

التفكير الإيجابي وعلاقته بفاعلية الذات لدى معلمي التربية البدنية بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت

د/ بدر جعفر محمد(*)

مقدمة البحث:

أن الفاعلية الذاتية لدى المعلم هي تصور أو فكرة المعلم عن قدرته في التأثير على تحصيل وفهم الطالب وسلوكياتهم. وبالطبع هذه الفكرة أو التصور نحو الذات لها علاقة وطيدة بمدى قوة وتأثير المعلم في الطلاب وفي العملية التعليمية.

وكما كانت فكرة المعلم عن قدراته مرتفعة كلما كان أدائه التدريسي أفضل وأمهر وكان مبدعا في عملية إيصال المعلومة للطلاب وكما كان تفكير المعلم إيجابياً، حيث أن ارتفاع فاعلية الذات لدى المعلم يأتي من ارتفاع التفكير الإيجابي لدى المعلم.

وعلى العكس من ذلك فالمعلم الذي تفكيره الإيجابي منخفض ينتج عنه ضعف في أدائه التدريسي وبالتالي ينتج لدى المعلم ضعف في فاعلية الذات لديه.

أن المعلمين الذين لديهم تصوراً جيداً عن قدراتهم الذاتية يختارون الأعمال التي تتطلب مستوى عالى من التفكير ويصرون على مقاومة الصعوبات التي يجيئها في العمل والذي يبني بأيديهم، وبالتالي يكون لدى المعلم مستوى تفكير إيجابي مرتفع وعالى وهذا يؤدي إلى إنجاز العمل ويصلون إلى نتائج متقدمة.

ويشير باندورا **Bandura (٢٠٠٣م)** من أكثر المفاهيم النظرية والعلمية في علم النفس الحديث فاعلية الذات **Self – efficacy expectations** أو معتقدات الفرد عن قدراته لينجز بنجاح سلوكا معيناً، أو مجموعة من السلوكيات، وهذه المعتقدات تؤثر على سلوك الفرد وأدائه ومشاعره، ويؤكد باندورا على أن معتقدات الفرد عن فاعليته الذاتية تظهر من خلال الإدراك المعرفي للقدرات الشخصية، والخبرات المتعددة سواء المباشرة أو غير المباشرة. (١٩: ١٢٢)

وتقوم نظرية فاعلية الذات على أساس الأحكام الصادرة من الفرد على قدرته على القيام بسلوكيات معينة، والفاعلية الذاتية ليست مجرد مشاعر عامة، ولكنها تقويم من جانب الفرد لذاته عما يستطيع القيام به، ومدى مثابته وللجهد الذي يبذله ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة وتحديه للصعاب ومقاومته للفشل.

وترى **عواطف حسين (٢٠١٢م)** تعد فاعلية الذات من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية لدى الأفراد، حيث تمثل مركزاً هاماً في دافعية الأفراد للقيام بأي عمل أو نشاط، فهي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفة. (١٤: ٤٦١)

(*) معلم تربية بدنية بمنطقة الأحمدى التعليمية بدولة الكويت.

ويذكر عادل العدل (٢٠١١م) إلى فاعلية الذات على أنها: "ثقة الفرد الكامنة في قدراته، خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالبة الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى". (٩: ١٣١)

ويضيف السيد أبو هاشم (٢٠١٣م) أن فاعلية الذات هي توقع الفرد في قدرته على أداء مهمة محددة. وهي بذلك تعنى استبصار الفرد بإمكاناته وحسن استخدامها. وبينما توقعات فاعلية الذات السالبة تعني انخفاض ثقة الفرد في قدرته على أداء السلوك. (٧: ٥٧)

ويشير سعيد عبد العزيز (٢٠١٦م) ترجع أهمية التفكير إلى كونه أداة لتقدم الإنسان فحسب، بل باعتباره ضرورة وجود، واستمرار بقاء الإنسان على الأرض، لأن الإنسان منذ وجوده لو لم يكن مفكراً لطرق معيشتة المختلفة، وأساليب دفاعه عن نفسه، ما كتب له البقاء، وما استطاع أن يحقق ما حققه من تقدم ورقي. (٦: ٢٣)

وترى عزيزة السيد (٢٠١٠م) فإن اكتساب وتنمية التفكير الإيجابي يحتاج إلى مناخ ملائم، ومن ثم، كانت التوجهات العديدة من خلال التنظير للتفكير الإيجابي بمراعاة العديد من الأسس الخاصة بترتيب المجموعات، ودور المعلم، واستخدامه الحوافز. (١١: ٤٧)

ويضيف عماد عبد الرحيم (٢٠٠١م) التفكير الإيجابي نمطاً من أشكال التفكير الهامة يلجأ إليه الفرد في تعامله مع الكثير من المواقف والمثيرات المتعددة، فهو لا يقل أهمية عن أنماط التفكير الأخرى كحل المشكلة والتفكير الابتكاري، لأن الأفراد في الكثير من الحالات يواجهون مواقف ومشكلات تتطلب الفهم والتقييم واتخاذ القرارات المناسبة حيالها. (١٢: ٢٩٧)

مشكلة البحث:

تسعى الأنظمة التربوية في كافة أنحاء العالم إلى الارتقاء بالعملية التعليمية لديها، وذلك لرفع مستوى الخريجين وهذا لا يأتي إلا من خلال تطوير العملية التعليمية ويعد المعلم هو الركن الأساسي في العملية التعليمية.

