

## التفكير الإيجابي والسلبي وعلاقته بمهارات التخطيط للحياة الجامعية لدى طالبات المرحلة الجامعية بجامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية

عزة أحمد مرسى، حنان إبراهيم عواد مرعى

قسم الإسكان وإدارة المنزل- جامعة الحدود الشمالية - عرعر - المملكة العربية السعودية

### الملخص

تهدف هذه الدراسة بصفة رئيسية الى دراسة نمطى التفكير الإيجابي والسلبي لدى طالبات الجامعة وعلاقتها بمهارات التخطيط للحياة الجامعية بأبعادها المختلفة (حل المشكلات- تحمل المسؤولية - مهارات الاتصال)، وقد طبقت الدراسة على (٢٠٠) طالبة تم اختيارهن بطريقة صدفية، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين متوسطات درجات الطالبات عينة البحث في- التفكير الإيجابي لصالح التخصص الأدبي ووجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في التفكير السلبي لصالح التخصص العلمي، ووجود علاقة ارتباطية بين التفكير الإيجابي ومهارات التخطيط للحياة الجامعية، وأخرى عكسية بين التفكير السلبي والتخطيط للحياة الجامعية. كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي في التفكير الإيجابي مهارات التخطيط للحياة لصالح التخصص الأدبي.

وتوصى الدراسة بضرورة توفير برامج ارشادية من خلال الهيئات التعليمية للطالبات لتدريبهم على استخدام استراتيجيات التفكير الإيجابي والبعد عن التفكير السلبي وقيام وسائل الاعلام بدورها في ترسيخ وتعزيز نمط التفكير الإيجابي في جميع مجالات الحياة.

**الكلمات المفتاحية:** التفكير الإيجابي، التفكير السلبي، التخطيط للحياة الجامعية، حل المشكلات، مهارات الاتصال، تحمل المسؤولية.

### المقدمة

مراحل العمر المختلفة، وهي ذات صلة بالنواحي الوراثية والبيئية من حيث المجالات المختلفة: الجسمية، والاجتماعية، والانفعالية، والثقافية، والحضارية، فالإنسان يولد ولديه آلة التفكير وهي العقل. وهذا العقل البشري يركز على شيء معين بحد ذاته، ويحاول أن يلغي الفشل من حياته ويفكر بالسعادة، ويحاول دائماً أن يلغي التعاسة من حياة الفرد، فالعقل (المخ) يعطي أوامره مباشرة إلى الأحاسيس والحركات الداخلية والخارجية للإبقاء على الخبرات السارة وإلغاء الخبرات غير السارة، ولهذا يجب أن يتدرب الإنسان على مهارة التفكير الإيجابي، لتحويل كل أفكاره وأحاسيسه لكي تكون في خدمة مصالحه وحاجاته، بدلاً من أن تكون ضده. (بركات زياد، ٢٠٠٦).

وفى هذا الشأن يقوم العلماء وخاصة علماء النفس الآن ببحوث مكثفة لمعرفة نقاط القوة والفضائل البشرية، حيث تغيرت النظريات النفسية الرئيسية لتلائم العلم الجديد الذى يؤكد على نقاط القوة والمرونة، ولم

يُعد التفكير الأداة الحقيقة التي يواجه بها الإنسان متغيرات العصر، ومن خلال التفكير تتكون معتقدات الفرد، وميوله، ونظراته لما حوله، وعليه فإن اهتمام المجتمعات أصبح ينصب على تنمية مهارات التفكير لدى أفرادها لكي تفيد منهم الإفادة المثلى. (عصام الدسوقي، ٢٠١٢).

فالتفكير العلمي هدفاً تسعى المناهج الدراسية والمعلمين لتحقيقه في جميع المراحل الدراسية، ويعد وسيلة في الوقت نفسه للارتقاء بمستوى الفرد والمجتمع، وأن الاهتمام بتدريب الطلاب على مهارات التفكير الإيجابي الفعال يكون له مردود كبير على مستوى معيشتهم في الحاضر والمستقبل (عبد السلام مصطفى، ٢٠٠٤).

وتتميز عملية التفكير بأنها عملية إنسانية وتتطلب تنميتها وتعلمها جهوداً متميزة من أطراف عديدة في

(فخرو عبد الناصر، ١٩٩٨) كما تشيرأماني سعيد (٢٠٠٥) إلى ان التفكير الإيجابي هو قدرة الفرد الإدارية على تقويم أفكاره ومعتقداته، والتحكم فيها، وتوجيهها تجاه تحقيق ما توقعه من نتائج ناجحة، فالتفكير الإيجابي ذو طابع تفاؤلي يسعى إلى الوصول لحل المشكلة، كونه يمثل الانشطة والأساليب التي يستخدمها الفرد لمعالجة المشكلات باستخدام استراتيجيات القيادة الذاتية للتفكير. فإن التفكير الإيجابي قوة مبدعة خلاقة تنتج وتتجز وتخلق، أما التفكير السلبي فيهدم ويدمر ويؤدي إلى القلق، وبالتخلص من الشك والتردد سيزيد وقتها التفكير الإيجابي، الذي يساعد على القدرة على التركيز، لأنه يزيل العوامل التي تشتت الانتباه، وهكذا يساعدنا على التقدم إلى الأمام وهو ما انتفتت عليه دراسة كلا من (Seligman & 2000

neck, manz,1992)، (cisikszent،) وأضاف (ولاء حسين، ٢٠١٢) أنه عندما يتمكن القلق والخوف من الفرد فانه لا يستطيع التفكير بوضوح. والتفكير السلبي يجعل الحياة سلسلة من المتاعب والأحاسيس السلبية والسلوكيات السلبية وكذلك النتائج السلبية كالأمراض النفسية والعضوية والشعور بالضيق والوحدة والخوف، والتفكير السلبي الفرد يبحث و يفكر في السلبيات التي حدثت في الماضي ويقلق ويخاف من المستقبل ويعيش الحاضر بأحاسيس سلبية واعتقادات سلبية تجعل حياته سلسلة من التحديات والمشاكل، والعجيب أن الشخص الذي يفكر بطريقة سلبية عنده قدرة خيالية على العثور على السلبيات في أي شيء حتى ولو كان إيجابياً. (ابراهيم الفقى، ٢٠٠٨).

وتؤدي أساليب التفكير دورا مهما في تنمية مهارات التخطيط للحياة الجامعية حيث أن مهارات الحياة الجامعية تمثل السلوكيات اللازمة للطالبات لمساعدتهن على الاندماج في الحياة الجامعية بطريقة مقبولة، إضافة إلى تكيفهن مع المجتمع الجامعي، وتركز على النمو اللغوي وتناول الطعام وارتداء الملابس والقدرة على تحمل المسؤولية والتوجيه الذاتي والمهارات

تعد هناك هيمنة للنظريات التي تنتظر للفرد كوعاء سلبي يستجيب للمثيرات، فبدلا من ذلك يتم الآن رؤية الأفراد كمتخذين للقرار ولديهم إرادة وقوة ويمتلكون القدرة على أن يكونوا فعالين. وأكد (Mach,1983) أن مفهوم التفكير الإيجابي ارتبط بعدد من المفاهيم مثل التفكير البنائي، ويركز على اكتساب مهارات نفسية لمواجهة المشكلة وكذا يركز على زيادة انتباه الفرد في أبعاد النجاح في أية مشكلة والجوانب التي تؤدي إلى تحديد المشكلة وحلها، وليس التركيز على جوانب الفشل فيها(neck,manz(1992) وتنمية التفكير الإيجابي يؤثر بصورة إيجابية على تقدم الطلبة فهو وسيلة لإكسابهم مهارات التعلم بسرعة وسهولة وكذلك فهو يعطي فرصة لتعلم المهارات العقلية في أي سن كان عليه الطلبة. كما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من الأخطار، وبه يستطيع الإنسان السيطرة والتحكم على أمور كثيرة وتسييرها لصالحه، فالتفكير عملية عقلية معرفية وجدانية راقية تُبنى وتؤسس على محصلة العمليات النفسية الأخرى، كالإدراك والإحساس والتحصيل والإبداع، حتى أنه لا يمكن الاستغناء عنه في عمليات اكتساب المعرفة وحل المشكلات التي تواجه الإنسان (بركات زياد، ٢٠٠٦).

