمين وزوجها

إلى رفيق الدرب.. شريك العمر.. وتوأم الروح.. نبض القلب.. زوجي حمزة

إلى جوهرتي اللامعة.. بريق العمر.. روح الروح.. ابنتي ذهب

إلى عائلتي الثانية.. الورود العطرة

إلى جامعتي الحبيبة.. جامعة النجاح الوطنية

إلى وطني الحبيب.. المعطر برائحة الشهداء.. وطني فلسطين

إلى الأسرى البواسل..

إلى روح من هم أحياء عند ربهم يرزقون.. شهداء غزة الصامدة والضفة الغربية..

إلى أساتذتي الأفاضل...

إلى كل من كان سنداً لي... في كل خطوة أخطوها...

أهديكم ثمرة عملي المتواضع..

الباحثة: إسراء أبو سارة

الشكر والتقدير

الحمد الله رب العالمين والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم..

أشكر الله سبحانه وتعالى على توفيقه لي في الحصول على درجة الماجستير، وأتشرف بشكر كل من له الفضل بعد الله سبحانه وتعالى على إخراج هذه الرسالة بصورتها الحالية.

إلى مشرفي الدكتور الفاضل محمد مرشود، الذي وجدت فيه أستاذاً معطاءاً سخياً في علمه وخلقه، وبذْل الجهد وتقديم التوجيه السليم والرأي السديد الذي ساعدني في تخطي الكثير من الصعاب، فجزاه الله عني كل خير وأمده بدوام الصحة والعافية، له مني كل التقدير والاحترام لما قدمه لي من أجل إتمام الرسالة وإخراجها على أكمل وجه.

كما أتقدم بجزيل الشكر لأعضاء لجنة المناقشة، الممتحن الداخلي الدكتورة فلسطين نزال، كما أتقدم بجزيل الشكر للدكتورة رحاب السعدي التي شرفتني بحضورها المناقشة كممتحناً خارجياً، وحرصهم على تقديم آرائهم ومقترحاتهم التي هي بمثابة وسام شرف وذخراً للعلم والمعرفة، وستكون محل التقدير والاهتمام من قبل الباحثة.

وفي الختام أسأل الله عز وجل، أن يكون ما قدمته في هذه الدراسة علماً ينتفع به.

الباحثة: إسراء أبو سارة

الإقرار

أنا الموقع أدناه مقدم الرسالة التي تحمل عنوان:

التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة هي نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة اليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل أية درجة أو لقب علمي أو بحثي لدى أية مؤسسة تعلمية أو بحثية أخرى.

اسم الطالبة: **إسراء جمال يوسف أبو سارة**

التوقيع: إسراء ابو سارة

التاريخ: **2024/11/17**

فهرس المحتويات

الإهداء ..... ج

الشكر والتقدير ..... د

الإقرار ..... هـ

فهرس المحتويات ..... و

قائمة الجداول ..... ح

قائمة الملاحق ..... ط

الملخص ..... ك

الفصل الأول: سياق الدراسة والإطار النظري 1

1.1 مقدمة الدراسة 1

1.2 الإطار النظري 5

1.3 الدراسات السابقة 30

1.4 مشكلة الدراسة 33

1.5 أسئلة الدراسة 33

1.6 أهداف الدراسة 34

1.7 أهمية الدراسة 35

1.8 حدود الدراسة 35

1.9 مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية 36

الفصل الثاني: منهجية الدراسة 38

2.1 تصميم الدراسة 38

2.2 مجتمع الدراسة 38

2.3 عينة الدراسة 38

2.4 أدوات الدراسة ومؤشرات صدقها وثباتها 41

2.5 المعالجات الإحصائية 47

2.6 متغيرات الدراسة 48

2.7 إجراءات الدراسة 49
الفصل الثالث: نتائج الدراسة 50
3.1 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول 50
3.2 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني 54
3.3 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث 63
3.4 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الرابع 66
3.5 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الخامس 71
3.6 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال السادس 75
الفصل الرابع: مناقشة النتائج والتوصيات 84
4.1 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول 84
2.4 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني 87
4.3 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث 99
4.4 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الرابع 100
4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال الخامس 103
4.6 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال السادس 104
4.7 معيقات الدراسة 105
4.8 المقترحات 106
4.9 التوصيات 107
المصادر العلمية 108
الملاحق 117
Abstract ..... b

قائمة الجداول

جدول (1): الفرق بين التفكير الإيجابي والتفكير السلبي 8

جدول (2): توزيع أفراد عينة الدراسة 40

جدول (3): المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والأبعاد الفرعية 51

جدول (4): المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والأبعاد الفرعية 52

جدول (5): تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي 56

جدول (6): تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي 57

جدول (7): تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر 59

جدول (8): تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن 61

جدول (9): تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية 62

جدول (10): معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس 64

قائمة الملاحق

ملحق (أ): المقاييس بصورتها الاولية 117

ملحق (ب): المقاييس بصورتها النهائية 122

ملحق (ج): المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والفقرات 127

ملحق (د): المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والفقرات 128

ملحق (هـ): المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والفقرات 129

ملحق (و): المتوسطات والانحرافات واختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى) 130

ملحق (ز): المتوسطات والانحرافات واختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسانية، علمية) 131

ملحق (ح): المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي 132

ملحق (ط): المقارنات البعدية بين متوسطين التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي 133

ملحق (ي): المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي 134

ملحق (ك): المقارنات البعدية بين متوسطين التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي 135

ملحق (ل): المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر 136

ملحق (م): المقارنات البعدية بين متوسطين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر 137

ملحق (ن): المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن 138

ملحق (س): المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية 139

ملحق (ع): المتوسطات والانحرافات واختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل) 140

ملحق (ف): معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس (ذكر، أنثى) 141

ملحق (ص): معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الكلية (الإنسانية، العلمية) 142

ملحق (ق): ملخص نموذج تحليل الانحدار الخطي البسيط 143

ملحق (ر): ملخص نموذج تحليل الانحدار الخطي المتعدد 144

ملحق (ش): ملخص نموذج تحليل الانحدار الخطي البسيط 145

ملحق (ت): الجداول 146

التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس

إعداد

إسراء جمال يوسف أبو سارة

إشراف

د. محمد مرشود

الملخص

هدفت الدراسة إلى تقصي مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، والفروق في مستوياتهم تعزى لعدة متغيرات وهي (الجنس، الكلية، المؤهل العلمي، العمل، الحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن، المعدل التراكمي)، والعلاقة الارتباطية بينهم، إضافة لكشف القدرة التنبؤية للتفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت العينة المتيسرة، وتكونت العينة من (441) طالباً وطالبة، واستخدمت مقاييس التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل.

وتوصلت النتائج أن المستوى الكلي للتفكير الإيجابي والتفاؤل قد جاءت بمستوى مرتفع، والمستوى الكلي للتسامح جاء بمستوى متوسط، وتوصلت النتائج لعدم وجود فروق بين متوسطات التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل تعزى لمتغيرات (الجنس، مكان السكن، الحالة الاجتماعية)، وعدم وجود فروق بين متوسطات التسامح تعزى لمتغيرات (الكلية، المؤهل العلمي، المعدل التراكمي، والعمل) وفي التفاؤل تعزى لمتغيري (الكلية، المؤهل العلمي)، بينما توجد فروق بين متوسطات التفكير الإيجابي تعزى لمتغير الكلية لصالح الكلية العلمية، والمؤهل العلمي لصالح الدراسات العليا، والمعدل التراكمي لصالح (جيد، جيد جداً، ممتاز)، والعمر لصالح (25 سنة فاكثر)، والعمل لصالح العاملين، كما توجد فروق بين متوسطات التسامح والتفاؤل تعزى لمتغير العمر لصالح (25 سنة فاكثر)، كما توجد فروق بين متوسطات التفاؤل تعزى لمتغير المعدل التراكمي لصالح (جيد، جيد جداً، ممتاز)، والعمل لصالح العاملين.

وتوصلت النتائج لوجود علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، وتتنبأ أبعاد التفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل، وأوصت الباحثة في إجراء المزيد من الدراسات تتناول موضوع التسامح على مختلف الأعمار، وعمل برامج متابعة للحالة النفسية للطلبة بمختلف المراحل للكشف عن أي اضطرابات تؤثر على التفكير الإيجابي والتسامح لدى الطلبة.

الكلمات المفتاحية: التفكير الإيجابي؛ التسامح؛ التفاؤل؛ جامعة النجاح الوطنية.

الفصل الأول

سياق الدراسة والإطار النظري

1.1 مقدمة الدراسة

ينظر الإسلام إلى الإنسان أنه كائن معزّز مكرم، فضّله الله تعالى على كثيراً من خلقه، وكرم الله الإنسان أنه خلقه في أحسن صورة ونفخ فيه من روحه وأسجد له الملائكة، وأرسل له رسله ليكون خليفته في الأرض كما في قوله تعالى:

- ﴿ وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَٰٓئِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي ٱلْأَرْضِ ﴾ [البقرة: 30].

- ﴿ لَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ فِيٓ أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴾ [التين: 4].

وقد ألغى الإسلام التمييز بين البشر على أساس اللّون واللغة والعرق وغيرها، إذ أن جميع البشر سواسية ولا فرق بينهم إلا بالتقوى، فالرحمة والأخلاق الحميدة لا تقتصر على المسلم دون غيره، وهذا ما جعله ينتشر في العالم بسرعة واعتنقه الكثير من غير المسلمين، بالإضافة إلى ذلك أمر الإسلام بعدم الاعتداء على غير المسلمين بغير حق وممارسة التمييز العنصري ضدهم، بل التعامل معهم بالبر والقسط والإحسان والأخلاق الرفيعة مثل الصدقة وحسن الجوار وحسن الخلق والتعاون على البر والتقوى والتسامح وحسن الظن بهم (الغيث، 2024).

ولكي يحقق الإنسان النجاح والعيش بشكل متوازن، لا بد أن يغير طريقة تفكيره السلبية ونظرته تجاه نفسه والناس والمواقف التي تحدث معه، والسعي لتطوير جميه جوانب الحياة، ويمكن تحقيق ذلك من خلال تحلي الفرد بالتفكير الإيجابي ورسوخ قيم التسامح والتفاؤل في حياته (الدليمي، عبود، و علي، 2013).

ولا بد من قول أن أكثر الفئات في المجتمع تأثيراً وتأثراً بهذه الأفكار والقيم (التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل وغيرها الكثير) هي فئة الشباب وتحديداً مرحلة الجامعة، حيث يمثل طلبة الجامعة شريحة هامة في

المجتمع كونهم يتميزون بالقدرة على العطاء والإنجاز، لأنهم يتعاملون مع بيئات مختلفة من حيث العادات والتقاليد والأفكار والميزات والفروق الفردية، لذلك لا بد من إجراء العديد من الدراسات على هذه الفئة (طلبة الجامعة) ومعرفة كل ما يتعلق بهم وما يمرون به، إذ أن كثير من المجتمعات الإنسانية المتقدمة تكرس مواردها لتطبيق البحوث العلمية المتعلقة بمرحلة الشباب، كونهم ثروة بشرية مهمة، والفئة الأكثر تثقيفاً، ويحملون مسؤوليات وأدوار اجتماعية يحتاج إليها المجتمع للمساهمة في نهضته (المفتي، 2019).

وتعتبر الجامعة أهم معالم التفاعل الاجتماعي في المجتمع، إذ تضم فئة الشباب المتميزة بمرحلة النشاط والطاقة والهمة للعلم والمعرفة وتكوين العلاقات الاجتماعية والصداقات المختلفة، وتستكمل الجامعة دور الأسرة والمدرسة في تنمية الفرد بجميع جوانبه الاجتماعية والجسدية والعقلية، وكذلك تنمية المواهب والميول والقدرات وغيرها، وتساعد الفئة الشابة على تحقيق الذات وتقديرها حسب هرم ماسلو للحاجات (الحاجات الفسيولوجية في قاعدة الهرم، تليها الحاجة للأمن والأمان ثم الحب والانتماء، يأتي بعدها تقدير الذات ورأس الهرم يتمثل في تحقيق الذات)، بالإضافة إلى ترسيخ السمات والقيم الإيجابية في نفوس الشباب لا سيما قيم التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل (محاسنة، 2017).

ويندرج التفكير الإيجابي تحت علم النفس الإيجابي، إذ أن الفرد كائن حي يحمل في طياته الجوانب السلبية والإيجابية، وتُشكَّل شخصيته من خلال الخبرات التي يمر بها، إذ تساعد على فهم ومعرفة الانفعالات الإيجابية التي يظهرها، ويهتم علم النفس بدراسة المشاعر الإيجابية مثل الرضا والسعادة وغيرها، حيث يرتبط التفكير الإيجابي بالنجاح الذي يحققه الفرد إذا غير نمط حياته وأفكاره نحو الأفضل، وتعامله وعلاقته مع الآخرين ليعيش حياة إيجابية سليمة (الدليمي، عبود، و علي، 2013).

ويعد التفكير الإيجابي من السمات الفردية الإيجابية التي تبشر بتحسين جودة الحياة، وتمنع ظهور الأمراض النفسية التي تواجه الفرد بسبب الهموم والأحزان، فالتفكير الإيجابي آلة للتحكم بالذات عن طريق الإنجاز وتعظيم وتوكيد قدرات الفرد وإمكانياته، وعندما يفكر الفرد إيجابياً، يبرمج العقل الباطن للتفكير بشكل إيجابي،

والذي بدوره يؤدي إلى الأعمال الإيجابية، ويستطيع أي فرد أن يولد وبداخله نظرة إيجابية إذا رغب في السعادة، وبذلك يوصف التفكير الإيجابي على أنه قوة خلاقة مبدعة تنتج وتنجز أي عمل، بعكس التفكير السلبي الذي يهدم ويدمر ويسبب القلق في التفكير لدى الفرد، وكلما كان التفكير إيجابياً زاد النجاح، وكلما كان سلبياً زادت المشكلات لدى الفرد (ناصر، 2018).

ويرتبط التفكير الإيجابي بقدرة الفرد على مواجهة صعوبات الحياة وضغوطاتها، حيث أن الطلبة يتجهون في تفكيرهم لفهم السلبيات وتحويلها إلى إيجابيات بعد التعرف عليها وتركيز العقل فيها، وبذلك يجعله يتجنب الآثار النفسية السلبية الناجمة عنها، ويدفعه إلى التركيز على مصادر النجاح وتوابعه بدلاً من التفكير السلبي والشعور بفقدان الأمل والخذلان عند عدم تحقيق ما يسعى له الطالب في حياته (عبد الرحمن، 2015).

وقد عرفت أحمد (2019) التفكير الإيجابي أنه عملية عقلية ترتبط بالسيطرة على أخطاء التفكير وتقويمها وتوجيهها بطرق فعالة تعطي إيجابية لحياة الطالب الشخصية والعملية، مع السماح للأفكار الإيجابية بأن تكون مصدر النجاح.

ويرتبط التفكير الإيجابي بتقدير الذات، فقد كشفت دراسة أجراها المزيني (2013) أن استخدام برنامج مبني على التفكير الإيجابي يؤدي إلى زيادة تقدير الذات لدى الفرد، فكلما تمكن الفرد من تحويل أفكاره السلبية إلى إيجابية والتعامل مع الضغوطات والصعوبات بعقلانية ونظرة تفاؤلية، زاد ذلك من اعتزازه بنفسه وإيمانه بقدرته على التعامل مع مختلف المواقف، وكذلك تظهر المشكلات للفرد مواطن القوة والضعف فيه، وتعزيز مواطن القوة وإعادة النظر بمواطن الضعف (الخطاطبة و الرباعية، 2023).

وتعددت أنماط التفكير الإيجابي لتشمل التفاؤل والضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية وحب التعلم، والرغبة في زيادة الخبرة والشعور بالرضا، والرصيد المعرفي الصحي والتسامح مع الآخرين، وتقبل المسؤولية الشخصية وتقبل الذات والذكاء الاجتماعي (علة و بوزاد، 2016).

وأكد الإعلان العالمي لحقوق الإنسان أن "لكل شخص الحق في حرية التفكير والضمير والدين" (المادة 18) و"حرية الرأي والتعبير" (المادة 19) و" أن التربية يجب أن تهدف إلى تنمية التفاهم والتسامح والصداقة بين جميع الشعوب والجماعات العنصرية أو الدينية" (المادة 26)، والتسامح يعني الاحترام والقبول، ويتعزز التسامح بالمعرفة والانفتاح والاتصال وحرية الفكر والضمير والمعتقد، وهو ليس واجبا أخلاقيا فحسب، بل هو واجب سياسي وقانوني أيضا، وهو لا يعني التنازل أو التساهل بل التسامح هو اتخاذ موقف إيجابي فيه إقرار بحق الآخرين في التمتع بحقوق الإنسان وحرياته الأساسية المعترف بها عالمياً (اليونسكو، 1995).

وقد يختلف التفاؤل من فرد لآخر باختلاف العمر، وبقدر ما تستمد فوائد التفاؤل، جزئياً على الأقل، من ميل المتفائل إلى إدارة المشاكل من خلال السعي المستمر لتحقيق الهدف، فإن القيمة التكيفية للتفاؤل قد تصبح أقل خلال سن البلوغ الأكبر سناً، وقد يكون ذلك لأن المشاكل المتصلة بالأهداف غالباً ما تكون أكثر صعوبة أو استحالة التغلب عليها في سن الشيخوخة، وعلى النقيض من ذلك، ينبغي أن تكون خلال المراحل الأولى من العمر روابط أقوى وأكثر موثوقية بين التفاؤل عند وقوع المشكلة والنظرة للحياة، وبالنظر إلى أن ارتفاع مستويات التفاؤل، تتيسر حل المشاكل الناشئة من خلال السعي المستمر لتحقيق الهدف مهما بلغ الفرد من العمر (Renaud, Wrosch, & Scheier, 2018).

والتفاؤل يعتبر العاطفة التي يمكن أن تتطور عن طريق التعلم، وهو عملية تعزز وتبني بطبيعة الحال مزاج أكثر إيجابية، مما يساعد على تقليل الاكتئاب والقلق، والتفاؤل هو موقف تجاه التفكير الإيجابي الذي يتضمن طريقة إيجابية لرؤية الوضع السلبي، ويميل الشباب المتفائلون إلى أن يكونوا أكثر ارتياحاً للحياة والعكس صحيح، وقد يرجع ذلك إلى متوسط المتوقع الإيجابي الذي لدى الشباب المتفائلون، والذي يساعد الشباب للحصول على رؤية أفضل تجاه حياتهم الحالية، وينظر الشاب المتفائل على الجانب المشرق من حياته، ويتوقع أن تكون الأمور جيدة ويؤمن بجلبها تغييرات إيجابية في حياته، والتفاؤل يساعدهم على التركيز على مستقبلهم (Parmar & Jain, 2020).

ويوجد أبعاد للتسامح منها: التغلب على الأفكار السلبية تجاه الشخص المسيء، وضبط المشاعر السلبية تجاهه، والبُعد عن الحكم السلبي تجاه المسيء ومحاوله فهم الأسباب التي دفعته للفعل المؤذي، والمرونة في التفكير واحترام الآخرين، وارتفاع الدافعية للتصالح والنية الحسنة تجاهه، والتصرف بطريقة ودية مع المسيء، والعمل على تنمية الاستجابات الإيجابية، ورؤية الجانب الإيجابي للتسامح المتمثل في البراءة، وتعزيز ثقافة السلام محل مشاعر الكراهية والانتقام (Boonyarit, 2017).

وترى الباحثة انه يوجد أهمية كبيرة وضرورة لتوافر هذه الصفات (التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل) في كل فرد، وضرورة وعي الأهل لزرعها في عقول ونفوس أطفالهم منذ الصغر، فمن شبَّ على شيء شابَ عليه، ولا تعتبر أهمية اجتماعية بقدر أهميتها دينياً.

1.2 الإطار النظري

التفكير الإيجابي

التفكير غالباً ما يبدأ بالكلام بحديث النفس، وهو تيار لا نهائي من الأفكار غير المعلن عنها التي تمر برأس الفرد، وهذه الأفكار العفوية قد تكون إيجابية أو سلبية، إذ لدى الإنسان حوالي (60.000) فكرة في اليوم، يأتي الكثير منها ويذهب بسرعة بحيث قد لا يتذكرها، وقد يكون من الصعب تصديق أن (80%) من الأفكار هي عن الماضي، ومعظم هذه الأفكار هي عن أخطاء الماضي أو القرارات التي اتخذها الفرد في حياته، ومن الحماقة المطلقة أن يضيع الإنسان وقته الثمين في الوقت الحاضر على التفكير في الذكريات المحزنة والسيئة للماضي مرارًا وتكرارًا والتفكير في المستقبل (Wilson, 2017).

وتعتبر الأفكار التي يمتلكها الفرد قوة فعالة لخلق التفاؤل والسعادة، فالتفكير السلبي يؤدي إلى نتائج سلبية، وقد يورط الفرد نفسه بالكثير من المشكلات والأمراض النفسية غير المرضية له، بعكس إذا كانت أفكاره إيجابية، والتي تقوده للنتائج المرجوة، وبالتالي تؤدي به إلى الصحة النفسية والرضا النفسي، ومما لا شك فيه أن وعي الفرد بذاته وتقديره لها يؤدي به إلى التفكير بعقلانية وإيجابية، والتي ستساعده مستقبلاً على حل الكثير من العقبات التي قد تواجهه (حجازي، 2012).

وكلما كان الإنسان إيجابياً ومتقبلاً للحياة أكثر، تحلى بالقيم الدينية ومارسها في حياته اليومية مع الآخرين من حوله، ويحدث ذلك كلما كان الإنسان راضياً عن ذاته وعن الآخرين، وهذا ما يقصد به علم النفس الإيجابي مقابل علم النفس المرضي، والذي يهتم بالقلق والاكتئاب وغيرها (اسليم، 2017).

وتتدرج الفئة العمرية لطلبة الجامعة تحت المراهقة المتوسطة الممتدة من عمر (21-18)، إذ يصبح الفرد في هذه المرحلة كاملاً جسدياً ونفسياً وعقلياً وأكثر نضوجاً، ويعتبر ميلاد لشخصية جديدة مستقلة بأفكارها وتصرفاتها عن الأهل، لذلك لا بد من النظر والاهتمام بالأبناء في هذه المرحلة، فهي ليست بالمرحلة سهلة العبور، ولا بد من اجتيازها بمواجهة المواقف بحكمة وعقلانية وذات تفكير إيجابي حتى تخرج فئة شابة ذات حكمة ومنطقية قادرة على مواجهة الحياة بجميع صعوباتها (شبّر، 2017).

وهناك عدة تعريفات للتفكير الإيجابي مثل تعريف حجازي (2012) أنه القدرة المعرفية في التعامل الفاعل مع مشكلات الحياة والتغلب على محنها ومصائبها.

وعرفه Nguyen (2018) أنه أداة قوية تعزز الحماس واحترام الذات، وتخلق جوًا مواتياً للتعلم والإنجاز، ولا يعتمد على القدرة الفكرية فحسب، بل يعتمد أيضاً على مواقف المتعلم تجاه تعلم اللغة.

وعرفه اسليم (2017) أنه عكس التفكير السلبي الذي يتخلله القلق والتشاؤم والعيش بمعتقدات وأفكار سلبية مما يؤثر نفسياً وجسدياً على الفرد.

وتعتبر الأفكار ذات طبيعة مستقلة؛ سواء كانت سلبية أو إيجابية، إذ تؤثر على كل فرد بشكل مختلف، حيث يؤدي التفكير الإيجابي إلى السعادة والرضا عن الحياة، وتعزيز قدرة الفرد على إدراك الموقف من خلال وجهات نظر مختلفة، وبالتالي تمكين الشخص من التعامل مع الضغوطات، كما أنه يقلل من الإرهاق والتوتر، ويقلل من الاحتراق النفسي والمزيد من العقبات السلبية، فالطلبة الذين يتمتعون بفاعلية ذاتية عالية يكونوا مؤهلين للتخطيط لأهداف متقدمة في الحياة مما يسمح بتحقيق الأهداف وزيادة الرضا عن الحياة،

ويساعد التفكير الإيجابي على زيادة الذكاء العاطفي (Amin, Hussain, Mahmood, Sadaf, & Saleem, 2021).

والتفكير الإيجابي يؤدي إلى التسامح، والتسامح من المفاهيم الإيجابية الإنسانية ذات قيمة إسلامية رفيعة، مثله مثل الكرم والرحمة والصدق والأمانة، وظل مفهوم التسامح مرتبطاً بالدراسات الدينية، ثم بدأ تناوله في دراسات علم النفس العلمية، وقد ربطت الثقافات المختلفة بين العفو والتسامح للتقليل من دوافع الانتقام، وبالتالي التقليل من الجرائم التي قد يكون دافعها الحقد والبغض والرغبة في تعذيب الجاني من قبل الضحية (السيد و شراب، 2008).

ويعد التسامح جزءاً أساسياً من الحياة الإنسانية، فهو من العمليات الشخصية المعبرة عن رد فعل تجاه الآخرين في المواقف المختلفة، فأغلب الاضطرابات الإنسانية تحدث نتيجة اللوم الزائد على النفس أو الآخرين أو المجتمع، لذلك يعتبر التسامح بناء نفسي وطريق يستخدم في حل المشكلات والصراعات بين الأفراد، حيث أن التسامح يساعد على الصحة الانفعالية، وإنشاء علاقات قائمة على الحب والتفاهم (خالد، 2019).

ويعد مفهوم التفاؤل من المفاهيم التي تنتمي إلى علم النفس الإيجابي، ويحتاج كل فرد أن يتحلى بالتفاؤل والتوقع الإيجابي للأحداث لمواجهة متطلبات الحياة بالصبر والرضا (Chen, He, Zhang, & Chen, 2022).

ويرى Andrade (2019) أن التفكير الإيجابي الوسيلة الأفضل لتحقيق الأشياء الجيدة والسعي لتحقيق السعادة، ويجب أن يحمل الأفراد باستمرار الأفكار الإيجابية ومنع الأفكار السلبية من دخول عقولهم، ويمكن القيام بذلك من خلال تصور النجاح، وتكرار التأكيدات المستمرة والقول باستمرار الأشياء الجيدة لأنفسهم من أجل بناء احترام الذات، وإثارة الأفكار السعيدة التي قد تمنع الأفكار السيئة من عقل الفرد، ففي العقود الثلاثة الماضية في الولايات المتحدة الأمريكية، كان هذا الاتجاه شائعاً على نطاق واسع في علم النفس (التفكير الإيجابي يحقق السعادة والنجاح)، وتم تمديده أيضاً إلى الرعاية الصحية وعالم الأعمال، كما أن التفكير

الإيجابي هو أساس بناء المساعدة الذاتية والاعتماد على النفس، والتي يقدر أنها تحقق حوالي (10) مليارات دولار من دولارات الولايات المتحدة سنوياً في منتجات مثل الكتب والحلقات الدراسية، وقد افترضت الرعاية الصحية أيضاً أفكاراً من هذه الحركة من خلال طمأنة المرضى أن التكهن بالشفاء سيتم تحقيقه إذا كانوا يحملون الأفكار الإيجابية.

ويظهر وجود علاقة بين التفكير الإيجابي والصحة النفسية للفرد، إذ يعتبر التفكير الإيجابي وسيلة بناءة لإظهار الأفكار والعواطف الإيجابية وحل المشكلات، وهذا يؤدي إلى تحسين الحالة النفسية للفرد، وبالتالي التمتع بصحة نفسية سليمة، وتطور التفكير الإيجابي يساهم في إيجاد حل أكثر فعالية للمشكلات ذات الطبيعة الإشكالية وبناء مقاومة نفسية للعيش في الظروف الصعبة، وبالتالي، ضمان الصحة النفسية والاجتماعية لطلاب المدارس الأساسية (Shcherbakova, 2019).

الفرق بين التفكير الإيجابي والتفكير السلبي

يظهر الفرق بين التفكير الإيجابي والسلبي كما يلي:

جدول (1)

الفرق بين التفكير الإيجابي والتفكير السلبي

التفكير الإيجابي	التفكير السلبي
يمتلك الفرد ما يكفي لتحمل مسؤولية أي قرار يتخذه لوحده	لا يستطيع الفرد تحمل مسؤولية أي قرار لوحده (عمران، 2015)
الرغبة في التطور والنمو	الشعور بالنقص (داير، 2023)
التفاؤل للمستقبل	التشاؤم من المستقبل
التعبير عن الرضا	القلق والانطواء
لديه حل لكل مشكلة	لديه مشكلة في كل حل
يولد الإحساس بالسعادة والنجاح	يولد الإحساس بالفشل والتعاسة (إبراهيم، 2019).

سمات الأفراد ذوي التفكير الإيجابي

1. المرونة الفكرية، ويكون صاحب حق ويرغب في معرفة المزيد من المعلومات والأفكار سواء كانت معه أو ضده.

2. صاحب التفكير الإيجابي يدخل في الحوارات والمناقشات الثمينة بالقيم والأفكار الجديدة بعيداً عن التعصب والتحيز لفئة أو لفكرة معينة.

3. صاحب التفكير الإيجابي ينتقي كلماته بدقة ويدرك أثرها على الآخرين، لذلك يحرص على الابتعاد عن الكلمات الجارحة والمؤذية لغيره.

4. يمتلك صاحب التفكير الإيجابي قدرة هائلة على الإنجاز والعمل، وتحقيق الطموحات والسعي لها (Awda, 2020).

مهارات التفكير الإيجابي

صنّف بن شعبان (2016) ثلاثة مهارات للتفكير الإيجابي هي:

1. الحديث الإيجابي للذات: حوار يجري بين الشخص وذاته داخلياً لمواجهة المشكلات بكفاءة وثقة عالية بالنفس.

2. التّخيل الإيجابي: استحضار صور ذهنية تدعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات التي تواجهه والوصول لحل ناجح لهذه المشكلات.

3. التوقع الإيجابي: تخمين النتائج الإيجابية عند وضع الحلول المناسبة لأي مشكلة.

ووضعت عبد المجيد (2021) خمسة مهارات للتفكير الإيجابي هي:

1. الضبط الانفعالي: التحكم في الانفعالات والابتعاد عن الغضب والعدوانية عند التعرض للمشكلات.

2. تقبل المسؤولية الشخصية: تحمل المسؤولية برضا وسعادة وكذلك تقبل تحمل نتائج ما يقوم به.

3. تقبل الذات غير المشروط: تقبل الفرد لذاته وشعوره بالقدرة على مواجهة الصعوبات.

4. تقبل الاختلاف عن الآخرين: الوعي باختلاف كل شخص عن الآخر بالصفات والطباع.

5. الطموح وتطوير الذات: التغيير نحو الأفضل دائما.