ويعتبر التفكير إحدى العمليات العقلية المعرفية العليا الكامنة وراء تطور الحياة الإنسانية، وسيطرة الإنسان على كافة الكائنات الحية، واكتشاف الحلول الفعالة التي يتغلب بها على ما يواجهه في الحياة من صعوبات ومشكلات، بل إن معظم الانجازات العلمية التي حققتها البشرية مبنية على عملية التفكير، هذا بالإضافة إلى أن الأسلوب الذي يفكر الفرد يعد قوة كامنة تؤثر على كافة تفاعلاته.

ويشير عمر الفاروق (٢٠١٢م) إلى عدة مظاهر لفاعلية الذات يتصف بها الشخص الفعال ومنها الثقة بالنفس وبالقدرات والمثابرة والقدرة على إنشاء علاقات سليمة مع الآخرين والقدرة على تقبل وتحمل المسؤولية والبراعة في التعامل مع المواقف التقليدية. (١٣: ٢١)

ويذكر بانودرا Banudra (٢٠٠٣م) هناك خصائص عامة يتميز بها ذوو فاعلية الذات المرتفعة والذين لديهم إيمان قوي في قدراتهم وهي يتميزون بمستوى عال من الثقة بالنفس ولديهم قدر عال من تحمل

المسؤولية ولديهم مهارات اجتماعية عالية وقدرة فائقة على التواصل مع الآخرين ويتمتعون بمثابرة عالية في مواجهة العقبات التي تقابلهم ولديهم طاقة عالية ولديهم مستوى طموح مرتفع، فهم يضعون أهداف صعبة ويلتزمون بالوصول إليها ويعززون الفشل للجهد غير الكافي ويتصفون بالتفاؤل ولديهم القدرة على التخطيط للمستقبل ولديهم القدرة على تحمل الضغوط. (١٩ : ٣٨)

ويشير **باجاريس Pajares (٢٠١٠م)** تؤثر فاعلية الذات المرتفعة والمنخفضة في محاولة الفرد لبذل جهد أكبر، والمثابرة؛ من أجل تحقيق النجاح، أو التوقف عن بذل أدنى جهد عند ظهور بادرة يأس وهناك أربعة مصادر لفاعلية الذات وهي: "خبرات التمكين Mastery Experiences: وهي الخبرات الناتجة عن أداء هادف حيث تشكل خبرات الفرد الناجحة عاملاً قوياً له تأثير إيجابي في رفع مستوى فاعلية الذات لدى الفرد، ومع تكرار النجاح تزداد فاعلية الذات، في حين أن الفشل تتخفف معه فاعلية الذات. (٢١ : ٢)

ويضيف **جابر عبد الحميد (١٩٩٩م)** ولهذا فإن الخبرات والإنجازات السابقة لها تأثيرات كبيرة على فاعلية الذات لدى الفرد وخاصة تلك التي تحقق للفرد النجاح، ولهذا فإن النجاح في الأداء يزيد من مستوى فاعلية الذات بما يتناسب مع صعوبة المهمة أو العمل، والأعمال التي يتم إنجازها بنجاح من قبل الفرد، معتمداً على نفسه تكون أكثر تأثيراً على فاعلية ذاته من تلك الأعمال التي يتلقى فيها مساعدة من الآخرين، كما أن الإخفاق المتكرر يؤدي في أغلب الأحيان إلى انخفاض الفاعلية، وخاصة عندما يعلم الشخص أنه قد بذل أفضل ما لديه من جهد. (٢ : ٦٠)

ويضيف **أشرف محمد (٢٠١٦م)** "إن أهمية الدور الذي يقوم به المعلم في العمل المدرسي تأتي من ارتباطه الوثيق بزملائه من المعلمين نتيجة لاستمراره كمعلم بينهم، مما يضيف على هذه العلاقة خاصية لا يتمتع بها غيره من شاغلي الوظائف الاشرافية الأخرى". (١ : ٤)

ويذكر **مجدى عزيز (٢٠١٥م)** يستخدم الانسان عملية التفكير عندما يواجه سؤال أو يشعر بوجود مشكلة تصادفه، تحتاج إلى تقديم حل لها لاستكمال النقص، أو إزالة التعارض والتناقض مما يؤدي في النهاية إلى غلق ما هو ناقص في الموقف وحل أو تسوية المشكلة. (١٥ : ٦٢)

ويعرف **يعقوب حسين ومحمد خطاب (٢٠١٤م)** التفكير الإيجابي على أساس أنه "التفكير المنطقي والتأملي الذي يركز على اتخاذ قرار فيما يتصل بما ينبغي علينا الاعتقاد به أو عمله". (١٨ : ٥٠)

ويتفق كلاً من **صالح محمد ومحمد بكر (٢٠١٦م)**، **عبد الواحد حميد (٢٠١٦م)**، **جابر عبد الحميد (٢٠٠٨م)** التفكير الإيجابي بأن هناك بعض التعريفات:

- التفكير الذي يعتمد على التحليل والفرز والاختيار والاختبار لما لدى الفرد من معلومات بهدف التمييز بين الأفكار السليمة والأفكار الخاطئة.
- قدرة الفرد على التحقق من ظاهرة ما وتقويمها استناداً إلى أسس ومعايير محددة.
- نشاط ذهني يهدف إلى التعرف على الافتراضات والتفسير والاستنباط والاستنتاج وتقويم الحجج وهناك من يراها بأنها التفسير والاستيعاب والتحليل والتقويم والاستدلال والشرح وتنظيم الذات.