فيعد التفكير الإيجابي علم الخبرات الذاتية والسمات الفردية الإيجابية والنظم الإيجابية التي تبشر بتحسين جودة الحياة، وتمنع ظهور المداخل المرضية عندما تكون الحياة عقيمة وخالية من المعنى والهدف، فهو بمثابة آلية للتحكم في الذات عن طريق الإنجاز وتعظيم وتوكيد قدراته وإمكانياته.(Martin,e,p, Seligman 2000) ويعتبر أيضا فرصة لإيجاد القوة البشرية، ويعمل كمصد ضد المرض النفسي، فهو مهارة لدى كل الأفراد تسمى بتعلم التفاؤل، أو السعادة والرضا عن الناس.محمد السعيد (٢٠٠٦) فالسعداء هم من يميلون إلى النظر إلى الجوانب المشرقة من الأمور، فالأفراد عندما يكونون في حالة مزاجية سعيدة فإنهم يتذكرون الاحداث السعيدة بصورة أفضل، فيميلون إلى تقييم الأشياء إيجابيا.

وهي: (مهارات أساسية للتعلم، ومهارات إتقان التعلم، ومهارات التخطيط للتعلم، مهارات مساعدة) وصنفت المهارات الحياتية إلى مهارات تقدير الذات والتعامل مع الآخرين ومهارات الوظيفة إضافة إلى مهارات اتخاذ القرارات.

وقد وضعت العديد من التعريفات لمهارات الحياة الجامعية اتفقت جميعها على أنها سلوك تكيفي موجب ومهارات ومعلومات ومعارف وقيم تحتاج إليها الطالبات للتكيف مع حياتها اليومية، وتعاونها على مواجهة المواقف والتحديات التي تواجههن، والقدرة على حل المشكلات الاجتماعية والأكاديمية في الأسرة والجامعة وإقامة علاقات ناجحة مع الآخرين. (خديجة بخيت، ٢٠٠٠)، (أماني عبد الوهاب، ٢٠٠٢)، (محمد زاهر، ٢٠١١). كما تصنيف منظمة الصحة العالمية أن ممارسة مهارات الحياة الجامعية تؤدي إلى تعزيز تقدير الذات وتنمية المهارات الاجتماعية، حيث أنها تتمثل في مهارات نفسية اجتماعية تحدد السلوك، وتشمل على مهارات حل المشكلات والتفكير الناقد والتفكير الإبداعي كما تشمل على مهارات شخصية مثل الوعي بالذات ومهارات الاتصال والتواصل وكيفية التعامل مع الضغوط. (Marian, 2005).

وترى الباحثتان أن مهارات الحياة الجامعية هي تلك المهارات التي تكفل القدرة على الاندماج في الحياة الجامعية والتكيف مع مقتضيات ومتطلبات الحياة الجامعية، والتفاعل الإيجابي والسوي مع الآخرين، والقدرة على أخذ القرارات بصورة سليمة وحل المشكلات. ونظرا لما يتسم به هذا العصر من انفجار معرفي ومعلوماتي وتغيرات تكنولوجية متلاحقة في كل المجالات، الأمر الذي يتطلب إعداد طالبات قادرات على التكيف والتعامل بفاعلية وإيجابية مع تلك التغيرات من خلال تدريبهن على العديد من المهارات الحياتية. (أحمد يعقوب، ٢٠١٢). ويرى (وليم عبيد، ٢٠٠٨) أنه من غايات التربية الأساسية اكتساب الفرد المعارف والاتجاهات والقيم والمهارات التي تؤهله لمعيشة كل

المنزلية والقدرة على التواصل وحل المشكلات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وزيادة الثقة بالنفس ومهارة اتخاذ القرار وتقدير الذات وتكوين علاقات ناجحة مع الآخرين. (إيمان رافع، ٢٠١٣)، (Marian, 2005).

وصنف كلا من (أحمد اللقاني، وفارغة حسن، ٢٠٠١) مهارات التخطيط للحياة الجامعية إلى: مهارات استهلاكية ومهارات اجتماعية وعقلية وحسابية، وفهم وتقدير الذات وتتضمن اتخاذ القرار وممارسة المسؤوليات وتحملها. وهو ما يتفق مع تصنيف (منال حسن، ٢٠١٥) مع إضافة المهارات الانفعالية والتي تشمل ضبط المشاعر والمرونة والقدرة على التكيف وتقدير مشاعر الآخرين ومواكبة التغير وسعة الصدر مع تحمل الضغوط بكل أشكالها وهو ما يتفق مع ملامح وسمات التفكير الإيجابي.

ويؤكد ستيرنبرج روبرت (٢٠٠٩) نقلا عن تقرير منظمة الصحة العالمية أن المهارات الجامعية اللازمة للفرد والتي تعد من أهم مهارات الحياة اليومية تشمل عشر مهارات أساسية أولا: مهارة اتخاذ القرار وهو محور أساسي للتفكير الإيجابي، ثانيا: مهارة حل المشكلات وهي الركيزة الأساسية للتفكير الواعي، ثالثا: مهارة التفكير الإبداعي وتشير إلى القدرة على استخدام أساليب التفكير الإيجابي والإبداعي للتخطيط لحياته الجامعية، رابعا: التفكير الناقد، خامسا: مهارات الاتصال الفعال وتشير إلى القدرة على التأثير الإيجابي في الآخرين، سادسا: مهارات العلاقات الشخصية، سابعا: مهارات الوعي بالذات، ثامنا: مهارات التعاطف، تاسعا: مهارات التعايش مع الانفعالات وتشير إلى القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتخطيط للقرارات السليمة، عاشرا: مهارات التعايش مع الضغوط.

وقد أشارت العديد من الدراسات منها دراسة فاطمة مصطفى (٢٠٠١) و أبو هاشم حلمي (٢٠٠٢) إلى أن مهارات الحياة الجامعية تصنف إلى أربع مهارات

النظر الى الجوانب المشرقة من الأمور، فالأفراد عندما يكونون في حالة مزاجية سعيدة فأنهم يتذكرون الأحداث السعيدة ويميلون لتقييم الأشياء بشكل إيجابي، بينما المكتئبون هم من يكونون في حالة مزاجية سيئة ويقومون الاشياء بصورة أكثر سلبية. ويؤكد (Carver&Sheier, 2003) على أن استخدام الفرد للتفكير السلبي يؤدي به إلى الانهزامية والاستسلام وبالتالي الإخفاق عن الفعل والمبادرة ويفتح مجال أمام الفرد لترسيخ العجز عنده، ولذلك ترى الباحثان أنه كلما كان التفكير ايجابيا كلما أدى الى حل فاعل وناجح لأي مشكلة، وكلما كان التفكير سلبي كلما ادى الى التعامل مع المشكلات بأساليب سطحية وخاطئة، سواء بتضخيم تلك المشكلات أو تبسيطها وهذا ما أكده (Johnson, 2002) على أن اتباع أساليب سلبية في التعامل مع المشكلات لا يؤدي الى الحل المناسب لها. بينما يشمل التفكير الإيجابي قدرة الفرد على التركيز والانتباه الى جوانب القوة في كل من المشكلة وأيضا قدرات الطلاب مثل المثابرة والقدرة على تحمل المشاق، والتوافق النفسي، والقدرة العقلية، كما وتشمل تكوين عادات جديدة في حياة الفرد. (عفراء إبراهيم، ٢٠١٣). حيث يعزز التفكير الإيجابي الثقة بالنفس لدى الطلاب ويؤدي إلى حسن توجيه الذات. (علا عبد الرحمن، ٢٠١٤) و(هبة حسنين، ٢٠١٣).

ومن خلال ما سبق يتضح لنا اهمية العلاقة بين نمط التفكير الإيجابي والسلبي والتخطيط للحياة الجامعية لدى الطلاب، حيث أن سلوك الطلاب هو نتيجة ما يحملوه من افكار عن أنفسهم وعن حولهم، وتتعكس تلك الأفكار على سلوكياتهم وستكون عاداتهم وقيمهم، كما ويمكنهم اكتساب مهارات جديدة كالثقة بالنفس والتواصل الاجتماعي وحل المشكلات ويمكنهم أن يحيوا حياة سعيدة متوازنة.

ومن هنا تبلورت مشكلة البحث الحالي والتي يمكن ايجازها في التساؤلات التالية:-

الناس، والتكيف مع المجتمع وتنمية قدراته الشخصية بالإضافة إلى بعدا آخر وهو ضرورة إعداد طالبات هذا العصر لمواجهة مطالب الحياة. وتؤكد تغريد عمران (٢٠٠١) على ضرورة تنمية مهارات الحياة الجامعية، ليس فقط لإشباع الحاجات الأساسية، وإنما من أجل مواصلة البقاء وتطور أساليب معاشة الفرد للحياة في المجتمع. ويضيف (Nicholls, 2009) أن أهمية مهارات الحياة الجامعية تتمثل في تحقيق الأهداف التالية: تنمية ثقافة الطالبة في قدرتها على التعامل بنجاح مع متغيرات الحياة وحل المشكلات والقدرة على التواصل مع الآخرين، وكذلك تنمية القدرة على الاستدلال المنطقي والتفكير العلمي مع إكساب الطالبة مهارات المهن والحرف السائدة في البيئة. وهو ما يجعل مهارات الحياة الجامعية مطلبا من متطلبات التنمية البشرية في عصرنا الحالي.

