التفكير الإيجابي وعلاقته بالتو افق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي (دراسة ميدانية بثانويات مدينة المسيلة)

Positive thinking and its relationship to psychological compatibility for second year secondary school students

جمال رحماني*
طالب دكتوراه، جامعة مولود معمري تيزي وزو
RAHMANI DJAMEL
Mouloud Mammouri Tizi Ouzou
rahmanidjamel13@gmail.com

صليحة فتال
جامعة مولود معمري تيزي وزو
FETTAL SALIHA
Mouloud Mammouri Tizi Ouzou
fettald@yahoo.com

تاريخ الاستلام: 2020/08/09 تاريخ القبول: 2021/07/22 تاريخ النشر: 2022/04/03

الملخص: هدفت الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي بمدينة المسيلة، بالإضافة إلى إمكانية التنبؤ بالتفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى التلاميذ، استخدم الباحثان المنهج الوصفي لمناسبته طبيعة الدراسة الحالية، تكونت عينة الدراسة من (80) تلميذا وتلميذة يدرسون في السنة الثانية ثانوي، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، حيث طبق عليهم مقياس التفكير الايجابي للباحث (عباس، شمران شهد،2012)، ومقياس التوافق النفسي من إعداد الباحث (عطية هنا، 1986)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التفكير الايجابي تعزى لمتغيري الدراسة (الجنس، التخصص الدراسي).

- توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغيري الدراسة (الجنس، التخصص الدراسي).

- الكلمات المفتاحية: التفكير الايجابي _ التوافق النفسي _ التلاميذ _ التعليم الثانوي

Abstract: The present study aimed to reveal the relationship between positive thinking and psychological compatibility among second-year secondary school students in the city of M'sila, in addition to the possibility of predicting positive thinking and psychological compatibility among students. The researchers used the descriptive approach to suit the nature of the current study, the study sample consisted of (80) male and female students studying in The second year of secondary school, and they were chosen in a simple random way, where the positive thinking scale of the researcher was applied to them (Shahd, 2012), and the psychological compatibility scale prepared by the researcher (Attia Hana, 1986), the study reached the following results:

*-المؤلف المرسل

- There is a statistically significant correlation relationship at the level of significance (α =0.05) between positive thinking and psychological compatibility among second-year secondary school students.

- There are statistically significant differences at the significance level (α = 0.05) between second-year secondary students in the level of positive thinking due to the study variables (gender, academic specialization).

- There are statistically significant differences at the level of significance (α = 0.05) among students of the second year of secondary school in the level of psychological compatibility due to the study variables (gender, academic specialization).

Keywords: Positive thinking _ psychological compatibility _ students _ secondary education.

مقدمة:

تعتبر المدرسة المؤسسة الثانية بعد الأسرة حيث يقضي فيها التلميذ جزءا كبيرا من حياته ويتلقى فيها أنواع المعرفة والتربية، فالمفهوم الحديث للمدرسة أصبح لا يقتصر على مجرد تزويد المتعلم بالمعارف، بل مجال تتفتح فيه شخصيته وترقى من خلالها إمكاناته وفاعليته في المجتمع، وهي بذلك رسالة تربوية تهدف إلى ما هو أشمل من التعليم وتحصيل المعرفة، ومن أهم أدوارها إكساب المتعلم طرق تفكير ايجابية وتنميتها الأمر الذي يزيد من إيمانه بقدراته وطاقاته، ويمكنه من ترجمة الأفكار الإيجابية التي يحملها عن نفسه وعن محيطه إلى سلوكا واقعيا من خلال أداء المهام والنشاطات التعليمية المنوطة به، ويساعده على مواجهة كل الصعوبات المرتبطة بمساره الدراسي وتخطي العقبات اليومية في كل مجالات الحياة، مما يساهم في زيادة التحصيل الدراسي وتحقيق نتائج مرضية، وباعتبار أن الثانوية بيئة خصبة لتمثيل هذه الاضطرابات والظواهر لتزامن بين تلاميذها مع مرحلة المراهقة، كما أن تلاميذ السنة ثانية ثانوي حديثا العهد بالثانوية باعتبارها مرحلة دراسية جديدة تختلف عن سابقتها فإن هذا له تأثير على توافقهم النفسي، ويعد التوافق النفسي غاية كل فرد إلى ضمان حياة مستقرة، لأن التلاميذ كغيرهم من أفراد المجتمع لهم دوافعهم وحاجاتهم الجسمية والنفسية والاجتماعية التي يسعون إلى إشباعها، ويتوقف ذلك على مدى توافقهم على درجة هذا الإشباع.

فمجال التعليم من أكثر المجالات التي يمكن أن يواجه فيها المتعلم عقبات ومشكلات تؤدي به إلى ضرورة تنمية تفكيره وتعديل نمطه، حيث أشارت نتائج دراسة (تركي. علي، ص2012) بغية إيجاد حلول من أجل الانسجام وتحقيق التوازن والتوافق النفسي، ونظرا لكون التوافق النفسي دليلا على تمتع التلميذ بالصحة النفسية الجيدة فهو يتصل بمجالات وأبعاد عديدة ممثلة للسلوك البشري، ويذكر (شبير، 2003) في دراسته أن التلميذات غير المتوافقات نفسيا يمكن أن

يؤثر ذلك على مسارهن الدراسي من خلال أسلوب تفاعلهن وتعاملهن مع عناصر المؤسسة التربوية، والذي قد يظهر على شكل سلوك معين يتميز بالضغوط النفسية والاجتماعية.