وهو أيضا: "مجموعة من العمليات العقلية التي يقوم بها المتعلم لتقويم المعلومات التي تواجهه؛ حيث يستخدم التفكير المبنى على مجموعة من الإجراءات والقواعد والمعايير التي يتم الحكم في ضوءها على مدى مصداقية المعلومات، ومن ثم استخدامها في الغرض المطلوب". (٨: ٢٦٦)، (١٠: ١٣٩)، (٣: ٣٢) ويتفق كلاً من محمد جهاد (٢٠١٥م)، جودت أحمد (٢٠١٣م) ويقال أيضاً أن التفكير هو ذلك الشئ الذي يحدث في أثناء حل المشكلة وهو الذي يجعل للحياة معنى فهو إذن عملية واعية يقوم بها الفرد عن وعي وإدراك وهو عملية فردية لكنها لا تتم بمعزل عن البيئة المحيطة أي أن عملية التفكير تتأثر بالسياق الاجتماعي والثقافي الذي تتم فيه. (١٦: ٢٥)، (٤: ٣٩) وتتضح مشكلة البحث من خلال تأثير مستوى فعالية الذات لدى المعلم بنوع ومستوى التفكير لدى المعلم.

حيث أن ارتفاع مستوى التفكير الإيجابي لدى المعلم يؤدي إلى ارتفاع مستوى الفاعلية الذاتية لدى المعلم ويؤدي ذلك إلى أن يكون المعلم حريص ومتقاني في عمله وأن يكون متحملاً كل ما يمكن القيام به لمساعدة الطلاب على التحصيل والتفوق.

وتشير فاعلية الذات إلى اعتقاد الفرد من الناحية الشخصية، لقدرته على إنجاز أهدافه، والأعمال المطلوب منه القيام بها. كما تكمن أهم العوامل المؤثرة في سلوك الفرد، وتحديدًا خلال قيامه بمهامه الحياتية، ولعله كلما زادت فاعلية الذات لديه تزداد قدرته على المثابرة في تحقيق أهدافه، وتعطيه القدرة على مواجهة الصعوبات التي تعترضه، حيث يزيد ذلك من ثقته بنفسه.

أهمية البحث:

تتضح الأهمية العلمية للبحث من تأثير مستوى فاعلية الذات لدى المعلم بمستوى التفكير الإيجابي للمعلم وكيفية تنمية وتطوير التفكير الإيجابي للمعلم، مما ينتج معها ارتفاع مستوى الفاعلية الذاتية للمعلم. ومن خلال إطلاع الباحث على العديد من البحوث والمراجع السابقة في هذا المجال ومن خلال عمله وجد أن هناك العديد من المشاكل التي تواجه معلمي التربية البدنية وذلك بسبب انخفاض مستوى الفاعلية الذاتية لديهم، مما يؤثر على أدائهم التدريسي وفعاليتهم داخل الفصل وتكمن أهمية الدراسة في أنها تسعى إلى رفع مستوى الفاعلية الذاتية لدى معلمي التربية البدنية وذلك من خلال التفكير الإيجابي لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى توضيح التفكير الإيجابي وعلاقته بفاعلية الذات لدى معلمي التربية البدنية بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت وذلك من خلال معرفة:

- مستوى فاعلية الذات لدى معلم التربية البدنية.
- مستوى التفكير الإيجابي لدى معلم التربية البدنية.
- مدى تأثير أداء معلم التربية البدنية بمستوى فاعلية الذات ومستوى التفكير الإيجابي.

تساؤلات البحث:

- ما مستوى فاعلية الذات لدى معلم التربية البدنية؟
- ما مستوى التفكير الإيجابي لدى معلم التربية البدنية؟
- ما مدى تأثير أداء معلم التربية البدنية بمستوى فاعلية الذات ومستوى التفكير الإيجابي؟

مصطلحات البحث:

• الذات:

ويعرف حامد زهران (٢٠١١م) الذات بأنها كينونة الفرد أو الشخص وتتمو وتنفصل تدريجاً عن المجال الإدراكي، وتتكون بنية الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة وتشمل الذات المدركة والذات الاجتماعية والذات المثالية. (٥: ٦٨)

• الفاعلية الذاتية:

ويعرفها باجارس Pajares (٢٠١٠م) على أنها "مجموعة من التوقعات العامة التي يمتلكها الفرد، والتي تقوم على الخبرة الماضية، والتي تؤثر على توقعات النجاح في المواقف الجديدة، وبمعنى آخر فإن فاعلية الذات العامة هي فاعلية الذات لمهمة محددة والتي تعمم الى مواقف أخرى". (٢١: ٢)

• مهارات التفكير:

يعرف جودت أحمد (٢٠١٣م) مهارات التفكير على إنها عبارة عن "عمليات عقلية محددة نمارسها ونستخدمها عن قصد في معالجة المعلومات والبيانات لتحقيق أهداف تربوية متنوعة تتراوح بين تذكر المعلومات ووصف الأشياء وتدوين الملاحظات إلى التنبؤ بالأمور وتصنيف الأشياء وتقديم الدليل وحل المشكلات والوصول إلى استنتاجات". (٤: ٤٥)

الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات السابقة العربية:

• قامت هدى الخلايلة (٢٠١١م) (١٧) بدراسة عنوانها "الفاعلية الذاتية لمعلمي مدارس محافظة الزرقاء ومعلماتها في ضوء بعض المتغيرات"، وهدفت إلى التعرف على الفاعلية الذاتية لمعلمي مدارس محافظة الزرقاء، ومعلماتها في ضوء بعض المتغيرات. وتكونت عينة الدراسة من (٤٠١) معلم ومعلمة. وتوصلت النتائج إلى ارتفاع مستوى الفاعلية الذاتية للمعلمين، ووجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية تعزى لمتغير المرحلة الدراسية.