وأضافت البنا (2018) بعض المهارات منها مهارة حل المشكلات والمرونة في تقديم البدائل، وتصنيف الأشياء حسب الصفات التي تجمعها، ومهارة التخطيط والحكم وفق معيار دقيق على الأشياء.

واكتسبت مهارات التفكير الإيجابي أهمية كبيرة في السنوات الأخيرة باعتبارها عامل مهم في الحفاظ على الحالة النفسية الإيجابية وتعزيزها، وهو عملية إدراكية تخلق صورة مفعمة بالأمل للفرد ويطور أفكارًا متفائلة، ويجد حلولًا إيجابية للمشكلات التي تواجه وبالتالي اتخاذ قرارات إيجابية، ويبني نظرة مشرقة للحياة دون تجاهل الواقع، فالقدرة على التفكير الإيجابي هي القدرة على التحرك نحو التركيز والتفسير الإيجابي، وإدراك الجوانب السلبية والإيجابية للظروف (Tolukan, et al., 2024).

العوامل التي تؤثر على التفكير الإيجابي

- التنشئة الأسرية والاجتماعية، حيث أنه إذا استندت التنشئة على التعاطف والاحترام، وتقبل آراء الآخرين ينعكس إيجابياً على سلوك الفرد وأسلوبه في التفكير، أما في حالة استنادها على التوتر والخوف والمشكلات المتكررة، فإن ذلك ينعكس سلباً على سلوكه ونمط تفكيره.
- ثقافة الفرد: تؤثر الثقافة على الفرد، وعلى من حوله على نمط تفكيره وسلوكه، وعندما تكون الثقافة مبنية على الإيجابية، فإنها تجعله يفكر إيجابياً.
- وسائل الإعلام: تؤثر وسائل الإعلام المختلفة، وخاصةً التلفزيون على سلوك وتفكير الفرد، ومدى تقبله على التكيف الاجتماعي، والعمل إلى الوصول إلى معلومات متنوعة (Hassan & Al-Mutrafi, Psychometric Properties of an Arabic Version of the Positive Thinking Scale, 2023).

النظريات التي تناولت التفكير الإيجابي

اختلفت النظريات المفسرة للتفكير الإيجابي باختلاف مؤلفيها والمحتوى والهدف الذي تضمنته هذه النظريات والذي تسعى إلى تحقيقه وتفسيره، ومن هذه النظريات:

1. نظرية التحكم العقلي الذاتي لستيرنبرج (Sternberg)

تعد من أحدث النظريات التي تهدف إلى تفسير طبيعة أساليب التفكير، وقد ظهرت عام (1988) باسم نظرية التحكم العقلي الذاتي، ثم غير ستيرنبرج أسمها عام (1990) لتصبح نظرية أساليب التفكير، وتقوم على فكرة رئيسية تقول أن الناس يحتاجون أن يكيفوا أنفسهم عقلياً عن طريق استخدام أساليب التفكير المختلفة (التفكير العميق- البديهي- العاطفي- المنطقي- الناقد- العلمي) (جبر، 2015).

2. نظرية سليجمان وآخرون (Seligman et al)

يرى صاحب هذه النظرية أن التفاؤل والتشاؤم أسلوبان في التفكير وتفسير الوقائع والأحداث، وتفسير الوقائع لا يقتصر على مجابهة حالة خاصة من نجاح أو فشل، بل هي تتوقف على الفكرة التي يتم تكوينها عن القيمة التي تعطى للنفس والإمكانات المتوفرة وفرص الحياة، ويمكن تعلم التفاؤل والتشاؤم بناءً على خبرات الفرد ونمط تنشئته بما تم تقديمه من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز أو إهمال وتقليل من القدر (محمد، 2021).

3. نظرية هاريسون وبرامسون (Harrison & Bramison)

تبين النظرية أساليب التفكير التي يفضلها الفرد، ومدى الارتباط بينها وبين سلوكه الفعلي، وتوضح ثبوت هذه الأساليب أو قابليتها للتغيير، وتبين الفروق بين الأفراد في أساليب التفكير، وكذلك الطفل يكتسب عدداً من الاستراتيجيات التي يمكنه تخزينها لتنمو وتزدهر خلال مرحلتي المراهقة والرشد، مما يؤدي إلى اعتماد استراتيجيات خاصة، وصنفت هذه النظرية أساليب التفكير إلى خمسة أساليب هي (التفكير التركيبي، والمثالي والواقعي، والعملي، والتحليلي)، وركزت على أن هذه الأساليب هي الأساس للإحساس بالآخرين (راضي، 2016).

4. نظرية قيادة المخ لهيرمان (Hirman)

تسمى بأداة هيرمان للسيادة المخية، وتعرض أربعة أساليب للتفكير يتعامل بها الأفراد مع العالم وهي:

1. **الأسلوب المنطقي:** يعني إمكانية بناء قاعدة معرفية تمكن من فهم ودمج الأنظمة والعمليات المعرفية.
2. **الأسلوب التنظيمي:** جدولة وتنظيم الأنشطة والاهتمام بالتفاصيل ووضع أهداف والتحرك نحوها تحقيقها.
3. **الأسلوب الاجتماعي:** القدرة على الاتصال والتأثير على الآخرين وفن التعامل والتواصل معهم.
4. **الأسلوب الابتكاري:** تخيل البدائل والنجاح في تخطي الحواجز والصعوبات واستجلاب أفكار جديدة (شهد، 2017).

وتظهر أهمية التفكير الإيجابي في مساعدة الفرد على تفسير مواقف الفشل كفرصة للتطوير والتغيير نحو الأفضل، ويجعل العقل قادراً على ملاحظة الإيجابيات أكثر من السلبيات، بالإضافة إلى مساعدته على تحسين الصحة العامة للفرد وزيادة حيوية نظام المناعة لديه، والتوجه نحو الحياة والتنافس لتحقيق الذات، والتغلب على مواجهة الضغوطات (شحات، 2024).

ولقد أجريت العديد من الدراسات التي بحثت في التفكير الإيجابي، فقد هدفت دراسة Farhad & Al-Moussawi (2024) إلى البحث في مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة المستنصرية في مصر، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية وبلغ عددها (400) طالباً وطالبة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة جاء بمستوى مرتفع.

بينما هدفت دراسة Saloum (2024) إلى تقصي العلاقة بين التفكير الإيجابي والوعي الذاتي لدى عينة من طلبة السنة الرابعة في قسم الإرشاد النفسي في جامعة دمشق، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق في التفكير الإيجابي والوعي الذاتي تبعاً لمتغير الجنس، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة البحث (51) طالباً وطالبةً، وتوصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين التفكير الإيجابي

والوعي الذاتي لدى أفراد العينة، وارتفاع مستوى التفكير الإيجابي والوعي الذاتي لديهم، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط إجابات أفراد عينة البحث على مقياسي التفكير الإيجابي والوعي الذاتي تبعاً لمتغير الجنس.

وهدفت دراسة Al-Mutawa (2024) إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي ومستوى أبعاد الصحة النفسية والعلاقة بينهما لدى طالبات كلية التربية في جامعة حائل في السعودية، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (203) طالبة، تم اختيارهن بطريقة العينة العشوائية الطبقية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود درجة عالية من التفكير الإيجابي والصحة النفسية لدى عينة الدراسة، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاد الصحة النفسية لدى الطالبات، وهدفت دراسة Al-Moussawi (2023) إلى التعرف على التفكير الإيجابي وعلاقته بالنهوض الأكاديمي لدى طالبة الجامعة، وأعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية وتكونت من (200) طالبا وطالبة من جامعة تكريت في العراق، وأظهرت النتائج أن التفكير الإيجابي والنهوض الأكاديمي مرتفع لدى الطلبة، وعدم وجود فروق تعزى للجنس في التفكير الإيجابي والنهوض الأكاديمي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين التفكير الإيجابي والنهوض الأكاديمي.

وهدفت دراسة Ben Kafo & Al-Khatali (2021) إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي لدى عينة من طلبة الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات (الجنس والتخصص الأكاديمي)، وقد استخدم المنهج الوصفي التحليلي، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، وبلغ عددها (65) طالباً وطالبة من كلية التربية في جامعة طرابلس، وتوصلت النتائج إلى ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا تعزى للجنس والتخصص الأكاديمي في مستوى التفكير الإيجابي، واستخدمت دراسة Awda (2020) المنهج الوصفي والعينة العشوائية الطبقية وتكونت من (105) طالبة من كلية التربية من

جامعة القادسية في العراق، وتوصلت النتائج إلى ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي لدى الطالبات، وعدم وجود فروق في السنة الدراسية (ثانية ورابعة) والتخصص الأكاديمي (علمي وإنساني).

كما توصلت دراسة شهد (2017) التي استخدمت المنهج الوصفي والعينة العشوائية البسيطة، وبلغت العينة (100) مرشد ومرشدة و(100) مدير ومديرة من المدارس الابتدائية والمتوسطة والإعدادية، إلى تمتع المرشدين التربويين بدرجة عالية من التفكير الإيجابي والنجاح المهني، كما أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين التفكير الإيجابي والجنس والعمر والنجاح المهني والتأهيل، ودراسة اسليم (2017) استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت العينة الاستطلاعية، والعينة الأساسية تم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة، وتوصلت النتائج أن مستوى التفكير الإيجابي لدى طلاب الجامعات كان متوسطاً بنسبة (62%)، والتنظيم الانفعالي مرتفعاً حيث كانت نسبته (70.1%)، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين التفكير الإيجابي والتنظيم الانفعالي، وعدم وجود فروق تعزى للجنس، ويوجد فروق في التفكير الإيجابي في بعد الرضا عن الحياة تعزى لمتغير دخل الأسرة لصالح الدخل فوق (2500) شيكل فأكثر، كما لا توجد فروق في التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير دخل الأسرة، ولا توجد فروق في التفكير الإيجابي والتنظيم الانفعالي تعزى لمتغيري الجامعة والمعدل التراكمي.

واستخدمت دراسة النجار والطلاع (2015) المنهج الوصفي التحليلي، وعينة قصدية تكونت من (100) عامل في المحافظات الجنوبية في غزة، وتم التوصل إلى ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي لدى العاملين، ووجود علاقة ارتباطية بين التفكير الإيجابي والشعور بجودة الحياة، ووجود فروق في مجالات مقياس التفكير الإيجابي ومقياس الشعور بجودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولمتغير الدخل لصالح أصحاب الدخل أكثر من (1500) شيقل، ولمتغير الخبرة لصالح أصحاب الخبرة من 5 سنوات فأكثر، واستخدمت دراسة عبد الرحمن (2015) المنهج الوصفي الارتباطي والعينة العشوائية، وتكونت من (200) فرداً، (100) ذكور، و(100) إناث ما بين طلبة جامعة وخريجين ممن تراوحت اعمارهم بين (35-20)، وتوصلت نتائج

الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين التفكير الإيجابي وتقدير الذات والرضا عن الحياة والقدرة على مواجهة الضغوط، وأيضاً إمكانية التنبؤ بالتفكير الإيجابي، كذلك يوجد فرق في التفكير الإيجابي دال إحصائياً يعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق بين مقاييس تقدير الذات والرضا عن الحياة ومواجهة الضغوط النفسية لصالح الإناث، بينما توصلت دراسة السر (2014) التي استخدمت عينة استطلاعية تكونت من (40) معلماً ومعلمة من المرحلة الثانوية، ثم استخدمت العينة العشوائية الطبقية المكونة من (600) معلماً ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية في محافظات (غرب، شرق، شمال) إلى قيام المعلم بتطوير وتنمية التفكير الإيجابي لدى الطلبة بنسبة كبيرة، ولا يوجد فروق دالة إحصائياً في درجة قيام المعلم بتنمية التفكير الإيجابي تعزى للجنس، وأظهر النتائج أيضاً وجود فروق لدرجة قيام معلمي المرحلة الثانوية في تنمية منهاج التفكير الإيجابي لدى الطلبة تعزى لمتغير التخصص (علوم شرعية، علوم انسانية، علوم تطبيقية) لصالح العلوم الشرعية والإنسانية، ولا توجد فروق لدرجة قيام معلمي المرحلة الثانوية في تنمية منهاج التفكير الإيجابي لدى طلبتهم تعزى لمتغير سنوات الخبرة (أقل من 5 سنوات، من 10-5 سنوات، من 10 سنوات فأكثر).

2:2:1 التسامح

إن التسامح لا يتعارض مع احترام حقوق الإنسان، فهو لا يعني تقبل الظلم الاجتماعي أو تهاون الفرد بشأن نفسه، بل تعني أن المرء حرٌّ في التمسك بمعتقداته يقبل أن يتمسك الآخرون بمعتقداتهم، والتسامح يعني الإيمان والإقرار بأن البشر باختلاف مظهرهم، لغاتهم، سلوكهم وقيمهم، لهم الحق في العيش بسلام، وتعني أيضا أن آراء الفرد لا ينبغي أن تفرض على الغير، بمعنى أن يعيش الكل دون التدخل بدين الآخر وتقبل الفرد كما هو، والنظر إليه بوصفه جزء من المجتمع الكلي (حمودي و حمودي، 2024).

وقد عرف أبو هاشم (2014) التسامح بأنه احترام وقبول التنوع الثقافي وصفات الإنسان المختلفة، ويزداد مع المعرفة وانفتاح العقل والانفتاح مع العالم، وزيادة التفاعل مع الثقافات الأخرى إلى جانب حرية التفكير وحرية المعتقدات.

آثار التسامح على الفرد

ذكر سعيد (2018) آثار التسامح على الفرد كما يلي:

1. سلامة الصدر وتزكية النفس، والتطهير القلبي والزيادة في الرقي، والتمتع بشخصية إيجابية نافعة ومفيدة للغير.
2. نيل المحبة والأخوة والألفة وتقدير الآخرين ونسيان الماضي الأليم، وبدء صفحة جديدة مع النفس والآخرين.
3. ضبط النفس والسيطرة عليها والعفو عن الغير.
4. التخلص من أخطاء الماضي وإصلاحها وعدم الرجوع إليها من خلال مسامحته لنفسه.
5. الانشغال بالأمور المفيدة مثل التخطيط للمستقبل في سبيل تحقيق الطموحات، والابتعاد عن الأمور التي تعيق تحقيق ذلك.

وذكر الرماحي (2015) أن القرآن الكريم وضح (3) درجات للتسامح في الآية الكريمة بقوله تعالى: ﴿ وَإِن تَعۡفُواْ وَتَصۡفَحُواْ وَتَغۡفِرُواْ فَإِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٞ رَّحِيمٞ ﴾ [التغابن: 14] وهي (العفو، الصفح، المغفرة)، وتنتمي هذه الدرجات لصفة واحدة وهي التنازل عن الحقوق الشخصية بالتسامح وسعة الصدر، وينبغي للمؤمن أن يسمو بنفسه ويتسم بالحلم والحكمة والتسامح، وأن يتحمل الإساءة قدر المستطاع، ويعفو ويرحم، وهذه أعلى درجات التسامح، حيث يشعر المؤمن أنه بحاجة إلى غفران الله ورحمته.

ويوصف التسامح أنه سمة من سمات الفرد المستقر نسبياً عبر الوقت والحالات المختلفة، ويؤثر على الصحة من خلال العديد من الآليات، ولكن عادة يعتقد أنه للحد من التوتر، وزيادة السلوك الصحي، وتعزيز الدعم والعلاقات الاجتماعية وبالتالي التأثير بشكل إيجابي على الصحة البدنية والنفسية والرفاه، وقد أولى التسامح الذاتي اهتماماً كبيراً، ويبدو أنه قد يكون أكثر أهمية من التسامح مع الآخرين فيما يتعلق بالصحة والرفاه، وقد تم ارتباط التسامح الذاتي مع الصحة المتعددة للسلوكيات والنتائج، مثل القلق والاكتئاب وعوامل التكيف والسلوكيات الصحية، واضطرابات الأكل وإدمان الكحول، والمشاكل المزمنة مثل الألم أو السرطان (Vallejo, et al., 2020).

مبادئ التسامح

تتعدد مبادئ التسامح والتي تتمثل في:

1. التسامح على المستوى الإنساني: يتجلى في القدرة على قبول الآخر واحترامه، والاعتراف به ونبذ السخرية والاستهزاء والازدراء به، ويشير إلى الثقة بالذات وإدراك هويتها.
2. التسامح في أبعاده الكبرى قائم على حق الاختلاف وإدراك معاني التعددية والإيمان بالعلاقات المتوازنة بين الأفراد والجماعات، إذ أن الاختلاف لا يعني أن يؤدي إلى الصراع والنزاع.
3. إن قراءة الآخر واكتشاف ما لديه من أفكار ورؤيا، تمثل قانوناً مهماً في العلاقات الحضارية، وتنطوي في جوهرها على الإيمان بحق الاختلاف واحترام التعددية الثقافية.
4. إن التسامح روح حضاري جوهره العدالة وقوامه الرحمة وأساسه الحوار (Al-Ghafri & Hashel, 2022).

ضوابط التسامح

تتعدد ضوابط للتسامح وهي:

1. ألّا يُفهم التسامح على أنه موقف الضعيف، أو ينم عن ضعف، إنما هو الموقف الذي تتجلي فيه قوة الضمير وتظهر فيه شفافية النزعة الإنسانية لدى المتسامح، وتسمو فيه روحه الأخلاقية، فقد حث الإسلام على التسامح الإيجابي.
2. ألّا يقصد بالتسامح التساهل في التنازل عن الحقوق الأساسية الضرورية للحياة، سواء كانت حقوقاً فردية كحق الحياة، وحق العمل، أو حقوقاً جماعية كأن يمثل شخص جماعة واحدة أحد أفرادها لا يريد التنازل عن حقه ويسامح (العجمي، 2021).
3. مراعاة عقيدة الولاء والبراء: إذ أن الناس ينقسمون إلى مسلمين وغير مسلمين، فأما المسلمون الذين آمنوا بالله ورسوله فتجب موالاتهم وإظهار الود لهم بالأقوال، والأفعال، والنوايا الصادقة، وأما غير المسلمين فقد نهى الله سبحانه المؤمنين أن يتخذوا الكافرين أصدقاء من غير المؤمنين، وأخبر أن من فعل ذلك بريء من الله، والله بريء منه بدخوله في الكفر (Al-Fakhouri & Randa, 2016).

خصاص ثقافة التسامح

- تقوم على مسح الحقد والكراهية من قلوب البشر والبعد عن العنف والجريمة، وصقل روح المواطنة والديمقراطية بين الأفراد لزيادة الوعي بعيداً عن مظاهر التخلف الاجتماعي.
- تقوية العلاقة الودية بين الأفراد، الذي بدوره يقوي الاحترام والتعاون والتبادل في حل كافة المشكلات التي تؤدي إلى زعزعة العلاقات الاجتماعية، وتجعل الأفراد يعيشون بتفاؤل بعيداً عن التشاؤم والاكتئاب والحقد، نتيجة زراعة مفاهيم العفو والحب في نفوسهم وقلوبهم (الخراشي، 2019).

أبعاد التسامح

1. التسامح مع الذات: محاسبة الفرد لنفسه عند الوقوع في الأخطاء مع الحرص على عدم تكرار الخطأ.
2. التســـامح مع الآخرين: غفران الفرد أخطاء الآخرين تجاهه مع اختلاق الأعذار لهم لعدم القصـــد في أذيته.
3. التســـامح مع المواقف: إيجابية الفرد نحو المواقف الغير مرغوب فيها بالنســـبة لـه (Amtir & Mardiya, 2021).

ولقد أجريت العديد من الدراسات التي بحثت في التسامح، فقد هدفت دراسة تبوك وقنديل (2023) إلى تحديد واقع ممارسة ثقافة التسامح وقبول الآخر لدى طلبة جامعة ظفار في عُمان من خلال تحديد واقع التسامح الديني، الفكري والثقافي والتسامح الاجتماعي، وتمثلت عينة الدراسة من طلبة كلية الآداب، واستخدم المنهج الوصفي في الدراسة، واستخدمت العينة العشوائية المنتظمة البالغ عددها (311)، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى أهمية ممارسة ثقافة التسامح وقبول الآخر وممارسة التسامح الديني والفكري والاجتماعي لدى طلبة جامعة ظفار جميعها جاءت بمستوى مرتفع، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق في ممارسة ثقافة التسامح وقبول الآخر وممارسة التسامح الديني والفكري والاجتماعي لدى طلبة جامعة ظفار تعزى لمتغيرات الجنس والعمر والمرحلة الاكاديمية، بينما توجد فروق في التسامح الاجتماعي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح المطلق، كما توجد فروق في التسامح الفكري تعزى لمتغير القسم العلمي لصالح قسم اللغة الانجليزية وآدابها، وقد هدفت دراسة المبيضين (2022) إلى معرفة مستوى الصمود النفسي والتسامح لدى الطلبة ضحايا التنمر في العاصمة عمان، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، والعينة العشوائية من طلبة الصفوف الإعدادية في عمّان، وتوصلت الدراسة أن مستوى التسامح والصمود النفسي لدى الطلبة ضحايا التنمر كان متوسطاً، وكذلك أشارت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين الصمود النفسي والتسامح، وأن الصمود النفسي أعلى للطلبة ذوي المستوى التحصيلي الأقل.

وقد هدفت دراسة Amtir & Mardiya (2021) إلى معرفة العلاقة بين التسامح وإدارة الغضب لدى طلبة جامعة السنوسي في ليبيا، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت عينة استطلاعية وعينة البحث الأساسية هي عشوائية بلغ عددها (130) طالباً وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين التسامح وإدارة الغضب لدى أفراد العينة، كما هدفت دراسة شلش (2021) إلى معرفة مستوى التسامح وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طالب المرحلة الثانوية، وقد استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، والعينة العشوائية وعددها (200) طالبة، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التسامح والسعادة لدى طلبة المرحلة الثانوية جاءا بمستوى متوسط، بينما جاء مستوى تقدير الذات بمستوى مرتفع، كما توجد فروق في مستوى التسامح وأبعاده الفرعية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التسامح وأبعاده وتقدير الذات والسعادة وأبعادها الفرعية، كما توصلت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ بالتسامح من خلال تقدير الذات والسعادة.

وقد هدفت دراسة Omran & Mira (2021) إلى دراسة مستوى التسامح وعلاقته بالذكاء الروحي لدى طلبة جامعة بغداد، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي والعينة العشوائية الطبقية المكونة من (250) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى التسامح والذكاء الروحي لدى الطلبة مرتفع، وكذلك وجود علاقة طردية إيجابية بين التسامح والذكاء الروحي.

وتوصلت دراسة بدارنة، المومني، لبابنة، والعقيل (2017) إلى أن مستوى قيم التسامح لدى الطالبات قد جاء بدرجة متوسطة، كما لا توجد فروق دالة إحصائياً تعزى إلى الدرجة العلمية، كما بينت النتائج وجود فروق تتعلق بالتقدير الأكاديمي على مستوى التسامح ككل وعلى جميع المجالات كل على حدة، لصالح الطالبات ذوات التقدير الأكاديمي (ممتاز، جيد جداً) مقابل الطالبات ذوات التقدير الأكاديمي (جيد، مقبول)، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية البسيطة وبلغ عددها (391) طالبة من طالبات كلية إربد الجامعية، وهدفت دراسة النجار وأبو غالي (2017) إلى معرفة دور جامعة الأقصى في تعزيز قيم التسامح من وجهة نظر الطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية، واستخدم المنهج الوصفي،

واستخدمت عينة استطلاعية ثم العينة الأساسية التي اختيرت بالطريقة العشوائية للطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية، وبلغ عدد الطلبة (320) طالباً وطالبة من كلية التربية في جامعة الأقصى، و(40) أستاذاً، وتوصلت النتائج أن الدرجة التي تم الحصول عليها لدور جامعة الأقصى في تعزيز قيم التسامح من وجهة نظر الطلبة ومن وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية كانت متوسطة، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق في دور جامعة الأقصى في تنمية قيم التسامح تعزى لمتغير الجنس والانتماء السياسي للطلبة، وكذلك لا يوجد أثر دال إحصائياً للتفاعلات الثنائية بين الجنس والانتماء السياسي للطلبة، ولا يوجد فروق في دور جامعة الأقصى في تنمية التسامح تعزى لمتغير الجنس لأعضاء الهيئة التدريسية، فيما يوجد فروق تعزى لمتغير سنوات الخدمة وذلك لصالح من هم لديهم سنوات خبرة أكثر من (11) سنة، وأيضاً لا وجد فروق وأثر دال إحصائياً للتفاعل بين الجنس وسنوات الخدمة لأعضاء الهيئة التدريسية.

وتوصلت دراسة بركات (2016) إلى أن مستوى ثقافة التسامح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة طولكرم كان مرتفعاً، وتوصلت النتائج لوجود فروق في مستوى التسامح تعزى لمتغير العمر لصالح من أعمارهم أكثر من 25 والسنة الدراسية لصالح الطلبة ذوي السنة الثالثة والرابعة، بينما لا توجد فروق تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص العلمي ومكان السكن، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التسامح والتحصيل العلمي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية وبلغ عددها (347) طالباً وطالبة، ودراسة رمضان (2014) استخدمت المنهج التجريبي وعينة الدراسة قمست على مجموعتين (تجريبية وضابطة)، وتكونت من (30) طالباً وطالبة من الدراسات العليا في كلية التربية، وتم توزيعهم على المجموعتين عشوائيا، وقد توصلت النتائج إلى فعالية البرنامج الإرشادي لتعزيز التسامح من خلال زيادة التعاطف، كما يقاس بمقياس باتسون، وخفض مستوى عدم التسامح كما يقاس بقائمة الدوافع الشخصية المتعلقة بالعدوان لدى أفراد العينة التجريبية، بينما لم تظهر أي تغيرات في كل من مستوى التعاطف أو مستوى عدم التسامح لدى أفراد المجموعة الضابطة.

التفاؤل

يلعب التفاؤل دوراً كبيراً في حياة الفرد النفسية وسلوكه وعلاقته بغيره، وبما يقوم به من خطط مستقبلية قريبة وبعيدة المدى، بالإضافة للأنشطة الإيجابية سواء كانت فكرية أو عاطفية أو عملية، والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بدرجة التفاؤل لدى الفرد، مما يؤثر ذلك على إدراكه للعالم الخارجي، فكلما كان الفرد أكثر تفاؤلا كلما زادت نسبة النجاح في الأهداف أو بالحياة بشكل عام، حيث أن توفر الإمكانيات فقط لا يكفي لبلوغ الأهداف المرسومة، فعدم امتلاء النفس بالقدر الكافي من جرعات التفاؤل اللازمة– لن يستطيع الفرد أن يخطو خطوة للأمام، فهذه الخطوات تبدأ من القدرة على إنجاز الأعمال بناءاً على طبيعة علاقته من جهة، وما يصدره من أحكام عن نفسه وعن الناس ومدى شعوره بالسعادة أو الشقاء من جهة أخرى، فالمتفائل يأخذ من تفاؤله نقطة انطلاق وتقدم نحو مستقبل ناجح بشكل باهر (منصور أ.، 2019).

ويميل الشخص الناجح إلى التفاؤل حتى يصبح قيمة وسمة أساسية في شخصيته من حيث التعامل بإيجابية مع الأشياء، فهو يسعى ويفكر في النجاح أكثر من الخيبة أو الفشل، ويميل إلى الثقة بقراراته أكثر من التردد، ويعد التفاؤل من الموضوعات المهمة في علم النفس لما له من تأثير على سلوك الفرد وحالته النفسية، فعندما يلبي الفرد جميع حاجاته يشعر بالتفاؤل والإيجابية، وأنه يستطيع أن يحقق أهدافه التي يحفز ذلك شعوره بالسعادة والاعتزاز بالنفس، وبالتالي يزيد إقباله على الحياة بهمة ومثابرة ويضع في اعتباراته احتمالات النجاح (علام، 2021).

وتنتشر مقولة "دعونا نصنع مستقبلنا الآن، ولنجعل أحلامنا حقيقة الغد"، ويمكن القول أنه يتم تحقيق ذلك بالتفكير الإيجابي والتفاؤل، فالإنسان المتفائل يرى كل ما يحدث معه من أحداث لحكمة، ولا بد من وجود الخير فيها، وهذا ما يحقق النجاح لديه، والتفكير الإيجابي هو حالة عقلية وعاطفية تركز على الجانب الإيجابي من الحياة وتتوقع نتائج إيجابية، فالتفكير الإيجابي هو أفضل طريقة لدعم النفس داخلياً لتحقيق الأحلام والأمنيات، فهو يجلب السلام الداخلي والنجاح وتحسين العلاقات وتحسين الصحة والسعادة والرضا، كما أنه يجعل الحياة أكثر إشراقاً، ومع ذلك، التفكير الإيجابي يعني في الواقع التعامل مع تحديات الحياة مع

نظرة إيجابية، وهذا لا يعني بالضرورة تجنب الأشياء السيئة أو تجاهلها؛ بل الاستفادة منها في تطوير النفس (Wilson, 2017).

وتشير البحوث إلى أن التفاؤل يعزز مختلف جوانب الرفاه الذاتي، بما في ذلك الرضا عن الحياة والرفاه العاطفي، ويمكن أن يفيد التفاؤل أيضاً الصحة البدنية للفرد؛ على سبيل المثال، من المرجح أن يظهر المتفائلون أكثر من المتشائمين انماطاً متكيفة للأداء الهرموني أو المناعي أو القلب والأوعية الدموية، بالإضافة إلى ذلك، ارتبط التفاؤل بتعافي الفرد أسرع في الجراحة، فضلاً عن انخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وتطور المرض وإعادة العلاج في المستشفى بعد الجراحة، وبالنظر إلى أن المتفائلين يتوقعون عموماً أن تحدث نتائج إيجابية في مستقبلهم، فأنهم يواصلون استثمار الجهد والالتزام إذا ما تعرض التقدم نحو تحقيق الهدف للخطر، وعلى النقيض من ذلك، يواجه المتشائمون شكوكاً كبيرة بشأن النتائج المرجوة في المستقبل، ومن ثم من الأرجح أن يسحبوا الجهد والالتزام عندما يواجهون مشاكل في السعي إلى تحقيق أهداف هامة (Renaud, Wrosch, & Scheier, 2018).

ويكمن الفرق بين التفاؤل والتشاؤم في أن التفاؤل يشير إلى التوقعات الإيجابية فيما يتعلق بالنتائج المستقبلية، إذ يمكن تصور التفاؤل على أنه له شكلان: التفاؤل الظرفي، أي التوقعات حول نتائج معينة في حالات معينة، والتفاؤل التصرفي، الذي يشير إلى التوقعات المعممة حول المستقبل، بمعنى آخر التفاؤل التصرفي أكثر شمولية من التفاؤل الظرفي (Carver & Scheier, 2014).