وعليه جاءت هذه الدراسة للكشف عن طبيعة العلاقة بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

1- الإشكالية:

يعد التفكير العلمي هدفا تسعى المناهج الدراسية والأساتذة لتحقيقه في جميع المراحل الدراسية، ويعد وسيلة في الوقت نفسه للارتقاء بمستوى الفرد والمجتمع، وأن الاهتمام بتدريب الطلاب على مهارات التفكير الايجابي الفعال يكون له مردود كبير على مستوى معيشتهم في الحاضر والمستقبل (زهران، 2004، ص33).

وتشهد العلاقة بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي اهتماما علميا كبيرا ومتزايدا نظرا لارتباطهما الشديد بالصحة النفسية، ونتيجة لسرعة التغيرات والتحولات العلمية والاقتصادية والاجتماعية التي يعيشها الإنسان في وقتنا الحالي، فقد شرع الباحثون بتوجيه النظر إلى كيفية تعاطي الإنسان مع هذه التغيرات ومواجهته للمستقبل، وما يحمله من فرص وتحديات كتدقيق النظر في التفكير، ولقد أشارت دراسة (قماري، 1990) ضمن نتائجها إلى أنّ تنمية بعض أنواع التفكير من شأنه علاج العديد من مشكلات التربوية والتعليمية والنفسية كالتحصيل الدراسي والتأخر الدراسي والدافعية، ومن أهم هذه الأنواع التّفكير الإيجابي الذي يمثل أحد مفردات التوجه التفاؤلي في الحياة، فالتوجه التفاؤلي يؤدي بصاحبه إلى النجاح والتوقعات الايجابية والانجاز والشعور بالسعادة .(Scheier, Charles, 1993, p26). فالتفكير عملية عقلية معرفية وجدانية راقية بناءة تؤسس على محصلة العمليات النفسية، مثل الإدراك، الإحساس، التحصيل، والإبداع، وكذلك على العمليات العقلية كالتذكر، التميز، الاستدلال، التفسير، التحليل، والمقارنة، وبالتالي يأتي التفكير على قمة العمليات العقلية والنفسية لما له من دور مهم في اكتساب المعرفة وحل المشكلات التي تواجه الإنسان (بركات، 2006، ص4).

وعلى الجانب الآخر نجد أن التوافق النفسي يعتبر مؤشرا على الصحة النفسية، وتكيفه مع مناخ المدرسة وشعوره بالرضا والارتياح عن نوعية حياته الدراسية بما يسهم في تحديد استعداده لتقبل الاتجاهات والقيم التي تعمل المدرسة على تطويرها لدى طلابها، ويذكر(الريماوي، 2003) أن توافق التلميذ في المرحلة الثانوية التي تتزامن مع مرحلة المراهقة مرتبط إلى حد كبير بتوافقه في الطفولة، فمعظم التلاميذ المراهقين والراشدين المتوافقين مع أنفسهم ومع مجتمعهم توافقا حسنا كانوا قد تمتعوا بطفولة سعيدة تكاد تخلو من هذه المشكلات

بينما كان التلاميذ غير المتوافقين هم تعساء في طفولتهم كثيري المشكلات في صغرهم. ولاستعادة حالة التوازن والاستقرار النفسي التي تجعلهم يعيشون في سلام مع أنفسهم ومع الآخرين يعمل التلميذ جاهدا في المرحلة الثانوية على فرض نفسه من خلال تفوقه في الدراسة، أو إثارته للمشاكل مع أقرانه وأساتذته، مما يجعله عرضة إلى عدة اضطرابات نفسية وسلوكية تنعكس على حياته وأسرته (الريماوي، 2003، ص132).

وهذا ما توصلت إليه دراسة (حلمي، 1976) حيث ذكرت في نتائجها أن التلاميذ كلما زاد درجة تحصيلهم الدراسي قلت مشكلات التوافق لديهم، وبالتالي يتطلب الموقف من التلميذ التوافق النفسي مع ذاته ليعود إليه الاتزان النفسي (حولي، 2017، ص162).

ونظرا لأهمية التفكير الإيجابي في علاج العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والتربوية لدى المتعلم فقد تناوله العديد من الدراسات منها دراسة (الشمري، 2012) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه بين التفكير الإيجابي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، كما تناولت دراسة (معمري، 2019) التفكير الإيجابي وعلاقته بدافعية التعلم لدى طلبة السنة الثالثة من التعليم الثانوي، والتي أكدت من خلال نتائجها على وجود علاقة بين التفكير الإيجابي ودافعية التعلم لدى طلبة السنة الثالثة من التعليم الثانوي (معمري ،2019، ص.293) .

وتأتي هذه الدراسة لتحاول الكشف عن طبيعة العلاقة بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، ومدى اختلاف مستوى التفكير الايجابي والتوافق النفسي باختلاف الجنس والتخصص الدراسي، وذلك من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

1-1- هل توجد علاقة ارتباطيه بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

2-1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التفكير الايجابي تعزى لمتغيري الدراسة (الجنس، التخصص الدراسي) ؟

3-1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التوافق النفسي، تبعا لمتغيري الدراسة (نوع الجنس، التخصص الدراسي) ؟

2- الفرضيات:

2-1- لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

2-2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التفكير الايجابي تعزى لمتغيري الدراسة (الجنس، التخصص الدراسي).

2-3- لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغيري الدراسة (الجنس، التخصص الدراسي).

3- أهمية الدراسة:

- تنبع أهمية الدراسة من أهمية تعليم التفكير الاجتماعي وتنميته لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لضمان النمو السليم في جوانب شخصيته النفسية والانفعالية والاجتماعية.