وترى الباحثان أنه من الضروري أن يتعلم الأطفال والشباب ويتدربوا على آلية التفكير الإيجابي ومهاراته، ومهارات التخطيط للحياة الجامعية وتفعيلها أثناء التحاقهم بالمدارس والجامعات، حتى يتسنى لهم إتقان هذا النمط من التفكير الفعال والمهارات المنظمة، فهما الباعث على التغيير الإيجابي، ويوصل بصاحبه إلى السعادة والحياة المنتجة. حيث يُعد التفكير عاملا من العوامل الأساسية في حياة الإنسان فهو الذي يساعد على توجه الحياة وتقدمها.

ومن هنا تبرز مشكلة الدراسة الحالية حيث أن معرفة الفرد بالأساليب الصحيحة في التعامل تمكنه من السيطرة على لحظات الفشل والتعامل معها على أنها جسر العبور نحو النجاح والتفوق، إن ما يمكن الانسان من الوصول إلى مراده أن يقوم بادئ ذي بدء بتحسين مستوياته الفكرية، وذلك بتبني منهج فكري إيجابي عن نفسه وعن مجتمعه وعن الحياة بصفة عامة وأن يدرّب نفسه على التخلص من الأفكار السلبية التي تحد من قدراته، والتي تضع جهودها في سبيل تحقيقه ما يصبو إليه من أهداف فيحياته. إن السعداء هم من يميلون إلى

### فروض البحث

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طالبات عينة البحث في مستوى التفكير الإيجابي تبعاً لنوع التخصص (علمي - أدبي).
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طالبات عينة البحث في مستوى التفكير السلبي تبعاً لنوع التخصص (علمي - أدبي).
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طالبات عينة البحث في مستوى التخطيط للحياة الجامعية. تبعاً لنوع التخصص (علمي - أدبي).
- ٤- توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الإيجابي لدى الطالبات عينة البحث والتخطيط للحياة الجامعية.
- ٥- توجد علاقة ارتباطية بين التفكير السلبي لدى الطالبات عينة البحث والتخطيط للحياة الجامعية.

### أهمية البحث:-

- تتمثل أهمية البحث الحالي فيما يلي:
- ١- إلقاء الضوء على أهمية التفكير الإيجابي كعامل أساسي ومدخلاً جديداً لتنمية قدرات الطلاب وتهيئتهم للحياة بصورة أفضل.
  - ٢- يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي في وضع برامج ودورات تدريبية لتنمية مهارات التخطيط للحياة الجامعية للطلاب باستخدام أساليب التفكير السليمة.
  - ٣- كون هذه الدراسة تبحث في نمط التفكير الإيجابي (السلبي) وعلاقته بالتخطيط الجامعي لدى طلبة الجامعة وبالتالي ستساعد هذه الدراسة المسؤولين والتربويين مراعاة ذلك في المناهج الدراسية والتخصصات المختلفة.
  - ٤- أن العلاقة قوية بين الثقة بالنفس وبين الأفكار الإيجابية، وحيث يعد التفكير العلمي هو هدفاً يجب أن تسعى المناهج الدراسية لتحقيقه حيث يعتبر وسيلة في الوقت نفسه للارتقاء بمستوى الفرد والمجتمع فهنا يجب علينا الاهتمام بتدريب الطالبات على مهارات التفكير الإيجابي الفعال

- ١- ما هو مستوى التفكير الإيجابي لدى الطالبات بالجامعة؟
- ٢- ما هو مستوى التفكير السلبي لدى الطالبات بالجامعة؟
- ٣- ما هو مستوى مهارات التخطيط للحياة الجامعية لدى طالبات المرحلة الجامعية؟
- ٤- هل يوجد علاقة بين مهارات التفكير ومهارات التخطيط للحياة الجامعية لدى طالبات المرحلة الجامعية؟

### أهداف البحث

- استهدف البحث بصفه رئيسية دراسة أساليب التفكير الإيجابي والسلبي وعلاقته بالتخطيط للحياة الجامعية لطالبات جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية. وذلك من خلال الآتي:
- ١- التعرف على الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والاسرية للطالبات عينة الدراسة.
  - ٢- التعرف على مستوى كل من التفكير الإيجابي والسلبي والتخطيط للحياة الجامعية لدى الطالبات عينة الدراسة.
  - ٣- التعرف على الفروق بين الطالبات عينة الدراسة في التفكير (الإيجابي) وفقاً لمتغير التخصص الدراسي. العلمي والأدبي.
  - ٤- التعرف على الفروق بين الطالبات عينة الدراسة في التفكير (السلبي) وفقاً لمتغير التخصص الدراسي. العلمي والأدبي.
  - ٥- التعرف على الفروق بين الطالبات عينة الدراسة في التخطيط للحياة الجامعية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي العلمي والأدبي.
  - ٦- التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي والتخطيط للحياة الجامعية.
  - ٧- التعرف على العلاقة بين التفكير السلبي والتخطيط للحياة الجامعية.

**(ث) مهارات التخطيط للحياة الجامعية**

هي تلك المهارات التي تكفل لطلبات المستوى الأول بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الحدود الشمالية - القدرة على الاندماج في الحياة الجامعية والتكيف مع مقتضياتها ومتطلباتها، وهي مهارات الاتصال، وحل المشكلات، تحمل المسؤولية

**ثانياً: - حدود الدراسة:**

**تحددت الدراسة بالحدود الرئيسية الآتية:-**

١- **الحدود المكانيّة:** تم تطبيق أدوات البحث على عينة صدفية من جامعة الحدود الشمالية- كلية الاقتصاد المنزلي- عرعر - المملكة العربية السعودية.

٢- **الحدود الزمانيّة:** تم تطبيق أدوات البحث وتجميعها في الفترة الزمنية للعام الدراسي (٢٠١٦:٢٠١٧).

٣- **الحدود البشرية:**

**أ- الشاملة**

تضمنت الشاملة جميع طالبات المرحلة الجامعية بمختلف كليات جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية.

**ب- العينة الدراسة الاستطلاعية:**

اشتملت عينة الدراسة الاستطلاعية على (٢٥) طالبة من طالبات السنة الأولى بكلية الاقتصاد المنزلي بمدينة عرعر بمنطقة الحدود الشمالية المملكة العربية السعودية من مجتمع الدراسة الأصلي وقد تم اختيارهن بطريقة عشوائية بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات لمقياس التفكير الإيجابي، مقياس التفكير السلبي، مقياس التخطيط للحياة الجامعية بأبعاده الثلاثة.

**ت- العينة الفعلية للدراسة**

اشتملت العينة الكلية على (٢٠٠) طالبة من طالبات السنة الأولى من التخصصين (الأدبي - والعلمي) بكلية الاقتصاد المنزلي تم اختيارهن بطريقة صدفية ومن مستويات اجتماعية واقتصادية وتعليمية مختلفة. بمدينة عرعر بمنطقة الحدود الشمالية المملكة العربية السعودية.

ليكون له مردودا كبير على مستوى معيشتهم وتفكيرهم في الحاضر والمستقبل.

٥- كما وتتبع أهمية الدراسة من توفير وسيلتين من وسائل القياس النفسي (مقياس التفكير الإيجابي - السلبي) (ومقياس التخطيط للحياة الجامعية) اللذين سيساعدان الباحثين والمتخصصين في مجال الدراسات التربوية والنفسية على استخدامهما في أبحاثهم ودراساتهم والتي يتوفر فيهما مواصفات القياس النفسي الجيد.

**الأسلوب البحثي**

**أولاً: المفاهيم الإجرائية للبحث:**

**(أ) التفكير يقصد به إجرائياً أنه:**

بشكل عام يعد من العمليات العقلية الذهنية المعقدة والراقية والتي يستخدمها الإنسان في حياته العامة ويظهر ذلك من خلال التفسير والتحليل للظواهر والمواقف، وعن طريق بلورة وإعادة ومراجعة المعلومات ومن هنا يتوجه باتخاذ القرار أو حل مشكلات حياته.