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

• قام فورس Voris (٢٠١١م) (٢٢) بدراسة عنوانها "المعلم فاعلية، الرضا الوظيفي، وشهادة بديلة في التطوير الوظيفي في وقت مبكر معلمي التربية الخاصة"، وهدفت إلى تحديد العلاقة بين فاعلية الذات والرضا الوظيفي وبين نوع الشهادة لدى معلمي التربية الخاصة حديثي الخبرة (٥-٠ سنوات). وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٢) معلماً. وانتهت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ايجابية بين فاعلية الذات لمعلم التربية الخاصة، وبين زيادة تحصيل الطلبة، كما كشفت النتائج أن فاعلية الذات، والرضا المهني هو أقل لدى المعلمين حديثي الخبرة.

• قام تشييونغ Cheung (٢٠٠٨م) (٢٠) بدراسة عنوانها "مقارنة بين الفاعلية الذاتية في هونغ كونغ لمعلمي المدارس ومعلمي المدارس في شنغهاي"، وهدفت الدراسة المقارنة بين الفاعلية الذاتية بين المعلمين في مدارس هونغ كونغ وشنغهاي. وتكونت عينة الدراسة من (٧٢٥) معلماً في هونغ كونغ، و(٥٧٥) معلماً من شنغهاي. وتوصلت النتائج إلى ارتفاع مستوى الفاعلية الذاتية لدى معلمي شنغهاي عنه لدى معلمي هونغ كونغ، وهي أعلى لدى المعلمات، ولدى ذوي الخبرة العالية.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي نظراً لملائمة طبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من معلمي التربية البدنية بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت وتم اختيار عينة البحث من معلمي التربية البدنية بمنطقة الأحمدى التعليمية بالطريقة العشوائية، حيث تم اختيار عدد (١٧٠) معلم عينة كلية للبحث وانقسمت إلى عدد (١٤٠) معلم عينة أساسية للبحث وعدد (٣٠) معلم عينة استطلاعية للبحث ويوضح ذلك جدول (١).

جدول (١)

توصيف المجتمع الكلي لعينة البحث

م	عينة البحث الكلية		عينة البحث الأساسية		عينة البحث الاستطلاعية	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%
١	١٧٠	١٠٠	١٤٠	٨٢,٤	٣٠	١٧,٦

أدوات ووسائل جمع البيانات:

قام الباحث ببناء استبيان التفكير الإيجابي وعلاقته بفاعلية الذات لدى معلمي التربية البدنية بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت متبعاً في ذلك قواعد البحث العلمي وخطوات بناء الاستبيان وهي كالتالي:

- مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة والمرتبطة والقوائم والاستبيانات الخاصة بعلم النفس العام وعلم النفس الرياضي.
- تحديد المحاور الخاصة بالاستبيان ووضعها جميعاً في استمارة استبيان وعرضها على السادة الخبراء المتخصصين وعددهم (٥) لتحديد المحاور الخاصة بالاستبيان من خلال الأهمية النسبية لاتفاق آراء الخبراء ويتضح ذلك كما في جدول (٢).

جدول (٢)

الأهمية النسبية لاتفاق الخبراء حول تحديد محاور استبيان التفكير
الإيجابي وعلاقته بفاعلية الذات لدى معلمي التربية البدنية

ن = ٥

م	المحاور	عدد الموافقين	النسبة المئوية	الترتيب
١	إتجاهات التفكير الإيجابي.	٥	%١٠٠	١
٢	أثر التفكير الإيجابي على فاعلية الذات.	٤	%٨٠	٢

تم تحديد المحاور الخاصة بالاستبيان والتي انحصرت الأهمية النسبية لها ما بين (٨٠% - ١٠٠%)، وذلك من خلال نتائج استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء.

• وضع عبارات الاستبيان المقترحة وعرض العبارات الخاصة بكل محور على السادة الخبراء للتحقق من الصدق المنطقي لملائمة العبارات المقترحة لكل محور، ومدى ملائمة صياغة العبارات المقترحة ومناسبتها للمحور الذي تنتمي إليه، ومدى إمكانية حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى وقد توصل الباحث من خلال استطلاع رأي السادة الخبراء إلى تحديد الأهمية النسبية لاتفاق الخبراء.

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عدد (٣٠) معلم تربية بدنية بالمرحلة المتوسطة بمنطقة الأحمدى التعليمية بدولة الكويت وهي العينة المستخرجة لإيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لاستبيان المناخ التنظيمي بالإدارات التعليمية وأثره على اتخاذ القرار بدولة الكويت وذلك في الفترة من ١/١١/٢٠١٧م إلى ٥/١٢/٢٠١٧م.

• صدق الاستبيان:

- صدق المضمون (صدق المحكمين):

استخدم الباحث صدق المضمون أو صدق المحكمين حيث قام بعرض محاور الاستبيان وعبارته على السادة الخبراء.

- صدق الإنسان الداخلي:

قام الباحث بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حدة بكل محور والدرجة الكلية بهذا المحور ويتضح ذلك كما في الجداول (٣)، (٤)، (٥).