- طبيعة الشريحة أو العينة التي سنقوم بدراستها، والمتمثلة في فئة المراهقين وما يواجهون من مشاكل نفسية واجتماعية، كونها جزءا وتركيبا هاما في أي مجتمع، ودراستها دراسة معمقة من الناحيتين النفسية والاجتماعية.

- تشجع القائمين على العملية التّعليمية والتعليم الثانوي، على زيادة جهودهم لتطوير أفكار إيجابية لابتكار أساليب متطورة في تحقيق التّفكير الإيجابي.

4- التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

4-1-التفكير الايجابي:

يعرف (إبراهيم، 2006)المشار إليه في دراسة (علة وبوزاد، 2016) التفكير الإيجابي بأنه: توقع النجاح في القدرة على معالجة المشكلات بتوجيه من قناعات عقلية بناءة، وباستخدام استراتيجيات القيادة الآتية والتي تزيد من إمداد الفرد بثقته في أدائه وسيطرته وإدارته لعمليات التفكير لديه (علة وبوزاد، 2016، ص.128).

ذكر(زحلوط، 2009)المشار إليه في دراسة (علة وبوزاد، 2016) بأنه فن التعامل بما هو متاح من أدوات وقدرات ووسائل للحصول على أفضل النتائج، وطريقة التفكير هي إحدى خيارات الحياة والشخص السعيد هو من يمتلك مجموعة من طرق التفكير تمكنه من التعامل بشكل أمثل مع مصاعب ومواقف الحياة المختلفة، ويعرف) فيرابيفر) التفكير الإيجابي بأنه الانتفاع بقابلية العقل اللاواعي للاقتناع بشكل إيجابي (علة وبوزاد، ص128).

إجرائيا: فنقصد به مجموع الدرجات التي يتحصل عليها تلميذ السنة الثانية ثانوي على مقياس التفكير الايجابي للباحث "عباس شمران شهد" (2012) المعتمد في دراستنا الحالية.

4-2- التوافق النفسي:

يعرف "ولمان" (1973) المشار إليه في دراسة (شاذلي، 2001) التوافق بأنه "التغيرات في السلوك التي يقتضي إشباع الحاجات، ومواجهة المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة متسقة مع البيئة" (شاذلي، 2001، ص.74).

ويعرفه حامد عبد السلام زهران (1974) التوافق بأنه "عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته ".
ويعرف عطية محمد هنا التوافق النفسي بأنه "عملية تشير إلى الأحداث النفسية التي تعمل على استبعاد حالات التوتر وإعادة الفرد إلى مستوى معين، وهو المستوى المناسب لحياته في البيئة التي يعيش فيها، فالفرد بهذا يتصرف مدفوعا بدافع الهدف الذي يشبع هذا الدافع، وعندما تعترضه عواقب فإنه يقوم بأفعال وتصرفات واستجابات مختلفة حتى يجد بأنه باستجابته قد تغلب على العقبة ووصل إلى هدفه واشبع حاجته ودوافعه" (هنا،1986، ص ص.58-59).
ويرى "روش" و "مينيجر" أن التوافق النفسي أعمق من مجرد مسايرة معايير وأنماط المجتمع، بل هو عملية ايجابية مستمرة يواجه بها الفرد مطالب الظروف المتغيرة (مرباح، ونوغي، 2017، ص.149).
إجرائيا: هو شعور تلميذ السنة الخامسة ابتدائي بوجود علاقة جيدة بينه وبين ذاته، وهي الدرجة التي يحصل عليها عند تطبيق مقياس التوافق النفسي من إعداد الباحث عطية محمود هنا.

5-أهمية التفكير الايجابي:

5-1- المنفعة الذاتية للفرد نفسه: يساعد التفكير على خوض مجالات التنافس بشكل فعال في هذا العصر الذي ارتبط فيه النجاح والتفوق بمدى القدرة على التفكير الجيد.
5-2- المنفعة الاجتماعية العامة: إن إكساب الفرد والمجتمع لمهارات التفكير الجيد يؤدي إلى إيجاد مواطنون يستطيعون النظر بعمق وحكمة إلى المشاكل الاجتماعية التي عانى منها مجتمعهم كما يجعلهم قادرين على إصدار الأحكام الصائبة على كثير من الموضوعات العامة، وقادرين على حل ما يعتريهم من مشكلات اجتماعية بشكل جيد.
5-3- الصحة النفسية: إذ إن القدرة على التفكير الجيد تساعد المرء على الراحة النفسية فالمفكرون الجيدون عادة لديهم القدرة على التكيف مع الأحداث والمتغيرات من حولهم أكثر من الأشخاص الذين لا يحسنون التفكير.
5-4- إتقان المرء للتفكير الجيد واكتسابه القدرة على التحليل والتقويم والنقد مما يجعله مسلحا بما يقيه من التأثر السريع غير المتعقل بأفكار الآخرين وآرائهم (عبيد وعفانة، 2003، ص.29).

ويرى الباحثان أن التفكير يجعل الفرد أكثر قدرة على حل المشكلات التي تواجهه في الحياة اليومية، مما يمكنه من اكتساب مهارات تفكير جديدة، وتساعده على اتخاذ قراراته وتقويمها

للتأكد من صحتها، كما تجعله قادرا على المشاركة الفعالة مع الآخرين، وتمكنه من تعلم الماضي وأخذ العبر منه للاستفادة في المستقبل (عبيد وعفانة، 2003، ص.33).

وفيما يلي بعض الخصائص الواجب توفرها في الصف المثير للتفكير.