**(ب) التفكير الإيجابي يقصد به إجرائياً أنه**

تعرفه الدراسة: بأنه المعتقدات والآراء والأساليب المتبعة في كل أمور الحياة والتي من شأنها حل كل ما يواجه الفرد من مشكلات ومواضيع بصورة متفائلة إيجابية ناجحة وتقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة عند إجابتها على فقرات المقياس المعد لأغراض الدراسة الحالية.

**(ت) التفكير السلبي يقصد به إجرائياً أنه**

تعرفه الدراسة: هو التشاؤم في رؤية الأشياء، والمبالغة في تقييم الظروف والمواقف، فهو الوهم الذي يحول اللاشئ إلى حقيقة ماثلة لا شك فيه. والأفكار السلبية تجعل حياة الفرد سلسلة من المتاعب والاحاسيس والسلوكيات السلبية التي تنزاد قوتها عندما لا يكون الفرد على ثقة تامة بنفسه وحينها يكون مترددا ومنعزلاً عن الآخرين.

## رابعاً: منهج البحث:

يتبع هذا البحث المنهج الوصفي التحليلي الذي يتسع نطاق استخدامه لتعدد الطرق المتاحة أمام الباحث، مثل أسلوب المسح، أو تحليل العمل، أو الدراسات المقارنة، أو تحليل المضمون، كما يقدم المنهج الوصفي توضيحاً للعلاقات بين الظواهر، كالعلاقة بين السبب والنتيجة، بما يمكن الإنسان من فهم الظواهر بصورة أفضل. (السيد السيرتي: ٢٠١٥).

## خامساً: المتغيرات البحثية:

(أ) المتغير المستقل: نمط التفكير (الإيجابي- السلبي).

(ب) المتغير التابع: التخطيط للحياة الجامعية.

سادساً: إعداد وبناء أدوات البحث:

اشتملت أدوات البحث الحالي على ما يلي:-

## (إعداد الباحثان)

١- استمارة البيانات الأولية للطالبة. وتشمل، التخصص الدراسي (علمي، ادبي)، الخصائص الاجتماعية، الاقتصادية والاسرية للطالبة، (الحالة الاجتماعية للطالبة (متزوجة، غير متزوجة، مطلقة) وايضا مستوى دخل الاسرة (اقل من متوسط، متوسط، مرتفع) كذلك مستوى تعليم الوالدين.

٢- مقياس التفكير الإيجابي: تم اعداد استبيان عن التفكير الإيجابي يهدف الى قياس مستوى التفكير الإيجابي لدى الطالبات عينة البحث، من خلال محور يضم (٥٠) عبارة وتم تصحيح المقياس كالآتي: (٣، ١، ٢) للعبارة الايجابية، (٣، ٢، ١)

جدول ١: يوضح عدد العبارات لكل بعد من ابعاد المقاييس

المقياس	عدد العبارات	أقصى درجة	أقل درجة
التفكير الايجابي	٥٠	١٥٠	٥٠
التفكير السلبي	٥٠	١٥٠	٥٠
التخطيط للحياة الجامعية	٥٠	١٥٠	٥٠
اسلوب حل المشكلات	٢٠	٦٠	٢٠
مهارات الاتصال	١٥	٤٥	١٥
تحمل المسؤولية	١٥	٤٥	١٥

جدول ٢: معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات

مقياس التفكير الإيجابي والدرجة الكلية للمقياس

العبارات	التفكير الإيجابي	الدالة
العبارة ١	٠,٥٠٣	دالة عند ٠,٠٥
العبارة ٢	٠,٧٤٩	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣	٠,٦٣٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤	٠,٦٤٨	دال عند ٠,٠١
العبارة ٥	٠,٦٨٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٦	٠,٨٤٤	دال عند ٠,٠١
العبارة ٧	٠,٨٣٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٨	٠,٩٤٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٩	٠,٧٣٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٠	٠,٨٤٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ١١	٠,٦٠١	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٢	٠,٨٩٦	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٣	٠,٨٨٩	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٤	٠,٦٣٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٥	٠,٧٦٨	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٦	٠,٦٢٤	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٧	٠,٧٤٨	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٨	٠,٤٥٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٩	٠,٧٤٣	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٠	٠,٨٤٦	دال عند ٠,٠١**
العبارة ٢١	٠,٤٥٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٢	٠,٤٧٤	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٣	٠,٧٤٧	دال عند ٠,٠١**
العبارة ٢٤	٠,٩٤٧	دال عند ٠,٠١**
العبارة ٢٥	٠,٦٣٩	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٦	٠,٩٤٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٧	٠,٨٣٩	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٨	٠,٧٣٣	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٩	٠,٦٤٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٠	٠,٧٢٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣١	٠,٦١٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٢	٠,٩٤٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٣	٠,٩٣٦	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٤	٠,٨٤٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٥	٠,٨٤٦	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٦	٠,٧٠١	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٧	٠,٧٢٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٨	٠,٩٤٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٩	٠,٧٢٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٠	٠,٨٧١	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤١	٠,٨٤١	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٢	٠,٨٢٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٣	٠,٦٢٣	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٤	٠,٧٣٣	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٥	٠,٨٣٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٦	٠,٨٥٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٧	٠,٩٤٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٨	٠,٧٥٣	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٩	٠,٦٦٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٥٠	٠,٩٦٣	دال عند ٠,٠١

\*: دال عند ٠,٠٥، \*\*: دال عند ٠,٠١

سابعاً: أسلوب جمع البيانات:

تم جمع البيانات عن طريق إجراء مقابلة شخصية مع الطالبات عينة البحث بكلية الاقتصاد المنزلي بجامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية  
ثامناً: تقنين الأدوات: يقصد به حساب صدق وثبات المقاييس:

أولاً: حساب صدق المقاييس:

اعتمد البحث الحالي في التحقق من صدق المقاييس Validity على طريقتين:

(أ) صدق المحتوى (Validity Content):

للتأكد من صدق المحتوى تم عرض مقياس (التفكير الإيجابي، التفكير السلبي، التخطيط للحياة الجامعية) في صورتها المبدئية على (١٠) من المحكمين من الخبراء والاساتذة في مجال التخصص (إدارة المنزل والمؤسسات) في الجامعات المصرية والسعودية، وذلك للتعرف على آرائهم في المقياس من حيث دقة الصياغة اللغوية لمفردات المقياس، وسلامة المضمون، وانتماء العبارات المتضمنة في كل بعد، وكفاية العبارات الواردة في كل مقياس وكل بعد لتحقيق الهدف الذي وضع من أجله، ومناسبة التقدير الذي وضع لكل عبارة، وملاءمة المحاور، وسلامة المضمون ودقة الصياغة والعرض لكل عبارة، ومناسبة التقدير الذي وضع لكل عبارة، وقد قامت الباحثتان بإجراء التعديلات المشار إليها على صياغة بعض العبارات، وبذلك يكون قد خضع لصدق المحتوى.

(ب) - صدق الاتساق الداخلي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياسي (التفكير الإيجابي والسلبي) والتخطيط للحياة الجامعية) تم تطبيقهما على عينة استطلاعية بلغ عددهم (٢٥) وبعد رصد النتائج تمت معالجتها إحصائياً وحساب معامل الارتباط بيرسون بين (المحاور - والدرجة الكلية) للمقاييس وكانت جميعها دالة عند مستوي ٠,٠١ مما يدل على الاتساق الداخلي لعبارات المقاييس وجدول (٢) يوضح ذلك.



جدول ٣: معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات

مقياس التفكير السلبي والدرجة الكلية للمقياس

العبارة	التفكير السلبي	الدالة
العبارة ١	٠,٧٤٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢	٠,٨٣٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣	٠,٧٨٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤	٠,٤٨٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٥	٠,٦٣٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٦	٠,٥٩٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٧	٠,٨٨٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٨	٠,٨٣٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٩	٠,٦٩٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٠	٠,٦٠٣	دال عند ٠,٠١
العبارة ١١	٠,٧٣٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٢	٠,٨٣٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٣	٠,٨٤٤	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٤	٠,٧٥٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٥	٠,٧٥٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٦	٠,٦٨٩	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٧	٠,٦٥٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٨	٠,٧٧١	دال عند ٠,٠١
العبارة ١٩	٠,٥٩٦	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٠	٠,٨٣٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢١	٠,٩٢٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٢	٠,٦٩٧	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٣	٠,٦٠٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٤	٠,٧٣٩	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٥	٠,٦١٦	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٦	٠,٤٤٤	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٧	٠,٦٤٦	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٨	٠,٨١٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٢٩	٠,٧١٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٠	٠,٧٤٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣١	٠,٩١٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٢	٠,٧٤٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٣	٠,٤٥٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٤	٠,٩١٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٥	٠,٨١٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٦	٠,٨٥٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٧	٠,٥٠٣	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٨	٠,٩١٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٣٩	٠,٧٢١	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٠	٠,٦٦٤	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤١	٠,٤٨١	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٢	٠,٨٤١	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٣	٠,٦٣٥	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٤	٠,٥٩٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٥	٠,٦٠٦	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٦	٠,٦١٢	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٧	٠,٨٣١	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٨	٠,٧٣٩	دال عند ٠,٠١
العبارة ٤٩	٠,٨١٠	دال عند ٠,٠١
العبارة ٥٠	٠,٥٧٥	دال عند ٠,٠١

\*: دال عند ٠,٠٥

\*\* : دال عند ٠,٠١

بدراسة جدول (٢) يتضح ان معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لفقراته، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة عند ٠,٠١ ومعاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٥٠٣، ٠,٩٦٣) عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لقياس ما وضع لقياسه.