جدول (٣)

معامل الارتباط الدال على صدق الاتساق الداخلي لعبارات
المحور الأول إتجاهات التفكير الإيجابي

ن = ٣٠

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أنا متفاعل بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر.	*٠,٤٨٨
٢	أحاول دائما تغيير نظرة الآخرين السلبية نحوي.	*٠,٥٢٦
٣	أود السعي والعمل بجد لأن الحياة مليئة بالفرص.	*٠,٤٩٨
٤	ضروري أن أنجح في كل ما أفعل، فإذا لم أنجح قد أنطوي عن نفسي.	*٠,٣٦٩
٥	حتما سيوجد بعض الناس أفضل وأكفئ مني في بعض الأمور.	*٠,٦٧٠
٦	إني لا أستطيع أن أتحكم فيما يحدث، ولكنني أستطيع أن أتحكم في تفكيري ومشاعري نحو ذلك.	*٠,٥٠٣
٧	مواجهة المشاكل أفضل من الهروب منها وتجاهلها.	*٠,٣٨٠
٨	لا أشعر بالذنب أو الخطأ عند إبداء رأيي حتى ولو شعر البعض بالضيق والإزعاج.	*٠,٤١٦
٩	أقبل وجهة نظر الآخر حتى لو لم تتفق مع وجهة نظري.	*٠,٤٨٠
١٠	أشعر أنني شخص تقليدي ولا أمتلك أساليب ومهارات تواكب التطورات الحياتية المعاصرة.	*٠,٧٣٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦١

يتضح من الجدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط الدال على صدق الاتساق الداخلي لعبارات المحور الأول ذات دلالة إحصائية حيث تراوحت ما بين (٠,٣٦٩ ، ٠,٧٣٥) مما يدل على أن جميع عبارات المحور دالة.

جدول (٤)

معامل الارتباط الدال على صدق الاتساق الداخلي لعبارات المحور
الثاني أثر التفكير الإيجابي على فاعلية الذات

ن = ٣٠

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي.	*٠,٨٤٢
٢	أخذ قرارات دون صعوبات.	*٠,٧٥٦
٣	أحتاج وقتا طويلا لأتعود على الأشياء الجديدة.	*٠,٣٧٣
٤	لدي نظرة سلبية على نفسي.	*٠,٦٩٦
٥	عادة ما نقل عزيمة داخل القسم.	*٠,٥٤٢
٦	غالبا ما أتمنى أن أكون شخصا آخر.	*٠,٧٠٥
٧	عادة ما أتأسف على ما أقوم به من أعمال.	*٠,٧٥٦
٨	أدائى بالمدرسة ليس كما أود أن يكون.	*٠,٤٤٥
٩	أنا قادر على اتخاذ القرار والتمسك به.	*٠,٦٨٩
١٠	أعرف دائما ما ينبغي قوله للناس.	*٠,٦٦٨

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦١

يتضح من الجدول (٤) أن قيم معاملات الارتباط الدال على صدق الاتساق الداخلي لعبارات المحور الثاني ذات دلالة إحصائية حيث تراوحت ما بين (٠,٣٧٣ ، ٠,٨٤٢) مما يدل على أن جميع عبارات المحور دالة.

جدول (٥)

معامل الارتباط الدال على صدق الاتساق الداخلي لدرجة كل محور
من محاور الاستبيان بالدرجة الكلية للاستبيان

ن = ٣٠

م	المحاور	معامل الارتباط
١	إتجاهات التفكير الإيجابي.	*٠,٥١٩
٢	أثر التفكير الإيجابي على فاعلية الذات.	*٠,٤٦٨

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦١

يتضح من الجدول (٥) أن قيم معاملات الارتباط الدال على صدق الاتساق الداخلي بين محاور الاستبيان والدرجة الكلية للاستبيان ذات دلالة إحصائية تراوحت ما بين (٠,٤٦٨ ، ٠,٧١٦)، مما يدل على أن جميع عبارات المحور دالة.

• ثبات المقياس:

قام الباحث بإيجاد ثبات الاستبيان عن التطبيق وإعادة التطبيق حيث تم التطبيق الأول في الفترة من ٢٠١٧/١٢/١م إلى ٢٠١٧/١٢/٥م وذلك يتضح كما في الجدول (٦).

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني الدال
على ثبات محاور الاستبيان ككل

ن = ٣٠

م	العبارات	معامل الارتباط
١	إتجاهات التفكير الإيجابي.	*٠,٦١٥
٢	أثر التفكير الإيجابي على فاعلية الذات.	*٠,٨٠٩

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦١

يتضح من الجدول (٦) أن قيم معاملات الارتباط الدال على صدق الاتساق الداخلي بين محاور الاستبيان والدرجة الكلية للاستبيان ذات دلالة إحصائية تراوحت ما بين (٠,٦١٥ ، ٠,٩١٤)، مما يدل على أن جميع عبارات المحور ذات ثبات.

الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية على عدد (١٤٠) معلم تربية بدنية بالمرحلة المتوسطة بمنطقة الأحمدى التعليمية بدولة الكويت، وذلك في الفترة من يوم ٢٠١٧/١٢/٨م إلى ٢٠١٨/١/٨م.

المعالجات الإحصائية:

قام الباحث باستخدام برنامج SPSS لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وهي:

- معامل الارتباط.
- النسبة المئوية.
- المجموع التقديري.
- اختبار كا^٢.

عرض النتائج ومناقشتها:

عرض ومناقشة نتائج المحور الأول إتجاهات التفكير الإيجابي:

جدول (٧)