- ✓ عد احتكار الأستاذ لفرص العمل معظم وقت الدرس
- ✓ الطالب محور العملية التعليمية
- ✓ أسئلة الأستاذ تتناول مهارات تفكيرية عليا
- ✓ ردود الأستاذ على مداخلات الطلاب تحث على التفكير
- ✓ الجو العام للصف مشجع ومثير بما يحتويه من وسائل تعليمية وتجهيزات وأثاث

6-خصائص التفكير الايجابي:

يتميز الأفراد الذين يستعملون التفكير الايجابي لعدد من الخصائص على المستوى العقلي والنفسي والاجتماعي، مما يجعلهم أكثر تكيفا مع أنفسهم وأفكارهم ومشاعرهم، ومن هذه الخصائص ما يأتي:

- ✓ يبحثون عن الأفكار قبل حدوث الأحداث.
- ✓ يقدرون الحياة ويرفضون الهزيمة.
- ✓ يبحثون عن التغيير من حالة التفكير السلبي إلى الأداء الكامل بطريقة التفكير الايجابي ولديهم رغبة جادة في التغيير.
- ✓ غالبا ما يركزون على نجاحاتهم ويستخدمون جمل لفظية تدعم هذا النجاح في أبسط صورة كأن يذكر الفرد لنفسه "إنني أتحسن الآن"، أو "لن أجعل عقلي يخونني"، أو "لن أجعل الضغط يغلبني".
- ✓ لديهم الميل والقوة الدافعة لتحقيق ذواتهم وتحسين صورهم.
- ✓ لديهم استخدام لإستراتيجية التحدث الذاتي التي تمكن أصحابها من زيادة مراقبة وتقويم الأفكار الداخلية والقناعات الموجهة لتوقعات الفرد للنجاح في حل المشكلات.
- ✓ لديهم زيادة في قدرة الفرد على الإدارة الذاتية للتفكير في وجهات ايجابية، ليصبح أكثر تحكما بطريقة إرادية في عمليات التفكير واتجاهاتها.
- ✓ ينشغلون بحوارات داخلية تساعدهم في توجيه مشاعرهم واتجاهاتهم ودائما ما يكون مضمونها ايجابيا ودافعيا نحو المحاولة والنجاح (تركي، نافل، 2012، ص.256)

7-مؤشرات التو افق النفسي:

يمكن إجمال مؤشرات التوافق النفسي وذلك وفقا للجوانب ذكرت سابقا على النحو التالي:

- التقبل الواقعي لحدود الإمكانيات.
- المرونة والاستفادة من الخبرات السابقة.
- التمتع بقدر جيد من التوافق الشخصي والأسري والاجتماعي.
- الاتزان الانفعالي والقدرة على مواجهة التحديات والأزمات ومشاعر الإحباط والضغوط بأنواعها المختلفة.
- القدرة على التكيف مع المطالب والحاجات الداخلية والخارجية وتحمل المسؤولية.
- الشعور بالسعادة والراحة النفسية والرضا عن الذات.
- التمتع بالأمن النفسي والواقعية في اختيار أهداف وأساليب تحقيقها.
- الإقبال على الحياة والتحلي بالخلق الكريم.
- معرفة قدرة الناس وحدودها واحترام الآخرين.

8- منهجية الدراسة وإجراءاتها:

8-1-منهج الدراسة:

بما أن الدراسة الحالية دراسة علائقية تتناول علاقة التفكير الايجابي والتوافق النفسي فإن المنهج المناسب لتناول هذا الموضوع هو المنهج الوصفي الذي يهدف إلى وصف ظاهرة ما أو واقع بدقة وموضوعية.

8-2- أدوات البحث:

للعرض جمع المعطيات تم في هذه الدراسة تطبيق المقاييس التالية.

*** مقياس التفكير الايجابي:** من إعداد الباحث (عباس، شمران شهد، 2012)

يستجيب المفحوص على كل عبارة وفق المقياس متدرج مكون من خمسة بدائل هي:) تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي إلى حد ما، لا تنطبق علي، لا تنطبق علي أبدا).

الخصائص السيكومترية للمقياس: للتحقق من صدق المقياس وثباته اعتمد الباحثان على الأساليب التالية:

أ- الصدق:

صدق المحتوى: تم من خلال ملاحظات وآراء الخبراء والأساتذة المتخصصين في علم النفس وعلوم التربية بعد توزيع مقياس التفكير الايجابي عليهم، وهدفنا إلى معرفة مدى ملائمة العبارات لمتغير الدراسة، ومدى سلامة الصياغة اللغوية ومناسبتها لمستوى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وكذا مدى قياس العبارات لما وضعت لقياسه فعلا.

ب- الثبات:

يشير الثبات إلى إمكانية الاعتماد على أداة القياس أو على استخدام الاختبار، وهذا يعني أن ثبات الاختبار أن يعطي نفس النتائج باستمرار، أي إذا ما أستخدم الاختبار أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة.

- معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي:

الجدول (01) يوضح معامل ألفا كرونباخلمقياس التفكير الايجابي

مقياس التفكير الايجابي	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
الدرجة الكلية للمقياس	0,959	40

يتضح من الجدول (01) أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس التفكير الايجابي بلغ (0,959) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس، وهذا يعني أنمقياس التفكير الايجابي يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحا للتطبيق في الدراسة الأساسية.