أما التشاؤم فيشير إلى التوقعات السلبية فيما يتعلق بالنتائج المستقبلية، إذ أن الأفراد المتشائمين للغاية لديهم الضغوطات المزمنة عالية، مما يزيد من احتمال سوء الصحة، إذ ينظر الأفراد المتشائمون إلى الوضع على أنه أكثر صعوبة ويتطلب المزيد من الجهد (Sherman & Cotter, 2013).

وعلى الرغم من أن القيمة التكيفية للتفاؤل راسخة، لا يعرف الكثير عما إذا كانت فوائد التفاؤل تظل مستقرة في مختلف ظروف الحياة أو الفترات، وينبع تأييد فكرة أن عواقب التفاؤل قد تختلف باختلاف ظروف الحياة

من النظريات التحفيزية للتنمية مدى الحياة، هذه النظرية تفترض أن وتيرة مواجهة الضغوطات لا يمكن السيطرة عليها بزيادة السن، إذ تنخفض الموارد الشخصية وفرص تحقيق الأهداف المرجوة، وبناء على ذلك، أظهرت البحوث العلمية أن السعي المستمر لتحقيق الهدف يمكن أن يكون أقل فعالية في كبار السن بالمقارنة مع البالغين الأصغر سناً، لأن الأفراد الأكبر سناً قد يكونوا أكثر يأساً في تحقيق الأهداف من الشباب لأنهم أكثر تجربة بالأهداف الممكنة والأهداف مستحيلة الحدوث (Renaud, Wrosch, & Scheier, 2018).

ويعرف Shanahan, Fischer, & Rand (2020) التفاؤل أنه توقع الأحداث الجيدة، في مقابل الأحداث السيئة، ومن المرجح أن تحدث في المستقبل، تطابقاً لمقولة "كل متوقع آتٍ" ولا يوجد أي تركيز على الكيفية التي يتوقع بها الناس أن تتحقق الأحداث المستقبلية المنشودة، إذ يُعتقد أن التوقعات المتفائلة تنبع من عدة عوامل، بما في ذلك المعتقدات حول الذات والآخرين والعالم والحظ.

ويمكن أن يؤثر التفاؤل في جميع جوانب الحياة للفرد بما في ذلك الغذاء، إذ تؤثر الحالة النفسية على كثير من المشكلات الصحية وأمراض القلب والسمنة، وهناك العديد من العوامل تؤثر على سلوك الأكل، بما في ذلك الحالة النفسية، فالتفاؤل يزيد حب الحياة، بعكس إذا كان الفرد متشائماً، يمكن أن يسعى بشكل غير مباشر إلى الانتحار من خلال تناول الأطعمة التي تسبب الأمراض المزمنة وبالتالي الوفاة، ويؤدي التفاؤل إلى تقليل التدخين، وقد أظهرت بعض الدراسات وجود ارتباط بين التفاؤل والوجبات الغذائية الصحية، حيث ارتبط التفاؤل بارتفاع جودة النظام الغذائي بشكل عام وزيادة استهلاك مجموعات غذائية صحية محددة مثل الفواكه والخضروات أو الحبوب الكاملة، وعلى الرغم من ذلك قد تؤدي الأفكار الإيجابية المرتبطة بالتفاؤل إلى الشعور كما لو أنهم لا يحتاجون إلى الإنخراط في سلوكيات صحية، إذ قد يؤدي التفاؤل إلى زيادة تناول المشروبات الكحولية (Ait-hadad, et al., 2020).

العوامل المحددة لدرجات الافراد في التفاؤل والتشاؤم

1. العوامل البيولوجية: وتشمل الاستعدادات الوراثية، حيث أن للوراثة دوراً هاماً في التفاؤل والتشاؤم، فقد كشفت نتائج دراسة قام بها Plomin, Haworth, & Davis (2009) على عينة من (500) من التوائم المتطابقة وغير المتطابقة، أن للوراثة دور أساسي في التفاؤل والتشاؤم بنسبة (25%).
2. العوامل البيئية: تتمثل بالمحيط الاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه الفرد، حيث توصلت دراسة Plomin, Haworth, & Davis (2009) إلى دور البيئة الكبير في تفاؤل الفرد وتشاؤمه، وأظهرت نتائج الدراسات الثقافية وجود فروق واضحة بين المجتمعات المختلفة في كل من التفاؤل والتشاؤم، فقد أشارت دراسة اليحفوفي والأنصاري (2005) أن الطلبة الكويتيين أكثر تفاؤلاً من الطلبة اللبنانيين، كذلك وجدت دراسة الأنصاري وكاظم (2008) أن الطلبة العمانيين أكثر تفاؤلاً من الكويتيين، وتشير هذه النتائج أن لكل مجتمع له طابعه الخاص من ناحية التفاؤل من جهة والتشاؤم من جهة أخرى، فكل مجتمع له ظروفه الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي تؤثر في تشكيل شخصية أفراده (محيسن، 2018).
3. العوامل الاجتماعية : تتمثل بالتنشئة الاجتماعية من لغة وعادات وقيم واتجاهات سائدة في المجتمع، ولها دور في استجابات الفرد لمختلف مواقف الحياة، فالمواقف الاجتماعية المفاجئة تجعل الفرد متشائماً، فالعوامل الاجتماعية لها دور مهم في تعليم الفرد اللغة والعادات والقيم والاتجاهات السائدة في المجتمع، وهذا بدوره ينعكس على تحديد النظرة التفاؤلية والتشاؤمية لدى الفرد (Jabry & Katfi, 2022).

ولقد أجريت العديد من الدراسات التي بحثت في التفاؤل، فقد هدفت دراسة Al-Tayyar & Khaled (2024) إلى تحديد مستوى الصلابة النفسية ودرجة انتشار التفاؤل والتشاؤم بين طلبة جامعة القصيم في السعودية، والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وبين التفاؤل والتشاؤم، وتحديد الفروق في مستوى الصلابة النفسية والتفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيرات الجنس، التخصص، والمستوى الدراسي، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت

العينة بالطريقة العشوائية وبلغ عددها (830) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية بين أفراد العينة كان متوسطاً، كما أظهرت النتائج أن التفاؤل كان شائعًا بين الطلبة أكثر من التشاؤم، كما أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية بين طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولا توجد فروق تعزى للمستوى الدراسي والتخصص العلمي، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا في التفاؤل لصالح الإناث، ولم تظهر النتائج فروق في المستوى الدراسي والتخصص العلمي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والصلابة النفسية، وتوصلت دراسة Hwang & Kim (2023) التي استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي على عينة مكونة من (195) طالباً من طلبة التمريض الجامعيين في كوريا الجنوبية تم اختيارها عشوائياً، إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين كفاءة التعلم الموجه ذاتياً والتفاؤل، والذكاء العاطفي، والمرونة الأكاديمية، حيث تعمل كفاءة التعلم الموجه ذاتياً كوسيط في شرح العلاقة بين التفاؤل والذكاء العاطفي والمرونة الأكاديمية على التوالي، بينما هدفت دراسة منصور (2023) إلى دراسة مستوى التفاؤل وعلاقته بتحقيق الذات لطلاب جامعة القاهرة، واستخدمت المنهج الوصفي، واستخدمت عينة استطلاعية مكونة من (50) طالباً وطالبة، وتم اختيار العينة الأساسية بالطريقة العشوائية وبلغ عددها (296) طالباً وطالبة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التفاؤل وتحقيق الذات، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في التفاؤل وتحقيق الذات تعزى للجنس.

كما توصلت دراسة غرغوط ومسعودي (2022) إلى أن مستوى التفاؤل غير الواقعي لدى عينة الدراسة جاء بمستوى ضعيف، أما مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة جاء بمستوى متوسط، كما توجد علاقة ارتباطية بين التفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية، وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية، واستخدمت المنهج الوصفي، واختريت العينة بالطريقة العشوائية بلغ عددها (200) طالباً وطالبة من جامعة الوادي بالجزائر، وهدفت دراسة Abu Alia (2022) التعرف إلى التفاؤل الدراسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى طلبة التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية -خضوري، واستخدم المنهج الوصفي الإرتباطي، وأجريت الدراسة على عينة عشوائية طبقية بلغ عددها (77) طالباً وطالبة، وقد أظهرت

نتائج الدراسة أن مستوى التفاؤل ودافعية التعلم جاءا بمستوى مرتفع، ووجود علاقة إيجابية بين التفاؤل الدراسي ودافعية التعلم لدى عينة الدراسة، ولا توجد فروق تعزى للجنس والمستوى الدراسي.

كما هدفت دراسة Basharat (2022) للتعرف على مستويات التفكير الإيجابي والتفاؤل والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في شمال الضفة الغربية في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغيرات (الجنس، والجامعة، ونوع الكلية، والمرحلة الدراسية الجامعية، والدخل الشهري للأسرة، ومكان السكن)، والكشف عن العلاقة بين هذه المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وقد توصلت الدراسة إلى أن مستوى التفكير الإيجابي والتفاؤل والرضا عن الحياة كان مرتفعاً، كما تبين وجود علاقة إيجابية بين التفكير الإيجابي وكل من التفاؤل والرضا عن الحياة، كذلك وجود علاقة إيجابية بين التفاؤل والرضا عن الحياة، بالإضافة الى وجود فروق في مستويات التفاؤل تعزى لمتغير الدخل الشهري فقط لصالح الدخل الشهري المرتفع، ولا توجد فروق في باقي المتغيرات، فيما استخدمت دراسة مصطفى وعينو (2020) المنهج التجريبي في الدراسة، وبلغ عدد العينة (36) تم اختيارهم بالطريقة القصدية، وهدفت الدراسة إلى قياس فعالية استراتيجية بناء التفاؤل في تنمية سمة التفاؤل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية في الجزائر، وتوصلت النتائج لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي لمقياس التفاؤل والتشاؤم لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، كما لا توجد فروق بين الذكور والإناث بعد تطبيق استراتيجية بناء التفاؤل على عينة المرحلة المتوسطة في القياس البعدي.

بينما هدفت دراسة الكريديس والعمري (2020) إلى الكشف عن الفروق في التفاؤل والتشاؤم لدى الطالبات وفقاً للعمر، الترتيب في الأسرة، المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية، السكن، الدخل الشهري للأسرة، التقدير الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (203) طالبة من الجامعة تم اختيارهن عشوائياً، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً في درجات التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير العمر والترتيب في الأسرة والحالة الاجتماعية ونوع السكن، وعدم وجود

فروق في درجات التشاؤم تعزى للاختلاف في المستوى الدراسي والدخل الشهري، وتوجد فروق في درجات التفاؤل تعزى للدخل الشهري لصالح أفراد العينة الذين دخل أسرهن (من 20000 ريال فأكثر) أي (3700) دينار أردني تقريباً، ويوجد اختلاف في المستوى الدراسي لصالح المستوى الثامن، واختلاف التقديرات لصالح الطالبات الحاصلات على تقدير (ممتاز)، ووجود فروق في درجات التشاؤم لدى أفراد العينة تعزى لاختلاف التقديرات لصالح الطالبات الحاصلات على تقدير (جيد)، ودراسة زقاوة، غيات، بزايد، غيات، والمسوس (2020) استخدمت المنهج الوصفي التحليلي وعينة عشوائية طبقية من طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة التكنولوجيا بجامعتي وهران 2 والمركز الجامعي غليزان، وقد تم تطبيق الدراسة على عينة عددها (300)، وتوصلت النتائج إلى أن نسبة التفاؤل لدى أفراد العينة بمعدل (57%)، ونسبة التشاؤم (42%)، ومستوى الصحة النفسية كان متوسطاً، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التفاؤل والصحة النفسية وعلاقة سالبة بين التشاؤم والصحة النفسية، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير الجنس والتخصص الأكاديمي، في حين هدفت دراسة شواهنة والخطيب (2020) إلى تقصي مستوى التفاؤل المتعلم وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة أبو ظبي، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت العينة عشوائياً وعددها (355) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج أن درجة استجابة أفراد العينة على مقياس التفاؤل المتعلم ومقياس الدافعية متوسطة، وأشارت النتائج لوجود علاقة ارتباطية طردية بين مجالات التفاؤل والدافعية للإنجاز، ووجود فروق دالة إحصائياً في متوسطات الاستجابة على مستوى التفاؤل المتعلم والدافعية للإنجاز تعزى لمتغير التحصيل الدراسي، حيث أن الأكثر تحصيلاً هم الأكثر تفاؤل ودافعية.

بينما هدفت دراسة أبو الفضل، أبو المجد، عطا، وعابدين (2019) إلى معرفة مستوى التفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة جنوب الوادي في ضوء بعض المتغيرات، واستخدم المنهج الوصفي الإرتباطي، واختيرت العينة عشوائياً وبلغ عددها (445) طالباً وطالبة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى ارتفاع درجة التفاؤل لدى عينة الدراسة، وأظهرت النتائج أن الإناث أكثر تفاؤلاً من الذكور، ولا توجد فروق بين أفراد العينة على متغير التفاؤل تعزى لمتغير مكان الإقامة، في حين أن التخصص الدراسي يؤثر على درجة التفاؤل لصالح التخصص

الأدبي، كذلك تبين من نتائج الدراسة أن طلاب السنة الدراسية الأولى أكثر تفاؤلاً من طلاب السنة الدراسية الرابعة، وتبين أن الطلاب ذوي مستوى المعيشة المرتفع أكثر تفاؤلاً من الطلاب ذوي مستوى المعيشة المنخفض، وهدفت دراسة حمايدية، خلاف، ووبوزيدي (2018) إلى دراسة جودة الحياة وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه، واستخدم المنهج الوصفي الإرتباطي، واختيرت العينة بطريقة قصدية وتكونت من (60) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج لوجود علاقة ارتباطية قوية موجبة بين جودة الحياة والتفاؤل لدى طلبة الدكتوراه، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور، ومتغير التخصص لصالح التخصصات الأدبية، وعدم وجود فروق في مستوى التفاؤل لدى طلبة الدكتوراه تعزى لمتغيرتي الجنس والتخصص، بينما هدفت دراسة محيسن (2018) إلى التعرف إلى نسبة شيوع التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة، وعلاقتهما بالتدين، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، واختيرت عينة عشوائية طبقية من طلبة جامعة الأقصى بغزة تكونت من (263) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود التفاؤل بنسبة متوسطة والتشاؤم بنسبة منخفضة، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية بين تفاؤل الطلبة ومستوى التدين، وعلاقة سلبية بين التشاؤم ودرجة التدين، وعدم وجود فروق في التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير للجنس ومكان السكن، والمتزوجين أقل تشاؤماً من غير المتزوجين، وطلبة التخصص الأدبي أكثر تشاؤماً من طلبة التخصص العلمي، ووجود فروق في التفاؤل تعزى لمتغير الانتماء التنظيمي لصالح المنتميين للاتجاه الإسلامي في التفاؤل، والمنتمين لحركة فتح في التشاؤم.

بينما هدفت دراسة عشماوي (2018) إلى دراسة التفكير الإيجابي وعلاقته بالتفاؤل وتقدير الذات لدى طلبة جامعة حلوان في مصر، واستخدم المنهج الوصفي، واختيرت العينة عشوائياً بعدد (560) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج لوجود ارتباط إيجابي بين التفكير الإيجابي والتفاؤل وتقدير الذات، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً تعزى للجنس، وأن التفاؤل وتقدير الذات منبئات للتفكير الإيجابي، كما هدفت دراسة الموسوي والعنكوشي (2011) إلى التعرف على مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القادسية في العراق، واستخدم المنهج الوصفي، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية وتكونت من (400) طالباً وطالبة، وتوصلت

النتائج أن مستوى التفاؤل والتشاؤم متوسطاً، لكن الطلبة المتفائلين أكثر من الطلبة المتشائمين، ولا توجد فروق في التفاؤل تعزى للجنس، في حين يوجد فروق في درجة التشاؤم تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

1.3 الدراسات السابقة

من حيث المتغيرات

اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة آنفة الذكر المتعلقة بالتفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، حيث أنها تناولت مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة الجامعة كمتغير تابع في الدراسة، واستخدمت ثمانية متغيرات مستقلة للدراسة إضافة إلى التفكير الإيجابي وهي (الجنس، الحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن، المعدل التراكمي، المؤهل العلمي، الكلية، العمل) واتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في تناولها المتغيرات التابعة وبعض المتغيرات المستقلة مثل دراسة (عشماوي، 2018؛ اسليم، 2017؛ شهد، 2017؛ عبد الرحمن، 2015؛ السر، 2014) ودراسة (Saloum, 2024; Al-Mutawa, 2024; Farhad & Al-Moussawi, 2024; Al-Moussawi, 2023; Ben Kafo & Al-Khatali, 2021; Awda, 2020).

كما اتفقت الدراسة الحالية في تناولها لقيم التسامح كمتغير تابع مع دراسة (تبوك و قنديل، واقع ممارسة ثقافة التسامح وقبول الآخر لدى طلبة جامعة ظفار وآليات تعزيزها، 2023؛ المبيضين، مستوى الصمود النفسي والتسامح لدى الطلبة ضحايا التنمر في العاصمة عمان، 2022؛ شلش، التسامح وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، 2021؛ بدارنة، المومني، لبابنة، و العقيل، قيم التسامح لدى طالبات كلية اربد الجامعية وعلاقتها بالدرجة العلمية والتقدير الأكاديمي، 2017؛ النجار و أبو غالي، 2017؛ بركات، 2016؛ رمضان، فعالية برنامج إرشادي لتعزيز التسامح لدي عينة من طلبة الجامعة، 2014) ودراسة (Amtir & Mardiya, 2021; Omran & Mira, 2021).

واتفقت الدراسة الحالية في تناولها للتفاؤل كمتغير تابع مع دراسة (منصور، 2023؛ غرغوط ومسعودي 2022؛ زقاوة، غيات، بزايد، غيات، والمسوس، 2020؛ شواهنة والخطيب، 2020؛ أبو الفضل، أبو المجد، عطا، وعابدين، 2019؛ حمايدية، خلاف، و وبوزيدي، 2018؛ الكريديس والعمري، 2016؛ الموسوي والعنكوشي، 2011؛ Al-Tayyar & Khaled, 2024؛ Hwang & Kim, 2023؛ Basharat, 2022؛ Abu Alia, 2022).

من حيث منهج البحث

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي لوصف العلاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة الجامعة، واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (غرغوط والمسعودي، 2022؛ المبيضين؛ 2022؛ شلش، 2021؛ أبو الفضل، أبو المجد، عطا، وعابدين، 2019؛ حمايدية، خلاف، ووبوزيدي، 2018؛ اسليم، 2017؛ شهد، 2017؛ عبد الرحمن، 2015؛ Al-Mutawa, 2024؛ Farhad & Al-Moussawi, 2024؛ Al-Moussawi, 2023؛ Amtir & Mardiya, 2021؛ Omran & Mira, 2021).

واستخدمت دراسة (زقاوة، غيات، بزايد، غيات، والمسوس، 2020؛ شواهنة والخطيب، 2020؛ عشماوي، 2018؛ محيسن، 2018؛ النجار وأبو غالي، 2017؛ اسليم، 2017؛ الكريديس والعمري، 2016؛ النجار والطلاع، 2015؛ عبد الرحمن، 2015؛ السر، 2014؛ الموسوي والعنكوشي، 2011؛ Hwang & Kim, 2023) المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت (تبوك وقنديل، 2023؛ بدارنة، المومني، لبابنة، والعقيل، 2017) المنهج الوصفي المسحي، واختلفت مع دراسة (رمضان، 2014؛ مصطفى وعينو، 2020) التي استخدمت المنهج التجريبي في الدراسة.

من حيث عينة البحث

تم اختيار العينة في الدراسة الحالية بطريقة العينة المتيسرة، واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة Basharat (2022) واختلفت الدراسة الحالية مع جميع الدراسات السابقة التي تناولت العينة العشوائية البسيطة والطبقية والمنتظمة والعينة القصدية في دراساتها.

من حيث الأدوات

استخدمت الدراسة الحالية مقاييس التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، واتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدامها لمقياس التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل كدراسة (منصور، 2023؛ غرغوط والمسعودي، 2022؛ شواهنة والخطيب، 2020؛ مصطفى وعينو، 2020؛ زقاوة، غيات، بزايد، غيات، والمسوس، 2020؛ أبو الفضل، أبو المجد، عطا، وعابدين، 2019؛ حمايدية، خلاف، و وبوزيدي، 2018؛ عشماوي، 2018؛ محيسن، 2018؛ شهد، 2017؛ اسليم، 2017؛ الكريديس والعمري، 2016؛ النجار والطلاع، 2015؛ عبد الرحمن، 2015؛ الموسوي والعنكوشي، 2011؛ Farhad & Al-Moussawi, 2024؛ Al-Mutawa, 2024؛ Al-Tayyar & Khaled, 2024؛ Al-Moussawi, 2023؛ Basharat, 2022؛ Amtir & Mardiya, 2021؛ Omran & Mira, 2021؛ Ben Kafo & Al-Khatali, 2021؛ Awda, 2020) والتي استخدمت مقياس التفاؤل والتشاؤم، واختلفت الدراسة الحالية مع دراسة (غرغوط والمسعودي، 2022؛ زقاوة، غيات، بزايد، غيات، والمسوس، 2020؛ شواهنة والخطيب، 2020؛ Abu Alia, 2020).

1.4 مشكلة الدراسة

يواجه الأفراد في مرحلة الشـــباب الكثير من المشـــكلات التي تعيق تحقيق الأهداف التي يخططون لها للمسـتقبل، وتختلف درجة التعامل مع هذه المشـكلات من شـخص لآخر، وذلك يعتمد على نوعية التفكير التي يمتلكها كل فرد، ســـواء أكان تفكيراً إيجابياً أو ســـلبياً، ودرجة التفاؤل لديهم وقابلتيهم لتقبل الآخرين والتحلي بقيم السماحة والغفران.

ونتيجة لاهتمام الباحثة في موضوع التفكير الإيجابي، ورغبتها في دراسة العلاقة بينه وبين العديد من المشاعر والقيم الإيجابية مثل التسامح والتفاؤل، بالإضافة إلى مدى قسوة الظروف الاقتصادية والاجتماعية والسياسية التي يعيشها الشعب الفلسطيني عامة بما فيها طلبة الجامعة، وما لذلك من تأثير على الحالة النفسية سواء التفاؤل أو التشاؤم، التسامح أو الحقد، التفكير الإيجابي أو السلبي، فإن هذه الدراسة تسعى إلى تقصي مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل ووصف العلاقة بين التفكير الإيجابي وبين التسامح والتفاؤل وقدرة التفكير الإيجابي على التنبؤ بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وبناء على ما سبق تسعى هذه الدراسة إلى الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي:

ما مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟

1.5 أسئلة الدراسة

سعت الدراسة الحالية للإجابة على مجموعة الأسئلة الآتية:

1. ما مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟
2. هل توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغيرات (الجنس، الكلية، المؤهل العلمي، المعدل التراكمي، العمر، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، العمل)؟

3. هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟

4. هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس؟

5. هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الكلية؟

6. هل يتنبأ التفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟

1.6 أهداف الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى:

1. تحديد مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.
2. الكشف عن وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغيرات (الجنس، الكلية، المؤهل العلمي، المعدل التراكمي، العمر، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، العمل).
3. الكشف عن وجود علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.
4. الكشف عن وجود علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس والكلية.
5. تحديد القدرة التنبؤية للتفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

1.7 أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة بمجالين، نظري وعملي:

الأهمية النظرية

تتلخص الأهمية النظرية للدراسة بأنها يمكن أن تحدد مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة، وتأثير ذلك على قيم التسامح والتفاؤل لديهم في ضوء عدة متغيرات، وإثراء البيئة العربية بأدب نظري يتناول ويربط المتغيرات الثلاثة مع بعضها البعض، إضافة إلى التطرق إلى علم النفس الإيجابي كمحور جديد في علم النفس يتم تناوله ودراسته في البيئات والمجتمعات المختلفة كالمجتمع الفلسطيني، وتحديداً فئة الطلبة الجامعيين.

الأهمية العملية للدراسة

أما الأهمية العملية للدراسة تتلخص بالنقاط الآتية:

1. قد تفيد العاملين في مجال التنمية البشرية والإرشاد النفسي والصحة النفسية في تنمية وتطوير التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة الجامعة.
2. قد تمكن من بناء برنامج لتنمية التفكير الإيجابي على أسس نفسية تربوية، بأساليب سلوكية ونفسية ومعرفية متنوعة، يمكن استخدامه مع مجموعات أخرى من طلبة الجامعة.
3. قد تساعد في إعداد برنامج معرفي سلوكي بهدف تنمية التفكير الإيجابي والتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.

1.8 حدود الدراسة

تحددت الدراسة في ضوء الحدود الآتية: حدود زمانية ومكانية وبشرية وموضوعية كما يأتي:

الحد الزماني: اقتصرت الدراسة على الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2024-2023.

الحد المكاني: اقتصرت الدراسة على جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

الحد البشري: اقتصرت الدراسة على عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

الحد الموضوعي: اقتصرت الدراسة على التفكير الإيجابي، والتسامح، والتفاؤل، وعلاقتهما بعضهما البعض، والقدرة التنبؤية للتفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل.

1.9 مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية

اعتمدت الدراسة التعريفات الآتية لمصطلحاتها:

جامعة النجاح الوطنية

تعرف جامعة النجاح الوطنية حسب موقع الجامعة الرسمي لها والمدرج في قائمة المراجع الأجنبية أنها: جامعة عامة، تهدف لإعداد الكوادر البشرية المهنية المؤهّلة للقيادة، وتطويرها في ميادين الحياة جميعها، وإكساب طلبة الجامعة المعرفة العلمية المتميّزة، والمهارات الفردية التي تعزّز قدرتهم على المنافسة في الأسواق المحلية والعربية والدولية، ليكون خريج الجامعة عنصراً خلّاقاً وفاعلاً.

التفكير الإيجابي

عرفه منشد (2013) أنه قدرة الفرد الواعية على استخدام العقل بطريقة إيجابية فعالة يغلب عليها الطابع التفاؤلي في معالجة المشكلات الحياتية، والتغلب عليها بطريقة تقود الفرد للشعور بالرضا والتقبل الإيجابي لنفسه.

ويعرف إجرائيا: مستوى التفكير الإيجابي الذي يتمتع به طلبة جامعة النجاح الوطنية بعد الإجابة على مقياس التفكير الإيجابي الذي أعدته الباحثة بما يتناسب مع موضوع الدراسة.

التسامح

عرفه الشمري، أبو زيد، وسليمان (2018) أنه تسامح الفرد مع ذاته، وتحملها والصبر عليها ومقاومة أخطائه والتغلب عليها، وكذلك تسامح الفرد مع غيره بتحملهم والتغاضي عن أخطائهم.

ويُعرّف إجرائياً: درجة التسامح التي يحصل عليها طلبة جامعة النجاح بالاستجابة على فقرات مقياس التسامح الذي أعدته الباحثة لأغراض الدراسة.

التفاؤل

عرفه محيسن (2018) أنه التوقعات والتخمينات والاحتمالات الإيجابية للأحداث الهامة في حياة الفرد المستقبلية، والتي تجعله ينظر للأفضل ويتوقع الخير والنجاح.

وعرفته منصور (2019) أنه السير نحو الحياة بإيجابية، والإيمان بإمكانية تحقيق الرغبات وتوقع حدوث الأفضل دائما وتحقيق النتائج والأهداف المرجوة.

ويُعرّف إجرائياً: درجة التفاؤل التي يحصل عليها طلبة جامعة النجاح بالاستجابة على فقرات مقياس التفاؤل الذي أعدته الباحثة لأغراض الدراسة.

الفصل الثاني

منهجية الدراسة

اشتمل هذا الفصل وصفاً مفصلاً للمنهجية التي تم إتباعها في هذه الدراسة، والتي تتضمن تعريف منهجها، ووصف مجتمعها وعينتها، والأدوات التي تم استخدامها، ودلالات الصدق والثبات لهذه الأدوات والإجراءات التي تم تطبيقها، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة البيانات للحصول على النتائج، وفيما يلي وصفاً لهذه الإجراءات:

2.1 تصميم الدراسة

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي، وهو منهج قائم على مجموعة من الإجراءات البحثية التي تقوم على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً، لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج وتعميمات عن الظاهرة قيد الدراسة، وإيجاد طبيعة واتجاه العلاقة، وذلك لملائمته لأغراض الدراسة والمتعلقة بالتفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، وذلك باستخدام الاستبانة كأداة للدراسة وتطبيقها الكترونياً.

2.2 مجتمع الدراسة

تألف مجتمع الدراسة من جميع الطلبة الملتحقين والمسجلين بجامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي 2024/2023 بمختلف الدرجات والكليات والتخصصات العلمية، والبالغ عددهم ما يقارب (25) ألفاً، وذلك وفق إحصائيات دائرة القبول والتسجيل في الجامعة.

2.3 عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (441) طالباً وطالبة، والتي تم أخذها بأسلوب العينة المتيسرة بسبب الظروف الأمنية التي تعيشها البلاد وعدم الالتقاء وجاهياً، بسبب تداعيات حرب السابع من أكتوبر من عام 2023،

والذي سمي بطوفان الأقصى، حيث بدأ بعد هجوم مُفاجئ شنَّته حركة حماس على إسرائيل، وذلك بإطلاق ما لا يقلُّ عن (3000) صاروخ من قطاع غزة باتجاه إسرائيل، وردًّا على ذلك، بدأت قوات إسرائيل هجومها باستعادة السيطرة على المستوطنات التي سبق لقوات حماس السيطرة عليها، وشنَّت هجمات انتقامية قبل أن تعلن الحرب رسميًا على حماس في اليوم التالي، وقد تعذر الوصول لعدد كبير من الطلبة، واستخدام طرق أخرى في اختيار العينة، وكما شكل حجمها ما يقارب (13) ضعف عدد الفقرات المشكلة في مقياس التفكير الإيجابي، وما يقارب (12.5) ضعف عدد الفقرات المشكلة في مقياس التسامح، وما يقارب (21) ضعف عدد الفقرات المشكلة في مقياس التفاؤل، وهو مناسب حسب ما يقترحه Crocker & Algina (1986) بأن يكون حجم العينة مساوٍ لـ (5-10) أضعاف عدد الفقرات في المقياس، كما تم اختيار عينة استطلاعية مكونة من (42) طالباً وطالبة عشوائياً بغرض التحقق من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات، حيث تم إضافتها إلى العينة الأساسية، والجدول (2) يوضح خصائص عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة.