التكرارات والنسب المئوية ومعامل كا^٢ لعبارات

المحور الأول إتجاهات التفكير الإيجابي

ن = ١٤٠

م	العبارات	نعم		أحياناً		لا		المجموع التقديري	%	كا ^٢
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	أنا متفاعل بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر.	٨٦	٦١,٤٢	٢١	١٥	٣٣	٢٣,٥٧	٥٢٦	٧٥,١٤	*٥١,٢٧
٢	أحاول دائماً تغيير نظرة الآخرين السلبية نحوي.	٩١	٦٥	٢٩	٢٠,٧١	٢٠	١٤,٢٨	٥٦٢	٨٠,٢٨	*٦٤,٠٤
٣	أود السعي والعمل بجد لأن الحياة مليئة بالفرص.	٩٧	٦٩,٢٨	١٩	١٣,٥٧	٢٤	١٧,١٤	٥٦٦	٨٠,٨٥	*٨١,٧٠
٤	ضروري أن أنجح في كل ما أفعل، فإذا لم أنجح قد أنطوي عن نفسي.	٢٦	١٨,٥٧	٧٩	٥٦,٤٢	٣٥	٢٥	٤٠٢	٥٧,٤٢	*٣٤,٤٧
٥	حتما سيوجد بعض الناس أفضل وأكفئ مني في بعض الأمور.	٩٢	٦٥,٧١	٢٦	١٨,٥٧	٢٢	١٥,٧١	٥٦٠	٨٠	*٦٦,٢٣
٦	إنني لا أستطيع أن أتحكم فيما يحدث، ولكنني أستطيع أن أتحكم في تفكيري ومشاعري نحو ذلك.	٨٨	٦٢,٨٥	١١	٧,٨٥	٤١	٢٩,٢٨	٥١٤	٧٣,٤٢	*٦٤,٥٦
٧	مواجهة المشاكل أفضل من الهروب منها وتجاهلها.	٨٩	٦٣,٥٧	٢٢	١٥,٧١	٢٩	٢٠,٧١	٥٤٠	٧٧,١٤	*٥٨,١٣
٨	لا أشعر بالذنب أو الخطأ عند إبداء رأيي حتى ولو شعر البعض بالضيق والإزعاج.	٩٣	٦٦,٤٢	١٩	١٣,٥٧	٢٨	٢٠	٥٥٠	٧٨,٥٧	*٦٩,٨٧
٩	أقبل وجهة نظر الآخر حتى لو لم تتفق مع وجهة نظري.	٩٠	٦٤,٢٨	١٧	١٢,١٤	٣٣	٢٣,٥٧	٥٣٤	٧٦,٢٨	*٦٣,١٠
١٠	أشعر أنني شخص تقليدي ولا أمتلك أساليب ومهارات تواكب التطورات الحياتية المعاصرة.	١٠١	٧٢,١٤	١٧	١٢,١٤	٢٢	١٥,٧١	٥٧٨	٨٢,٥٧	*٩٥,١٦

قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

يتضح من الجدول (٧) أن النسب المئوية تتراوح بين (٥٧,٤٢، ٨٢,٥٧)، وأن هناك فروق ذات دلالة

إحصائية في العبارات أرقام (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠).

• قيمة كا^٢:

حصلت العبارة رقم (٣) وهي (أود السعي والعمل بجد لأن الحياة مليئة بالفرص) على أكبر قيمة لـ (كا^٢) بقيمة (٨١,٧٠) ونسبة مئوية قدرها (٨٠,٨٥%) ومجموعة تقديري قدره (٥٦٦).

وحصلت العبارة رقم (٧) وهي (مواجهة المشاكل أفضل من الهروب منها وتجاهلها) على أقل قيمة لـ (كا^٢) بقيمة (٥٨,١٣) ونسبة مئوية قدرها (٧٧,١٤%) ومجموعة تقديري قدره (٥٤٠).
• الاستجابة (نعم):

حصلت العبارة رقم (١٠) وهي (أشعر أنني شخص تقليدي ولا أمتلك أساليب ومهارات تواكب التطورات الحياتية المعاصرة) على أكبر قيمة تكرر بقيمة (١٠١) ونسبة مئوية قدرها (٧٢,١٤%) والعبارة رقم (٤) وهي (ضروري أن أنجح في كل ما أفعل، فإذا لم أنجح قد أنطوي عن نفسي) على أقل قيمة تكرر بقيمة (٢٦) ونسبة مئوية قدرها (١٨,٥٧%).

• الاستجابة (أحياناً):

حصلت العبارة رقم (٤) وهي (ضروري أن أنجح في كل ما أفعل، فإذا لم أنجح قد أنطوي عن نفسي) على أكبر قيمة تكرر بقيمة (٧٩) ونسبة مئوية قدرها (٥٦,٤٢%) والعبارة رقم (٦) وهي (إنني لا أستطيع أن أتحكم فيما يحدث، ولكنني أستطيع أن أتحكم في تفكيري ومشاعري نحو ذلك) على أقل قيمة تكرر بقيمة (١١) ونسبة مئوية قدرها (٧,٨٥%).

• الاستجابة (لا):

حصلت العبارة رقم (٦) وهي (إنني لا أستطيع أن أتحكم فيما يحدث، ولكنني أستطيع أن أتحكم في تفكيري ومشاعري نحو ذلك) على أكبر قيمة تكرر بقيمة (٤١) ونسبة مئوية قدرها (٢٩,٢٨%) والعبارة رقم (٢) وهي (أحاول دائماً تغيير نظرة الآخرين السلبية نحوي) على أقل قيمة تكرر بقيمة (٢٠) ونسبة مئوية قدرها (١٤,٢٨%).

ويعزى الباحث ذلك إلى أن معلم التربية البدنية لا يستطيع أن يتحكم في الظروف التي يعمل من خلالها ولكن يستطيع أن يتحكم في أفكاره وأن يستثمر الأفكار الإيجابية التي تساهم في تعزيز فاعلية الذات لدى المعلم، مما يمكنه من الحكم على المواقف بطريقة جيدة واتخاذ القرار المناسب والجيد.

لذلك تتبع أهمية التفكير الإيجابي من بث التفاؤل في النفوس، فكلما زادت مرونة الإنسان في التفكير

كلما صار من السهل عليه تجاوز لحظات الفشل والتعامل معها على أنها خبرات يتعلمها ويستفيد منها.