- تصحيح مقياس التفكيرالايجابي:

يقصد به وضع درجة لكل فقرة من فقرات المقياس وفق استجابة المفحوص، ثم تجمع درجات الفقرات لتستخرج بذلك الدرجة الكلية لمقياس التفكير الايجابي بفقراته ال(40) فقد وضع أمام كل فقرة خمسة بدائل هي: (تنطبق علي دائما ( ) تنطبق علي غالبا ( ) تنطبق علي إلى حد ما ( ) لا تنطبق على () لا تنطبق علي أبدا () يقابلها سلم درجات يتراوح من (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وبهذه الطريقة يتم حساب الدرجة الكلية لكل مفحوص بالجمع الجبري لدرجات إجابته على جميع الفقرات، ويمكن أن يحصل المستجيب للمقياس على أعلى درجة وهي (200) وذلك لأن (عدد البنود هو 40 x 5عدد البدائل) أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المبحوث هي (200) وأوطأ درجة وهي (40) علماً أن المتوسط الفرضي للمقياس هو 120.

*** مقياس التو افق النفسي:**

من إعداد الباحث (عطية هنا،1986)، وقد اعتمدت معدة المقياس على اختبار من الاختبارات الشخصية للمرحلة الإعدادية والثانوية " لعطية محمود هنا "وهو مأخوذ في الأساس من اختبار كاليفورنيا للتلاميذ، وقام بإعداده كل من كلارك وتيجز وثورب، وقد ظهرت النشرة الأولى لهذا الاختبار في عام (1939) ليعاد نشره عدة مرات مع تعديلات جديدة، وفي عام (1986) أعدته" محمود عطية هنا "وكيفته على البيئة العربية المصرية (عطية هنا، 1986).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتحقق من صدق المقياس وتباته اعتمد الباحث على الأساليب التالية:

أ- **الصدق:**

صدق المحتوى: تم من خلال ملاحظات وآراء الخبراء والأساتذة المتخصصين في علم النفس وعلوم التربية بعد توزيع مقياس التفكير الايجابي عليهم، وهدفنا إلى معرفة مدى ملائمة العبارات لمتغير الدراسة، ومدى سلامة الصياغة اللغوية ومناسبتها لمستوى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وكذا مدى قياس العبارات لما وضعت لقياسه فعلا.

الصدق التمييزي:

الجدول (02) يوضح نتائج حساب الصدق التمييزي لمقياس التو افق النفسي

المجموعة العليا (ن = 8)		المجموعة الدنيا (ن = 8)		"ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
107,25	2,31	92,37	3.90	9,29	0,05

من خلال الجدول (02) وجدنا أن قيمة (ت) المحسوبة تقدر بـ (9,29) ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة عند مستوى الدلالة (0,05) بين المجموعتين العليا والدنيا، وهذا يشير إلى قدرة الأداة على التمييز بين طرفي السمة المقاسة وهو أحد مؤشرات الصدق.

ب- **الثبات:**

الجدول (03) قيم معامل الثبات ألفا (α) كرونباخ

مقياس التوافق النفسي	عدد العبارات	معامل الثبات
	30 بندا	0,700

يتبين من الجدول (03) أن قيم معامل الثبات جاء مقبولا، حيث بلغ معامل الثبات (0.700)والذي يعتبر مناسبا، وهذا يشير إلى أن مقياس التوافق النفسي يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات، وبالتالي يمكن الاعتماد على النتائج والوثوق بها.

9-3- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من تلاميذ المرحلة الثانوية بشعبتيهما العلمي والأدبي، وتمّ الاعتماد على العينة العشوائية البسيطة في اختيار العينة لأنها الأنسب لموضوع هذه الدراسة، وتمثلت خصائص عينة الدراسة فيما يلي:

جدول (04) يبيّن توزيع المبحوثين حسب الجنس ونوع التخصص

المتغيرات		التكرار	النسبة المئوية %
الجنس	ذكر	28	% 35
	أنثى	52	%65
المجموع		80	% 100
التخصص	أدبي	48	% 60
	علمي	32	% 40
المجموع		80	% 100

نلاحظ من خلال الجدول (04) أن نسبة الإناث عالية مقارنة بنسبة الذكور، حيث بلغت نسبة الإناث 65%، بينما بلغت نسبة الذكور 35%، وقد يعود هذا التفاوت بين النسب إلى التفاوت في النسبة العامة لعدد التلاميذ المسجلين في هذه الثانويات، حيث عدد الإناث في هذه الثانويات أكبر من عدد الذكور.

وأن نسبة تلاميذ التخصص العلمي في عينة الدراسة عالية مقارنة بنسبة تلاميذ التخصص الأدبي، حيث بلغت نسبة التخصص العلمي 60%، بينما بلغت نسبة التخصص الأدبي 40%، وقد يعود هذا التفاوت إلى نسبة العالية لعدد التلاميذ المسجلين في التخصص العلمي في هذه الثانويات مقارنة بالتخصص الأدبي، لذا جاءت النسبة متفاوتة في عينة الدراسة.