جدول (2)

توزيع أفراد عينة الدراسة

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة %
الجنس	ذكر	235	%53.3
	أنثى	206	%46.7
المؤهل العلمي	دبلوم	118	%26.8
	بكالوريوس	259	%58.7
	دراسات عليا	64	%14.5
العمر	اقل من 21 سنة	126	%28.6
	من 21–اقل من 25 سنة	223	%50.6
	من 25 سنة فأكثر	92	%20.9
الحالة الاجتماعية	أعزب	246	%55.8
	متزوج	151	%34.2
	أرمل	22	%5.0
	مطلق	22	%5.0
الكلية	انسانية	249	%56.5
	علمية	192	%43.5
المعدل التراكمي	مقبول	131	%29.7
	جيد	176	%39.9
	جيد جدا	107	%24.3
	ممتاز	27	%6.1
مكان السكن	مدينة	153	%34.7
	قرية	214	%48.5
	مخيم	74	%16.8
العمل	عامل	214	%48.5
	غير عامل	227	%51.5
	المجموع	**441**	**%100**

2.4 أدوات الدراسة ومؤشرات صدقها وثباتها

لتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير استبيان يحتوي المتغيرات الديموغرافية، واستخدام مقاييس التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل بالاستعانة بالدراسات المتعلقة بالتفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، حيث تم إعداد مقياس التفكير الإيجابي وفق دراسة منشد (2013)، ومقياس التسامح وفق مقياس هارتلاند (HFS-Hartland)، ومقياس التفاؤل وفق دراسة (قنيطة، 2016).

المتغيرات الديموغرافية: الجنس، الكلية، المؤهل العلمي، المعدل التراكمي، العمر، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، العمل (أنظر ملحق أ).

المقياس الأول: مقياس التفكير الإيجابي

قامت الباحثة بتطوير استبانة قياس مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بالاستعانة بمقياس التفكير الإيجابي إعداد منشد (2013) في صياغة فقرات الاستبانة بما يتلاءم مع البيئة الفلسطينية، المكونة من (34) فقرة موزعة على (5) مجالات.

بحيث تكون المقياس في صورته الأولية من (34) فقرة وجميعها إيجابية، وقد وزعت فقرات المقياس على خمسة أبعاد فرعية، وهي (الإيجابية نحو المستقبل وتتكون من (8) فقرات، والتي تمثل الفقرات من (1-8)، والمشاعر الإيجابية (السعادة) وتتكون من (7) فقرات، والتي تمثل الفقرات من (9-15)، ومفهوم الذات الإيجابي ويتكون من (7) فقرات، والتي تمثل الفقرات من (16-22)، والرضا عن الحياة ويتكون من (5) فقرات، والتي تمثل الفقرات من (23-27)، والمرونة الإيجابية وتتكون من (7) فقرات، والتي تمثل الفقرات من (28-34) (أنظر ملحق أ)، حيث تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي المتدرج بحيث تعطى الدرجات للفقرات الإيجابية (دائماً (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، بحيث تعطى لكل فقرة من فقرات المقياس وكل بُعد درجة معينة، وتشير الدرجات المرتفعة على الفقرات والأبعاد الفرعية إلى وجود التفكير الإيجابي بدرجة مرتفعة على مستوى الفقرة والبُعد الفرعي، بينما تدل الدرجة المنخفضة على نفس

المقياس على وجود التفكير الإيجابي بدرجة منخفضة على مستوى الفقرة والبُعد الفرعي، وتوصف متوسطات الاستجابة وفق الآتي (1-2.33) منخفض، (2.34-3.67) متوسط، (3.68-5) مرتفع).

دلالات صدق وثبات مقياس التفكير الإيجابي المستخدم في الدراسة الحالية

صدق المقياس

تم التحقق من صدق المقياس بالطرق الآتية:

الصدق البنائي: حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (42) طالباً وطالبة، وذلك بهدف التحقق من الصدق والثبات وتحديد مجالاته وفقراته بالحذف والإضافة والتعديل بما يتلاءم مع عينة الدراسة، من خلال إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على بُعد الإيجابية نحو المستقبل، حيث تراوحت بين (0.808 – 0.626)، وبُعد المشاعر الإيجابية (السعادة)، حيث تراوحت بين (– 0.607 0.742)، وبُعد مفهوم الذات الإيجابي، حيث تراوحت بين (0.801 – 0.636)، وبُعد الرضا عن الحياة، حيث تراوحت بين (0.819 – 0.717)، وبُعد المرونة الإيجابية، حيث تراوحت بين (0.704 – 0.455)، ومقياس التفكير الإيجابي الكلي، حيث تراوحت بين (0.790 – 0.400)، وقد جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند (α = 0.01) والتي ينصح بإبقائها في المقياس لتمتعها بصدق بنائي جيد يدلل على مدى صلاحيتها لقياس ما وضع لقياسه (أنظر الملحق ب).

كما تم التحقق من الصدق البنائي للعينة الأساسية من خلال إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على بُعد الإيجابية نحو المستقبل، حيث تراوحت بين (0.779 – 0.620)، وبُعد المشاعر الإيجابية (السعادة)، حيث تراوحت بين (0.729 – 0.668)، وبُعد مفهوم الذات الإيجابي، حيث تراوحت بين (0.726 – 0.665)، وبُعد الرضا عن الحياة، حيث تراوحت بين (0.760 – 0.702)، وبُعد المرونة الإيجابية، حيث تراوحت بين (0.708 – 0.634)، ومقياس التفكير الإيجابي الكلي، حيث تراوحت بين (0.689 – 0.409)، وقد جاءت

جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند (α = 0.01) والتي ينصح بإبقائها في المقياس لتمتعها بصدق بنائي جيد يدلل على مدى صلاحيتها لقياس ما وضع لقياسه (أنظر الملحق ب).

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة كرونباخ ألفا، إذ تم تقدير دلالات ثبات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة في العينة الاستطلاعية باستخدام طريقة كرونباخ ألفا، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لبُعد الإيجابية نحو المستقبل (0.865)، ولبُعد المشاعر الإيجابية (السعادة) (0.791)، ولبُعد مفهوم الذات الإيجابي (0.843)، ولبُعد الرضا عن الحياة (0.801)، ولبُعد المرونة الإيجابية (0.749)، ومقياس التفكير الإيجابي الكلي (0.939)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومناسبة، وهذا يعبر عن مدى صلاحية الأداة ومناسبتها لتحقيق غرض الدراسة.

كما تم تقدير دلالات ثبات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة في العينة الأساسية باستخدام طريقة كرونباخ الفا، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لبُعد الإيجابية نحو المستقبل (0.876)، ولبُعد المشاعر الإيجابية (السعادة) (0.823)، ولبُعد مفهوم الذات الإيجابي (0.821)، ولبُعد الرضا عن الحياة (0.779)، ولبُعد المرونة الإيجابية (0.794)، ومقياس التفكير الإيجابي الكلي (0.948)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومناسبة، وهذا يعبر عن مدى صلاحية الأداة ومناسبتها لتحقيق غرض الدراسة.

المقياس الثاني: مقياس التسامح

قامت الباحثة بتطوير استبانة قياس مستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بالاستعانة بمقياس هارتلاند للتسامح (HFS) كما وضحه Thompson et al. (2005)، بحيث تكون المقياس في صورته الأولية من (18) فقرة منها (9) فقرات إيجابية وهي (1، 3، 5، 8، 10، 12، 14، 16، 18)، و(9) فقرات سلبية وهي (2، 4، 6، 7، 9، 11، 13، 15، 17)، وقد وزعت فقرات المقياس على ثلاثة أبعاد فرعية، وهي (التسامح مع الذات وتكون من (6) فقرات منها (3) فقرات إيجابية و(3) فقرات سلبية، والتي تمثل الفقرات من (1-6)، والتسامح مع الآخرين وتكون من (6) فقرات منها (3) فقرات إيجابية و(3) فقرات سلبية، والتي تمثل

الفقرات من (7–12)، والتسامح مع المواقف وتكون من (6) فقرات منها (3) فقرات إيجابية و(3) فقرات سلبية، والتي تمثل الفقرات من (13–18)) (أنظر ملحق أ)، حيث تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي المتدرج بحيث تعطى الدرجات للفقرات الإيجابية (دائماً (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، والفقرات السلبية تعطى الدرجات للفقرات (دائماً (1)، وغالباً (2)، وأحياناً (3)، ونادراً (4)، وأبداً (5))، بحيث تعطى لكل فقرة من فقرات المقياس وكل بُعد درجة معينة، وتشير الدرجات المرتفعة على الفقرات والأبعاد الفرعية إلى وجود التسامح بدرجة مرتفعة على مستوى الفقرة والبُعد الفرعي، بينما تدل الدرجة المنخفضة على نفس المقياس على وجود التسامح بدرجة منخفضة على مستوى الفقرة والبُعد الفرعي، وتوصف متوسطات الاستجابة وفق الآتي (1-2.33) منخفض، (2.34-3.67) متوسط، (3.68-5) مرتفع).

دلالات صدق وثبات مقياس التسامح المستخدم في الدراسة الحالية

صدق المقياس

تم التحقق من صدق المقياس بالطرق الآتية:

الصدق البنائي: حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (42) طالباً وطالبة، وذلك بهدف التحقق من الصدق والثبات وتنقيح وفرز مجالاته وفقراته بالحذف والإضافة والتعديل بما يتلاءم مع عينة دراسته، من خلال إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على بُعد التسامح مع الذات، حيث تراوحت بين (0.797 – 0.658)، وبُعد التسامح مع الآخرين، حيث تراوحت بين (0.825 – 0.606)، وبُعد التسامح مع المواقف، حيث تراوحت بين (0.731 – 0.451)، ومقياس التسامح الكلي، حيث تراوحت بين (0.745 – 0.452)، وقد جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند (α = 0.01) والتي ينصح بإبقائها في المقياس لتمتعها بصدق بنائي جيد يدلل على مدى صلاحيتها لقياس ما وضع لقياسه (أنظر الملحق ب).

كما تم التحقق من الصدق البنائي للعينة الأساسية من خلال إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على بُعد التسامح مع الذات، حيث تراوحت بين (0.711 – 0.634)، وبُعد التسامح مع الآخرين، حيث تراوحت بين (0.802 – 0.663)، وبُعد التسامح مع المواقف، حيث تراوحت بين (0.698 – 0.585)، ومقياس التسامح الكلي، حيث تراوحت بين (0.727 – 0.500)، وقد جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند (α = 0.01) والتي ينصح بإبقائها في المقياس لتمتعها بصدق بنائي جيد يدلل على مدى صلاحيتها لقياس ما وضع لقياسه (أنظر الملحق ب).

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة كرونباخ الفا، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لبُعد التسامح مع الذات (0.79)، ولبُعد التسامح مع الآخرين (0.80)، ولبُعد التسامح مع المواقف (0.62)، ومقياس التسامح الكلي (0.89)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومناسبة، وهذا يعبر عن مدى صلاحية الأداة ومناسبتها لتحقيق غرض الدراسة.

كما تم تقدير دلالات ثبات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة في العينة الأساسية باستخدام طريقة كرونباخ الفا، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لبُعد التسامح مع الذات (0.76)، ولبُعد التسامح مع الآخرين (0.81)، ولبُعد التسامح مع المواقف (0.73)، ومقياس التسامح الكلي (0.89)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومناسبة، وهذا يعبر عن مدى صلاحية الأداة ومناسبتها لتحقيق غرض الدراسة.

المقياس الثاني: مقياس التفاؤل

قامت الباحثة بتطوير استبانة قياس مستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بالاستعانة بمقياس التفاؤل إعداد (قنيطة، 2016)، بحيث تكون المقياس في صورته الأولية من (21) فقرة جميعها إيجابية (أنظر ملحق أ)، حيث تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي المتدرج بحيث تعطى الدرجات للفقرات الإيجابية (دائماً (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، بحيث تعطى لكل فقرة من فقرات المقياس درجة معينة، وتشير الدرجات المرتفعة إلى وجود التفاؤل بدرجة مرتفعة، بينما تدل الدرجة المنخفضة على نفس المقياس على

وجود التفاؤل بدرجة منخفضة، وتوصف متوسطات الاستجابة وفق الآتي (1-2.33) منخفض، (2.34-3.67) متوسط، (3.68-5) مرتفع).

دلالات صدق وثبات مقياس التفاؤل المستخدم في الدراسة الحالية

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس بالطرق الآتية:

الصدق البنائي: حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (42) طالباً وطالبة، وذلك بهدف التحقق من الصدق والثبات وتنقيح وفرز فقراته بالحذف والإضافة والتعديل بما يتلاءم مع عينة دراسته، من خلال إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على مقياس التفاؤل الكلي، حيث تراوحت بين (0.798 – 0.349)، وقد جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند (α = 0.01) والتي ينصح بإبقائها في المقياس لتمتعها بصدق بنائي جيد يدل على مدى صلاحيتها لقياس ما وضع لقياسه (أنظر الملحق ب).

كما تم التحقق من الصدق البنائي للعينة الأساسية من خلال إيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على مقياس التفاؤل الكلي، حيث تراوحت بين (0.738 – 0.556)، وقد جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند (α= 0.01) والتي ينصح بإبقائها في المقياس لتمتعها بصدق بنائي جيد يدل على مدى صلاحيتها لقياس ما وضع لقياسه (أنظر الملحق ب).

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة كرونباخ الفا:

كما تم تقدير دلالات ثبات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة في العينة الاستطلاعية باستخدام طريقة كرونباخ ألفا، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس التفاؤل الكلي (0.94)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومناسبة، وهذا يعبر عن مدى صلاحية الأداة ومناسبتها لتحقيق غرض الدراسة.

كما تم تقدير دلالات ثبات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة في العينة الأساسية باستخدام طريقة كرونباخ الفا، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لمقياس التفاؤل الكلي (0.93)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومناسبة، وهذا يعبر عن مدى صلاحية الأداة ومناسبتها لتحقيق غرض الدراسة.

2.5 المعالجات الإحصائية

تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS – Version – 22-، وذلك بإدخال استجابات الأفراد المستجيبين على أدوات الدراسة، كما تم معالجة البيانات وتحليلها للإجابة على أسئلة الدراسة، حيث تم إتباع الآتي:

1. استخراج التكرارات والنسب المئوية لوصف أفراد عينة الدراسة حسب الخصائص الديموغرافية.
2. استخدام معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة على الفقرة والدرجة الكلية على المقياس للتحقق من الصدق البنائي لأدوات الدراسة.
3. استخدام معادلة كرونباخ ألفا للتحقق من ثبات الاتساق الداخلي لأدوات الدراسة.
4. استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات أدوات الدراسة.
5. استخدام اختبار (T-test) لعينتين مستقلتين.
6. استخدام اختبار تحليل التباين الاحادي (One Way ANOVA).
7. استخدام معامل الارتباط بيرسون.
8. استخدام معامل الانحدار البسيط والمتعدد بطريقة (الإدخال التدريجي للمتغيرات المستقلة (Stepwise).

2.6 متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

المتغيرات المستقلة (الديموغرافية)

1. الجنس، وله (2) مستويين: (ذكر، أنثى).
2. الكلية، ولها (2) مستويين: (إنسانية، علمية).
3. المؤهل العلمي، وله (3) مستويات: (دبلوم، بكالوريوس، دراسات عليا).
4. المعدل التراكمي، وله (4) مستويات: (مقبول، جيد، جيد جداً، ممتاز).
5. العمر، وله (3) مستويات: (أقل من 21 سنة، من 21 سنة – أقل من 25 سنة، من 25 سنة فأكثر).
6. مكان السكن، وله (3) مستويات: (مدينة، قرية، مخيم).
7. الحالة الاجتماعية، وله (4) مستويات: (أعزب، متزوج، أرمل، مطلق).
8. العمل، وله (2) مستويين: (عامل، غير عامل).
9. التفكير الإيجابي: حيث تم دراسة إمكانية تنبؤ التفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل، والذي يتكون من (5) أبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية).

المتغيرات التابعة

1. التفكير الإيجابي: مقاساً بالدرجة التي يتم الحصول عليها على مقياس التفكير الإيجابي، والذي يتكون من (5) أبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية).

2. التسامح: مقاساً بالدرجة التي يتم الحصول عليها على مقياس التسامح، والذي يتكون من (3) أبعاد (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف).

3. التفاؤل: مقاساً بالدرجة التي يتم الحصول عليها على مقياس التفاؤل.

2.7 إجراءات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم إتباع الإجراءات الآتية:

- إعداد أدوات الدراسة بصورتها الأولية (أنظر ملحق أ)، إضافة إلى تطبيقها على عينة استطلاعية من أجل التحقق من الصدق والثبات.
- إعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية (أنظر ملحق ب)، وذلك بتصميمها إلكترونياً لسهولة جمع بيانات الدراسة بسبب الظروف الأمنية التي تعيشها البلاد.
- تواصلت الباحثة مع أغلب طلبة الجامعة المشمولين بالدراسة، وفق ما هو متاح لمساعدتها في نشر رابط الاستبانة، حيث تم استخدام مختلف وسائل التواصل الاجتماعي في تعميم ونشر الاستبانة بهدف الوصول لأكبر عينة تغطي أهداف الدراسة.
- جمع إجابات المفحوصين وتنظيمها وترتيبها وتجهيزها وترميزها تمهيداً لإجراء التحليل الإحصائي المناسب باستخدام برنامج الرزم الإحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS).
- استخراج نتائج الدراسة وفق أسئلتها ومناقشة ما تم التوصل إليه من نتائج في ضوء أسئلة الدراسة والخروج بالتوصيات والمقترحات المناسبة استناداً إلى نتائج الدراسة.

الفصل الثالث

نتائج الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، كذلك الكشف عن الفروق في مستويات التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل تعزى لمتغيرات (الجنس، الكلية، المؤهل العلمي، المعدل التراكمي، العمر، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، العمل)، والعلاقة الارتباطية بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، بالإضافة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للتفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، وفيما يلي عرضاً لنتائج الدراسة وفقاً لأسئلتها.

3.1 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول

والذي ينص على "ما مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟"

للإجابة على السؤال الأول والمتعلق بمستويات التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل، لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والأبعاد الفرعية، وتظهر الجداول (3، 4) والملاحق (ج، د، هـ) ذلك.

1. التفكير الإيجابي:

جدول (3)

المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والأبعاد الفرعية

الرقم	البعد	الرتبة	متوسط حسابي	انحراف معياري	المستوى
1	الإيجابية نحو المستقبل	1	3.755	0.576	مرتفع
4	الرضا عن الحياة	2	3.748	0.523	مرتفع
3	مفهوم الذات الإيجابي	3	3.702	0.490	مرتفع
2	المشاعر الإيجابية (السعادة)	4	3.698	0.498	مرتفع
5	المرونة الإيجابية	5	3.697	0.486	مرتفع
	المستوى الكلي للتفكير الإيجابي		**3.71**	**0.445**	**مرتفع**

1–2.33 منخفض، اعلى من 2.33–3.67 متوسط، اعلى من 3.67–5 مرتفع

يلاحظ من الجدول (3) أعلاه أن مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس جاء بمستوى مرتفع بمتوسط حسابي (3.71) أي (74%) وانحراف معياري (0.44)، وقد جاءت جميع الأبعاد الفرعية بمستوى مرتفع، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (3.75–3.69)، وجاء في المرتبة الأولى البُعد (1) والذي ينص على "الإيجابية نحو المستقبل" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.75) وانحراف معياري مقداره (0.57)، تلاه في المرتبة الثانية البُعد (4) والذي ينص على "الرضا عن الحياة" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.74)، وانحراف معياري مقداره (0.52)، تلاه في المرتبة الخامسة والأخيرة البُعد (5) والذي ينص على "المرونة الإيجابية" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.69)، وانحراف معياري مقداره (0.48).

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ج) أن جميع الفقرات جاءت متراوحه بين المستوى المرتفع والمتوسط، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (4.17–3.48)، وجاء في المرتبة الأولى الفقرة (1) والتي تنص على "أعتقد أني سأكون سعيداً في حياتي" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (4.17) وانحراف معياري مقداره

(0.64)، تلاه في المرتبة الثانية الفقرة (9) والتي تنص على "أتصرف بمشاعر المودة والحب مع زملائي" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.93)، وانحراف معياري مقداره (0.64)، تلاه في المرتبة الرابعة والثلاثين والاخيرة الفقرة (17) والتي تنص على "اعتقد بأن الآخرون يحملون أفكار طيبة عني" بمستوى متوسط، بمتوسط حسابي مقداره (3.48)، وانحراف معياري مقداره (0.73).

2. التسامح:

جدول (4)

المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والأبعاد الفرعية

الرقم	البعد	الرتبة	متوسط حسابي	انحراف معياري	المستوى
1	التسامح مع الذات	1	3.039	0.331	متوسط
3	التسامح مع المواقف	2	3.026	0.282	متوسط
2	التسامح مع الآخرين	3	2.986	0.288	متوسط
	المستوى الكلي للتسامح		**3.01**	**0.194**	**متوسط**

1–2.33 منخفض، اعلى من 2.33–3.67 متوسط، اعلى من 3.67–5 مرتفع.

يلاحظ من الجدول (4) أعلاه أن مستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس جاء بمستوى متوسط بمتوسط حسابي (3.01) وانحراف معياري (0.19)، وقد جاءت جميع الأبعاد الفرعية بمستوى متوسط، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (3.03 – 2.98)، وجاء في المرتبة الأولى الُعد (1) والذي ينص على "التسامح مع الذات" بمستوى متوسط، بمتوسط حسابي مقداره (3.03) وانحراف معياري مقداره (0.33)، تلاه في المرتبة الثانية البُعد (3) والذي ينص على "التسامح مع المواقف" بمستوى متوسط، بمتوسط حسابي مقداره (3.02)، وانحراف معياري مقداره (0.28)، تلاه في المرتبة الثالثة والاخيرة البُعد (2) والذي ينص على "التسامح مع الآخرين" بمستوى متوسط، بمتوسط حسابي مقداره (2.98)، وانحراف معياري مقداره (0.28).

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق د) أن جميع الفقرات جاءت متراوحه بين المستوى المرتفع والمنخفض، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (3.85 – 2.22)، وجاء في المرتبة الأولى الفقرة (1) والتي تنص على "رغم أنني أشعر بالضيق في البداية عندما أخطئ، إلا أنني مع مرور الوقت أستطيع أن أكون أقل حدة مع نفسي" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.85) وانحراف معياري مقداره (0.67)، تلاه في المرتبة الثانية الفقرة (18) والتي تنص على "في النهاية، فإنني أترك الأفكار السلبية المتعلقة بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرة أي شخص" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.75)، وانحراف معياري مقداره (0.67)، تلاه في المرتبة الثامنة عشرة والأخيرة الفقرة (13) والتي تنص على "عندما تسير الأمور بشكل خاطئ لأسباب خارجة عن السيطرة فإنني أتورط بالأفكار السلبية حول ذلك" بمستوى منخفض، بمتوسط حسابي مقداره (2.22)، وانحراف معياري مقداره (0.71).

3. التفاؤل:

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق هـ) أن مستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس جاء بمستوى مرتفع بمتوسط حسابي (3.76) وانحراف معياري (0.47)، وقد جاءت جميع الفقرات بمستوى مرتفع باستثناء فقرة واحدة جاءت بمستوى متوسط، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (3.94 – 3.56)، وجاء في المرتبة الأولى الفقرة (1) والتي تنص على "أنظر إلى الحياة على أنها هادفة" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.94) وانحراف معياري مقداره (0.70)، تلاه في المرتبة الثانية الفقرة (3) والتي تنص على "أؤمن بمقولة "لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس" بمستوى مرتفع، بمتوسط حسابي مقداره (3.89)، وانحراف معياري مقداره (0.67)، تلاه في المرتبة الحادية والعشرون والاخيرة الفقرة (2) والتي تنص على "أتوقع حدوث أشياء سارّة في المستقبل" بمستوى متوسط، بمتوسط حسابي مقداره (3.569)، وانحراف معياري مقداره (0.71).

3.2 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني

والذي ينص على "هل توجد فروق في مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغيرات (الجنس، الكلية، المؤهل العلمي، المعدل التراكمي، العمر، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، العمل)؟

1. الجنس:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير الجنس، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، ويظهر الملحق (و) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق و) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى).

2. الكلية:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير الكلية، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسانية، علمية)، ويظهر الملحق (ز) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ز) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسانية، علمية)، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في

محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسانية، علمية)، لصالح من كلياتهم علمية كون المتوسط الحسابي لها اعلى ممن كلياتهم انسانية.

3. المؤهل العلمي:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير المؤهل العلمي، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي، ويظهر الملحق (ح) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ح) أنه توجد فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي، ولمعرفة لمن تؤول الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، بهدف التعرف على ما إذا كانت الفروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

جدول (5)

تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	1.498	2	0.749	3.831	*0.022
	داخل المجموعات	85.618	438	0.195		
	المجموع	87.115	440			
التسامح	بين المجموعات	0.005	2	0.002	0.062	0.940
	داخل المجموعات	16.508	438	0.038		
	المجموع	16.513	440			
التفاؤل	بين المجموعات	1.351	2	0.675	2.988	0.051
	داخل المجموعات	99.004	438	0.226		
	المجموع	100.355	440			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يلاحظ من الجدول (5) أعلاه أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي، ولمعرفة لمن تؤول الفروق تم إجراء المقارنات البعدية باستخدام اختبار (LCD) اقل فرق جوهري، ويظهر الملحق (ط) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ط) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فاقل بين متوسطي مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي، وذلك بين من مؤهلهم العلمي (دبلوم، دراسات عليا)، لصالح من مؤهلهم العلمي (دراسات عليا) كون المتوسط الحسابي لهم اعلى من المتوسط الحسابي لمن مؤهلهم العلمي (دبلوم).

4. المعدل التراكمي:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير المعدل التراكمي، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، ويظهر الملحق (ي) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ي) أنه توجد فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، ولمعرفة لمن تؤول إليه الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، بهدف التعرف على ما إذا كانت الفروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

جدول (6)

تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	4.264	3	1.421	7.497	0.000**
	داخل المجموعات	82.851	437	0.190		
	المجموع	87.115	440			
التسامح	بين المجموعات	0.089	3	0.030	0.792	0.499
	داخل المجموعات	16.423	437	0.038		
	المجموع	16.513	440			
التفاؤل	بين المجموعات	3.490	3	1.163	5.248	0.001**
	داخل المجموعات	96.865	437	0.222		
	المجموع	100.355	440			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يلاحظ من الجدول (6) أعلاه أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، ولمعرفة لمن تؤول الفروق تم إجراء المقارنات البعدية باستخدام اختبار (LCD) أقل فرق جوهري، ويظهر الملحق (ك) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ك) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فاقل بين متوسطي مستوى التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، وذلك بين من معدلهم التراكمي (جيد، جيد جدا، ممتاز) من جهة وبين من معدلهم التراكمي (مقبول) من جهة اخرى، لصالح من معدلهم التراكمي (جيد، جيد جدا، ممتاز) كون المتوسط الحسابي لهم اعلى من المتوسط الحسابي لمن معدلهم التراكمي (مقبول).

كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فاقل بين متوسطي مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، وذلك بين من معدلهم التراكمي (جيد، جيد جدا) من جهة وبين من معدلهم التراكمي (ممتاز) من جهة اخرى، لصالح من معدلهم التراكمي (ممتاز) كون المتوسط الحسابي لهم اعلى من المتوسط الحسابي لمن معدلهم التراكمي (جيد، جيد جدا).

5. العمر:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير العمر، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، ويظهر الملحق (ل) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ل) أنه توجد فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، ولمعرفة لمن تؤول الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، بهدف التعرف على ما إذا كانت الفروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير العمر.

جدول (7)

تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	1.775	2	0.887	4.554	*0.011
	داخل المجموعات	85.341	438	0.195		
	المجموع	87.115	440			
التسامح	بين المجموعات	0.337	2	0.168	4.556	*0.011
	داخل المجموعات	16.176	438	0.037		
	المجموع	16.513	440			
التفاؤل	بين المجموعات	3.055	2	1.527	6.876	**0.001
	داخل المجموعات	97.300	438	0.222		
	المجموع	100.355	440			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يلاحظ من الجدول (7) أعلاه أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، ولمعرفة لمن تؤول الفروق تم إجراء المقارنات البعدية باستخدام اختبار (LCD) اقل فرق جوهري، ويظهر الملحق (م) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق م) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فاقل بين متوسطي مستوى التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، وذلك بين من عمرهم (اقل من 21 سنة، من 25 سنة فأكثر)، لصالح من عمرهم (من 25 سنة فأكثر) كون المتوسط الحسابي لهم اعلى من المتوسط الحسابي لمن عمرهم (اقل من 21 سنة).

كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل بين متوسطي مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، وذلك بين من عمرهم (أقل من 21 سنة – من 21– أقل من 25 سنة، من 25 سنة فأكثر)، لصالح من عمرهم (من 25 سنة فأكثر) كون المتوسط الحسابي لهم اعلى من المتوسط الحسابي لمن عمرهم (أقل من 21 سنة – من 21– أقل من 25 سنة).

6. مكان السكن:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير مكان السكن، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن، ويظهر الملحق (ن) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ن) أنه توجد فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن، ولمعرفة لمن تؤول الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، بهدف التعرف على ما إذا كانت الفروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير مكان السكن.

جدول (8)

تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	0.686	2	0.343	1.739	0.177
	داخل المجموعات	86.429	438	0.197		
	المجموع	87.115	440			
التسامح	بين المجموعات	0.094	2	0.047	1.259	0.285
	داخل المجموعات	16.418	438	0.037		
	المجموع	16.513	440			
التفاؤل	بين المجموعات	0.494	2	0.247	1.083	0.339
	داخل المجموعات	99.861	438	0.228		
	المجموع	100.355	440			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يلاحظ من الجدول (8) أعلاه أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن.

7. الحالة الاجتماعية:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير الحالة الاجتماعية، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، ويظهر الملحق (س) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق س) أنه توجد فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، ولمعرفة لمن تؤول الفروق تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، بهدف التعرف على ما إذا كانت الفروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

جدول (9)

تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	0.620	3	0.207	1.044	0.373
	داخل المجموعات	86.495	437	0.198		
	المجموع	87.115	440			
التسامح	بين المجموعات	0.116	3	0.039	1.035	0.377
	داخل المجموعات	16.396	437	0.038		
	المجموع	16.513	440			
التفاؤل	بين المجموعات	1.329	3	0.443	1.954	0.120
	داخل المجموعات	99.026	437	0.227		
	المجموع	100.355	440			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يلاحظ من الجدول (9) أعلاه أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

8. العمل:

للإجابة على السؤال الثاني والمتعلق بمتغير العمل، تم حساب المتوسطات والانحرافات واستخدام اختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل)، ويظهر الملحق (ع) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ع) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل)، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) فأقل في المتوسطات الحسابية لمستوى التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل)، لصالح من يعملون كون المتوسط الحسابي لهم اعلى من المتوسط الحسابي لغير العاملين.