وهذا يتفق مع دراسة هدى الخاليلة (٢٠١١م) (١٧) حيث أشارت الدراسة إلى أن كلما كان التفكير

إيجابي كلما أدى إلى حل فاعل وناجح للمواقف والمشاكل وكلما كان سلبي كلما أدى إلى التعامل مع هذه

المشكلات بأساليب سطحية وخاطئة سواء كان ذلك بتضخيم هذه المشكلات والمبالغة في التعامل معها وبالتالي

عدم الوصول إلى حل مقنع لها أو بتبسيطها واختزالها واستسهالها وإتباع أساليب سلبية في التعامل معها وبالتالي عدم الوصول إلى حل مناسب لها.

عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني أثر التفكير الإيجابي على فاعلية الذات:

جدول (٨)

التكرارات والنسب المئوية ومعامل كا ٢ لعبارات المحور الثاني

أثر التفكير الإيجابي على فاعلية الذات

ن = ١٤٠

م	العبارات	نعم		أحياناً		لا		المجموع التقديري	%	كا ٢
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي.	٩٣	٦٦,٤٢	٢٥	١٧,٨٥	٢٢	١٥,٧١	٥٦٢	٨٠,٢٨	*٦٩,١٠
٢	أأخذ قرارات دون صعوبات.	٩٧	٦٩,٢٨	١٩	١٣,٥٧	٢٤	١٧,١٤	٥٦٦	٨٠,٨٥	*٨١,٧٠
٣	أحتاج وقتاً طويلاً لأتعود على الأشياء الجديدة.	٨٦	٦١,٤٢	١٦	١١,٤٢	٣٨	٢٧,١٤	٥١٦	٧٣,٧١	*٥٤,٩١
٤	لدي نظرة سلبية على نفسي.	٣٢	٢٢,٨٥	٧٩	٥٦,٤٢	٢٩	٢٠,٧١	٤٢٦	٦٠,٨٥	*٣٣,٧٠
٥	عادة ما تقل عزيمتي داخل القسم.	٢١	١٥	٤٢	٣٠	٧٧	٥٥	٣٠٨	٤٤	*٣٤,٤٠
٦	غالباً ما أتمنى أن أكون شخصاً آخر.	٨٩	٦٣,٥٧	٢٢	١٥,٧١	٢٩	٢٠,٧١	٥٤٠	٧٧,١٤	٥٨,١٣
٧	عادة ما أتأسف على ما أقوم به من أعمال.	٧٧	٥٥	٣٣	٢٣,٥٧	٣٠	٢١,٤٢	٥١٤	٧٣,٤٢	*٢٩,٦٧
٨	أدأني بالمدرسة ليس كما أود أن يكون.	٨١	٥٧,٨٥	٢٦	١٨,٥٧	٣٣	٢٣,٥٧	٥١٦	٧٣,٧١	*٣٨,٤١
٩	أنا قادر على اتخاذ القرار والتمسك به.	٩١	٦٥	٢٩	٢٠,٧١	٢٠	١٤,٢٨	٥٦٢	٨٠,٢٨	*٦٤,٠٤
١٠	أعرف دائماً ما ينبغي قوله للناس.	٩٠	٦٤,٢٨	١٧	١٢,١٤	٣٣	٢٣,٥٧	٥٣٤	٧٦,٢٨	*٦٣,١٠

قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

يتضح من الجدول (٨) أن النسب المئوية تتراوح بين (٤٤، ٨٠,٨٥)، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في العبارات أرقام (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠).

• قيمة كا ٢:

حصلت العبارة رقم (٢) وهي (أأخذ قرارات دون صعوبات) على أكبر قيمة ل (كا ٢) بقيمة (٨١,٧٠) ونسبة مئوية قدرها (٨٠,٨٥%) ومجموعة تقديري قدره (٥٦٦).

وحصلت العبارة رقم (٧) وهي (عادة ما أتأسف على ما أقوم به من أعمال) على أقل قيمة ل (كا ٢) بقيمة (٢٩,٦٧) ونسبة مئوية قدرها (٧٣,٤٢%) ومجموعة تقديري قدره (٥١٤).

• الاستجابة (نعم):

حصلت العبارة رقم (٢) وهي (أأخذ قرارات دون صعوبات) على أكبر قيمة تكرر بقيمة (٩٧) ونسبة مئوية قدرها (٦٩,٢٨%) والعبارة رقم (٥) وهي (عادة ما تقل عزيمتي داخل القسم) على أقل قيمة تكرر بقيمة (٢١) ونسبة مئوية قدرها (١٥%).

• الاستجابة (أحياناً):

حصلت العبارة رقم (٤) وهي (لدي نظرة سلبية على نفسي) على أكبر قيمة تكرر بقيمة (٧٩) ونسبة مئوية قدرها (٥٦,٤٢%) والعبارة رقم (٣) وهي (أحتاج وقتاً طويلاً لأتعود على الأشياء الجديدة) على أقل قيمة تكرر بقيمة (١٦) ونسبة مئوية قدرها (١١,٤٢%).

• الاستجابة (لا):

حصلت العبارة رقم (٥) وهي (عادة ما تقل عزيمتي داخل القسم) على أكبر قيمة تكرر بقيمة (٧٧) ونسبة مئوية قدرها (٥٥%) والعبارة رقم (٩) وهي (أنا قادر على اتخاذ القرار والتمسك به) على أقل قيمة تكرر بقيمة (٢٠) ونسبة مئوية قدرها (١٤,٢٨%).

ويعزى الباحث ذلك إلى أن يعد التفكير عاملاً من العوامل الأساسية في حياة الإنسان فهو الذى يساعد الإنسان على توجيه الحياة وتقدمها كما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من الأخطار، وبه يستطيع الإنسان السيطرة والتحكم على الأمور وتسييرها لصالحه فالتفكير عملية معرفية وجدانية راقية تبنى وتؤسس على محصلة العمليات النفسية ومن أهمها فاعلية الذات لدى المعلم.