10- الأساليب الإحصائية المعتمدة:

للتحقق من صدق وثبات المقاييس والتحقق من فرضيت البحث تم الاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS19) لحساب المعاملات الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون
- المتوسط الحسابي
- معامل اختبار "ت" لعينتين مستقلتين

11- عرض وتفسير النتائج:

11-1-التحقق من الفرضية الأولى التي مفادها: "لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي." وللتحقق من هذه الفرضية قمنا بحساب معامل ارتباط بيرسون بين كل من التفكير الايجابي والتوافق النفسي، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (05) يبين نتائج معامل ارتباط بيرسون بين التفكير الايجابي والتو افق النفسي

المتغيرات	قيمة معامل ارتباط بيرسون R	مستوى الدلالة
التفكير الايجابي / التوافق النفسي	0.66	0.05
		df=78

نلاحظ من خلال الجدول (05) أعلاه أن معامل الارتباط بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي قدر بـ 0,66 دال عند (0.05) مما يعني وجود ارتباط دال إحصائيا بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وهذا يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل بالفرضية البديلة والتي تنص على وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي. ويمكن القول من خلال نتائج المستقاة من هذه الفرضية أن التوافق النفسي له دور جد هام في تنمية التفكير الايجابي للتلاميذ، فالتلاميذ الذين يتمتعون بالتوافق النفسي صحي تفاعلي ومحفز يشعرون بالأمان والاطمئنان داخل أسرهم، ويتفاعلون بشكل إيجابي وصحي مع أفرادها، ويتولد لديهم الشعور أنهم محبوبون ومرغوبون، وأنهم موضع حب واعتزاز من طرف أفراد أسرهم، وجاءت نتائج الفرضية الأولى موافقة لدراسة "عفران إبراهيم خليل العبيدي" (2013) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التفكير الايجابي والتوافق الدراسي لدى عينة الدراسة، أن الأفراد الذين يتمتعون بالأمان والاطمئنان داخل أسرهم، يتولد لديهم الشعور بالاطمئنان والاستقرار النفسي، والعكس من ذلك فإن الأفراد الذين يعيشون في وسط أسري غير صحي يجعل منهم أفرادا عاجزين عن التعبير عن آرائهم ومشاعرهم مما يتولد لديهم تفكير سلبي (عفران، العبيدي، 2013، ص182).

كما وافقت نتائج هذه الفرضية ما توصلت إليه دراسة جود هارت (Good hart,1999) بعنوان تأثير التفكير الايجابي على الأداء الإنجازي، والتي خلصت إلى عدم وجود علاقة ارتباطيه بين التفكير السلبي وقدرة الطلاب على الأداء التحصيلي، وهذا يفسر لنا أن التلاميذ الذين لديهم تفكير ايجابي لديهم توافق نفسي مرتفع وبالتالي يؤثر على بالشكل الإيجاب على أدائهم التحصيلي (عفران والعبيدي، ص182).

11-2- التحقق من الفرضية الثانية التي مفادها: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التفكير الايجابي تعزى لمتغيري الدراسة (الجنس، التخصص الدراسي)".

لمعرفة الفروق في مستوى التفكير الايجابي حسب كل من نوع الجنس والتخصص الدراسي أجرينا اختبار "ت" لعينتين مستقلتين وكانت النتائج كما يلي:

جدول (06) يبين الفروق في التفكير الايجابي حسب الجنس

الجنس	التكرار	المتوسط	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
إناث	28	151,82	5.327	78	0.05
ذكور	52	153,45			

يظهر من خلال الجدول (06) أن المتوسط الحسابي لمستوى التفكير الإيجابي لدى الذكور أكبر من المتوسط الحسابي عند الإناث حيث قدرت على التوالي: 153,45 و 151,82من نجد أن اختبار "ت" دال إحصائيا لأن قيمة الدلالة الإحصائية أقل من 0.05 مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا في التفكير الايجابي لدى التلاميذ حسب الجنس لصالح الذكور، حيث أن المتوسط الحسابي للتفكير الايجابي عند الذكور أكبر من نظيره عند الإناث. وهذا يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل بالفرضية البديلة والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التفكير الايجابي تعزى لمتغير الجنس.

جدول (07) يبين الفروق في التفكير الايجابي حسب التخصص الدراسي

التخصص	التكرار	المتوسط	قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
علمي	48	153,15625	4.441	78	0.05
أدبي	32	152,0625			

يتضح من خلال الجدول (07) أن اختبار "ت" دال إحصائيا لأن قيمة الدلالة الإحصائية أقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا في التفكير الايجابي للتلاميذ حسب التخصص، وهذا لصالح التخصص العلمي، حيث أن المتوسط الحسابي للتفكير الايجابي عند العلميين أكثر من نظيره عند الأدبيين. وهذا يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل بالفرضية البديلة والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التفكير الايجابي تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

وهذا طبيعي بشكل عام لأن طبيعة التخصص العلمي في المرحلة الثانوية تحتاج درجة عالية من التطبيق والتحليل وربط العلاقات العلمية والاستنتاجات، مما يكون لهم القدرة على تخطي العقبات التي تواجههم، والقدرة على تنفي مخططاتهم، ولديهم حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بهم، وهذا يأتي من طبيعة تخصصهم الدراسي، ومواجهة المشكلات التي يتعرضون لها، والمبادرة على حلها، أكثر من نظرائهم التلاميذ في التخصص الأدبي، ويمكن تفسير

أن للذكور القدرة على تخطي العقبات التي تواجههم ووضع الخطط المستقبلية، ومواجهة المشكلات التي تعترضهم والقدرة على حلها أكثر من الإناث، وجاءت هذه النتيجة مخالفة لما توصلت إليه دراسة علي تركي (2012)، أن الطلبة الجامعيين يتمتعون بتفكير ايجابي مرتفع وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في التفكير الإيجابي تبعا لمتغير نوع الجنس، بينما جاءت هذه الدراسة تتفق مع دراسة علي تركي بوجود فروق دالة إحصائيا في التفكير الإيجابي تبعا لمتغير التخصص(علة وبوزاد، 2016، ص135).

11-3- التحقق من الفرضية الثالثة التي مفادها: "لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α =0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغيري الدراسة (الجنس، التخصص الدراسي)".