3.3 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث

والذي ينص على "هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟ "

للإجابة على السؤال الثالث والمتعلق بالكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ويظهر الجدول (10) ذلك.

جدول (10)

معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس

التفكير الإيجابي وأبعاده	التسامح وأبعاده				التفاؤل
	التسامح مع الذات	التسامح مع الآخرين	التسامح مع المواقف	التسامح	
الإيجابية نحو المستقبل	0.196**	0.116*	0.166**	0.250**	0.680**
المشاعر الإيجابية (السعادة)	0.136**	0.048	0.101*	0.150**	0.685**
مفهوم الذات الإيجابي	0.195**	0.064	0.114*	0.198**	0.713**
الرضا عن الحياة	0.237**	0.084	0.106*	0.228**	0.757**
المرونة الإيجابية	0.115*	0.087	0.097*	0.156**	0.596**
التفكير الإيجابي	0.202**	0.095*	0.140**	0.230**	0.792**

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يلاحظ من الجدول (10):

- أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.202، 0.196، 0.136، 0.195، 0.237، 0.115) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

- أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وبُعد (الإيجابية نحو المستقبل) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.095، 0.116) مما يؤشر على أنه

كلما زاد التفكير الإيجابي وبُعد (الإيجابية نحو المستقبل) زاد التسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين أبعاد التفكير الإيجابي (المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

- أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.140، 0.166، 0.101، 0.114، 0.106، 0.097) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

- أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.230، 0.250، 0.150، 0.198، 0.228، 0.156) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

- أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت

معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.792، 0.680، 0.685، 0.713، 0.757، 0.596) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

- أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.308، 0.238، 0.162، 0.189) مما يؤشر على أنه كلما زاد التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) زاد التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

3.4 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الرابع

والذي ينص على "هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس؟ "

للإجابة على السؤال الرابع والمتعلق بالكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس، تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس (ذكر، أنثى)، ويظهر الملحق (ف) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ف) أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات

الإيجابي، الرضا عن الحياة) والتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.227، 0.197، 0.186، 0.278، 0.233) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة) زاد التسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين بُعد (المرونة الإيجابية) والتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس.

ويتضح أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، حيث بلغت معامل الارتباط بيرسون (0.17) مما يؤشر على أنه كلما زاد بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) زاد التسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس.

ويتضح أيضاً أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي) والتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.170، 0.175، 0.166، 0.181) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي) زاد التسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة

إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين بُعدي (الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.803، 0.297، 0.237، 0.758، 0.754، 0.599) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس.

ويتضح من النتائج وجود علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.803، 0.685، 0.726، 0.758، 0.754، 0.599) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس.

ويظهر أيضاً أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.322، 0.255،

0.161، 0.165) مما يؤشر على أنه كلما زاد التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) زاد التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وبُعدي (الإيجابية نحو المستقبل، الرضا عن الحياة) والتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.183، 0.207، 0.246) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وبُعدي (الإيجابية نحو المستقبل، الرضا عن الحياة) زاد التسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين أبعاد (المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس.

ويتضح من النتائج أنه لا توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) والتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.153) مما يؤشر على أنه كلما زاد بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) زاد التسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس.

ويظهر أيضاً أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.188، 0.214، 0.242، 0.170) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين بُعدي (المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.783، 0.678، 0.643، 0.665، 0.760، 0.595) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.299، 0.226، 0.166، 0.210) مما يؤشر على أنه كلما زاد التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) زاد التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس.

3.5 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الخامس

والذي ينص على "هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الكلية؟"

للإجابة على السؤال الخامس والمتعلق بالكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الكلية، تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الكلية (الإنسانية، العلمية)، ويظهر الملحق (ص) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ص) أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة) والتسامح مع الذات لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.174، 0.167، 0.170، 0.253) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة) زاد التسامح مع الذات لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين بُعدي (المشاعر الإيجابية (السعادة)، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

ويتضح من النتائج أنه لا توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي،

الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) والتسامح مع الموقف لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.165) مما يؤشر على أنه كلما زاد بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) زاد التسامح مع الموقف لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

ويتضح من النتائج أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاد (الإيجابية نحو المستقبل، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة) والتسامح لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.163، 0.218، 0.137، 0.181) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاد (المشاعر الإيجابية (السعادة)، المرونة الإيجابية) زاد التسامح لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

ويظهر أيضاً أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.764، 0.641، 0.633، 0.672، 0.720، 0.524) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية

(السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التفاؤل لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التسامح وبُعد (التسامح مع الذات) والتفاؤل لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.254، 0.262) مما يؤشر على أنه كلما زاد التسامح وبُعد (التسامح مع الذات) زاد التفاؤل لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين بُعدي (التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

ويتضح أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الذات لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.245، 0.243، 0.214، 0.231، 0.229، 0.179) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح مع الذات لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتظهر النتائج أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الآخرين لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.184، 0.185، 0.145، 0.143، 0.182، 0.172) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر

الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح مع الآخرين لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح مع الموقف لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.203، 0.176، 0.194، 0.172، 0.160، 0.214) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح مع الموقف لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتوجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.328، 0.314، 0.287، 0.286، 0.296، 0.289) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التسامح لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

ويتضح من الجدول أنه توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.824، 0.726، 0.749، 0.760،

0.796، 0.695) مما يؤشر على أنه كلما زاد التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) زاد التفاؤل لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

ويتضح وجود علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، حيث بلغت معاملات الارتباط بيرسون على الترتيب (0.379، 0.218، 0.248، 0.281) مما يؤشر على أنه كلما زاد التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) زاد التفاؤل لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

3.6 النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال السادس

والذي ينص على "هل يتنبأ التفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟":

أ- هل يتنبأ التفكير الإيجابي بالتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟

للإجابة على السؤال السادس الفرع الأول (0) والمتعلق بأبعاد التفكير الإيجابي، تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باستخدام طريقة (الإدخال التدريجي للمتغيرات المستقلة (Stepwise))، ومن أجل الكشف عن إمكانية تنبؤ أبعاد التفكير الإيجابي (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) بالتسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، (انظر الملحق ت).

أظهرت نتائج (انظر الملحق ت) أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين بُعد الإيجابية نحو المستقبل والتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.250)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.062)، وهذا يعني أن بعد الإيجابية نحو المستقبل قد فسّر ما مقداره (6.2%) من التباين في التسامح، كما بلغت قيمة (F) (29.251) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لبُعد الإيجابية نحو المستقبل بالتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي المتعدد، مما يعني أن بُعد الإيجابية نحو المستقبل يؤثر (يتنبأ) بالتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح= 2.702 + 0.084 (الإيجابية نحو المستقبل).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح = 0.250 (الإيجابية نحو المستقبل).

أظهرت نتائج (انظر الملحق ت) أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين بُعد الرضا عن الحياة والتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.237)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.056)، وهذا يعني أن بُعد الرضا عن الحياة قد فسّر ما مقداره (5.6%) من التباين في التسامح مع الذات، كما بلغت قيمة (F) (26.135) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ 0.01)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لبُعد الرضا عن الحياة بالتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي المتعدد، مما يعني أن بُعد الرضا عن الحياة

يؤثر (يتنبأ) بالتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح مع الذات= 2.476 + 0.150 (الرضا عن الحياة).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح مع الذات= 0.237 (الرضا عن الحياة).

أظهرت نتائج (انظر الملحق ت) أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين بُعد الإيجابية نحو المستقبل والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.116)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.014)، وهذا يعني أن بُعد الإيجابية نحو المستقبل قد فسّر ما مقداره (1.4%) من التباين في التسامح مع الآخرين، كما بلغت قيمة (F) (6.022) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لبُعد الإيجابية نحو المستقبل بالتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي المتعدد، مما يعني أن بُعد الإيجابية نحو المستقبل يؤثر (يتنبأ) بالتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح مع الآخرين= 2.768 + 0.058 (الإيجابية نحو المستقبل).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح مع الآخرين= 0.116 (الإيجابية نحو المستقبل).

أظهرت نتائج (انظر الملحق ت) أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين بُعد الإيجابية نحو المستقبل والتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.166)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.028)، وهذا يعني أن بُعد الإيجابية نحو المستقبل قد فسّر ما مقداره (2.8%) من التباين في التسامح مع الموقف، كما بلغت قيمة (F) (12.483) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لبُعد الإيجابية نحو المستقبل بالتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي المتعدد، مما يعني أن بُعد الإيجابية نحو المستقبل يؤثر (يتنبأ) بالتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح مع الموقف= 2.721 + 0.081 (الإيجابية نحو المستقبل).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح مع الموقف= 0.166 (الإيجابية نحو المستقبل).

كذلك للإجابة على السؤال السادس والمتعلق بالتفكير الإيجابي، تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط باستخدام طريقة (الإدخال للمتغير المستقل (Enter))، ومن أجل الكشف عن إمكانية تنبؤ التفكير الإيجابي بالتسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ويظهر الملحق (ق) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ق) أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين التفكير الإيجابي والتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.230)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.053)، وهذا يعني أن التفكير الإيجابي قد فسّر ما مقداره (5.3%) من التباين في التسامح، كما بلغت قيمة (F) (24.562) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) التفكير الإيجابي بالتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي البسيط، مما يعني أن التفكير الإيجابي يؤثر (يتنبأ) بالتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح = 2.644 + 0.100 (التفكير الإيجابي).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح = 0.230 (التفكير الإيجابي).

ويتضح أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين التفكير الإيجابي والتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.202)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.041)، وهذا يعني أن التفكير الإيجابي قد فسّر ما مقداره (4.1%) من التباين في التسامح مع الذات، كما بلغت قيمة (F) (18.705) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) التفكير الإيجابي بالتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي البسيط، مما يعني أن التفكير الإيجابي يؤثر (يتنبأ) بالتسامح مع الذات لدى طلبة جامعة النجاح

الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح مع الذات= 2.479 + 0.151 (التفكير الإيجابي).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح مع الذات= 0.202 (التفكير الإيجابي).

ويتضح أيضاً أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين التفكير الإيجابي والتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.095)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.009)، وهذا يعني أن التفكير الإيجابي قد فسّر ما مقداره (0.9%) من التباين في التسامح مع الآخرين، كما بلغت قيمة (F) (4.020) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) التفكير الإيجابي بالتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي البسيط، مما يعني أن التفكير الإيجابي يؤثر (يتنبأ) بالتسامح مع الآخرين لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح= 2.757 + 0.062 (التفكير الإيجابي).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح= 0.095 (التفكير الإيجابي).

ويتضح من النتائج أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين التفكير الإيجابي والتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.140)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.020)، وهذا يعني ان التفكير الإيجابي قد فسّر ما مقداره (2.0%) من التباين في التسامح مع الموقف، كما بلغت قيمة (F) (8.738) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) التفكير الإيجابي بالتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي البسيط، مما يعني أن التفكير الإيجابي يؤثر (يتنبأ) بالتسامح مع الموقف لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التسامح مع الموقف= 2.697 + 0.088 (التفكير الإيجابي).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التسامح مع الموقف= 0.140 (التفكير الإيجابي).

ب- هل يتنبأ التفكير الإيجابي بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟

للإجابة على السؤال السادس الفرع الثاني، والمتعلق بأبعاد التفكير الإيجابي، تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باستخدام طريقة (الإدخال التدريجي للمتغيرات المستقلة (Stepwise))، ومن أجل الكشف عن إمكانية تنبؤ أبعاد التفكير الإيجابي (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ويظهر الملحق (ر) ذلك.

ويتضح من نتائج (أنظر الملحق ر) أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين أبعاد التفكير الإيجابي (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، الرضا عن الحياة) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.803)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.644)، وهذا يعني أن أبعاد التفكير الإيجابي (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، الرضا عن الحياة) قد فسّرت ما مقداره (64.4%) من التباين في التفاؤل، كما بلغت قيمة (F) (263.542) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لأبعاد التفكير الإيجابي (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، الرضا عن الحياة) بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشر على معنوية الانحدار الخطي المتعدد، مما يعني أن أبعاد التفكير الإيجابي (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، الرضا عن الحياة) تؤثر (تتنبأ) بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم استخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التفاؤل= 0.738 + 0.437 (الرضا عن الحياة) + 0.219 (المشاعر الإيجابية (السعادة)) + 0.153 (الإيجابية نحو المستقبل).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التفاؤل= 0.479 (الرضا عن الحياة) + 0.228 (المشاعر الإيجابية (السعادة)) + 0.184 (الإيجابية نحو المستقبل).

كذلك للإجابة على السؤال السابع والمتعلق بالتفكير الإيجابي، تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط باستخدام طريقة (الإدخال للمتغير المستقل (Enter))، ومن أجل الكشف عن إمكانية تنبؤ التفكير الإيجابي بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ويظهر الملحق (ش) ذلك.

ويتضـــح من نتائج (أنظر الملحق ش) أن القيمة المطلقة لمعامل الارتباط المتعدد بين التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس (0.792)، كما بلغت قيمة مربع معامل الارتباط (R^2= 0.627)، وهذا يعني أن التفكير الإيجابي قد فسّـــر ما مقداره (62.7%) من التباين في التفاؤل، كما بلغت قيمة (F) (737.587) وهي دالة إحصـــائيا عند مســـتوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)، وهذا يؤشر على قبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) للتفكير الإيجابي بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس"، والذي يؤشـــر على معنوية الانحدار الخطي البســـيط، مما يعني أن التفكير الإيجابي يؤثر (يتنبأ) بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، ولتحديد مقدار التأثير تم اسـتخراج معاملات الانحدار، وبالتالي تم تشكيل معادلة التنبؤ وفق الآتي:

معادلة الانحدار: المعاملات غير المعيارية.

التفاؤل = 0.600 + 0.850 (التفكير الإيجابي).

معادلة الانحدار: المعاملات المعيارية.

التفاؤل = 0.792 (التفكير الإيجابي).

الفصل الرابع

مناقشة النتائج والتوصيات

سعت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في ضوء بعض المتغيرات، ويتناول هذا الفصل مناقشة النتائج التي تم التوصل إليها بعد إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة، بالإضافة إلى معيقات الدراسة والمقترحات والتوصيات التي خرجت بها الدراسة.

4.1 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول

والذي ينص على "ما مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟"

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أن مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس وأبعاده الفرعية على الترتيب (الإيجابية نحو المستقبل، الرضا عن الحياة، مفهوم الذات الإيجابي، المشاعر الإيجابية (السعادة)، المرونة الإيجابية) جاءت جميعها بمستوى مرتفع، وتتفق نتائج هذه الدراسة وشهد (2017) والنجار والطلاع (2015)، لكنها تختلف مع نتائج اسليم (2017).

وتعزو الباحثة هذه النتائج لتمتع الطلبة بمستوى وعي مرتفع ساهم بالتفكير الإيجابي لديهم، والذي أثر على نظرتهم الإيجابية نحو المستقبل على الرغم من الظروف التي يعيشها المجتمع الفلسطيني بشكل عام وطلبة الجامعة بشكل خاص من ظروف اقتصادية واجتماعية وسياسية، وهذا يعكس صلابة الفلسطينيين وجبروتهم، ويتفق مع ما أشارت اليه Amin, Hussain, Mahmood, Sadaf, & Saleem (2021) إلى أن التفكير الإيجابي يؤدي إلى تعزيز قدرة الفرد على إدراك الموقف من خلال وجهات نظر مختلفة، وبالتالي تمكين

الشخص من التعامل مع الضغوطات، والذي يؤشر على حياة مملوءة بالرضا والسعادة الإيجابية والمرونة، والتوازن من خلال تحلّي الفرد بالتفكير الإيجابي ورسوخ قيم التسامح والتفاؤل في حياته والتي أشار اليها الدليمي والمولى (2021)، مما يعزز البيئة الجامعية الإيجابية في جامعة النجاح الوطنية، وذلك يؤثر على تكاثف وتعاون أبناء المجتمع الواحد والشعور ببعضهم البعض، وترى المحاسنة (2017) أن الجامعة أهم معالم التفاعل الاجتماعي في المجتمع، والتي تستكمل دور الأسرة والمدرسة في تنمية الفرد بجميع جوانبه الاجتماعية والجسدية والعقلية، وكذلك تنمية المواهب والميول والقدرات وغيرها.

التسامح:

توصلت النتائج أن مستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس وأبعاده الفرعية على الترتيب (التسامح مع الذات، التسامح مع المواقف، التسامح مع الآخرين) جاءت جميعها بمستوى متوسط، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (المبيضين، 2022؛ شلش، 2021؛ بدارنة، المومني، لبابنة، والعقيل، 2017)، كما تتفق مع ما أشار اليه .Vallejo et al (2020) الى ان التسامح الذاتي أكثر أهمية من التسامح مع الآخرين، ولكن اختلفت نتيجة الدراسة مع دراسة (تبوك وقنديل، 2023؛ بركات، 2016).

وتعزو الباحثة هذه النتائج لميل الطلاب إلى قبول أنفسهم والآخرين والمواقف المختلفة بقدر معقول، مما يدعم شمولية مفهوم التسامح لدى الطلاب، وهذا يدل على تقبل الطلاب لأنفسهم مع عيوبهم وفضائلهم، وعدم انتقادهم بشكل قاسٍ، كما يعكس قدرة الطلاب على التحلي بالصبر ورباطة الجأش في مواجهة المواقف الصعبة والسعي لحلها بدلاً من الانفعال السلبي، وهذا يتفق مع ما أشار إليه الخراشي (2019) إلى أن التسامح يمسح الحقد والكراهية من قلوب البشر ويبعدهم عن العنف والجريمة، ويصقل روح المواطنة والديمقراطية، ويقوي الاحترام والتعاون والتبادل في حل كافة المشكلات التي تؤدي إلى زعزعة العلاقات الاجتماعية.

كما يشير إلى استعداد الطلاب لقبول اختلافات الآخرين ووجهات نظرهم وتجنب الحكم عليهم بشكل مسبق، هذا التقبل يساعدهم على بناء علاقات إجتماعية صحية وتعزيز تفاعلهم الإيجابي مع المجتمع، وهذا يتفق مع ما أشار إليه حمودي وحمودي (2024) في ان التسامح يعني الإيمان والإقرار بأن البشر باختلاف مظهرهم، لغاتهم، سلوكهم وقيمهم، لهم الحق في العيش بسلام.

التفاؤل:

توصلت النتائج أن مستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس جاء بمستوى مرتفع، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة أبو الفضل، أبو المجد، عطا، وعابدين (2019)، ولكنها تختلف مع دراسة (غرغوط ومسعودي، 2022؛ زقاوة، غيات، بزايد، غيات، والمسوس، 2020؛ شواهنة والخطيب، 2020؛ محيسن، 2018؛ الموسوي والعنكوشي، 2011).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى الثقة العالية لدى الطلاب بقدرتهم على تحقيق أهدافهم وتجاوز التحديات، وإيجاد نتائج إيجابية في مختلف جوانب حياتهم، وإيمانهم بإمكانية النجاح والتفوق في مستقبلهم الأكاديمي والشخصي، وهذا يتفق مع ما أشار إليه علام (2021) إلى أن الفرد المتفائل يشعر بالسعادة والاعتزاز بالنفس، وبالتالي يزيد إقباله على الحياة بهمة ومثابرة ويضع في اعتباراته احتمالات النجاح، وهذا بدوره يعزز ثقتهم بقدرتهم على تحقيق أهدافهم وتجاوز التحديات المختلفة، وهذه العوامل مجتمعة تساهم في خلق بيئة جامعية داعمة ومحفزة للنمو الشخصي والأكاديمي.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى كثرة الأنشطة الإيجابية التي يمارسها الطلبة أثناء فترة دراستهم في الجامعة سواء كانت فكرية أو عاطفية أو عملية، أو منهجية او لامنهجية، كحضور الندوات وورش العمل والدورات والمشاركة في الاحتفالات والمهرجانات واللقاءات العلمية ومناقشات رسائل الماجستير، والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بدرجة التفاؤل لدى الفرد وترفع منه من خلال كسر الروتين اليومي للطالب الجامعي المبني على

اقتصار انشطته بحضور المحاضرات والتفاعل معها، كذلك الأنشطة المجتمعية خارج إطار الجامعة والتي ترتبط بشكل جيد بالبيئة والعوامل الاجتماعية كالعادات والتقاليد واتجاهات الفرد الإيجابية نحوها.

2.4 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني

والذي ينص على "هل توجد فروق في مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغيرات (الجنس، الكلية، المؤهل العلمي، المعدل التراكمي، العمر، مكان السكن، الحالة الاجتماعية، العمل)؟"

الجنس:

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (اسليم، 2017؛ السر، 2014)، بينما اختلفت مع دراسة (النجار والطلاع، 2015؛ عبد الرحمن، 2015).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة أن رضا الفرد عن نفسه وعن الحياة والمواقف والرضا عن الآخرين لا يقتصر على الذكر أو الأنثى، فكلاهما يمتلكان المشاعر والأفكار الإيجابية والسلبية، وهذا يعود لنظرتهم للحياة النابعة من القناعة وحب النفس وتقديرها وتحقيق الذات، وطلبة الجامعة لا شك أنهم حققوا بعض الأهداف التي وضعوها في مراحل حياتهم ضمن المخططات المستقبلية والاستعداد له، ووجودهم بالجامعة أحد تلك الأهداف التي تعطيهم المشاعر الإيجابية والذي ينعكس بدوره على تفكيرهم الإيجابي.

التسامح:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، اتفقت هذه الدراسة مع دراسة النجار وأبو غالي (2017).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى وعي الذكور والإناث بأهمية قيم التسامح من الناحية الدينية والاجتماعية، فقد حث الدين الإسلامي على التسامح بين الأفراد لتحقيق التوازن بين العلاقات، مما ينعكس ذلك على الصحة النفسية للفرد، فلا فرق بين الذكر والأنثى في القدرة على العفو، خاصة عند نشأة الجنسين في بيئة محافظة تربي على القيم والأخلاق الحميدة لا سيما المجتمع الإسلامي عامة والفلسطيني خاصة، ولا يقل التسامح مع الآخرين أهمية عن التسامح مع الذات والمواقف والقدرة على حل المشكلات وتقبلها، سواء أكان الفرد ذكر أو أنثى أكثر تمسكاً بقيم الدين الإسلامي وأكثر وعياً وتعاملاً مع المواقف والمشكلات، كلما كان أكثر تسامحاً مع نفسه والآخرين.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة (زقاوة، غيات، بزايد، غيات، والمسوس، 2020؛ غرغوط ومسعودي، 2022؛ مصطفى وعينو، 2020؛ حمايدية، خلاف، و وبوزيدي، 2018؛ محيسن، 2018؛ عشماوي؛ 2018)، واختلفت نتائج الدراسة مع دراسة (أبو الفضل، أبو المجد، عطا، وعابدين، 2019؛ الموسوي و العنكوشي، 2011).

تعزو الباحثة هذه النتيجة أن ثقة الطلبة بأنفسهم وقدراتهم وتصرفاتهم تجاه المواقف، تزيد من جرعة التفاؤل لديهم، فالاعتقاد أن هناك شيئاً جميلاً سيحدث، هو حتماً سيحدث من منبع الإيمان بمقولة "أقداركم تؤخذ من أفواهكم" وهذا لم يحتكره الذكور على الإناث والعكس صحيح، فالشعور بالقدرة على تخطي المشكلات وإيجاد الحلول المناسبة لها وتحقيق الأهداف تدريجياً، لا محال أنه يزيد من الشعور بالتفاؤل والمضي قدماً بكل المشاعر الإيجابية المنفتحة على الحياة بصدر رحب، فالذكر والأنثى على حد سواء يستطيعون امتلاك تلك الأفكار والمشاعر الإيجابية وجعلها مبدأً يمضون به في حياتهم.

الكلية:

التفكير الإيجابي:

توصـــلت النتائج أنـه توجد فروق لمســـتوى التفكير الإيجـابي لـدى طلبـة جـامعـة النجـاح الوطنيـة في محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسـانية، علمية)، لصـالح الكليات العلمية، اتفقت الدراسـة مع دراسـة (السر، 2014).

تعزو الباحثة هذه النتيجة أن طلبة الكليات العلمية ينظرون لأنفسهم أنهم أكثر ذكاء من طلبة الكليات الإنسانية، لأن تخصصاتهم تحتاج للتحليل والتفكير والفهم أكثر من كونها حفظ كما هو حال أغلب التخصصات الإنسانية، وبالتالي شعور الفرد أنه أكثر ذكاءاً ومعرفة يزيد من الشعور الإيجابي نحو نفسه والتفكير الإيجابي نحو المستقبل، حيث يعتقدون أن فرص العمل متاحة أمامهم ومفتوحة لهم الأبواب فور تخرجهم، وتعزو الباحثة أيضاً أن التخصصات العلمية تحتاج لجهد مضاعف أو لسنوات إضافية كما في الطب والهندسة، مما يزيد من اعتزاز الطالب أنه قادراً على الاستمرار في طلب العلم لفترة أطول من طالب الكليات الإنسانية، بالتالي الاعتزاز والثقة بالنفس يزيد من التفكير الإيجابي لديهم.

التسامح:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسانية، علمية).

تعزو الباحثة هذه النتيجة أن تقبل الطلبة لبعضهم البعض دون الاهتمام بالتخصص الأكاديمي أو الكلية، يزيد من درجة التسامح بين أنفسهم وبين بعضهم البعض، على اعتبار أن حرم الجامعة نفسه يضم الطلبة من مختلف التخصصات وفي مختلف المساقات، فقد تنشب علاقة قوية بين طالب بكلية الآداب مثلاً وطالب بكلية الهندسة، على الرغم من البعد بينهم من الناحية العلمية، فتقبل آراء كل منهما الآخر يحول دون وقوع

مشكلات تقف عائقاً أمام التسامح بين بعضهم، وتعزو الباحثة من جهة أخرى أن الفرد الناشئ في بيئة إسلامية دينية قائمة على التعاليم الدينية له دور كبير في تنمية فرد يتحلى بقيم التسامح مع الذات والآخرين والمواقف مهما كان تخصصه الأكاديمي.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسانية، علمية)، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (زقاوة، غيات، بزايد، غيات، و المسوس، 2020؛ حمايدية، خلاف، و وبوزيدي، 2018)، بينما اختلفت مع دراسة (أبو الفضل، أبو المجد، عطا، و عابدين، 2019؛ محيسن، 2018).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى وعي الطلبة بمتطلبات سوق العمل أو المتطلبات الشخصية، مما لا يجعل بينهم وجود فروق في درجة التفاؤل بسبب الظروف المعيشية التي يخضع لها جميع أبناء المجتمع بنفس المستوى، فالطبيب يتطلع لفتح عيادة مثلاً أو العمل في مستشفى، والمعلم يتطلع لفتح مركز تعليمي أو العمل في مدرسة، والكيميائي يتطلع للعمل في مصنع، والمحاسب يتطلع للعمل في بنك، حيث أن كل طالب يدخل التخصص الذي يجد نفسه فيه دون إجحاد وتشاؤم، لأنه يجد نفسه أكثر تفاؤلاً لإيمانه بقدرته على الإبداع والإخلاص في العمل في المجال المتخصص فيه.

المؤهل العلمي:

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أنه توجد فروق لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي، وذلك لصالح من مؤهلهم العلمي دراسات عليا.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى زيادة الثقة بالنفس ومفعولها في زيادة التفكير الإيجابي نحو المستقبل والحياة، فطالب الدراسات العليا ينظر لنفسه أنه يتملك معلومات وقدرات تفوق طالب البكالوريوس أو الدبلوم، حيث تزيد الدراسات العليا من قدرته على البحث والتفكير العلمي والإبداع وحل المشكلات وتقدير الذات واحترام الاخرين، وكلها تجعل الطالب يمتلك الشعور بالرضا عن نفسه بالمقدمة ثم الرضا عن الآخرين بتقديم أي مساعدة علمية لهم وقت الحاجة.

التسامح:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي، اختلفت هذه الدراسة مع دراسة بدارنة، المومني، لبابنة، والعقيل (2017) في مجال التسامح العلمي.

تعزو الباحثة هذه النتيجة أنه طالما نشأ الفرد في بيئة وعائلة دينية محافظة، لا يتأثر عفوهم وغفرانهم وتسامحهم مع الآخرين بمؤهلهم العلمي، والتسامح مع الذات ينبع من القناعة والإيمان بما هو موجود لدى الفرد، فإيمان الفرد بفكرة أنه في مكانه الصحيح يجعله أكثر شعوراً بالتسامح الداخلي مع نفسه والآخرين، من جهة أخرى نشوب الخلافات فكرية بين طلبة الدبلوم والبكالوريوس والدراسات العليا لا يعني وجوب رؤية الفرد نفسه أفضل من الآخرين علمياً واجتماعياً، فطالب الدبلوم يستفيد من طالب البكالوريوس وطالب البكالوريوس يستفيد من طالب الدراسات العليا والحلقة متكاملة بين الأطراف الثلاث، وأيضاً ترى الباحثة أن قدرة الأفراد على الوصول لأعلى المراتب يحول دون نشوب مشاعر سلبية بين بعضهم.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى إدراك الطلبة لإمكانية توافر فرص العمل بعد التخرج بغض النظر عن المؤهل العلمي، فسوق العمل لا يحتكر توظيف خريجي الدراسات العليا أو طلبة البكالوريوس والدبلوم على غيرهم، حيث أن سوق العمل يحتاج جميع التخصصات والفئات والمؤهلات العلمية، من جهة أخرى تعتقد الباحثة رضا الطالب عن مؤهله العلمي حسب قدراته وميوله يجعله أكثر تفاؤلاً بالحياة وثقة بالنفس، فلا يعير اهتماماً لمن يشعره بالنقص وأنه يحتاج لمزيد من الشهادات والمؤهلات العلمية لتحقيق أهدافه، فهو يدرك أنه ليس شرطاً الغوص في بحر الشهادات حتى يظفر بالعمل المنتظر، فالكثير من خريجي الدراسات العليا لم يعملوا في شهاداتهم، من منطلق الرغبة في الحصول على الدرجة العلمية أكثر من كونها رغبة للعمل بها.