بدراسة جدول (٣) يتضح ان معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لفقراته، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة عند ٠,٠١ ومعاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٥٠٣، ٠,٩١٥) عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لقياس ما وضع لقياسه.

بدراسة جدول (٤) يتضح ان معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لفقراته، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة عند ٠,٠١ ومعاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٥٢٤، ٠,٩٦٢) عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لقياس ما وضع لقياسه

بدراسة جدول (٥/أ) يتضح ان معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لفقراته، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة عند ٠,٠١ ومعاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٦٠٢، ٠,٨٢٣) عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لقياس ما وضع لقياسه

بدراسة جدول (٥/ب) يتضح ان معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لفقراته،

جدول ٤: معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس التخطيط للحياة الجامعية للبعد الاول والدرجة الكلية للمقياس

الدلالة	اسلوب حل المشكلات	العبارة
دال عند ٠,٠١	٠,٦٠٢**	العبارة ١
دال عند ٠,٠١	٠,٩٣٠**	العبارة ٢
دال عند ٠,٠١	٠,٧١٩**	العبارة ٣
دال عند ٠,٠١	٠,٨٢٣**	العبارة ٤
دال عند ٠,٠١	٠,٧٥٣**	العبارة ٥
دال عند ٠,٠١	٠,٩٥٤**	العبارة ٦
دال عند ٠,٠١	٠,٦٨٦**	العبارة ٧
دال عند ٠,٠١	٠,٧٩٢**	العبارة ٨
دال عند ٠,٠١	٠,٧٨٢**	العبارة ٩
دال عند ٠,٠١	٠,٨٢٣**	العبارة ١٠
دال عند ٠,٠١	٠,٦١٠**	العبارة ١١
دال عند ٠,٠١	٠,٩٦٢**	العبارة ١٢
دال عند ٠,٠١	٠,٨٠٦**	العبارة ١٣
دال عند ٠,٠١	٠,٨٣٦**	العبارة ١٤
دال عند ٠,٠١	٠,٧٦٣**	العبارة ١٥
دال عند ٠,٠١	٠,٨٤٠**	العبارة ١٦
دال عند ٠,٠١	٠,٧٩٧**	العبارة ١٧
دال عند ٠,٠١	٠,٦٤٣**	العبارة ١٨
دال عند ٠,٠١	٠,٥٢٤**	العبارة ١٩
دال عند ٠,٠١	٠,٧٠٩**	العبارة ٢٠

جدول ٥/ أ: معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس التخطيط للحياة الجامعية للبعد الثاني مهارات الاتصال

والدرجة الكلية للمقياس

الدلالة	مهارات الاتصال	العبارة
دال عند ٠,٠١	٠,٧١٥**	العبارة ١
دال عند ٠,٠١	٠,٦٠٢**	العبارة ٢
دال عند ٠,٠١	٠,٨٩٠**	العبارة ٣
دال عند ٠,٠١	٠,٩٤٣**	العبارة ٤
دال عند ٠,٠١	٠,٧٣٠**	العبارة ٥
دال عند ٠,٠١	٠,٨٢٣**	العبارة ٦
دال عند ٠,٠١	٠,٧٥٥**	العبارة ٧
دال عند ٠,٠١	٠,٧٧٠**	العبارة ٨
دال عند ٠,٠١	٠,٦٢٢**	العبارة ٩
دال عند ٠,٠١	٠,٦٣١**	العبارة ١٠
دال عند ٠,٠١	٠,٨٣١**	العبارة ١١
دال عند ٠,٠١	٠,٦٤١**	العبارة ١٢
دال عند ٠,٠١	٠,٦٦٧**	العبارة ١٣
دال عند ٠,٠١	٠,٦٢٠**	العبارة ١٤
دال عند ٠,٠١	٠,٧٢٤**	العبارة ١٥

جدول ٥/ ب: معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس التخطيط للحياة الجامعية للبعد الثالث تحمل المسؤولية والدرجة الكلية

الدلالة	المسئولية	العبارة
دال عند ٠,٠١	٠,٨٠٣**	العبارة ١
دال عند ٠,٠١	٠,٩٢٢**	العبارة ٢
دال عند ٠,٠١	٠,٨٣٣**	العبارة ٣
دال عند ٠,٠١	٠,٦٦٠**	العبارة ٤
دال عند ٠,٠١	٠,٨٢٨**	العبارة ٥
دال عند ٠,٠١	٠,٧٣٦**	العبارة ٦
دال عند ٠,٠١	٠,٦١٩**	العبارة ٧
دال عند ٠,٠١	٠,٨١٣**	العبارة ٨
دال عند ٠,٠١	٠,٩٤١**	العبارة ٩
دال عند ٠,٠١	٠,٥١٥**	العبارة ١٠
دال عند ٠,٠١	٠,٤٥٩**	العبارة ١١
دال عند ٠,٠١	٠,٩٣٤**	العبارة ١٢
دال عند ٠,٠١	٠,٧٢٤**	العبارة ١٣
دال عند ٠,٠١	٠,٤٩٦**	العبارة ١٤
دال عند ٠,٠١	٠,٧٠٠**	العبارة ١٥

والانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون وألفا كرو نباخ لحساب الصدق والثبات، واختبار "ت" t test لحساب الفروق بين المتوسطات بالنسبة لمتغيرات الدراسة.

### النتائج ومناقشتها

في هذا الفصل يتم عرض تفصيلي للنتائج التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة، بالإضافة إلى تفسير ومناقشة ما تم التوصل إليه من نتائج من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة والتحقق من الفروض.

#### أولاً: وصف نتائج خصائص عينة الدراسة

١- الخصائص الاجتماعية والاقتصادية والاسرية لأفراد العينة  
تم دراسة الخصائص الاجتماعية والاقتصادية للطالبات عينة البحث في كلا التخصصين العلمي والأدبي كما يوضح جدول (٧).

والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى دلالة عند ٠,٠١ ومعاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٤٩٦, ٠,٩٤١) عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لقياس ما وضع لقياسه.

#### ثانياً: حساب ثبات المقاييس Reliability:

أ- تم حساب معاملات الثبات للمقاييس الثلاثة باستخدام طريقة ألفا كرو نباخ Alpha cronbach  
تم استخدام معامل ألفا كرو نباخ، وذلك إيجاد معامل ثبات للمقاييس الثلاثة، حيث كانت قيمة معامل ألفا لمقياس التفكير الإيجابي (٠,٧١٤) والتفكير السلبي (٠,٨٠١) والتخطيط للحياة الجامعية (٠,٨١٢) على التوالي المقياس وهذا يدل على أن المقاييس الثلاثة على درجة عالية من الثبات كما يوضح جدول (٦).