وهذا يتفق مع دراسة كلاً من فورس **Voris** (٢٠١١م) (٢٢)، تشيونغ **Cheung** (٢٠٠٨م) (٢٠) حيث أوضحت الدراسات أن العلاقة قوية بين التفكير الإيجابي وفاعلية الذات، كما هو العكس بالنسبة لذوي الأفكار السلبية، فكلما كانت الأفكار الإيجابية قوية زادت فاعلية الذات لدى المعلم وزادت ثقته بنفسه وبقدراته وسماته الشخصية كلما كانت شخصيته ايجابية وأفكاره وأساليب تفكيره ايجابية، وعكس ذلك كلما كانت ثقته بنفسه ضعيفة ومهزوزة كلما كانت أفكاره وأساليب تفكيره سلبية.

الإستنتاجات والتوصيات:

أولاً: الإستنتاجات:

في ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج وفي ضوء عرض ومناقشة النتائج استنتج الباحث الآتي:

- أنا متفاعل بأن مستقبلي سيكون أفضل من الحاضر.
- أحاول دائماً تغيير نظرة الآخرين السلبية نحوي
- أتقبل وجهة نظر الآخر حتى لو لم تتفق مع وجهة نظري.
- أشعر أنني شخص تقليدي ولا أمتلك أساليب ومهارات تواكب التطورات الحياتية المعاصرة.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج وفي ضوء عرض ومناقشة النتائج والاستنتاجات التي توصل

إليها الباحث يوصى الباحث بالآتي:

- أود لو استطعت أن أغير أشياء فى نفسى.
- أتخذ قرارات دون صعوبات.
- أنا قادر على اتخاذ القرار والتمسك به.
- أعرف دائماً ما ينبغى قوله للناس.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١. أشرف محمد (١٩٩٩م): دور المعلم الأول، وزارة التربية والتعليم، دائرة التدريب والتأهيل، مسقط.
٢. جابر عبد الحميد (١٩٩٩م): نظريات الشخصية: البناء - الديناميات - النمو - طرق البحث - التقويم، دار النهضة العربية، القاهرة.
٣. جابر عبد الحميد جابر (٢٠٠٨م): أطر التفكير ونظرياته، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط١، عمان، الأردن، ص٣٢-٣٣.
٤. جودت أحمد سعادة (٢٠٠٣م): تدريس مهارات التفكير مع مئات الأمثلة الطبعة الأولى دار الشرق للنشر والتوزيع، نابلس، فلسطين.
٥. حامد زهران (٢٠٠١م): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٣، عالم الكتب، القاهرة.
٦. سعيد عبد العزيز (٢٠٠٦م): تعليم التفكير ومهاراته، دار الثقافة، ط١، عمان، الأردن، ص٢٣.
٧. السيد أبوهاشم (٢٠١٣م): أثر التغذية الراجعة على فاعلية الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٨. صالح محم أبو جادو ومحمد بكر نوفل (٢٠١٠م): تعليم التفكير النظرية والتطبيق، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط٣، عمان، الأردن، ص٢٢٦.
٩. عادل العدل (٢٠١١م): تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فاعلية الذات والاتجاه نحو المخاطر، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، الجزء الأول، العدد ٢٥، ص١٢١.
١٠. عبد الواحد حميد الكبيسي (٢٠٠٨م): تنمية التفكير بأساليب مشوقة، دار ديونو للنشر والتوزيع، ط٢، عمان، الأردن، ص١٣٩.
١١. عزيزة السيد (٢٠١٠م): التفكير دراسة في علم النفس المعرفي، دار المعرفة الجامعية، عين شمس، ص٤٧-٤٩.
١٢. عماد عبد الرحيم الزغول (٢٠٠١م): مبادئ علم النفس التربوي، دار الكتاب الجامعي، ط٢، الامارات العربية، ص٢٩٧.
١٣. عمر الفاروق (٢٠١٢م): الفاعلية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى قطاعات من الشباب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
١٤. عواطف حسين (٢٠١٢م): التنشئة الوالدية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى المراهقين من الجنسين، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد ٢٤، ص٨٣.
١٥. مجدي عزيز ابراهيم (٢٠٠٥م): التفكير من منظور تربوي، دار عالم الكتب، ط١، القاهرة، مصر، ص٩.
١٦. محمد جهاد جمل (٢٠٠٥م): تنمية مهارات التفكير الإبداعي، الطبعة الأولى، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة.

١٧. هدى الخاليلة (٢٠١١م): الفاعلية الذاتية لمعلمي مدارس محافظة الزرقاء ومعلماتها في ضوء بعض المتغيرات، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، ٢٥(١).

١٨. يعقوب حسين نشوان ومحمد خطاب (٢٠٠٤م): ابعاد التفكير، دار الفرقان للنشر والتوزيع، ط٢، عمان، الأردن، ص٥٠.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

19. **Bandura A. (1993):** Perceived self – efficacy in cognitive development and functioning. Educ Psychol. 28, 117-148.
20. **Cheung, H. (2008):** Teacher Efficacy. “Acomparative Study of Hong Kong and Shanghai Primary in-Service Teachers”. The Australian Educational Researcher, 35(1), pp. 103-123.
21. **Pajares, F. (2010):** Current directions in self research: self-efficacy paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association, N.Y, 1-7.
22. **Voris, B. (2011):** Teacher Efficacy, Job Satisfaction, and Alternative Certification in Early Career Special Education Teachers. Abstract of