المعدل التراكمي:

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أنه توجد فروق لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، لصالح من تقديرهم ممتاز، واختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة اسليم (اسليم، 2017).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن زيادة الرضا عن الأداء الأكاديمي يزيد من إيجابية التفكير والرضا النفسي عن الذات، فرؤية الطالب عدم ضياع جهده ونيله التقدير الذي يسعى إليه يزيد الشعور لديه بقدرته على تحقيق أهدافه، وبالتالي زيادة التفكير الإيجابي لديه، ومن جهة أخرى حصول الطالب على تقدير ممتاز يجعل الطلبة الآخرين يستعينون به مما يزيد ثقته بنفسه.

التسامح:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، واختلفت نتائج الدراسة مع دراسة (بدارنة، المومني، لبابنة، و العقيل، 2017).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى وجود مركز الضبط الداخلي في الطالب يجعله متسامحاً مع ذاته، ورضاه عن مستواه الأكاديمي من زاوية أنه يستطيع الحصول على هذا التقدير كأعلى حد، مما يجعله راضٍ عن نفسه أكثر ومتسامحاً معها أكثر، فعندما يعزو الطالب عدم حصوله على التقدير العالي لأنه لم يبذل الجهد الكافي للحصول عليه، هذا يجعله أكثر تسامحاً مع نفسه واعترافه بأخطائها، ووجود مركز الضبط الخارجي يجعله متسامحاً مع المواقف والآخرين، فعندما يعزو الطالب عدم حصوله على التقدير الذي يريده بسبب ظرف طارئ خارج عن الإرادة، يصبح أكثر تسامحاً مع المواقف والآخرين.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه توجد فروق لمستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي، لصالح من معدلهم (جيد، جيد جدا، ممتاز)، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة الكريديس والعمري (2016).

تعزو الباحثة هذه النتيجة أنه كلما ارتفع تقدير الطالب زاد من ثقته بنفسه وتفاؤله بقدراته على إمكانية تحقيق ونيل الدرجة العلمية الأعلى، وكلما سعى وبذل الجهد العلمي كلما حصل على درجة علمية أعلى، وهذا يزيد من إرادته لمضاعفة جهوده، وبشكل عام كلما حقق الفرد درجات أعلى كلما أصبح أكثر تفاؤلاً.

العمر:

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أنه يوجد فروق في مستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، لصالح من عمرهم (من 25 سنة فأكثر).

تعزو الباحثة هذه النتيجة أنه كلما تقدم الفرد بالسن أصبح أكثر وعياً بالحياة ومتطلباتها ومشاكلها، وأكثر قدرة على مواجهة التحديات وخوض التجارب، وهذا يزيد من رضاه عن المستقبل في الاستعداد لأي مشكلة

سيخوضها، وبالتالي تخطيه للمشكلات يجعله أكثر وعياً بقدرته على مواجهة العوائق مما يزيد من الإيجابية والسير نحو الأمام بعقل مليء بالتجارب والأفكار القادرة على العيش رغم كدر الظروف، بعكس الطالب الذي يكون في مرحلة المراهقة وتقلباتها من ناحية المزاج والأفكار والمبادئ الحياتية، فشتان بين المراهقة والنضج، وهذا يتفق مع المفتي (2019) الذي يرى أن الأفراد في مرحلة النضج يعتبرون ثروة بشرية مهمة، والفئة الأكثر تثقيفاً، ويحملون مسؤوليات وأدوار إجتماعية يحتاج إليها المجتمع للمساهمة في نهضته.

التسامح:

توصلت النتائج أنه يوجد فروق في مستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، لصالح من عمرهم (من 25 سنة فأكثر).

تعزو الباحثة هذه النتيجة أنه قد يلتقي الطلبة التي تقل أعمارهم عن (21) سنة بطلبة ذات معتقدات وأفكار وطباع مختلفة عن بعضهم البعض، حيث يسعى كل طالب لفرض رأيه وأفكاره ومعتقداته على قناعة منه أنها صحيحة، وهذا يؤدي إلى نشوء المشاحنات والبغض بينهم، بعكس الطلبة التي تزيد أعمارهم عن (25) سنة، ففي هذا العمر يكن كل منهم مألوف للآخر كأنهم أفراد بيت واحد، وكذلك تصادم الذي أعمارهم تزيد عن (25) سنة مع من هم أقل من (21) سنة يجعلهم يعودوا للوراء لما كانوا عليه، وبالتالي يصبحوا أكثر وعياً بضرورة التحلي بالتسامح لتكوين علاقات ودية بين بعضهم البعض، فلا فائدة من الخلاف بقدر ما هناك فائدة من التسامح.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه يوجد فروق في مستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر، لصالح من عمرهم (من 25 سنة فأكثر).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطلبة الذين أعمارهم من (25) سنة فأكثر، أكثر قدرة على تحديد وجهتهم الحياتية بعد التخرج، بالتالي أكثر تفاؤلاً بما ينتظرهم بعد التخرج، بعكس طلبة السنة الأولى الذين تقل أعمارهم عن (21) سنة، إذ أنهم يرون سنوات الجامعة كأنها جبال تحتاج سنوات طويلة لتخطيها، بالتالي أكثر مزاجاً سيئاً وإحباطاً وتشاؤماً من الطلبة الذين هم على وشك التخرج، كذلك مقارنة بالأفراد الأكبر عمراً، حيث يشير Renaud, Wrosch & Scheier (2018) إلى أن المشاكل المتصلة بالأهداف غالباً ما تكون أكثر صعوبة أو استحالة التغلب عليها في سن الشيخوخة، كما يشير Parmar & Jain (2020) لميل الشباب المتفائلون إلى أن يكونوا أكثر ارتياحاً للحياة والعكس صحيح، والذي يساعد الشباب للحصول على رؤية أفضل تجاه حياتهم الحالية، وينظر الشاب المتفائل على الجانب المشرق من حياته، ويتوقع أن تكون الأمور جيدة ويؤمن بجلبها تغييرات إيجابية في حياته، والتفاؤل يساعدهم على التركيز على مستقبلهم.

مكان السكن:

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن (مدينة، قرية، مخيم).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى تعود الطلبة والأفراد على نمط الحياة الذي ترعرعوا فيه، فطالب القرية قد يجد صعوبة العيش في المدينة بسبب التمسك بالعادات والتقاليد التي تربى عليها في القرية، وكذلك الحال لابن المدينة أو المخيم، من جهة أخرى، والرضا والتأقلم بنمط الحياة ذلك، جعل منهم أشخاص يمتلكون الرضا عن الحياة مما يعزز التفكير الإيجابي لديهم، وتعزو الباحثة من زاوية أخرى أن طلبة الجامعة عبارة عن أشخاص واعيين يستطيعون التكيف والمرونة في التعايش مع الظروف المفروضة عليهم، مثلاً طالب القرية قد يحتاج إلى أخذ سكن جامعي بسبب بعد حرم الجامعة عن قريته، بالتالي يتكيف مع الظروف الجديدة المفروضة عليه، وشعوره أنه يستطيع التكيف مع ظروف مغايرة لظروف معيشته يجعله ذو تفكير إيجابي.

التسامح:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن (مدينة، قرية، مخيم).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن نمو الطالب في بيئات محافظة وصقل الصفات والأخلاق الحميدة في نفسه بما فيها التسامح، تجعله يحمل تلك الصفات أينما ذهب، فقد يكون هناك فئة قليلة تتغير بتغير الظروف، لكن ما أوضحته نتائج الدراسة، وهذا قد يؤول إلى فكرة أن الطالب أينما كان لا يتخلى عما تربى عليه داخل أسرته، من جهة أخرى تعزو الباحثة البعد عن العنصرية أحد أهم مقومات التسامح بين الأفراد، حيث إن وجود نزعة عنصرية بين ابن المدينة والقرية والمخيم يحول دون إقامة علاقات ودية بين الأفراد، وبالتالي حدوث خلل في التفاهم والتسامح بينهم.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن (مدينة، قرية، مخيم)، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة محيسن (2018).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنه كلما كان الفرد إيجابياً في نظرته لنفسه وللحياة وللمستقبل، كلما كان أكثر تفاؤلاً بغض النظر عن مكان سكنه، حيث يوجد بين أبناء القرية والمدينة والمخيم الجيد والسيء، والمتفائل والمتشائم، والسعيد والشقي، فالتفكير الإيجابي مرتبط بالتفاؤل ارتباطاً وثيقاً.

الحالة الاجتماعية:

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن رضا الشخص عن حياته له تأثير كبير على التقدم نحو الحياة بإيجابية، ففكرة أن العازب أو المتزوج أكثر سعادة من الآخر، فهو يولد المشاعر السلبية التي تؤدي إلى الإحباط والاكتئاب، وإيمان الفرد بالنصيب والقدر يجعل منه فرداً يحب الحياة راضياً بكل ما يختاره الله له، فالرضا بالمستقبل والثقة أن الله يختار الأفضل دائماً تولد المشاعر الإيجابية التي تجعل الفرد سواء كان أعزب أو متزوج شخصاً ذو تفكير إيجابي.

التسامح:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن المتزوج والأعزب لا فرق بينهم بالقدرة على التسامح سواء التسامح مع الذات أو الآخرين، فالزواج يعلم الفرد الصبر والتعامل مع المشكلات التي لا بد منها مع شريك الحياة خاصة في الفترة الأولى من الزواج، وبالتالي كلما تصالح الفرد مع نفسه ومع شريك حياته وكان قادراً على التعامل مع المواقف والظروف المختلفة، كلما كان أكثر تسامحاً وحكمة، وبالنسبة للأعزب فإن شعور الفرد بالاستقلالية والحرية في الحياة وعدم الاهتمام بكلام ممن هم حوله، يجعله لا يأبه بما يرميه الناس من رصاصات تخترق قلبه، فيكون راضياً مسلماً بنصيبه، وبالتالي أكثر تسامحاً مع ذاته خاصة إذا حقق طموحاته التي لا يتوقع تحقيقها بعد الزواج، فالرضا عن النفس ومعرفة ما لها وما عليها أحد أسس التسامح والمغفرة.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة الكريديس والعمري (2016)، في حين اختلفت مع دراسة محيسن (2018).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن تفاؤل الفرد وتشاؤمه يتوقف على نمط الحياة التي يعيشها واعتقاده بفكرة أن غداً أجمل، فالتفاهم بين الزوجين يولد ويزيد الشعور بالود والمحبة، وبالتالي يشعر الزوجين بالتفاهم والاحترام فيما بينهم مما يجعلهم شخصين متفائلين للمستقبل، فمعرفتهم بحقيقة أنه لا يجد علاقة مثالية في الحياة يجعلهم أكثر دراية بكفية حل المشكلات فيما بينهم، مما يعزز التفاؤل في نجاح العلاقة حتى الموت، والأعزب عندما لا يتعرض لتلك المشكلات واعتقاده أن حياته مثالية بعيدة عن المنغصات يزيد من تفاؤله للحياة، فالمتزوج والأعزب يمارس التفاؤل في حياته بما يتناسب مع ظروفه التي يعيشها، فالمتزوج يتفاءل لقدرته على حل المشكلات والتأقلم مع شريك الحياة، والأعزب يتفاءل لإدراكه أنه لم يقع وربما لن يقع في تلك المشكلات.

العمل:

التفكير الإيجابي:

توصلت النتائج أنه توجد فروق لمستوى التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل)، لصالح من يعملون.

تعزو الباحثة هذه النتيجة أن الأفراد العاملين يشعرون بالاستقلالية المادية أكثر من العاطلين عن العمل، فالعمل بالنسبة للفرد جزء من يومه، فهو يشعره بدوره في المجتمع، وأنه قادراً على إنجاز ما يعود بالفائدة على نفسه وعائلته والمجتمع، وذلك يعود بتأثير إيجابي على نفسه وتفكيره ونفسيته.

التسامح:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل).

تعزو الباحثة هذه النتيجة أنه مهما عصفت الحياة بالفرد واختبرته بأخلاقه ودينه، لن يجعله ذلك يتخلى عن قيمه التي تربى عليها، فقناعة الفرد بالأرزاق المقسمة يجعله أكثر رضاً وتسامحاً مع نفسه ومع المواقف ومع

الظروف المخالفة لرغبته وإرادته، من جهة أخرى تعتقد الباحثة أن الطالب الذي ما زال يدرس لا يحتاج إلى العمل الآن، وأن كل مرحلة من الحياة لها وقتها المناسب.

التفاؤل:

توصلت النتائج أنه لا توجد فروق لمستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطالب لا زال تحت مسؤولية والديه حتى إنهاء مرحلة الدراسة، وذلك يجعل الطالب أكثر تصميماً وإرادة على الخوض في سوق العمل حتى يعتمد على نفسه مادياً، ويرفع الحمل عن الأهل في تقديم المصاريف التي يحتاجها، فالتطلع إلى المستقبل يجعل الشخص أكثر قدرة على التخطيط للمستقبل وبالتالي بناء شخص متفائل يرسم مستقبله بيده.

4.3 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث

والذي ينص على "هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟"

توصلت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح وأبعاده (التسامح مع الذات والموقف)، وكذلك وجود علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وبُعد (الإيجابية نحو المستقبل) والتسامح مع الآخرين، وكذلك وجود علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل، واتفقت نتائج الدراسة مع دراسة (عشماوي، 2018).

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى تشبيهها بمعادلة أو قانون الذي ينص على أنه كلما زادت الإيجابية نحو الأشياء زاد التفاؤل والتسامح والسعادة والرضا نحو الذات والحياة والآخرين والمواقف، وهذا يتفق مع ما يشير

له السيد والشراب (2008) في أن التفكير الإيجابي يؤدي إلى التسامح، كما يشير Andrade (2019) أن التفكير الإيجابي الوسيلة الأفضل لتحقيق الأشياء الجيدة والسعي لتحقيق السعادة.

كما تعزو الباحثة إلى أن زيادة التعامل مع المشكلات والتغلب عليها والحماس واحترام الذات والإنجاز والقدرة على التعلم والرضا عن الحياة والتخطيط الجيد تعتبر مؤشرات على التفكير الإيجابي، حيث تساهم في رفع مستوى التسامح لدى الطلبة الجامعيين والتي تؤشر عليها قدرتهم على عدم الرضا بالظلم واحترام حقوق اللآخرين والعيش بحرية وسلام وتقبل الآخرين واحترامهم وزيادة التفاعل معهم والانفتاح على الثقافات وحرية التفكير، والتي بدورها أيضاً ترفع من مستوى التفاؤل الذي يشار له بقدرة الفرد على النجاح والسعي والتفكير والثقة وتحقيق الأهداف والسعادة والاعتزاز بالنفس والإقبال على الحياة والمثابرة، فطلبة جامعة النجاح على اختلاف آرائهم وانتماءاتهم السياسية وافكارهم وثقافتهم وعاداتهم وتقاليدهم، إلا أنهم يسعون إلى التوفيق بينها وبناء علاقات اجتماعية مع بعضهم البعض مبنية على تقبل الآخرين واحترامهم والتفاعل معهم، فترى أبناء الجامعة ينحدرون من بيئة القرية والمدينة والمخيم، والتي بدورها تساهم في رفع مستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل بينهم.

4.4 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الرابع

والذي ينص على "هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس؟"

الذكور:

توصلت النتائج أنه توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة) والتسامح مع الذات، كما توجد علاقة طردية موجبة بين بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) والتسامح مع الآخرين، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي) والتسامح

مع الموقف، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الذكور في محافظة نابلس.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن الذكور أكثر عرضة للتعرض للضغوطات المعيشية من العمل والدراسة وتحمل مسؤولية البيت ومصاريفه، مما يجعله متسامحاً مع ذاته لتقبل الضغوطات ومواجهتها، وبالتالي التفكير الإيجابي نحو الأشياء، فالذكور يتعودون على مكان عمل واحد مثلاً، ويصعب عليهم التكيف مع ظروف جديدة بسهولة، من جهة أخرى ترى الباحثة أنه ليس من السهل الاعتراف بالخطأ سواء من التصرفات أو الأفكار، مما يجعل المرونة الإيجابية ذات مستوى منخفض، وبالتالي ضعف فكرة التسامح مع الذات وتقبل أخطائها، كما تعزو الباحثة ذلك أن الفرد عندما يفكر بالمستقبل أكثر بشكل إيجابي لا يجعل من أخطاء الآخرين ضمن خططه المستقبلية، حيث يكون التركيز الكلي على مستقبله وخططه العملية والعلمية، فلا يضيع وقته بالانتقام والحقد والبغض على الآخرين.

فالتفكير الإيجابي يساعد الفرد على تقبل المشكلات وإداراتها بحكمة وسلاسة، باعتقاده ان المواقف الخارجة عن رغبته ما هي إلا تحديات وتجارب تعلمه الدروس لمشكلات مشابهة أو مشكلات كبرى، كما أن الرضا عن الحياة يساعد الفرد على تقبل الحياة بمشاكلها وعثراتها بما يساعده على الرضا عن نفسه دون تدخل الآخرين، فليس شرطاً الرضا عن الحياة يعني أن يكون الفرد راضياً عن الآخرين، وهذا يتفق مع ما يشير اليه Parmar & Jain (2020) لميل الشباب المتفائلون إلى أن يكونوا أكثر ارتياحاً للحياة والعكس صحيح.

الإناث:

توصلت النتائج إلى أنه توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، الرضا عن الحياة) والتسامح مع الذات، كما توجد علاقة طردية موجبة بين بُعد (الإيجابية نحو المستقبل) والتسامح مع المواقف، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية الإناث في محافظة نابلس.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الإناث أكثر تفكيراً بالمشكلات وأقل حكمة في التعامل معها، وهذا يجعلها تفصل مشاعرها وتتعامل مع المواقف على حدة، فقد تكون سعيدة مع شخص معين، وفي نفس الوقت تفكر في موقف حدث معها ويعكر مزاجها، أي أنها لا تربط بين الأمور بشكل مباشر، وهذا يجعل التفكير الإيجابي لا يؤثر على أسلوبها في التعامل مع الآخرين، كما تعزو الباحثة ذلك إلى أن التفكير بالمستقبل يجعلها أكثر رزانة في التعامل مع المواقف والمشكلات والضغوطات التي تواجهها من منبر الصبر على الصعاب حتى تتحقق الرغبات، فمثلاً عندما تطمح الأنثى للأمومة تتحمل التغيرات الهرمونية التي تحدث معها حتى تستطيع تحقيق أحلامها وطموحاتها، ومثال آخر تحمل تعب وضغط الدراسة حالياً سيفتح أمامها أبواب الرزق وتحقيق الرغبات في المستقبل، فسعيها ونظرتها الإيجابية للمستقبل يجعلها تتحمل ما فيها من ضغوطات املاً في غد مشرق تحقق فيه كل ما تسعى لتحقيقه من اهداف على المدى البعيد او القصير، فالإناث عموماً في الوقت الحالي وفي ظل سعيها لتحقيق مكانة مناسبة بقدرتها ومهاراتها تسعى جاهدة لتحقيق ذلك.

كما تعزو الباحثة ذلك كما ذكرت في المناقشات السابقة، أنه كلما كان التفكير الإيجابي عالياً كلما زاد مستوى التسامح، كما تعزو الباحثة النتيجة أن الفرد عندما لا يكون ذو تفكير إيجابي عن نفسه ولا ينظر لنفسه بثقة

واعتزاز، من الصعب التعامل مع الآخرين عكس ذلك، فكيف لشخص لا يتقبل نفسه أن يتقبل الآخرين ويغفر زلاتهم، كذلك كلما زاد التفكير الإيجابي سواء الإيجابية نحو الحياة أو نحو الذات أو الشعور بالسعادة، زاد معها التفاؤل والتسامح سواء مع الآخرين أو الذات أو المواقف.

4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال الخامس

والذي ينص على "هل توجد علاقة بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الكلية؟"

الإنسانية:

توصلت الدراسة الحالية أنه توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة) والتسامح مع الذات، كما توجد علاقة طردية موجبة بين بُعد الإيجابية نحو المستقبل والتسامح مع المواقف، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة) والتسامح، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتفاؤل، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة الكليات الإنسانية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان طلبة الكليات الإنسانية لديهم فاعلية ذاتية اعلى وبالتالي فهم مؤهلين بشكل أكبر للتخطيط لأهدافهم بشكل أكبر، إضافة الى عامل اللغة الذي يساعدهم بشكل أفضل على احترام ذاتهم وتحقيق انجازاتهم، فوفق ما أشار (Nguyen, 2018) إلى أن التفكير الإيجابي أداة قوية تعزز الحماس واحترام الذات، وتخلق جوًا مواتياً للتعلم والإنجاز، ولا يعتمد على القدرة الفكرية فحسب، بل يعتمد أيضاً على مواقف المتعلم تجاه تعلم اللغة، وهو ما يتفوق به طلبة الكليات الإنسانية عن العلمية.

العلمية:

توصلت الدراسة الحالية أنه توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف)، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التفكير الإيجابي وأبعاده (الإيجابية نحو المستقبل، المشاعر الإيجابية (السعادة)، مفهوم الذات الإيجابي، الرضا عن الحياة، المرونة الإيجابية) والتسامح، كما توجد علاقة طردية موجبة بين التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات، التسامح مع الآخرين، التسامح مع المواقف) والتفاؤل لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان طلبة الكليات العلمية يلعبون دوراً كبيراً في تنمية المجتمع وتطويره وتحسين، وذلك من خلال اكتسابهم للعديد من المهارات والقدرات التي تساهم بتغيير نظرتهم للمجتمع، وبالتالي يساهموا في حل مشاكله بطرق علمية، حيث يتصف تفكيرهم بعقلانية بشكل أكبر مقارنة بغيرهم من افراد المجتمع.

4.6 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال السادس

والذي ينص على "هل يتنبأ التفكير الإيجابي بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس؟"

توصلت النتائج إلى أن التفكير الإيجابي يتنبأ بالتسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن شعور الفرد أنه ذات تفكير إيجابي يزيد من شعوره بالقدرة على التسامح مع الآخرين والذات والمواقف، وذلك بسبب قدرته على التعامل مع المواقف التي تستدعي التقبل والصبر، والتفكير الإيجابي أيضاً وهذا يقود الفرد للتسامح مع الآخرين وتقبل أخطائهم ووضع الأعذار لهم، بالإضافة أيضاً لزيادة جرعة التسامح مع الذات ومغفرة زلاتها نابع من إيجابية الفرد ونظرته الإيجابية نحو نفسه، كما

يساهم التفكير الإيجابي بتحسين حياة الافراد وتحكمهم بذواتهم وسعادتهم ونجاحهم وتقديرهم لذاتهم والذي بدوره يساهم أيضا في رفع مستوى تسامحهم واحترامهم وقبولهم.

وتوصلت النتائج أن التفكير الإيجابي يتنبأ بالتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (عشماوي، 2018).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الإيجابية في التفكير لا بد أن تؤدي إلى التفاؤل والنظرة المنفتحة على الحياة، وتقبل الظروف المغايرة لرغبة الفرد وإيمانه بأنه لا شيء سيء يدوم ويتفاءل بالمستقبل، كلها نابعة من مبدأ الإيجابية في التفكير، فالتفكير الإيجابي القائم على الإيجابية في كل سلوكات الفرد وافكاره ومشاعره يعلب دورا كبير في تعزيز تفاؤله ونظرته للحياة والمستقبل، فطلبة الجامعة عموماً يشكلون جزء من افراد المجتمع المفعم بالحيوية والنشاط والحركة القائمة على حب التغيير والتطوير نحو الأفضل ونظرتهم الإيجابية وتفاؤلهم يساهم بتحسين ظروف حياتهم من خلال قدرتهم على السعي المستمر لتحقيق أهدافهم وتطلعاتهم، كذلك قدرتهم على التكيف مع الظروف الحياتية المتغيرة.

4.7 معيقات الدراسة

1. صعوبات الوصول إلى مجتمع الدراسة بسبب الظروف الامنية التي تعيشها البلاد، لكون التعليم الجامعي تحول بغالبه إلى النظام الالكتروني، مما صعب جمع البيانات بشكل ورقي.
2. عدم تعاون مجتمع الدراسة بشكل كافي بسبب جمع البيانات بشكل الكتروني.

4.8 المقترحات

وفقًا للنتائج التي تم التوصل لها، هناك بعض المقترحات التي تستهدف تعزيز الجوانب الإيجابية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، وتعزيز بيئة جامعية داعمة ومحفزة للنمو الشخصي والأكاديمي.

1. تعزيز البرامج التعليمية والتدريبية: يمكن تعزيز مستوى التفكير الإيجابي بواسطة برامج تعليمية تشجع على التفكير النقدي والإبداعي، مع التركيز على تطوير مهارات التخطيط وحل المشكلات.
2. تعزيز الحياة الجامعية الإيجابية: يمكن تحسين بيئة الحياة الجامعية لتعزيز التفكير الإيجابي، من خلال تنظيم فعاليات وأنشطة تثقف وتلهم الطلاب نحو الإيجابية والتفاؤل.
3. تنظيم برامج التوعية وورش العمل: يمكن تنظيم ورش عمل وبرامج توعوية حول أهمية التسامح والاحترام المتبادل بين الطلاب، لتعزيز الفهم والقبول المتبادل للأخرين واختلافاتهم.
4. تعزيز الحوار الاجتماعي: تشجيع الحوار والنقاش المفتوح بين الطلاب حول قضايا التسامح والاحترام، مع توفير منصات تساعد على بناء جسور التواصل والتفاهم المتبادل.
5. تعزيز الدعم النفسي والاجتماعي: يمكن تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للطلاب لتعزيز مستوى التفاؤل، من خلال خدمات الاستشارة والدعم النفسي والتربوي في الجامعة.
6. تشجيع الأنشطة الإيجابية: تنظيم أنشطة وفعاليات تشجع على التفاؤل والتفكير الإيجابي، مثل ورش العمل والمحاضرات التحفيزية التي تعزز من إيمان الطلاب بإمكانياتهم وقدرتهم على تحقيق أهدافهم.

4.9 التوصيات

في ضوء النتائج التي تم التوصل لها، توصي الباحثة بالتوصيات التالية:

1. إجراء المزيد من الدراسات تتناول موضوع التسامح على مختلف الأعمار.
2. تطبيق الدراسة على طلبة المرحلة الثانوية خاصة طلبة الثانوية العامة باعتبارها المرحلة التي تسبق مرحلة الجامعة مباشرة.
3. التركيز على إدراج مواضيع متعلقة بالتفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل في المقررات الجامعية للتخصصات النفسية.
4. عمل برامج متابعة للحالة النفسية للطلبة بمختلف المراحل للكشف عن أي اضطرابات تؤثر على التفكير الإيجابي والتسامح لدى الطلبة.

المصادر العلمية

القرآن الكريم.

المراجع العربية:

إبراهيم، نيفين. (2019). أبعاد التفكير الإيجابي المنبئة بالمرونة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، (11)، جامعة الفيوم، مصر.

أبو الفضل، محفوظ، أبو المجد، محمود، عطا، أسامة، و عابدين، سلمى. (2019). التفاؤل لدى عينة من طلاب جامعة جنوب الوادي بقنا في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم التربوية*، (3)، جامعة جنوب الوادي، مصر.

أبو هاشم، عماد. (2014). *خبرات الطفولة وعلاقتها بالتسامح مقابل التعصب لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة بمحافظات قطاع غزة*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر – غزة.

أحمد، حنان. (2019). أثر استخدام المعمل الحقيقي والمعمل الافتراضي في تدريس العلوم على تنمية المفاهيم والتفكير الإيجابي والمهارات العملية العلمية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. *المجلة التربوية*، (67)، 1-178، جامعة سوهاج، مصر.

اسليم، يوسف. (2017). *التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الانفعالي لدى عينة من خريجي الجامعات الفلسطينية*. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية- غزة.

الأنصاري، بدر، و كاظم، علي. (2008). قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة، دراسة ثقافية مقارنة بين الكويتيين والعمانيين. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 9(4)، جامعة الكويت- الكويت، وجامعة السلطان قابوس- عُمان.

بدارنة، مهدي، المومني، حازم، لبابنة، أحمد، و العقيل، سامية. (2017). قيم التسامح لدى طالبات كلية اربد الجامعية وعلاقتها بالدرجة العلمية والتقدير الأكاديمي. *مجلة العلوم التربوية*، 44(4)، جامعة البلقاء التطبيقية. الأردن.

بركات، زياد. (2016). *مستوى ثقافة التسامح لدى الشباب الفلسطيني من وجهة نظر طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة طولكرم*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة- طولكرم، فلسطين.

بن شعبان، أسامة. (2016). برنامج تدريبي لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي وتحسين الشعور بالسعادة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة البحث العلمي في التربية*، 5(17)، جامعة عين شمس، مصر.

البنا، تهاني. (2018). أثر استخدام نموذج سوم (Swom) في تنمية مهارات حل المشكلات والتفكير الإيجابي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية في مادة الدراسات الاجتماعية. *المجلة التربوية*، 53، جامعة المنصورة، مصر.

تبوك، علي، و قنديل، محمد. (2023). واقع ممارسة ثقافة التسامح وقبول الآخر لدى طلبة جامعة ظفار وآليات تعزيزها. *مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية*، (62)، جامعة ظفار، سلطنة عمان.

جبر، رضا. (2015). أساليب التفكير في ضوء نظرية التحكم الذاتي العقلي لدى الطلاب المعلمين بكليات التربية. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*، 1(4)، جامعة المنصورة، مصر.

حجازي، مصطفى. (2012). *أطلاق طاقة الحياة قراءة في علم النفس الإيجابي*. دار التنوير للنشر، بيروت.

حمايدية، علي، خلاف، أسماء، و وبوزيدي، دنيا. (2018). *جودة الحياة وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة من طلبة الدكتوراه*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة سطيف- الجزائر.

حمودي، زينب، و حمودي، حنان. (2024). أكسيولوجيا التسامح الديني لأقوال النبي محمد (صلى الله عليه وسلم) وتطبيقاتها في الفن العراقي المعاصر. *مجلة نابو للبحوث والدراسات*، 36(4)، جامعة بابل، العراق.

خالد، جيهان. (2019). التسامح وتقدير الذات كمنبئين للذكاء البينشخصي لدي عينة من طلاب جامعة الإسكندرية. *مجلة دراسات عربية*، 18(2)، جامعة الإسكندرية، مصر.

الخراشي، ناهد. (9 9, 2019). ثقافة التسامح. مجلة طنجة الأدبية الثقافية. ملف الصحافة 2018/02 – الإيداع القانوني 2004/0024 – الترقيم الدولي 8179-1114، المغرب.

الخطاطبة مروى، و الرباعية، جعفر. (2023). فاعلية برنامج تدريبي قائم على التفكير الإيجابي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى طالبات الصف السابع. *المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية*، 2(2)، جامعة اليرموك وجامعة البلقاء التطبيقية، الأردن.

داير، دبليو. (2023). مواطن الضعف لديك: أهرب من التفكير السلبي وهيمن على حياتك. *مكتبة جرير (مترجم)*، الرياض.