#### المعالجات الإحصائية:

بعد جمع البيانات وتفريغها تمت المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss وتم حساب المتوسطات الحسابية

#### جدول ٦: معاملات الثبات لمقياس التفكير الإيجابي والسلبي والتخطيط للحياة الجامعية

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
التفكير الإيجابي	٥٠	٠,٧١٤
التفكير السلبي	٥٠	٠,٨٠١
مهارات التخطيط للحياة الجامعية	٥٠	٠,٨١٢
اسلوب حل المشكلات	٢٠	٠,٧٠٥
مهارات الاتصال	١٥	٠,٧٣٥
تحمل المسؤولية	١٥	٠,٨٢٧

#### جدول ٧: التوزيع النسبي للطالبات عينة الدراسة وفقا لمتغيرات الحالة الاجتماعية والدخل

الدلالة	اختبار مربع كاي	الادبي (ن=١٠٠)		العلمي (ن=١٠٠)	
		%	ن	%	ن
<b>الحالة الاجتماعية</b>					
٠,١٤٩ غيردالة	**٣,٨٠٧	٧٧,٠	٧٧	٧٣,٠	٧٣
		٢١,٠	٢١	١٩,٠	١٩
		٢,٠	٢	٨,٠	٨
<b>مستوى الدخل</b>					
٠,٩٧٥ غير دال	٠,٠٥٠	١٢,٠	١٢	١٣,٠	١٣
		٥٠,٠	٥٠	٤٩,٠	٤٩
		٣٨,٠	٣٨	٣٨,٠	٣٨

بدراسة جدول (٩) يتبين ان عينة البحث قد اشتملت على مائتين طالبة من طالبات كلية الاقتصاد المنزلي بجامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية نصفهم من القسم العلمي والنصف الاخر من القسم الأدبي.

٤- تقييم مستوى التفكير الإيجابي والسلبي والتخطيط للحياة الجامعية لأفراد عينة الدراسة  
بدراسة جدول (١٠) يتضح ان نسبة ٤١% من طالبات القسم العلمي عينة الدراسة كان لديهن مستوى منخفض من التفكير الإيجابي ونسبة ٥٠% من طالبات القسم الأدبي عينة الدراسة قد تميزن بمستوى مرتفع من التفكير الإيجابي بينما كانت نسبة ٤٢% من طالبات القسم العلمي عينة الدراسة ذات مستوى تفكير سلبي مرتفع بينما كانت نسبة ٤٠% من طالبات القسم الأدبي عينة الدراسة ذات تفكير سلبي منخفض وان نسبة ٣٨% من طالبات القسم العلمي عينة الدراسة كن ذات مستوى متوسط في التخطيط للحياة الجامعية في حين ان نسبة ٥٥% من طالبات القسم الأدبي عينة الدراسة كان لديهن مستوى مرتفع من القدرة على التخطيط للحياة الجامعية ومما سبق يتضح ان طالبات القسم الأدبي قد اظهروا ميلا للتفكير الإيجابي والتخطيط للحياة الجامعية بعكس طالبات القسم العلمي اللاتي اظهرن ميلا الى نمط التفكير السلبي.

بدراسة جدول (٧) يتضح ان ٧٣% و ٧٧% من افراد العينة العلمي والأدبي على التوالي غير متزوجين، ٨% و ٢% من افراد العينة التخصصين كن من المطلقات كما يتضح ان ٣٨% من افراد العينة في التخصص العلمي والأدبي ذات دخل مرتفع اى اكثر من ١٣ الف ريال، ١٣%، ١٢% من افراد العينة كن ذات دخل اقل من المتوسط ويتضح ايضا عدم وجود فروق دالة احصائيا في الخصائص الاجتماعية ومستوى الدخل بين افراد العينة

## ٢- المستوى التعليمي للوالدين

تم دراسة المستوى التعليمي للوالدين للطالبات الجامعيات عينة الدراسة كما يوضح جدول (٨).  
بدراسة جدول (٨) يتضح ان نسبة ٥٠%، ٥١%، للاب كان مستوى تعليمهم متوسط للعلمي والأدبي على التوالي، نسبة ١٠% منهم دراسات عليا ولم تكن هناك أي فروق دالة احصائيا في مستوى تعليم الاب بين افراد العينة في التخصصين العلمي والأدبي، اما بالنسبة لتعليم الام فكانت النسبة الاعلى ٥١% للأمهات ذات التعليم الاقل من المتوسط اما النسبة الادنى كانت ١% للحاصلين على (الماجستير او الدكتوراه) كما يتضح عدم وجود فروق دالة احصائيا بين افراد العينة (العلمي والأدبي) في مستوى تعليم الام.

## ٣- توزيع افراد العينة وفقا للتخصص الدراسي

جدول ٨: التوزيع النسبي للطالبات عينة الدراسة وفقا لمتغير المستوى التعليمي للوالدين

الدالة	اختبار مربع كاي	الادبي (ن=١٠٠)		العلمي (ن=١٠٠)	
		%	ن	%	ن
المستوى التعليمي الاب					
٠,٩٨٢ غير دال	٠,١٧٢	٢٦,٠	٢٦	٢٥,٠	٢٥
		٥١,٠	٥١	٥٠,٠	٥٠
		١٣,٠	١٣	١٥,٠	١٥
		١٠,٠	١٠	١٠,٠	١٠
المستوى التعليمي للام					
٠,٩٤٠ غير دال	٠,٤٠٠	٥١,٠	٥١	٥٠,٠	٥٠
		٣٦,٠	٣٦	٣٧,٠	٣٧
		١٢,٠	١٢	١١,٠	١١
		١,٠	١	٢,٠	٢
(ماجستير او دكتوراه)					

جدول ٩: التوزيع النسبي لأفراد العينة وفقا للتخصص الدراسي

التخصص	العدد	النسبة المئوية
علمي	١٠٠	%٥٠
ادبي	١٠٠	%٥٠
المجموع	٢٠٠	%١٠٠

جدول ١٠: التوزيع النسبي لاستجابات الطالبات لعينة الدراسة تبعا لمستويات التفكير الايجابي والسلبي والتخطيط للحياة الجامعية

التفكير	المستويات	طالبات القسم العلمي (ن=١٠٠)		طالبات القسم الأدبي (ن=١٠٠)	
		العدد	النسبة %	العدد	النسبة %
التفكير الإيجابي	منخفض (١١٠-١١٧)	٤١	%٤١	٢٠	%٢٠
	متوسط (١١٨-١٢٥)	٢٩	%٢٩	٣٠	%٣٠
	مرتفع (١٢٦-١٣٣)	٣٠	%٣٠	٥٠	%٥٠
	المجموع	١٠٠	%١٠٠	١٠٠	%١٠٠
التفكير السلبي	منخفض (١٢٢-١٢٩)	٢٨	%٢٨	٤٠	%٤٠
	متوسط (١٣٠-١٣٧)	٣٠	%٣٠	٢٥	%٢٥
	مرتفع (١٣٨-١٤٥)	٤٢	%٤٢	٣٥	%٣٥
	المجموع	١٠٠	%١٠٠	١٠٠	%١٠٠
أجمالي التخطيط للحياة الجامعية	منخفض (١١٦-١٢٠)	٣٣	%٣٣	٢٠	%٢٠
	متوسط (١٢١-١٢٥)	٣٨	%٣٨	٢٥	%٢٥
	مرتفع (١٢٦-١٣٠)	٢٩	%٢٩	٥٥	%٥٥
	المجموع	١٠٠	%١٠٠	١٠٠	%١٠٠

اظهرت نتائج الدراسات السابقة عدم وجود تأثير لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي في نمط التفكير الايجابي والسلبي. ويمكن تفسير هذه النتيجة بان الطالبات في القسم العلمي يكونوا اكثر خوفا من الفشل في الاختبارات فيقودهم الخوف الى التفكير السلبي الذي يؤدي بهم الى الاهتمام البالغ بطرق وقائية حول الاختبار والتفكير بشكل الاسئلة وسهولتها وصعوبتها ويرون بذلك تهديدا كبيرا لذواتهم.

للتحقق من صحة الفرض الثاني والذي ينص على ان: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات عينة البحث في مستوى التفكير السلبي تبعا لنوع التخصص (علمي - أدبي) وللتأكد من صحة الفرض تم استخدام اختبار (t. test) كما يوضح جدول (١٢).

## ثانيا: مناقشة فرضيات الدراسة

للتحقق من صحة الفرض الاول والذي ينص على ان: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات عينة البحث في مستوى التفكير الإيجابي تبعا لنوع التخصص (علمي - أدبي). وللتأكد من صحة الفرض تم استخدام اختبار (t. test) كما يوضح جدول (١١).