لمعرفة الفروق في مستوى التوافق النفسي حسب كل من الجنس والتخصص أجرينا اختبار "ت" لعينتين مستقلتين وكانت النتائج كما يلي:

جدول (08) يبين الفروق في التو افق النفسي حسب الجنس

المتغيرات		عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الجنس	ذكور	98,20	28	8,34	1,26	78	0,05	دال
	إناث	101,74	52	13,22				

يتضح من خلال الجدول (08) أن اختبار(ت) دال إحصائيا لأن قيمة الدلالة الإحصائية أقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا في التوافق النفسي لدى التلاميذ حسب الجنس، ونلاحظ أن المتوسط الحسابي للتوافق النفسي عند الإناث أكبر من نظيره عند الذكور. وهذا يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل بالفرضية البديلة والتي تنص على وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

ويمكن تفسير النتيجة المتوصل إليها أن مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية يختلف باختلاف الجنس ولصالح الإناث وذلك لطبيعة الأنثى وخاصة في مرحلة المراهقة وهي جد صعبة ويجب الاهتمام بالأبناء وتوفير مناخ أسري جيد توافق مع متطلبات هذه المرحلة. كما وافقت نتائج هذه الفرضية ما توصلت إليه دراسة قماري محمد (1990) وجود فروق بين الذكور والإناث في التحصيل الدراسي والانبساط / الانطواء ثم أبعاد التوافق، وقد جاءت دراسة بلحاج فروجة (2011) مغايرة لدراستنا، والتي خلصت إلى وجود فرق في التوافق النفسي لصالح الذكور، وهذا يفسر لنا أن الأبناء الذين يعيشون في أسر يسودها الدفء العاطفي أو التوافق

النفسي والأسري كانوا أكثر تقبلا لذاتهم وأكثر تحررا من عوامل القلق وأكثر شعورا بالرضا والسعادة.

جدول (09) يبين الفروق في التو افق النفسي حسب التخصص الدراسي

المتغيرات		عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
التخصص	علمي	48	99,61	11,66	1,27	78	0,05	دال
	أدبي	32	99,26	12,11				

يتضح خلال نتائج الجدول (09) أعلاه نجد أن قيمة "ت" (1,27)، وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائيا في التوافق النفسي بين التلاميذ حسب التخصص لصالح التخصص العلمي. ونلاحظ أن المتوسط الحسابي للتوافق النفسي عند العلميين أكبر من نظيره عند الأدبيين وهذا يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل بالفرضية البديلة والتي تنص على وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين تلاميذ السنة الثانية ثانوي في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

وهذا يدل بشكل عام أن أسر تلاميذ ذوي التخصص العلمي يحاولون جاهدين العناية والاهتمام بأبنائها وتوفير مناخ ملائم ومشجع على الدراسة والتركيز، ويتماشى ونوع التخصص الذي اختاره، حيث أنهم على دراية بصعوبة ومطالب التخصص العلمي إذا ما قورن بالتخصص الأدبي، فهم يحاولون التخفيف من الضغوط التي يعيشها التلميذ الناتجة عما يترتب عليه اختيار التخصص العلمي وذلك بتوفير مناخ صحي سليم، وتهيئة الظروف الاجتماعية والنفسية التي تشعرهم بالراحة والأمن النفسي، الأمر الذي يفسر الفروق بين التوافق النفسي لتلاميذ ذوي التخصص العلمي وتلاميذ ذوي التخصص الأدبي، وهذا ما أكدته دراسة قماري محمد (1990) بعنوان: "التوافق وعلاقته بالانبساط وأثر ذلك على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالجزائر" والتي خلصت إلى النتائج التالية: أنه توجد علاقة بين التحصيل الدراسي وأبعاد التوافق الأربعة ويتحقق السؤال الثاني الذي يثبت بوجود علاقة بين أبعاد التوافق الأربعة، والانبساط / الانطواء ووجود علاقة بين الانبساط / الانطواء والتحصيل الدراسي، ووجود علاقة بين الانبساط/ الانطواء والتحصيل الدراسي، ووجود فروق بين الذكور والإناث في التحصيل الدراسي والانبساط / الانطواء ثم أبعاد التوافق(قماري، 1990، ص12).

خاتمة:

تعتبر المدرسة الوسط الثاني بعد الأسرة في التعامل مع الطفل وإكسابه المهارات والقيم الاجتماعية وتلقي المعارف، حيث يقضي فيه فترة طويلة من حياته، تهدف إلى ما هو أشمل وأوسع

من مجرد التعليم وتحصيل المعرفة، بل إلى تكوين شخصية سليمة للتلميذ المراهق ورعاية نموه النفسي، والعمل على تحرير طاقته واستعداداته، وتنمية لديه أساليب تفكير جيدة وفاعلة لتحقيق النجاح، وخلق جو مناسب لوصوله إلى توافق نفسي، وغرس الأفكار الإيجابية في التلميذ والابتعاد عن الأنماط السلبية في التفكير، الأمر الذي يساعد في مواجهة معوقات تحقيق النجاح، ويبعث فيه الراحة النفسية، ويمكنه من التفوق وتحقيق التوافق النفسي، ومن هذا المنطلق جاءت الدراسة الحالية للبحث في العلاقة التي تربط بين متغير التفكير الايجابي ومتغير التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، فالدراسة الميدانية لهذا البحث كشفت لنا أن للتفكير الايجابي علاقة طردية مع التوافق النفسي للتلاميذ، بمعنى أنه كلما زاد التفكير الايجابي زاد مستوى التوافق النفسي لديه، وبناءً على هذا يجب الاهتمام بكل ماله تأثير على شخصيةالتلاميذ وعلى توافقه، وبذلك فقط يمكن القضاء على ما قد يشوب حياته في الحاضر أو المستقبل من مشكلات، أما إذا كان إدراكنا لمشكلات التوافق متأخرا نوعا ما فلابد من علاجها قبل أن تستفحل إلى درجة الخطورة، ومساعدة الأفراد على تحقيق الحل الملائم لمشكلاتهم التوافقية.