الدليمي، ناهدة، عبود، حيدر، و علي، ماجدة. (2013). مستوى التفكير الإيجابي وعلاقته بالحصيلة المعرفية بالكرة الطائرة. *مجلة العلوم الإنسانية*، عدد خاص بالمؤتمر العلمي الرابع لكلية التربية للعلوم الإنسانية. ص241.

الدليمي، ياسر، و المولى، محمد. (2021). التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة الموصل (بناء وتطبيق). *مركز البحوث النفسية*، 32(4)، جامعة الموصل– قسم العلوم التربوية والنفسية، العراق.

راضي، عبود. (2016). أساليب التفكير في ضوء نظرية هاريسون وبرامسون وعلاقتها ببعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية*، (22)، جامعة واسط، العراق.

الرماحي، حيدر. (2015). مفهوم التسامح وأثره في بناء المجتمع التعاوني. *مجلة الهدى*، تم الاسترداد من موقع http://www.alhodamag.com/.

رمضان، هالة. (2014). فعالية برنامج إرشادي لتعزيز التسامح لدي عينة من طلبة الجامعة. *رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)*، 24(3)، كلية التربية– جامعة قناة السويس– الإسماعيلية، مصر.

زقاوة، أحمد، غيات، بوفلجة، بزايد، نجاة، غيات، حياة، و المسوس، يعقوب. (2020). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة. *المجلة العربية لعلم النفس*، 5(2)، جامعة وهران، الجزائر.

السر، حنان. (2014). *دور معلمي المرحلة الثانوية في تنمية منهاج التفكير الإيجابي لدى طلبتهم في ضوء الكتاب والسنة وسبل تفعيلها*. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية– غزة.

سعيد، مراد. (May, 2018). *مبادئ العفو والتسامح ترسيخهما تطبيقهما وآثارهما على الفرد والمجتمع في نظر الكتاب والسنة. ورقة مقدمة إلى المؤتمر الدولي الثالث للقضايا القانونية* .(ILIC2018) كلية القانون/ جامعة ايشك – أربيل، تركيا.

السيد، عبد المنعم، و شراب، نبيلة. (2008). العفو وعلاقته بالضبط الانتقائي والذكاء الاجتماعي لطلبة الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 8(59)، 132–181.

شبّر، مي. (2017). *المراهقة بين الجنسين– ألم وأمل.. لميلاد جديد*. دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان. الأردن.

شحات، رقية. (2024). الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي لدى أطفال الروضة المكفوفين. *مجلة التربية وثقافة الطفل*، 29(3)، جامعة المنيا، مصر.

شلش، مي. (2021). *التسامح وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية– تخصص الصحة النفسية، جامعة مدينة السادات، مصر.

الشمري، طه، أبو زيد، نبيلة، و سليمان، سناء. (2018). فعالية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التسامح لدى طلاب الجامعة بالكويت،. *مجلة البحث العلمي في الآداب*، 1(19). جامعة عين شمس – كلية البنات للآداب والعلوم والتربية. الكويت.

شهد، عباس. (2017). التفكير الإيجابي وعلاقته بالعمر والجنس والتأهيل والنجاح المهني لدى المرشدين التربويين. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية*، 33، 316-335، جامعة بابل- العراق.

شواهنة، عاكف، و الخطيب، بلال. (2020). مستوى التفاؤل المتعلم وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة أبو ظبي. *المجلة الدولية للأبحاث التربوية*، مج 44 ع 2، جامعة أبو ظبي، الإمارات العربية المتحدة.

عبد الرحمن، حنان. (2015). التفكير الإيجابي لدى الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية. *مجلة التربية*، 2(166). جامعة الأزهر، مصر.

عبد المجيد، أسماء. (2021). برنامج إرشادي قائم على اللعب التظاهري لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية. *مجلة التربية وثقافة الطفل*، 19(1)، جامعة المنيا، مصر.

العجمي، محمد. (2021). طبيعة التسامح ومجالاته في الإسلام- دراسة تحليلية. *مجلة الشريعة والقانون*، كلية التربية الأساسية، (37)، الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بالكويت.

عشماوي، فيفيان. (2018). التفكير الإيجابي وعلاقته بالتفاؤل وتقدير الذات لدى طلبة جامعة حلوان في مصر. *مجلة الإرشاد النفسي*، 3(54)، مصر.

علام، غادة. (2021). التفاؤل والسعادة والمرونة النفسية في التنبؤ بشفقة الذات لدى المراهقين. *مجلة التربية في القرن 21 للدارسات التربوية والنفسية*، (7)، كلية التربية – جامعة مدينة السادات، مصر.

علة، عائشة، و بوزاد، نعيمة. (2016). التفكير الإيجابي لدى الطلبة الجامعيين- دراسة ميدانية في الأغواط- الجزائر. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 3(2).

عمران، حسن. (2015). *مهارات التفكير الإيجابي لدى المعلم. تم الاسترداد من موقع تعليم جديد*، تم الاسترداد في مارس، 2020 .https://www.new-educ.com .

غرغوط، عاتكة، و مسعودي، مروة. (2022). التفاؤل غير الواقعي وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي، *مجلة المجتمع والرياضة*، 5(2)، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، الجزائر.

الغيث، عبد الله. (2024). التزامات الدولة في مكافحة التمييز العنصري والتدابير الاحترازية للوقاية منه: دراسة مقارنة. مجلة جامعة الملك سعود (الحقوق والعلوم السياسية)، 36(1).

قنيطة، سهاد. (2016). *التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة*. رسالة ماجستير غير منشورة: الجامعة الإسلامية، غزة.

الكريديس، ريم، و العمري، نادية. (2016). التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (40)، جامعة الأميرة نورا بنت عبد الرحمن، الرياض– السعودية.

المبيضين، عاهد. (2022). مستوى الصمود النفسي والتسامح لدى الطلبة ضحايا التنمر في العاصمة عمان. *مجلة جرش للبحوث والدراسات*، 23(2)، جامعة جرش، عمان.

محاسنة، أحمد. (2017). مدى شيوع سمة التسامح لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بأنماط تعلقهم. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، 11(1). جامعة السلطان قابوس، مسقط– عُمان.

محمد، زهراء. (2021). التفكير الإيجابي وأهميته لدى معلمات رياض الأطفال. *مجلة بحوث ودراسات الطفولة*، 3(6)، جامعة بني سويف، مصر.

محيسن، عون. (2018). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، 20(2)، جامعة الأقصى– غزة.

المزيني، فهد. (2013). *أثر برنامج تدريبي مبني على التفكير الإيجابي في تقدير الذات لدى الطلبة الموهوبين والعاديين في المملكة العربية السعودية*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة البلقاء التطبيقية، الأردن.

مصطفى، منصوري، و عينو، عبد الله. (2020). فعالية استراتيجية بناء التفاؤل في تنمية سمة التفاؤل لدى تلاميذ سنة رابعة متوسط– دراسة ميدانية بمدينة سعيدة. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، 8، الجزائر.

المفتي، أمجد. (2019). واقع مشاركة الشباب الجامعي الفلسطيني في خدمة المجتمع. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات الإنسانية الجامعة الإسلامية*، غزة.

منشد، حسام. (2013). التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة كربلاء.

منصور، أمينة. (2019). *دور التفاؤل في حياتنا النفسية والصحية- المتفائل يأخذ من تفاؤله نقطة انطلاق نحو مستقبل أفضل ونجاح أكبر* . تم الاسترداد من صحيفة الرأي: تم الاسترداد الاسترجاع من موقع http://alrai.com/article/10469665

منصور، إيناس. (2023). التفاؤل وعلاقته بتحقيق الذات لطلاب الجامعة. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، 38(3)، جامعة القاهرة، مصر.

الموسوي، عبد العزيز، و العنكوشي، حليم. (2011). التفاؤل- التشاؤم لدى طلبة جامعة القادسية. *مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية*، 10(1، 2)، جامعة القادسية- العراق.

ناصر، ناصر. (2018). محددات التفكير (الإيجابي- السلبي) وعلاقتها بسمتي الشخصية (المتفائلة والمتشائمة). *مجلة أوروك للعلوم الإنسانية*، جامعة المثنى- العراق.

النجار، يحيى، و أبو غالي، عطاف. (2017). دور التعليم العالي في تعزيز قيم التسامح من وجهة نظر الطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية جامعة الأقصى نموذجاً. *مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية)*، 21(1)، كلية التربية- جامعة الأقصى، غزة.

النجار، يحيى، و الطلاع، عبد الرؤوف. (2015). *التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الأهلية في محافظات غزة*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأقصى- غزة.

اليحفوفي نجوى، و الأنصاري، بدر. (2005). التفاؤل والتشاؤم: دراسة ثقافية مقارنة بين اللبنانيين والكويتيين. *مجلة العلوم الاجتماعية*، 33(2)، كلية الآداب والعلوم الإنسانية- الجامعة اللبنانية- لبنان، وكلية العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت- الكويت.

اليونسكو. (1995). *إعلان مبادئ بشأن التسامح. المؤتمر العام لليونسكو في دورته الثامنة والعشرين*، 16 تشرين الثاني/نوفمبر، باريس.

المراجع الأجنبية:

Abu Alia, M. (2022). Academic optimism and its relationship to learning motivation among physical education students at Palestine Technical University-Khadouri. *Palestine Technical University Journal of Research*, 10(3), 46-60.

Ait-hadad, W., Bénard, M., Shankland, R., Kesse-Guyot, E., Robert, M., Touvier, M., & Péneau, S. (2020). Optimism is associated with diet quality, food group consumption and snacking behavior in a general population. *Nutrition Journal*, 19 (1), 6.

Al-Fakhouri, & Randa, N. (2016). *The Doctrine of Loyalty and Disavowal in Sayyid Qutb's Thought through His Interpretation (In the Shade of the Qur'an) Presentation and Criticism.*

Al-Ghafri, H., & Hashel. (2022). The degree of inclusion of tolerance values in Islamic education books in the first cycle of basic education in the Sultanate of Oman. *Journal of Studies in Curricula and Teaching Methods*, 255 (255), 12-43.

Al-Moussawi, A. (2023). Positive thinking and its relationship to academic progress among university students. *Lark*, 15 (6), 548-569.

Al-Mutawa, M. (2024). Positive thinking and its relationship to dimensions of mental health among female students of the College of Education at Hail University. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 8(10), 77-100.

Al-Tayyar, K. A., & Khaled, A. (2024). Psychological resilience and its relationship to optimism and pessimism among university students in light of some variables. *Journal of the College of Education in Psychological Sciences*, 48 (1), 17-65.

Amin, R., Hussain, Z., Mahmood, S., Sadaf, A., & Saleem, M. (2021). Mediating role of social self-efficacy in linking positive thinking to satisfaction with life among first year university students. *Foundation University Journal of Psychology*, 5(1), 1.

Amtir, & Mardiya, A. (2021). Tolerance and its relationship to anger management among university students. *Research*, 1(6), 1-23.

Andrade, G. (2019). The ethics of positive thinking in healthcare. *Journal of Medical Ethics and History of Medicine*, 12.

Awda, K. (2020). Positive thinking among female students of the College of Education for Girls. *International Journal of Humanities and Social Sciences*, (15), 178-187.

Basharat, R. (2022). *Positive thinking and its relationship to optimism and life satisfaction among university students in the northern West Bank in light of the Corona pandemic.* (Doctoral dissertation).

Ben Kafo, A.-Q., & Al-Khatali, N.-F.-H. (2021). *Positive thinking and its relationship to some variables among university students at the Faculty of Education.* Qasr Bin Ghashir.

Boonyarit, I. (2017). Assessing Forgiveness in Interpersonal Conflict among Thai Emerging Adults: The Peer Forgiveness Scale. *International Journal of Behavioral Science*, 12(2).

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in cognitive sciences*, 18(6), 293-299.

Chen, M., He, Z., Zhang, Z., & Chen, W. (2022). Association of physical activity and positive thinking with global sleep quality. *Scientific Reports*, 12(1), 3624.

Crocker, L., & Algina, J. (1986). *Introduction to Classical & Modern Test Theory*. Fort Worth, TX: Harcourt Brace Jovanovich.

Farhad, K., & Al-Moussawi, R. (2024). Positive Thinking among Students at Al-Mustansiriya University. *Mustansiriyah Journal of Humanities*, 2(2).

Hassan, Y., & Al-Mutrafi, M. (2023). Psychometric Properties of an Arabic Version of the Positive Thinking Scale. *Arab Journal of Measurement and Evaluation*, 4(7).

Hwang, E. H., & Kim, K. H. (2023). Relationship between optimism, emotional intelligence, and academic resilience of nursing students: the mediating effect of self-directed learning competency. *Frontiers in Public Health*, 11, 1182689.

Jabry, & Katfi. (2022). *A study of optimism-pessimism and psychological care among uterine cancer patients.*

Nguyen, L. (2018, September). The Power of Positive Thinking in Promoting a Positive Attitude in Students towards Learning English as a Foreign Language. In VietTESOL International Convention 2018.

Omran, R., & Mira, A. (2021). Tolerance and its relationship to spiritual intelligence among university students. *Psychological Science*, 32 (03B).

Parmar, K., & Jain, K. (2020). Efficacy of Life Skills Training on Optimism Among Tribal Youths. *Our Heritage*, 68(1), 2919-2926.

Plomin, R., Haworth, C. M., & Davis, O. S. (2009). Common disorders are quantitative traits. *Nature reviews genetics*, 10(12), 872-878.

Renaud, J., Wrosch, C., & Scheier, M. F. (2018). *Optimism.*

Saloum, S. (2024). Positive thinking and its relationship to self-awareness among fourth-year students in the Department of Psychological Counseling at Damascus University. *Hama University Journal*, 7 (Ninth).

Shanahan, M. L., Fischer, I. C., & Rand, K. L. (2020). Hope, optimism, and affect as predictors and consequences of expectancies: The potential moderating roles of perceived control and success. *Journal of Research in Personality*, 84, 103903.

Shcherbakova, O. (2019). Development of Positive Thinking of Students of Basic School as A Method for Forming Psychosocial Health. *Global Academics*, 4.

Sherman, A. M., & Cotter, K. A. (2013). Well-being among older adults with OA: Direct and mediated patterns of control beliefs, optimism and pessimism. *Aging & mental health*, 17(5), 595-608.

Tolukan, E., Yildiz, A. B., Yenel, I. F., Yalcin, I., Stoica, L., Iordan, D. A., & Ilie, O. (2024). Investigation of the relationships between sports anxiety, positive thinking skills, and life satisfaction in male athletes. *Frontiers in Psychology*, 15, 1460257.

Vallejo, M., Vallejo-Slocker, L., Rivera, J., Offenbächer, M., Dezutter, J., & Toussaint, L. (2020). Self-forgiveness in fibromyalgia patients and its relationship with acceptance, catastrophising and coping. *Clin Exp Rheumatol*, 38(123), S00-S00.

Wilson, L. (2017). *Positive Thinking and Action: The Key to Success.*

الملاحق

ملحق (أ)

المقاييس بصورتها الاولية

جامعة النجاح الوطنية
كلية الدراسات العليا
برنامج ماجستير الإرشاد النفسي والتربوي

An-Najah National University

أخي المستجيب/ أختي المستجيبة

تحيه وبعد،،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة علمية بعنوان " التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس ", وذلك استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي/ كلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية.

إليك مقاييس (التفكير الإيجابي، التسامح، التفاؤل) والمعدة من قبل الباحثة من أجل قياس (التفكير الإيجابي، التسامح، التفاؤل) لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، علماً أنه أمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وانما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وان نتائج هذا المقياس انما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

شكراً لكم تعاونكم

الباحثة : إسراء أبو سارة

المتغيرات الديمغرافية (المعلومات الشخصية):

يرجى وضع إشارة (X) في المكان الذي يناسب خيارك فيما يلي:

الجنس ◯ ذكر ◯ أنثى

الكلية ◯ انسانية ◯ علمية

المؤهل العلمي ◯ دبلوم ◯ بكالوريوس ◯ دراسات عليا

المعدل التراكمي ◯ مقبول ◯ جيد ◯ جيد جدا ◯ ممتاز

العمر ◯ أقل من 21 سنة ◯ من 21 سنة – أقل من 25 سنة ◯ من 25 سنة فأكثر

مكان السكن ◯ مدينة ◯ قرية ◯ مخيم

الحالة الاجتماعية ◯ أعزب ◯ متزوج ◯ أرمل ◯ مطلق

العمل ◯ عامل ◯ غير عامل

مقياس التفكير الإيجابي: إليك مقياس التفكير الإيجابي والذي ستستخدمه الباحثة من أجل قياس مستوى التفكير الإيجابي لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، والذي يتكون من (34) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وانما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وأن نتائج هذا المقياس انما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

الرقم	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
البعد الأول: الإيجابية نحو المستقبل: يعني التوقعات الإيجابية بتحقيق مكاسب في مختلف جوانب الحياة الصحية والاجتماعية والمهنية.						
1	أعتقد أني سأكون سعيدا في حياتي	5	4	3	2	1
2	أعتقد ان الغد أفضل من اليوم	5	4	3	2	1
3	ارى انني إذا فشلت مرة فأنني سأنجح في المرة القادمة بإذن الله	5	4	3	2	1
4	ارى ان مصائب اليوم تكون لها فوائد في المستقبل	5	4	3	2	1
5	أعمل والأمل يملؤني في الأمور الغيبية	5	4	3	2	1
6	أتوقع الأفضل عادة حتى في الظروف الصعبة	5	4	3	2	1
7	أومن بالآية "ان مع العسر يسرا"	5	4	3	2	1
8	آمل ان أحصل على منصباً مرموقاً في المستقبل	5	4	3	2	1
البعد الثاني: المشاعر الإيجابية (السعادة): التفاؤل والانفتاح على البيئة وإقامة العلاقات والروابط العاطفية والتعاون.						
9	أتصرف بمشاعر المودة والحب مع زملائي	5	4	3	2	1
10	أتحكم في غضبي بسهولة	5	4	3	2	1
11	اعتقد بأنه ليس بالضرورة انجح في كل ما أفعله	5	4	3	2	1
12	ارى ان قلة المال لا تعوقني على الاستمتاع في حياتي	5	4	3	2	1
13	ارى انني لا أسمح لأخطائي ان تحبط عزيمتي	5	4	3	2	1
14	أبدي حبي للآخرين بسهولة دون حرج	5	4	3	2	1
15	أؤمن بفكرة ان الإنسان لا يمكن ان يكون شريراً تماماً	5	4	3	2	1
البعد الثالث: مفهوم الذات الإيجابي: نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات وقدرات متنوعة (جسدية، عقلية، اجتماعية).						
16	أتصرف مع زملائي بحكمة وتفاهم	5	4	3	2	1
17	اعتقد بان الآخرون يحملون أفكار طيبة عني	5	4	3	2	1
18	أعتقد انني صبور	5	4	3	2	1
19	أتقبل نقد الآخرين لي	5	4	3	2	1
20	انا متسامح مع نفسي ولا ألومها كثيراً	5	4	3	2	1
21	أعتقد أني محبوب من قبل الآخرين	5	4	3	2	1
22	أستطيع حل مشاكلي بنفسي	5	4	3	2	1

البعد الرابع: الرضا عن الحياة: تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها وفقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه التي من خلالها يقارن الفرد ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقده.						
23	أشعر أني شخص مهم في المجتمع	5	4	3	2	1
24	أشعر بالرضا عندما تسير الأمور لصالحي	5	4	3	2	1
25	انا راضٍ عما لدي من ممتلكات	5	4	3	2	1
26	أشعر بالطمأنينة عندما أحقق أهدافي	5	4	3	2	1
27	أعتقد ان حياتي تسير بشكل جيد	5	4	3	2	1
البعد الخامس: المرونة الإيجابية: قدرة الفرد على تغيير أفكاره بما يناسب الموقف ليكون قادراً على مواجهة المشكلات التي تواجهه.						
28	أستطيع بسهولة ان أغير أفكاري عند مواجهة الضغوطات الخارجية	5	4	3	2	1
29	أتأنى في إيجاد حلول للمشكلات التي تواجهني	5	4	3	2	1
30	أستطيع ان انجح في ما فشلت به سابقاً	5	4	3	2	1
31	أستطيع التعرف على نقاط ضعفي وأعمل على تقويتها	5	4	3	2	1
32	أستطيع حل الخلافات بين الأشخاص بسهولة	5	4	3	2	1
33	توجد لدي أكثر من طريقة لإنجاز الأمور	5	4	3	2	1
34	أستطيع جعل حياتي جميلة	5	4	3	2	1

مقياس التسامح: إليك مقياس التسامح والذي ستستخدمه الباحثة من أجل قياس مستوى التسامح لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، والذي يتكون من (18) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وإنما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وأن نتائج هذا المقياس إنما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

الرقم	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
البعد الأول: التسامح مع الذات						
1	رغم انني أشعر بالضيق في البداية عندما أخطئ، إلا انني مع مرور الوقت أستطيع ان أكون أقل حدة مع نفسي.	5	4	3	2	1
2	انقم (أحقد) على نفسي بسبب الأشياء السلبية التي قمت بها	5	4	3	2	1
3	يساعدني التعلم من الأخطاء السابقة التي ارتكبتها على تخطيها.	5	4	3	2	1
4	يصعب علي تقبّل ذاتي عندما أخطئ	5	4	3	2	1
5	أتقبل ذاتي على الرغم من الأخطاء التي ارتكبتها مع مرور الوقت.	5	4	3	2	1
6	انتقد ذاتي دون توقف بسبب الأشياء السلبية التي شعرت أو فكرت فيها أو قلتها أو فعلتها.	5	4	3	2	1

البعد الثاني: التسامح مع الآخرين						
7	استمر بمعاقبة الشخص الذي قام بعمل شيء اعتقدت أنه خاطئ	5	4	3	2	1
8	أتقبل الآخرين رغم الأخطاء التي قاموا بها مع مرور الوقت.	5	4	3	2	1
9	استمر في التعامل القاسي مع الآخرين الذين آذوني	5	4	3	2	1
10	رغم ان الآخرين قاموا بإيذائي في الماضي، إلا انني في النهاية تمكنت من اعتبارهم اناس جيدين.	5	4	3	2	1
11	إذا أساء الآخرون معاملتي فأنني استمر بالنظر إليهم بشكل سلبي.	5	4	3	2	1
12	عندما يخيب أحدهم أملي فأنني بالنهاية أستطيع تجاوز ذلك.	5	4	3	2	1
البعد الثالث: التسامح مع المواقف						
13	عندما تسير الأمور بشكل خاطئ لأسباب خارجة عن السيطرة فأنني أتورط بالأفكار السلبية حول ذلك.	5	4	3	2	1
14	يمكنني ان أكون متقبلاً في حياتي مع مرور الوقت.	5	4	3	2	1
15	إذا خاب أملى بسبب ظروف خارجة عن السيطرة في حياتي فأنني استمر بالتفكير فيها بشكل سلبي.	5	4	3	2	1
16	أتقبل المواقف السيئة في حياتي في النهاية.	5	4	3	2	1
17	من الصعب جدا علي قبول المواقف السلبية التي هي ليست خطأ أحد آخر	5	4	3	2	1
18	في النهاية، فأنني أترك الأفكار السلبية المتعلقة بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرة أي شخص	5	4	3	2	1

مقياس التفاؤل: إليك مقياس التفاؤل والذي ستستخدمه الباحثة من أجل قياس مستوى التفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، والذي يتكون من (18) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وانما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وأن نتائج هذا المقياس إنما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

الرقم	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أنظر إلى الحياة على أنها هادفة.	5	4	3	2	1
2	أتوقع حدوث أشياء سارّة في المستقبل	5	4	3	2	1
3	أؤمن بمقولة "لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس"	5	4	3	2	1
4	أنظر إلى النصف المملوء من الكأس	5	4	3	2	1
5	أستمتع بجمال الأشياء من حولي	5	4	3	2	1
6	أشعر ان الفرج قريب	5	4	3	2	1
7	أقبل على الحياة بكل حب ومودة	5	4	3	2	1

8	أفكر في الأمور التي تجعلني سعيداً	5	4	3	2	1
9	اشعر بان شهيتي جيدة للطعام	5	4	3	2	1
10	أسعى للنجاح وتحقيق أهدافي	5	4	3	2	1
11	اشعر بان أحلامي سعيدة	5	4	3	2	1
12	أتوقع ان يكون حظي جميلاً في المستقبل	5	4	3	2	1
13	أشعر بثقة كبيرة في نفسي	5	4	3	2	1
14	اشعر بان الزواج يحقق سعادتي	5	4	3	2	1
15	أحب الحياة	5	4	3	2	1
16	أترقب حدوث أشياء جميلة في المستقبل	5	4	3	2	1
17	اعقد انني لا أستسلم للأفكار السلبية	5	4	3	2	1
18	الصعوبات التي تواجهني هي فرصتي لتحقيق النجاح	5	4	3	2	1
19	أؤمن بمقولة "كن جميلاً ترى الوجود جميلاً"	5	4	3	2	1
20	أؤمن بالقضاء والقدر خيره وشره	5	4	3	2	1
21	أشعر انني أحسن حالاً من الآخرين	5	4	3	2	1

ملحق (ب)

المقاييس بصورتها النهائية

جامعة النجاح الوطنية

كلية الدراسات العليا

برنامج ماجستير الإرشاد النفسي والتربوي

An-Najah National University

أخي المستجيب/ أختي المستجيبة

تحيه وبعد،،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة علمية بعنوان " التفكير الإيجابي وعلاقته بالتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس ", وذلك استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي/ كلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية.

إليك مقاييس (التفكير الإيجابي، التسامح، التفاؤل) والمعدة من قبل الباحثة من أجل قياس (التفكير الإيجابي، التسامح، التفاؤل) لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، علماً أنه أمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وانما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وان نتائج هذا المقياس انما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

شكراً لكم تعاونكم

الباحثة : إسراء أبو سارة

المتغيرات الديمغرافية (المعلومات الشخصية):

يرجى وضع إشارة (X) في المكان الذي يناسب خيارك فيما يلي:

الجنس ◯ ذكر ◯ أنثى

الكلية ◯ انسانية ◯ علمية

المؤهل العلمي ◯ دبلوم ◯ بكالوريوس ◯ دراسات عليا

المعدل التراكمي ◯ مقبول ◯ جيد ◯ جيد جدا ◯ ممتاز

العمر ◯ أقل من 21 سنة ◯ من 21 سنة – أقل من 25 سنة ◯ من 25 سنة فأكثر

مكان السكن ◯ مدينة ◯ قرية ◯ مخيم

الحالة الاجتماعية ◯ أعزب ◯ متزوج ◯ أرمل ◯ مطلق

العمل ◯ عامل ◯ غير عامل

مقياس التفكير الإيجابي: إليك مقياس التفكير الإيجابي والذي ستستخدمه الباحثة من أجل قياس مستوى التفكير الإيجابي لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، والذي يتكون من (34) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وانما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وأن نتائج هذا المقياس إنما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

الرقم	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
البعد الأول: الإيجابية نحو المستقبل: يعني التوقعات الإيجابية بتحقيق مكاسب في مختلف جوانب الحياة الصحية والاجتماعية والمهنية.						
1	أعتقد أني سأكون سعيدا في حياتي	5	4	3	2	1
2	أعتقد ان الغد أفضل من اليوم	5	4	3	2	1
3	ارى انني إذا فشلت مرة فأنني سأنجح في المرة القادمة بإذن الله	5	4	3	2	1
4	ارى ان مصائب اليوم تكون لها فوائد في المستقبل	5	4	3	2	1
5	أعمل والأمل يملؤني في الأمور الغيبية	5	4	3	2	1
6	أتوقع الأفضل عادة حتى في الظروف الصعبة	5	4	3	2	1
7	أومن بالآية "ان مع العسر يسرا"	5	4	3	2	1
8	آمل ان أحصل على منصباً مرموقاً في المستقبل	5	4	3	2	1
البعد الثاني: المشاعر الإيجابية (السعادة): التفاؤل والانفتاح على البيئة وإقامة العلاقات والروابط العاطفية والتعاون.						
9	أتصرف بمشاعر المودة والحب مع زملائي	5	4	3	2	1
10	أتحكم في غضبي بسهولة	5	4	3	2	1
11	اعتقد بأنه ليس بالضرورة انجح في كل ما أفعله	5	4	3	2	1
12	ارى ان قلة المال لا تعوقني على الاستمتاع في حياتي	5	4	3	2	1
13	ارى انني لا أسمح لأخطائي ان تحبط عزيمتي	5	4	3	2	1
14	أبدي حبي للآخرين بسهولة دون حرج	5	4	3	2	1
15	أؤمن بفكرة ان الإنسان لا يمكن ان يكون شريراً تماماً	5	4	3	2	1
البعد الثالث: مفهوم الذات الإيجابي: نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات وقدرات متنوعة (جسدية، عقلية، اجتماعية).						
16	أتصرف مع زملائي بحكمة وتفاهم	5	4	3	2	1
17	اعتقد بان الآخرون يحملون أفكار طيبة عني	5	4	3	2	1
18	أعتقد انني صبور	5	4	3	2	1
19	أتقبل نقد الآخرين لي	5	4	3	2	1
20	انا متسامح مع نفسي ولا ألومها كثيراً	5	4	3	2	1
21	أعتقد أني محبوب من قبل الآخرين	5	4	3	2	1
22	أستطيع حل مشاكلي بنفسي	5	4	3	2	1
البعد الرابع: الرضا عن الحياة: تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها وفقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه التي من خلالها يقارن الفرد ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقده.						