بدراسة جدول (١١) وباستخدام اختبار (t. test) يتضح وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الطالبات في التفكير الإيجابي حيث كانت قيمة ت (٢٥,٥١٠\*) لصالح التخصص الأدبي بمتوسط ١٣٤,٩٤ مما يدل على صحة الفرض الاول وبالتالي يمكن قبول الفرض كليا وهذا ما يتفق ودراسة AbdAlkhalig,(2010) بينما تعارضت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلا من (Mize,J.&Ladd,G.W, 2009)، حيث

جدول ١١: دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطالبات في التفكير الإيجابي وفقا لمتغير التخصص

التفكير الإيجابي	العلمي (ن=١٠٠)	الادبي (ن=١٠٠)	اختبارات	الدلالة
(الدرجة الكلية ١٥٠)	١١١,٠ - ١٣٠,٠	١٢٥,٠ - ١٤٢,٠	٢٥,٥١٠	>٠,٠٠١
أقل قيمة - أكثر قيمة	٣,٨٤ ± ١٢١,٣٨	٣,٦٧ ± ١٣٤,٩٤		دالة

جدول ١٢: دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطالبات في التفكير السلبي وفقا لمتغير التخصص الدراسي (ن = ٢٠٠)

التفكير السلبي	العلمي (ن=١٠٠)	الادبي (ن=١٠٠)	اختبارات	الدلالة
(الدرجة الكلية ١٥٠) اقل قيمة - أكثر قيمة المتوسط $\pm$ الانحراف المعياري	١٢٢,٠ - ١٤٥,٠	١٢٢,٠ - ١٣٧,٠	١٥,٤٠٩	$>0,001$ دالة
	$3,63 \pm 137,20$	$3,32 \pm 129,6$		

بدراسة جدول (١٣) يتبين وجود فروق دالة احصائيا في التخطيط للحياة الجامعية حيث كانت قيمة ت في البعد الاول (اسلوب حل المشكلات) ٩,٠٤٥ وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ حيث كانت الفروق لصالح الطالبات في التخصص الأدبي بمتوسط ٥٤,٣٠ ووجود فروق دالة احصائيا في البعد الثاني من ذات المقياس وهو مهارات الاتصال حيث كانت قيمة ت ٤,٠٩٤ وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ حيث كانت الفروق لصالح الطالبات في التخصص الأدبي بمتوسط ٣٩,٦٣ وأشارت النتائج ايضا الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الطالبات في التخصصين العلمي والأدبي في البعد الثالث من المقياس وهو تحمل المسؤولية حيث كانت قيمة ت غير دالة احصائيا ووضحت النتائج ايضا ان هناك فروق دالة احصائيا بين الطالبات في التخصصين العلمي والأدبي على أجمالي مقياس التخطيط للحياة الجامعية حيث كانت قيمة ت ٩,٠٠ وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١

بدراسة جدول (١٢) وباستخدام اختبار (t. test) يتضح وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الطالبات في التفكير السلبي حيث كانت قيمة ت (١٥,٤٠٩) لصالح التخصص العلمي ومتوسط ٣٧,٢٠ اما يدل على صحة الفرض الثاني وقبوله كليا، ويمكن تفسير هذه النتيجة بان العلوم الإنسانية تركز على الجانب التربوي- بالدرجة الأولى- مما يشكل لديهم ثقافة، ومعرفة بنتمية التفكير "مهاراته، اتجاهاته، أساليبه"، فهي تعطي فرصة للمعلم لتعزيزها من خلال الشرح، بعكس العلوم الطبيعية التي لا تنطرق للجوانب التربوية إلا بشكل محدود، فهم لا يمتلكون الوقت الكافي لتعزيز هذه الجوانب، بسبب ضيق الوقت وكثرة المناهج للتحقق من صحة الفرض الثالث والذي ينص

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات طالبات عينة البحث في مستوى التخطيط للحياة الجامعية. تبعا لنوع التخصص (علمي - أدبي). تم استخدام اختبارات لاختبار صحة الفرض كما يوضح جدول (١٣).

جدول ١٣: دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطالبات في التخطيط للحياة الجامعية بأبعادها

مهارات التخطيط للحياة الجامعية اسلوب حل المشكلات (الدرجة الكلية ٦٠)	العلمي (ن=١٠٠)	الادبي (ن=١٠٠)	اختبارات	الدلالة
اقل قيمة - أكثر قيمة المتوسط $\pm$ الانحراف المعياري	٤٠,٠ - ٥٧,٠	٤٨,٠ - ٦٠,٠	٩,٠٤٥	$>0,001$ دالة
	$3,28 \pm 50,55$	$2,54 \pm 54,30$		
مهارات الاتصال (الدرجة الكلية ٤٥)	٣٠,٠ - ٤٣,٠	٣٥,٠ - ٤٥,٠	٤,٠٩٤	$>0,001$ دالة
اقل قيمة - أكثر قيمة المتوسط $\pm$ الانحراف المعياري	٣٨,١٨ - ٢,٧٥	٣٩,٦٣ - ٢,٢٤		
	$2,75 \pm 38,18$	$2,24 \pm 39,63$		
المسؤولية (الدرجة الكلية ٤٥)	٣٢,٠ - ٤٤,٠	٣٣,٠ - ٤٥,٠	١,٨٥٠	٠,٠٦٦ غير دال
اقل قيمة - أكثر قيمة المتوسط $\pm$ الانحراف المعياري	٤٠,٨٥ - ٢,٠٣	٤١,٤٣ - ٢,٣٩		
	$2,03 \pm 40,85$	$2,39 \pm 41,43$		
اجمالي التخطيط للحياة (الدرجة الكلية)	١١٦,٠ - ١٣٨,٠	١٢٧,٠ - ١٤٦,٠	٩,٠٠٠	$>0,001$ دالة
اقل قيمة - أكثر قيمة المتوسط $\pm$ الانحراف المعياري	١٢٩,٥٨ - ٥,٢٦	١٣٥,٣٦ - ٦,١٢		
	$5,26 \pm 129,58$	$6,12 \pm 135,36$		

## جدول ١٤: معامل الارتباط بين التفكير الإيجابي والتخطيط للحياة الجامعية بأبعدها الثلاثة

الدلالة	التفكير الإيجابي	مهارات التخطيط للحياة الجامعية
٠,٠١	٠,٤٠٩	أجمالي التخطيط للحياة الجامعية
٠,٠١	٠,٤١٨	حل المشكلات
٠,٠١	٠,٢٠٧	مهارات الاتصال
٠,٠١	٠,٠٩٢	المسئولية

## جدول ١٥: معامل الارتباط بين التفكير السلبي والتخطيط للحياة بأبعدها الثلاثة

الدلالة	التفكير السلبي	مهارات التخطيط للحياة الجامعية
٠,٠١	٠,١٣٧-	أجمالي التخطيط للحياة الجامعية
٠,٠١	٠,٠٤٤-	حل المشكلات
٠,٠١	٠,١١٤-	مهارات الاتصال
٠,٠١	٠,٢٦٦-	المسئولية

وكانت الفروق لصالح الطالبات في التخصص الأدبي حيث كان المتوسط ١٣٥,٣٦ مما يدل على صحة الفرض وقبوله للتحقق من صحة الفرض الرابع والذي ينص على انه: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التفكير الإيجابي لدى الطالبات عينة البحث والتخطيط للحياة الجامعية. تم ايجاد معامل الارتباط كما يشير الى ذلك جدول (١٤).

بدراسة نتائج جدول (١٤) تشير النتائج الى وجود علاقة ارتباطية بين التفكير الإيجابي والتخطيط للحياة الجامعية حيث بلغت قيمة معامل الارتباط ٠,٤٠٩، ٠,٤١٨، ٠,٢٠٧، ٠,٠٩٢ لكل من أجمالي التخطيط للحياة الجامعية، حل المشكلات، مهارات الاتصال، المسئولية على التوالي وذلك عند المستوى الاحتمالي ٠,٠١ مما يدل على صحة الفرض وقبوله كليا، ويؤكد (2011) Patterson على ان الاهتمام بتدريب الطلاب علي مهارات التفكير الايجابي الفعال يكون له مردود كبير علي مستوي معيشتهم في الحاضر والمستقبل لتحقيق الفرض الخامس والذي ينص على توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التفكير السلبي لدى الطالبات عينة البحث والتخطيط للحياة الجامعية

## التوصيات

١. توفير برامج ارشادية من خلال الهيئات التعليمية للطالبات لتدريبهم على استخدام استراتيجيات التفكير الإيجابي والبعد عن التفكير السلبي.
٢. قيام وسائل الاعلام بدورها في ترسيخ وتعزيز نمط التفكير الإيجابي في جميع مجالات الحياة.
٣. تعليم الطلاب ومنذ الصغر كيف يتعاملون مع الظواهر ومع الأشياء والظروف المحيطة بإيجابية وبمستوى من التفاؤل، والعمل على تحسين البيئة الدراسية.
٤. العمل على تطوير استراتيجيات التدريس وعدم التركيز على الطرق التقليدية في التعليم.

تم ايجاد معامل الارتباط كما يشير الى ذلك جدول (١٥).

بدراسة نتائج جدول (١٥) تشير النتائج الى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التفكير السلبي والتخطيط

خديجة بخيت (٢٠٠٠): فعالية الدراسة الجامعية في تنمية بعض المهارات الحياتية، دراسة ميدانية، المؤتمر القومي السابع، مركز تطوير التعليم الجامعي.