فقد بينت النتائج أنه توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التفكير الايجابي والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وهو ارتباط طردي بمعنى كلما زاد وتحسن التفكير الايجابي للتلميذ أصبح لديه توافق نفسي، وأنه توجد فروق دالة إحصائيا في كل من متغير التفكير الإيجابي ومتغير التوافق النفسي بين التلاميذ وفقا لمتغير الجنس والتخصص الدراسي.

التوصيات:

وفي ضوء النتائج المتوصل إليها يوصي الباحثان بما يلي:

- ✓ إرشاد الآباء والأمهات إلى أفضل الأساليب للتفكير الايجابي، والتي تساعد على النمو السوي للأبناء والرفع من مستوى الأمن النفسي لديهم.
- ✓ توفير الدعم الاجتماعي داخل الصف ذلك أنه يعتبر المحور الأساسي لجميع مهارات التفكير، فالود والاحترام المتبادل، والتشجيع على النجاح، والتفاعل مع الأقران والحوار، وإعطاء التلميذ الثقة في نفسه، يجعله قادرا على التكيف مع المواقف الجديدة.
- ✓ تشجيع الطلاب على المشاركة في صنع القرار ذو العلاقة بالصف الدراسي، وجعل تعلم وتنمية التفكير أحد الأهداف العلمية التعليمية وليس الهدف الرئيسي.
- ✓ بث الوعي والاهتمام بأساليب التفكير الايجابي السوي من خلال وسائل الإعلام المختلفة.

- ✓ وضع برامج إرشادية تهدف إلى رفع مستوى التفكير الايجابي لدى التلاميذ من أجل رفع درجة قدرتهم على التعامل مع المواقف الضاغطة وبالتالي الرقي بمستقبلهم العلمي وزيادة تحصيلهم الدراسي.

قائمة المراجع:

1. بلحاج فروجة، (2011). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي" ، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماجستير غير منشورة، جامعة تيزي وزو، الجزائر.
2. بوزاد، عبلة. (2016). التفكير الايجابي لدى الطلبة الجامعيين. دراسة ميدانية بالأغواط. مجلة العلوم النفسية والتربوية، الجزائر: المجلد (3)، العدد(2)، ص ص124_149.
3. حولي، فاطمة. (2017). التوافق النفسي للوالدين وانعكاسه على تكيف الآباء في المدرسة دراسة ميدانية سنة ثانية وثالثة من التعليم المتوسط، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية (مخبر استراتيجيات الوقاية ومكافحة المخدرات، جامعة الجلفة)، المجلد10، العدد3، ص ص159- 176.
4. الريماوي، محمد عودة. (2003). علم النفس الطفل، ط1، عمان، الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.
5. مرحاب، صلاح أحمد. (1989). سيكولوجية التوافق النفسي ومستوى الطموح، المغرب: دار الأمان.
6. شاذلي، عبد الحميد محمد. (2001). الواجبات المدرسية والتوافق النفسي، مصر: الأزاريطة.
7. عبد السلام، حامد زهران. (1997).لصحة النفسية والعلاج النفسي، ط 3، مصر: عالم الكتب.
8. المليجي، عبد المنعم. (1971). النمو النفسي، ط5، لبنان: دار النهضة العربية.
9. عبيد، وليم، وعفانة مراد. (2003). التفكير والمنهاج المدرسي، ط1، الإمارات العربية المتحدة: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
10. العتوم، عدنان، والجراح، عبد الناصر. (2007). وبشارة موفق، تنمية مهارات التفكير الأردن: دار المسيرة.
11. عفران، إبراهيم خليل العبيدي (2013)، التفكير الايجابي والسلبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد، المجلة العربية لتطوير التفوق، اليمن: المجلد 4 (7).
12. عبد الرحمن، علا علي محمد (2014). أساليب التفكير وعلاقتها بتقدير الذات والتحصيل الدراسي لطالبات رياض الأطفال بالجامعة، مجلة العلوم التربوية، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، مصر: العدد الرابع، الجزء الأول، ص ص1_30.
13. القريشي، علي تركي نافل. (2012). التفكير الايجابي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، العراق: المجلد 15(2)، ص ص291 _ 249.

14. الشمري، فاضل كردي (2012). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط لدى طلاب كلية التربية الرياضية، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الخامس، العدد الرابع.
15. فوزي، إيمان (2003). الصحة النفسية، ط1، مصر: مكتبة زهراء الشرق.
16. القذافي، رمضان محمد (1998) الصحة النفسية والتوافق. ط3، مصر: المكتب الجامعي الحديث.
17. قماري، محمد. (1990)، التوافق وعلاقته بالانبساط وأثر ذلك على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، جامعة الإسكندرية، مصر.
18. مرباح، أحمد تقي الدين، ونوغي حبيبة. (2017)، عسر القراءة وعلاقته بالتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، جامعة المسيلة: العدد05، الجزء1، ص ص138_163.
19.Good hart, (1999): The Guidance needs of the Secondary school. students in the State of Kuwait. Michigan, Ann Arbor: University Microfilms International.
20. Munro، J.(1995): negative thinking in depression cause, effect, or. Reciprocal Relationship advances, in behavior research and therapy.