23	أشعر أني شخص مهم في المجتمع	5	4	3	2	1
24	أشعر بالرضا عندما تسير الأمور لصالحي	5	4	3	2	1
25	انا راضٍ عما لدي من ممتلكات	5	4	3	2	1
26	أشعر بالطمأنينة عندما أحقق أهدافي	5	4	3	2	1
27	أعتقد ان حياتي تسير بشكل جيد	5	4	3	2	1
البعد الخامس: المرونة الإيجابية: قدرة الفرد على تغيير أفكاره بما يناسب الموقف ليكون قادراً على مواجهة المشكلات التي تواجهه.						
28	أستطيع بسهولة ان أغير أفكاري عند مواجهة الضغوطات الخارجية	5	4	3	2	1
29	أتأنى في إيجاد حلول للمشكلات التي تواجهني	5	4	3	2	1
30	أستطيع ان انجح في ما فشلت به سابقاً	5	4	3	2	1
31	أستطيع التعرف على نقاط ضعفي وأعمل على تقويتها	5	4	3	2	1
32	أستطيع حل الخلافات بين الأشخاص بسهولة	5	4	3	2	1
33	توجد لدي أكثر من طريقة لإنجاز الأمور	5	4	3	2	1
34	أستطيع جعل حياتي جميلة	5	4	3	2	1

مقياس التسامح: إليك مقياس التسامح والذي ستستخدمه الباحثة من أجل قياس مستوى التسامح لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، والذي يتكون من (18) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وانما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وأن نتائج هذا المقياس إنما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

الرقم	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
البعد الأول: التسامح مع الذات						
1	رغم انني أشعر بالضيق في البداية عندما أخطئ، إلا انني مع مرور الوقت أستطيع ان أكون أقل حدة مع نفسي.	5	4	3	2	1
2	انقم (أحقد) على نفسي بسبب الأشياء السلبية التي قمت بها	5	4	3	2	1
3	يساعدني التعلم من الأخطاء السابقة التي ارتكبتها على تخطيها.	5	4	3	2	1
4	يصعب علي تقبّل ذاتي عندما أخطئ	5	4	3	2	1
5	أتقبل ذاتي على الرغم من الأخطاء التي ارتكبتها مع مرور الوقت.	5	4	3	2	1
6	انتقد ذاتي دون توقف بسبب الأشياء السلبية التي شعرت أو فكرت فيها أو قلتها أو فعلتها.	5	4	3	2	1
البعد الثاني: التسامح مع الآخرين						
7	استمر بمعاقبة الشخص الذي قام بعمل شيء اعتقدت أنه خاطئ	5	4	3	2	1
8	أتقبل الآخرين رغم الأخطاء التي قاموا بها مع مرور الوقت.	5	4	3	2	1

9	استمر في التعامل القاسي مع الآخرين الذين آذوني	5	4	3	2	1
10	رغم ان الآخرين قاموا بإيذائي في الماضي، إلا انني في النهاية تمكنت من اعتبارهم اناس جيدين.	5	4	3	2	1
11	إذا أساء الآخرون معاملتي فأنني استمر بالنظر إليهم بشكل سلبي.	5	4	3	2	1
12	عندما يخيب أحدهم أملي فإنني بالنهاية أستطيع تجاوز ذلك.	5	4	3	2	1
البعد الثالث: التسامح مع المواقف						
13	عندما تسير الأمور بشكل خاطئ لأسباب خارجة عن السيطرة فإنني أتورط بالأفكار السلبية حول ذلك.	5	4	3	2	1
14	يمكنني ان أكون متقبلاً في حياتي مع مرور الوقت.	5	4	3	2	1
15	إذا خاب أملى بسبب ظروف خارجة عن السيطرة في حياتي فأنني استمر بالتفكير فيها بشكل سلبي.	5	4	3	2	1
16	أتقبل المواقف السيئة في حياتي في النهاية.	5	4	3	2	1
17	من الصعب جدا علي قبول المواقف السلبية التي هي ليست خطأ أحد آخر	5	4	3	2	1
18	في النهاية، فانني أترك الأفكار السلبية المتعلقة بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرة أي شخص	5	4	3	2	1

مقياس التفاؤل: إليك مقياس التفاؤل والذي ستستخدمه الباحثة من أجل قياس مستوى التفاؤل لدى عينة من طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس، والذي يتكون من (18) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل (دائماً وتعطى الدرجة (5)، وغالباً (4)، وأحياناً (3)، ونادراً (2)، وأبداً (1))، مع العلم أنه لا يوجد هناك فقرة صحيحة وأخرى خطأ، وانما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وأن نتائج هذا المقياس إنما هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم التعامل معها بسرية تامة.

الرقم	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أنظر إلى الحياة على أنها هادفة.	5	4	3	2	1
2	أتوقع حدوث أشياء سارّة في المستقبل	5	4	3	2	1
3	أؤمن بمقولة "لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس"	5	4	3	2	1
4	أنظر إلى النصف المملوء من الكأس	5	4	3	2	1
5	أستمتع بجمال الأشياء من حولي	5	4	3	2	1
6	أشعر ان الفرج قريب	5	4	3	2	1
7	أقبل على الحياة بكل حب ومودة	5	4	3	2	1
8	أفكر في الأمور التي تجعلني سعيداً	5	4	3	2	1
9	اشعر بان شهيتي جيدة للطعام	5	4	3	2	1
10	أسعى للنجاح وتحقيق أهدافي	5	4	3	2	1
11	اشعر بان أحلامي سعيدة	5	4	3	2	1

12	أتوقع ان يكون حظي جميلاً في المستقبل	5	4	3	2	1
13	أشعر بثقة كبيرة في نفسي	5	4	3	2	1
14	اشعر بان الزواج يحقق سعادتي	5	4	3	2	1
15	أحب الحياة	5	4	3	2	1
16	أترقب حدوث أشياء جميلة في المستقبل	5	4	3	2	1
17	اعقد انني لا أستسلم للأفكار السلبية	5	4	3	2	1
18	الصعوبات التي تواجهني هي فرصتي لتحقيق النجاح	5	4	3	2	1
19	أؤمن بمقولة "كن جميلاً ترى الوجود جميلاً"	5	4	3	2	1
20	أؤمن بالقضاء والقدر خيره وشره	5	4	3	2	1
21	أشعر انني أحسن حالاً من الآخرين	5	4	3	2	1

ملحق (ج)

المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والفقرات

الرقم	الفقرات	الرتبة	متوسط حسابي	انحراف معياري	المستوى
1	أعتقد اني سأكون سعيدا في حياتي	1	4.177	0.644	مرتفع
9	أتصرف بمشاعر المودة والحب مع زملائي	2	3.930	0.645	مرتفع
23	أشعر اني شخص مهم في المجتمع	3	3.923	0.638	مرتفع
16	أتصرف مع زملائي بحكمة وتفاهم	4	3.923	0.646	مرتفع
25	انا راضٍ عما لدي من ممتلكات	5	3.859	0.709	مرتفع
3	ارى انني إذا فشلت مرة فانني سانجح في المرة القادمة بإذن الله	6	3.855	0.730	مرتفع
28	أستطيع بسهولة ان أغير أفكاري عند مواجهة الضغوطات الخارجية	7	3.830	0.723	مرتفع
18	أعتقد انني صبور	8	3.807	0.705	مرتفع
11	اعتقد بأنه ليس بالضرورة انجح في كل ما أفعله	9	3.805	0.715	مرتفع
20	انا متسامح مع نفسي ولا ألومها كثيراً	10	3.785	0.682	مرتفع
30	أستطيع ان انجح في ما فشلت به سابقاً	11	3.778	0.742	مرتفع
27	أعتقد ان حياتي تسير بشكل جيد	12	3.776	0.724	مرتفع
22	أستطيع حل مشاكلي بنفسي	13	3.751	0.698	مرتفع
7	أومن بالآية "ان مع العسر يسرا"	14	3.748	0.841	مرتفع
5	أعمل والأمل يملؤني في الأمور الغيبية	15	3.723	0.845	مرتفع
34	استطيع جعل حياتي جميلة	16	3.707	0.737	مرتفع
13	ارى انني لا أسمح لأخطائي ان تحبط عزيمتي	17	3.698	0.734	مرتفع
32	استطيع حل الخلافات بين الأشخاص بسهولة	18	3.692	0.739	مرتفع
15	أؤمن بفكرة ان الإنسان لا يمكن ان يكون شريراً تماماً	19	3.689	0.742	مرتفع
31	أستطيع التعرف على نقاط ضعفي وأعمل على تقويتها	20	3.680	0.694	مرتفع
26	أشعر بالطمانينة عندما أحقق أهدافي	21	3.662	0.755	متوسط
33	توجد لدي أكثر من طريقة لانجاز الأمور	22	3.662	0.715	متوسط
6	أتوقع الأفضل عادة حتى في الظروف الصعبة	23	3.653	0.828	متوسط
4	ارى ان مصائب اليوم تكون لها فوائد في المستقبل	24	3.653	0.823	متوسط
8	آمل ان أحصل على منصباً مرموقاً في المستقبل	25	3.649	0.813	متوسط
12	ارى ان قلة المال لا تعوقني على الاستمتاع في حياتي	26	3.646	0.727	متوسط
14	أبدي حبي للآخرين بسهولة دون حرج	27	3.626	0.722	متوسط
19	أتقبل نقد الآخرين لي	28	3.612	0.743	متوسط
2	أعتقد ان الغد أفضل من اليوم	29	3.580	0.759	متوسط
21	أعتقد اني محبوب من قبل الآخرين	30	3.553	0.721	متوسط
29	أتانى في إيجاد حلول للمشكلات التي تواجهني	31	3.531	0.738	متوسط
24	أشعر بالرضا عندما تسير الأمور لصالحي	32	3.519	0.757	متوسط
10	أتحكم في غضبي بسهولة	33	3.492	0.714	متوسط
17	اعتقد بان الآخرون يحملون أفكار طيبة عني	34	3.481	0.739	متوسط
	المستوى الكلي للتفكير الإيجابي		**3.71**	**0.445**	**مرتفع**
	1-2.33 منخفض، اعلى من 2.33-3.67 متوسط، اعلى من 3.67-5 مرتفع				

ملحق (د)

المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التسامح لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والفقرات

الرقم	الفقرات	الرتبة	متوسط حسابي	انحراف معياري	المستوى
1	رغم انني أشعر بالضيق في البداية عندما أخطئ، إلا انني مع مرور الوقت أستطيع ان أكون أقل حدة مع نفسي.	1	3.853	0.670	مرتفع
18	في النهاية، فانني أترك الأفكار السلبية المتعلقة بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرة أي شخص	2	3.753	0.674	مرتفع
16	أتقبل المواقف السيئة في حياتي في النهاية.	3	3.744	0.691	مرتفع
10	رغم ان الآخرين قاموا بإيذائي في الماضي، إلا انني في النهاية تمكنت من اعتبارهم اناس جيدين.	4	3.689	0.730	مرتفع
3	يساعدني التعلم من الأخطاء السابقة التي ارتكبتها على تخطيها.	5	3.680	0.757	مرتفع
14	يمكنني ان أكون متقبلاً في حياتي مع مرور الوقت.	6	3.649	0.698	متوسط
5	أتقبل ذاتي على الرغم من الأخطاء التي ارتكبتها مع مرور الوقت.	7	3.621	0.726	متوسط
12	عندما يخيب أحدهم أملي فانني بالنهاية أستطيع تجاوز ذلك.	8	3.617	0.769	متوسط
8	أتقبل الآخرين رغم الأخطاء التي قاموا بها مع مرور الوقت.	9	3.558	0.752	متوسط
4	يصعب علي تقبّل ذاتي عندما أخطئ	10	2.440	0.764	متوسط
9	استمر في التعامل القاسي مع الآخرين الذين آذوني	11	2.422	0.777	متوسط
17	من الصعب جدا علي قبول المواقف السلبية التي هي ليست خطأ أحد آخر	12	2.420	0.735	متوسط
11	إذا أساء الآخرون معاملتي فانني استمر بالنظر إليهم بشكل سلبي.	13	2.399	0.700	متوسط
15	إذا خاب أملى بسبب ظروف خارجة عن السيطرة في حياتي فانني استمر بالتفكير فيها بشكل سلبي.	14	2.370	0.740	متوسط
2	انقم (أحقد) على نفسي بسبب الأشياء السلبية التي قمت بها	15	2.363	0.800	متوسط
6	انتقد ذاتي دون توقف بسبب الأشياء السلبية التي شعرت أو فكرت فيها أو قلتها أو فعلتها.	16	2.279	0.730	منخفض
7	استمر بمعاقبة الشخص الذي قام بعمل شيء اعتقدت أنه خاطئ	17	2.231	0.757	منخفض
13	عندما تسير الأمور بشكل خاطئ لأسباب خارجة عن السيطرة فانني أتورط بالأفكار السلبية حول ذلك.	18	2.222	0.714	منخفض
	المستوى الكلي للتسامح		**3.01**	**0.194**	**متوسط**
	1-2.33 منخفض، اعلى من 2.33-3.67 متوسط، اعلى من 3.67-5 مرتفع				

ملحق (هـ)

المتوسطات والانحرافات والرتبة ومستوى التفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس على المستوى الكلي والفقرات

الرقم	الفقرات	الرتبة	متوسط حسابي	انحراف معياري	المستوى
1	أنظر إلى الحياة على أنها هادفة.	1	3.946	0.705	مرتفع
3	أؤمن بمقولة "لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس"	2	3.898	0.678	مرتفع
21	أشعر انني أحسن حالاً من الآخرين	3	3.800	0.708	مرتفع
20	أؤمن بالقضاء والقدر خيره وشره	4	3.796	0.713	مرتفع
19	أؤمن بمقولة "كن جميلاً ترى الوجود جميلاً"	5	3.789	0.722	مرتفع
16	أترقب حدوث أشياء جميلة في المستقبل	6	3.780	0.735	مرتفع
5	أستمتع بجمال الأشياء من حولي	7	3.778	0.675	مرتفع
18	الصعوبات التي تواجهني هي فرصتي لتحقيق النجاح	8	3.776	0.712	مرتفع
15	أحب الحياة	9	3.773	0.753	مرتفع
7	أقبل على الحياة بكل حب ومودة	10	3.769	0.695	مرتفع
17	اعقد انني لا أستسلم للأفكار السلبية	11	3.753	0.726	مرتفع
9	اشعر بان شهيتي جيدة للطعام	12	3.753	0.723	مرتفع
11	اشعر بان أحلامي سعيدة	13	3.746	0.741	مرتفع
14	اشعر بان الزواج يحقق سعادتي	14	3.746	0.729	مرتفع
10	أسعى للنجاح وتحقيق أهدافي	15	3.739	0.721	مرتفع
6	أشعر ان الفرج قريب	16	3.732	0.717	مرتفع
13	أشعر بثقة كبيرة في نفسي	17	3.732	0.721	مرتفع
12	أتوقع ان يكون حظي جميلاً في المستقبل	18	3.721	0.718	مرتفع
8	أفكر في الأمور التي تجعلني سعيداً	19	3.694	0.707	مرتفع
4	أنظر إلى النصف المملوء من الكأس	20	3.676	0.698	مرتفع
2	أتوقع حدوث أشياء سارّة في المستقبل	21	3.569	0.717	متوسط
	المستوى الكلي للتفاؤل		**3.76**	**0.478**	**مرتفع**

1-2.33 منخفض، اعلى من 2.33-3.67 متوسط، اعلى من 3.67-5 مرتفع

ملحق (و)

المتوسطات والانحرافات واختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)

المتغيرات	الفئة	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة
التفكير الإيجابي	ذكر	235	3.740	0.459	1.047	439	0.296
	أنثى	206	3.696	0.429			
التسامح	ذكر	235	3.009	0.176	−0.916	439	0.360
	أنثى	206	3.026	0.212			
التفاؤل	ذكر	235	3.771	0.464	0.523	439	0.601
	أنثى	206	3.748	0.494			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ز)

المتوسطات والانحرافات واختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الكلية (انسانية، علمية)

المتغيرات	الفئة	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة
التفكير الإيجابي	انسانية	249	3.670	0.423	−2.669	439	0.00**
	علمية	192	3.783	0.466			
التسامح	انسانية	249	3.029	0.188	1.468	439	0.143
	علمية	192	3.002	0.201			
التفاؤل	انسانية	249	3.738	0.465	−1.135	439	0.257
	علمية	192	3.790	0.494			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ح)

المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي

المتغيرات	المؤهل العلمي	دبلوم	بكالوريوس	دراسات عليا	الكلي
	حجم العينة	118	259	64	441
التفكير الإيجابي	متوسط حسابي	3.640	3.729	3.827	3.719
	انحراف معياري	0.464	0.420	0.485	0.445
التسامح	متوسط حسابي	3.022	3.015	3.018	3.017
	انحراف معياري	0.186	0.195	0.206	0.194
التفاؤل	متوسط حسابي	3.684	3.770	3.861	3.760
	انحراف معياري	0.471	0.476	0.482	0.478

ملحق (ط)

المقارنات البعدية بين متوسطين التفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المؤهل العلمي

المؤهل العلمي		دبلوم	بكالوريوس	دراسات عليا
دبلوم	الفرق بين متوسطين		−0.088	*−0.186
	مستوى الدلالة		0.073	0.007
بكالوريوس	الفرق بين متوسطين	0.088		−0.098
	مستوى الدلالة	0.073		0.113

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ي)

المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي

المعدل التراكمي		مقبول	جيد	جيد جدا	ممتاز	الكلي
المتغيرات	حجم العينة	131	176	107	27	441
التفكير الإيجابي	متوسط حسابي	3.615	3.721	3.766	4.031	3.719
	انحراف معياري	0.444	0.383	0.487	0.498	0.445
التسامح	متوسط حسابي	3.003	3.013	3.032	3.054	3.017
	انحراف معياري	0.158	0.165	0.256	0.241	0.194
التفاؤل	متوسط حسابي	3.641	3.768	3.854	3.919	3.760
	انحراف معياري	0.464	0.430	0.542	0.455	0.478

ملحق (ك)

المقارنات البعدية بين متوسطين التفكير الإيجابي والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير المعدل التراكمي

المعدل التراكمي			مقبول	جيد	جيد جدا	ممتاز
التفكير الإيجابي	مقبول	الفرق بين متوسطين		−1.058*	−0.150**	−0.415**
		مستوى الدلالة		0.036	0.008	0.000
	جيد	الفرق بين متوسطين	1.058*		−0.045	−0.310**
		مستوى الدلالة	0.036		0.404	0.001
	جيد جدا	الفرق بين متوسطين	0.150**	0.045		−0.265**
		مستوى الدلالة	0.008	0.404		0.005
التفاؤل	مقبول	الفرق بين متوسطين		−0.127*	−0.213**	−0.278**
		مستوى الدلالة		0.020	0.001	0.005
	جيد	الفرق بين متوسطين	0.127*		−0.085	−0.151
		مستوى الدلالة	0.20		0.139	0.122
	جيد جدا	الفرق بين متوسطين	0.213**	0.085		−0.065
		مستوى الدلالة	0.001	0.139		0.520

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ل)

المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر

العمر		اقل من 21 سنة	من 21 – اقل من 25 سنة	من 25 سنة فاكثر	الكلي
المتغيرات	حجم العينة	126	223	92	441
التفكير الإيجابي	متوسط حسابي	3.711	3.675	3.839	3.719
	انحراف معياري	0.468	0.337	0.601	0.445
التسامح	متوسط حسابي	3.018	2.996	3.068	3.017
	انحراف معياري	0.191	0.163	0.250	0.194
التفاؤل	متوسط حسابي	3.728	3.712	3.922	3.760
	انحراف معياري	0.479	0.377	0.638	0.478

ملحق (م)

المقارنات البعدية بين متوسطين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمر

	العمر		اقل من 21 سنة	من 21 – اقل من 25 سنة	من 25 سنة فاكثر
التفكير الإيجابي	اقل من 21 سنة	الفرق بين متوسطين		0.036	*−0.129
		مستوى الدلالة		0.467	0.034
	من 21 – اقل من 25 سنة	الفرق بين متوسطين	0.036		**−0.164
		مستوى الدلالة	0.467		0.003
التسامح	اقل من 21 سنة	الفرق بين متوسطين		0.022	−0.050
		مستوى الدلالة		0.298	0.061
	من 21 – اقل من 25 سنة	الفرق بين متوسطين	−0.022		**−0.072
		مستوى الدلالة	0.298		0.003
التفاؤل	اقل من 21 سنة	الفرق بين متوسطين		0.016	**−0.194
		مستوى الدلالة		0.761	0.003
	من 21 – اقل من 25 سنة	الفرق بين متوسطين	−0.016		**−0.210
		مستوى الدلالة	0.761		0.000

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ن)

المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن

مكان السكن		مدينة	قرية	مخيم	الكلي
المتغيرات	حجم العينة	153	214	74	441
التفكير الإيجابي	متوسط حسابي	3.744	3.681	3.781	3.719
	انحراف معياري	0.474	0.438	0.394	0.445
التسامح	متوسط حسابي	3.037	3.005	3.011	3.017
	انحراف معياري	0.193	0.204	0.161	0.194
التفاؤل	متوسط حسابي	3.794	3.726	3.790	3.760
	انحراف معياري	0.507	0.477	0.410	0.478

ملحق (س)

المتوسطات والانحرافات وحجم العينة لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية		اعزب	متزوج	ارمل	مطلق	الكلي
المتغيرات	حجم العينة	246	151	22	22	441
التفكير الإيجابي	متوسط حسابي	3.697	3.769	3.648	3.694	3.719
	انحراف معياري	0.484	0.394	0.340	0.407	0.445
التسامح	متوسط حسابي	3.017	3.023	2.952	3.046	3.017
	انحراف معياري	0.172	0.217	0.177	0.264	0.194
التفاؤل	متوسط حسابي	3.726	3.835	3.693	3.699	3.760
	انحراف معياري	0.493	0.466	0.401	0.413	0.478

ملحق (ع)

المتوسطات والانحرافات واختبار (T-Test) لفحص دلالة الفروق لمستوى التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لمتغير العمل (عامل، غير عامل)

المتغيرات	الفئة	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة
التفكير الإيجابي	عامل	214	3.795	0.396	3.524	439	**0.000
	غير عامل	227	3.648	0.476			
التسامح	عامل	214	3.020	0.173	0.273	439	0.785
	غير عامل	227	2.015	0.211			
التفاؤل	عامل	214	3.808	0.458	2.053	439	*0.041
	غير عامل	227	3.715	0.492			

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ف)

معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الجنس (ذكر، أنثى)

ذكر					
التفكير الإيجابي وأبعاده	التسامح وأبعاده				التفاؤل
	التسامح مع الذات	التسامح مع الآخرين	التسامح مع المواقف	التسامح	
الإيجابية نحو المستقبل	0.197**	0.171**	0.175**	0.297**	0.685**
المشاعر الإيجابية (السعادة)	0.186**	0.078	0.166*	0.237**	0.726**
مفهوم الذات الإيجابي	0.278**	0.077	0.181**	0.758**	0.758**
الرضا عن الحياة	0.233**	0.047	0.103	0.754**	0.754**
المرونة الإيجابية	0.103	0.067	0.093	0.599**	0.599**
التفكير الإيجابي	0.227**	0.110	0.170**	0.803**	0.803**
التفاؤل	0.255**	0.161**	0.165**	0.322**	

أنثى					
التفكير الإيجابي وأبعاده	التسامح وأبعاده				التفاؤل
	التسامح مع الذات	التسامح مع الآخرين	التسامح مع المواقف	التسامح	
الإيجابية نحو المستقبل	0.207**	0.066	0.153*	0.214**	0.678**
المشاعر الإيجابية (السعادة)	0.094	0.027	0.025	0.075	0.643**
مفهوم الذات الإيجابي	0.103	0.053	0.039	0.099	0.665**
الرضا عن الحياة	0.246**	0.125	0.107	0.242**	0.760**
المرونة الإيجابية	0.132	0.110	0.100	0.170*	0.595**
التفكير الإيجابي	0.183**	0.087	0.103	0.188**	0.783**
التفاؤل	0.226**	0.166**	0.210**	0.299**	

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ص)

معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الإيجابي والتسامح والتفاؤل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في محافظة نابلس تعزى لاختلاف الكلية (الإنسانية، العلمية)

الإنسانية					
التفكير الإيجابي وأبعاده	التسامح وأبعاده				التفاؤل
	التسامح مع الذات	التسامح مع الآخرين	التسامح مع المواقف	التسامح	
الإيجابية نحو المستقبل	0.167**	0.086	0.165**	0.218**	0.641**
المشاعر الإيجابية (السعادة)	0.079	−0.003	0.027	0.056	0.633**
مفهوم الذات الإيجابي	0.170**	0.019	0.067	0.137*	0.672**
الرضا عن الحياة	0.253**	0.021	0.060	0.181**	0.720**
المرونة الإيجابية	0.074	0.046	0.013	0.072	0.524**
التفكير الإيجابي	0.174**	0.046	0.088	0.163**	0.764**
التفاؤل	0.262**	0.106	0.109	0.254**	

العلمية					
التفكير الإيجابي وأبعاده	التسامح وأبعاده				التفاؤل
	التسامح مع الذات	التسامح مع الآخرين	التسامح مع المواقف	التسامح	
الإيجابية نحو المستقبل	0.243**	0.185*	0.176**	0.314**	0.726**
المشاعر الإيجابية (السعادة)	0.214**	0.145*	0.194**	0.287**	0.749**
مفهوم الذات الإيجابي	0.231**	0.143*	0.172**	0.286**	0.760**
الرضا عن الحياة	0.229**	0.182*	0.160*	0.296**	0.796**
المرونة الإيجابية	0.179*	0.172*	0.214**	0.289**	0.695**
التفكير الإيجابي	0.245**	0.184*	0.203**	0.328**	0.824**
التفاؤل	0.218**	0.248**	0.281**	0.379**	

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ملحق (ق)

ملخص نموذج تحليل الانحدار الخطي البسيط

المتغير المنبأ به	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط R^2 (التباين المفسر)	قيمة F	الدلالة الإحصائية	المتغيرات المنبئة	المعاملات غير المعيارية (B)	المعاملات المعيارية (Beta)	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
التسامح	0.230	0.053	24.562	**0.000	الثابت	2.644		34.913	**0.000
					التفكير الإيجابي	0.100	0.230	4.956	**0.000
التسامح مع الذات	0.202	0.041	18.705	**0.000	الثابت	2.479		19.014	**0.000
					التفكير الإيجابي	0.151	0.202	4.325	**0.000
التسامح مع الآخرين	0.095	0.009	4.020	*0.046	الثابت	2.757		23.952	**0.000
					التفكير الإيجابي	0.062	0.095	2.005	**0.046
التسامح مع المواقف	0.140	0.020	8.738	**0.003	الثابت	2.697		24.053	**0.000
					التفكير الإيجابي	0.088	0.140	2.956	**0.003

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05) ** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.01)

ملحق (ر)

ملخص نموذج تحليل الانحدار الخطي المتعدد

المتغير المنبأ به	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط R^2 (التباين المفسر)	قيمة F	الدلالة الإحصائية	المتغيرات المنبئة	المعاملات غير المعيارية (B)	المعاملات المعيارية (Beta)	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
					الثابت	0.738		6.712	0.000**
					الرضا عن الحياة	0.437	0.479	11.584	0.000**
التفاؤل	0.803	0.644	263.542	0.000**	المشاعر الإيجابية (السعادة)	0.219	0.228	5.044	0.000**
					الإيجابية نحو المستقبل	0.153	0.184	4.005	0.000**

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05) ** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.01)

ملحق (ش)

ملخص نموذج تحليل الانحدار الخطي البسيط

المتغير المنبأ به	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط R^2 (التباين المفسر)	قيمة F	الدلالة الإحصائية	المتغيرات المنبئة	المعاملات غير المعيارية (B)	المعاملات المعيارية (Beta)	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
التفاؤل	0.792	0.627	737.587	0.000**	الثابت	0.600		5.116	0.000**
					التفكير الإيجابي	0.850	0.792	27.159	0.000**

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05) ** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.01)

ملحق (ت)

ملخص نموذج تحليل الانحدار الخطي المتعدد

المتغير المنبأ به	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط R^2 (التباين المفسر)	قيمة F	الدلالة الإحصائية	المتغيرات المنبئة	المعاملات غير المعيارية (B)	المعاملات المعيارية (Beta)	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
التسامح	0.250	0.062	29.251	0.000**	الثابت	2.702		45.777	0.000**
					الإيجابية نحو المستقبل	0.084	0.250	5.408	0.000**
التسامح مع الذات	0.237	0.056	26.135	0.000**	الثابت	2.476		22.267	0.000**
					الرضا عن الحياة	0.150	0.237	5.112	0.000**
التسامح مع الآخرين	0.116	0.014	6.022	0.015*	الثابت	2.768		30.777	0.000**
					الإيجابية نحو المستقبل	0.058	0.116	2.454	0.015*
التسامح مع المواقف	0.166	0.028	12.483	0.000**	الثابت	2.721		31.115	0.000**
					الإيجابية نحو المستقبل	0.081	0.166	3.533	0.000**

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05).

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.01)

An-Najah National University
Faculty of Graduate Studies

POSITIVE THINKING, TOLERANCE, AND OPTIMISM AMONG STUDENTS AT AN-NAJAH NATIONAL UNIVERSITY IN NABLUS GOVERNORATE

By
Israa Jamal Youssef Abu Sarah

Supervisor
Dr. Mohammed Marshoud

This Thesis is Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Psychological and Educational Counseling, Faculty of Graduate Studies, An-Najah National University, Nablus - Palestine.

2024

POSITIVE THINKING, TOLERANCE, AND OPTIMISM AMONG STUDENTS AT AN-NAJAH NATIONAL UNIVERSITY IN NABLUS GOVERNORATE

By
Israa Jamal Youssef Abu Sarah
Supervisor
Dr. Mohammed Marshoud

Abstract

The objective of this study was to examine the levels of positive thinking, tolerance, and optimism, as well as the differences in these levels attributed to various demographic variables, including gender, college affiliation, educational qualifications, employment status, marital status, age, place of residence, and cumulative GPA. Furthermore, the study aimed to explore the correlational relationships among these constructs and to assess the predictive capacity of positive thinking on tolerance and optimism among students at An-Najah National University in the Nablus Governorate. A descriptive correlational research design was employed, utilizing a convenience sample of 441 male and female students. Instruments measuring positive thinking, tolerance, and optimism were administered to gather the necessary data.

The results of the study indicated a high overall level of positive thinking and optimism, while the level of tolerance was found to be moderate. The findings revealed no significant differences in the averages of positive thinking, tolerance, and optimism when analyzed in relation to the variables of gender, place of residence, and marital status. Furthermore, no differences were observed in the averages of tolerance concerning the variables of college, educational qualification, cumulative GPA, and employment, nor in optimism concerning the variables of college and educational qualification. However, significant differences were identified in the averages of positive thinking based on the variable of college, with the scientific college showing higher levels. Additionally, differences were noted in educational qualification, favoring postgraduate studies, and in cumulative GPA, with higher averages observed for those categorized as good, very good, and excellent. Age also played a role, with individuals aged 25 years and older exhibiting higher averages in positive thinking, tolerance, and optimism. Employment status further influenced the results, as employed individuals demonstrated higher averages in both positive thinking and tolerance. Moreover, differences in optimism were also attributed

to cumulative GPA, favoring those with good, very good, and excellent classifications, as well as to employment status, again favoring employed individuals.

The findings of the study indicated a significant direct correlation between positive thinking, tolerance, and optimism, with the dimensions of positive thinking serving as predictors for both tolerance and optimism. The researcher suggested the necessity for further investigations into the concept of tolerance across diverse age groups, as well as the implementation of follow-up programs aimed at assessing the psychological well-being of students at various educational stages. Such initiatives would facilitate the identification of any disorders that may impact positive thinking and tolerance among the student population.

Keywords: Positive thinking; Tolerance; Optimism; University students; Demographic variables; Correlational study; Psychological well-being; Predictive relationships.