ستيرنبر جروبرت (٢٠٠٩): "مفاهيم الذكاء وسيكولوجية التفكير والابتكار"، ترجمة المركز الثقافي للتعريب والترجمة، القاهرة دار الكتاب الحديث.

السيد السريتي (٢٠١٥): منهاج، البحث العلمي كلية العلوم الاقتصادية والمالية الإسلامية، جامعة ام القرى، مكتب المروة للخدمات.

عبد السلام مصطفى (٢٠٠٤): دور مناهج العلوم والمعلمين في مساعدة أطفالنا ليصبحوا مفكرين ومتعلمين فعالين في العلوم. عن الشبكة العالمية للمعلومات:

<http://www.tcabha.info/portal/pages/holeeah>.

عصام الدسوقي (٢٠١٢): أساليب التفكير وعلاقتها باستراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا لدى عينة من طلاب التربية الخاصة بمدينة جدة، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد ٢٦، ج ٢.

عفراء ابراهيم (٢٠١٣): التفكير الإيجابي والسلبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد، المجلة العربية لتطوير التفوق، المجلد الرابع، العدد السابع.

علا عبد الرحمن (٢٠١٤): أساليب التفكير وعلاقتها بتقدير الذات والتحصيّل الدراسي لطالبات رياض الأطفال بالجامعة، جامعة القاهرة، مجلة العلوم التربوية، العدد الرابع، ج ١.

فاطمة مصطفى (٢٠٠١): فعالية مواقف تعليمية مقترحة في تنمية بعض المهارات الحياتية لطفل ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة حلوان.

## المراجع

إبراهيم الفقى (٢٠٠٨): التفكير السلبي والتفكير الإيجابي [booksjadid.blogspot.com](http://booksjadid.blogspot.com).

ابوهاشم حلمي (٢٠٠٢): تنمية المهارات الحياتية والاتجاه نحو مادة العلوم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية باستخدام مصادر التعلم المجتمعية، ماجستير كلية التربية، جامعة عين شمس.

أحمد اللقاني، فارعة حسين (٢٠٠١): مناهج التعليم بين الواقع والمستقبل، القاهرة، عالم الكتب.

أحمد يعقوب النور (٢٠١٢): أساليب التفكير وعلاقتها بكل من أساليب التعلم والتخصص الأكاديمي والتحصيّل الدراسي لدى طلاب كلية التربية جامعة جازان المجلة العلمية، كلية التربية بأسوان، المجلد الثامن والعشرون، العدد الثاني.

أماني سعيد (٢٠٠٥): فعالية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغط النفسية، مجلة كلية التربية بالاسماعيلية، جامعة قناة السويس.

أماني عبد الوهاب (٢٠٠٢): فعالية برنامج في الاقتصاد المنزلي لتنمية المهارات الحياتية للمرأة فيما بعد محو الأمية، رسالة دكتوراه، كلية تربية، جامعة حلوان.

إيمان رافع (٢٠١٣): التفكير الإيجابي وعلاقته بمهارات التواصل المدركة لدى المرشدين في مدارس محافظة دمشق، رسالة دكتوراه، جامعة دمشق.

بركات زياد (٢٠٠٦): التفكير الإيجابي والسلبي لدى طالبات الجامعة "دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات"، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

تغريد عمران (٢٠٠١): المهارات الحياتية، القاهرة، زهراء الشروق. تلمسان، سوريا.

حنان عبد العزيز (٢٠١٢): نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير، جامعة ابى بكر.



- John, M. Seligman, M.Peterson, C.Alex, M.Joseph, S.C.&Park N(2007): Character strengths United Kingdom. The VIA inventory of steangths. Personality and Individual Differences.
- Johnson, Ferry(2002): "Negative thinking the opposite of positive thinking: Which are you more Likely to identify with? "Leading Facts, Inc.
- Lynn, H., and Others (2011): Life - Skills Programmingdevelopment of High School Science Course, teaching Exceptional
- Mach, (1983): "self-Esteem and its development" Edition International universities press,New York.
- Marian K.Volkman(2005): Life Skills: Improving the quality of your Life with metapsychology .First Edition Loving Healing Press.
- Martin,e,p,Seligman(2000): "The thinking styles Preferences of Iearners Cataloguing and Classification", Paper Presented council and General Conference, South Africa.
- Maunizio, F(2003)"Hostility changes following antidepressant treatment:Relation-ship to stress and negative thinking". Journal of Psychiatric Research vol.30.
- Micheal F.& Carver Charles S(2012): On The Power of positive thinking: The Benefits of Bing Optimistic, Current Direction in psychological Science, vol.(2), no.(1), p
- Neck,manz.(1992):"Behaviour modification in the classroom" London.
- Nicholls. (2009): Meeting the National Standards, Now What do Idol,U.S.
- Parrott, L & Parrott , L (2004) "The power of negative thinking". <http://www.cross>
- Patterson, C. H (2011) Humanistic Education . New Jersey : Englewood Cliffs.
- Rebecca, D.E(2003)"What they think of us:The role of reflected stereotypes in attributions for positive versus negative performance feedback".
- Seligman & cisikszent, miniholy(2000): A Cognitive Social Learning approach to social skills training with low status Preschool children developmental psychology.
- Sharma, V (2003) "Optimism carries many positive qualities" <http://www.mindpub.com/art236.htm>Walk.com/family/1206128.html Children, vol. 26, No.2
- فخر وعبد الناصر(1998): فاعلية برنامج النشاطات الموجهة في تنمية مهارات التفكير العليا لدى الطلبة المتفوقين عقليا وغير المتفوقين بالمرحلة الاعدادية بدولة البحرين، رسالة ماجستير غير منشورة، البحرين، جامعة الخليج العربي.
- محمد السعيد (2006): "تطوير مهارات التفكير الإبداعي"، الأردن، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع.
- محمد زاهر(2010): إدارة النظم التعليمية للجودة الشاملة، القاهرة، دار السحاب.
- منال حسن (2015): برنامج قائم على معايير الجودة لتنمية مهارات التخطيط للحياة الجامعية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز، مجلة المعرفة، القاهرة.
- هبة حسنين(2013): فاعلية برنامج إرشادي لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى عينة من الأطفال الصم، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- ولاء حسين (2012): الخصائص المعرفية والنفسية الفارقة للطلاب المراهقين ذوى التفكير الإيجابي والسلبى، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة.
- وليم عبيد (2008): الجودة :المفهوم، الدلالة، والمعيار ، مجلة العلوم الحديثة، الجمعية المصرية القومية للعلوم، مركز تطوير العلوم، جامعة عين شمس، العدد الثاني، السنة الخامسة.
- AbdAlkhalig,(2010) : Self indicators of Life quality among a sample of Al-Kwait University students, Psychological Studies, vol.18, issue(2).
- Carver&Sheier, (2003): Guide to implementing family skills training Programmes for drug abuse prevention. P.8.
- Haveren,V.R(2004)"Levels career decidedness and negative career thinking by athletic status, gender, and acadmic class.

## **Positive and Negative Thinking and its Relationship with Skills Planning for University Life for Undergraduate Students in Northern Frontier University, Saudi Arabia**

**Azza Ahmed Morsi, Hanan Ibrahim Marai**

Department of Housing and Home Management Department -Faculty of Home Economics-Arar Northern Border University - Saudi Arabia

### **ABSTRACT**

The purpose of this work is to study of the typical positive and negative thinking of university undergraduate students and the relationship between these thinking perspectives with the planning skills of university life in different dimensions such as problem solving, responsibility and Communication skills. The study was applied to 200 female students who were selected in a random manner, and the results have shown statistically significant differences at an indication level of (0.01) among the average grades of the students in the positive thinking research sample in favor of the literary specialization. The study indicates the existence of statistically significant differences at the indication level (0.01), in negative thinking, in favor of scientific specialization. Also, we have found a direct relationship between positive thinking and planning skills for university life, and an inverse relationship between passive thinking and planning of university life. Also, the results of the study showed the existence of statistically significant differences between the scientific and literary specializations, considering the positive thinking in life planning skills, in favor of literary specialization.

The study recommends the need for providing mentoring programs, through educational institutions, for female students to train them how to utilize the strategies of positive thinking, how to distance from negative thinking and the role of the media in the establishment and promotion of the pattern of positive thinking in all areas of life.

**Keywords: positive thinking, thinking Passive, planning for university life, problem solving, communication skills, responsibility**