

## استخدام برنامج تدريبي فى خدمة الجماعة لتنمية مهارات التفكير الايجابى للشباب الجامعي

إعداد

دكتور/أحمد محمد سليمان محمد

استاذ خدمة الجماعة المساعد

بالمعهد العالى للخدمة الاجتماعية بالشرقية

٢٠٢٢

**المخلص:**

يعتبر التفكير الإيجابي الأداة الأكثر فاعلية فى التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها عن طريق التفاوض والنظر إلى الجميل فى كل شيء، لما له من أثر فعال لاستثمار قدرات الشباب الجامعي واكتشاف إمكانياتهم، كما يساعدهم على الحلول الفعالة للتغلب على ما يواجههم من مصاعب ومشكلات ، وتأتي هذه الدراسة كمحاولة منا لتنمية مهارات التفكير الإيجابي للشباب الجامعي لذلك تسعى هذه الدراسة الى تحقيق هدف عام وهو تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى الشباب الجامعي خاصة مهارة حديث الذات الإيجابي - مهارة حل المشكلات- اتخاذ القرارات وذلك عن طريق استخدام برنامج تدريبي فى خدمة الجماعة تركز انشطته على وسائل التعبير فى خدمة الجماعة ولإثبات صحة فروض الدراسة تم ممارسة البرنامج التدريبي مع جماعة تجريبية مكونة من ١٥ طالب من طلاب التدريب الميداني بالفرقة الرابعة تم اختيارهم بعد التأكد من احتياجهم الى تنمية مهارات التفكير الإيجابي لديهم عن طريق نتائج القياس القبلي للمقياس، وتوصلت نتائج الدراسة الى فعالية البرنامج التدريبي فى خدمة الجماعة الذي وضعه الباحث لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى الطلاب وخاصة حديث الذات الإيجابي - حل المشكلات - اتخاذ القرارات).

**الكلمات المفتاحية:**

مهارات التفكير الإيجابي - الشباب الجامعي - البرنامج التدريبي فى خدمة الجماعة.

**Abstract**

Positive thinking is the most effective tool in dealing with life's problems and challenges through optimism and looking at the beautiful in everything, because of its effective impact on investing capabilities of university youth and discovering their potential, as well as helping them to Effective solutions to overcome the difficulties and problems they face. This study comes as an attempt by us to develop positive thinking skills for university youth. Therefore, this study seeks to achieve a general goal, which is the development of thinking skills. Positive skills among university youth, especially the skill of positive self-talk - problem-solving skill - decision-making, through the use of a training program in the service of the group whose activities are based on means of expression in the service of the group and to prove the validity of the study hypotheses. The field training in the fourth year was chosen after making sure that they need to develop their positive thinking skills through the results of the pre-measurement of the scale. Decision making)

**Key words:**

positive thinking skills - university youth - training program in group work.

## أولاً: مشكلة الدراسة

تهتم جميع الدول بعناصر الثروة البشرية ومواردها فى تنمية وازدهار مكانتها و تبذل الدول وسائل متعددة من الرعاية و التنمية للقوى البشرية إلا أن اهتمامها يكون بدرجة أكبر نحو عنصر الشباب حيث يمثل الشباب المصدر الاساسى لنهضة الأمة فهو عصب الأمة و موضع آمالها الذى يمثل المرآة الصادقة التى تعكس واقع الأمة و مدى نهضتها و تقدمها. ( الشريبنى، أحمد، ٢٠٠٥، ص ٣٣).

فالشباب هم أمل الأمة فى المستقبل و هم الذين سيتحملون مسئولية تنمية مجتمعاتهم و هم بناء الغد الذى تتسم معالمه من خلال مستوى إعدادهم و تأهيلهم و تحصيلهم و تنشئتهم تنشئة صالحة واعية و تربيتهم على الاعتماد على النفس و على التضحية و التعاون و الانتماء و القيم الإنسانية الرفيعة. (الأسعد، ٢٠٠٠، ص ١١).

كما أن الشباب هم أصحاب العزيمة القوية والأفكار الجالية الواضحة النقية و هم أصحاب المهام الصعبة الذين يتحملون الصعاب فى سبيل بلوغ المنى و تحقيق أهدافهم. (أبو زيد، ٢٠٠٩، ص ١٥).

ويواجه الشباب الجامعي العديد من المشكلات المرتبطة بأساليب تفكيرهم منها عدم القدرة علي التفكير بإيجابية تتمثل فى عدم قدرتهم على التحكم فى انفعالاتهم وسلوكهم، وعدم القدرة على تقبل الاختلاف عن الآخرين ، وضعف قدره على تحمل المسؤولية، لذا فهم فى حاجة إلى إكتساب القدرة علي حل المشكلات وإتخاذ القرارات بشأن مستقبلهم بما يتلاءم مع هذه القدرات فلا يكونوا عرضة للإحباط والفشل، لذا فإنه يتوقع أن يؤدي تدريبهم علي مهارات التفكير الإيجابي إلى تنمية مهاراتهم في حديث الذات الإيجابي، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات، فالتفكير الإيجابي يجعل المرء أكثر استبصاراً بذاته وقدراته وذلك بسبب إدراكه الموضوعي لذاته وللعالم الخارجي مما يساعد علي حل المشكلات واتخاذ القرارات

وأكدت علي ذلك دراسة بدر الانصاري ٢٠٠٤ بأن الشباب الجامعي يعاني من العديد المشكلات المرتبطة بالتفكير ومنها مشكلة الفلق كأحد مشكلات الضبط الانفعالي (الانصاري، ٢٠٠٤)

فالتفكير عاملا من العوامل الأساسية فى حياة الإنسان فهو الذي يساعد الإنسان على توجيه الحياة وتقدمها كما يساعد على حل كثير من المشكلات وتجنب الكثير من الأخطاء، وبه يستطيع الإنسان السيطرة والتحكم على الأمور وتسييرها لصالحه، كما تتميز عملية التفكير أيضا بأنها عملية إنسانية وتتطلب عملية تنميتها وتعلمها جهودا متميزة من أطراف عديدة فى مراحل العمر المختلفة وهي ذات الصلة بالنواحي الوراثية والبيئية من حيث المجالات المختلفة منها الجسمية، الاجتماعية، الانفعالية والثقافية. فملكة العقل تعطي أومرها مباشرة إلى الأحاسيس والحركات الداخلية والخارجية للاحتفاظ بالخبرات السارة وإلغاء الخبرات الغير سارة ولهذا يجب أن يتدرب الإنسان على مهارة التفكير الايجابي لتحويل كل أفكاره وأحاسيسه لكي تكون فى خدمة مصالحه وحاجاته بدلا من أن تكون ضد و بعكس هذه المصالح و الحاجات (العنوم وآخرون، ٢٠٠٩، ١٧)

فالتفكير الإيجابي هو التفاوض بكل ما تحمله هذه الكلمة من معني والنظر إلي الجميل في كل شيء لما له من أثر فعال في انفسنا وأمور حياتنا اليومية والمستقبلية ويرى بعض العلماء أن التفكير الإيجابي هو الانتفاع بقابلية العقل اللاواعي بشكل إيجابي والعقل اللاواعي لا يفكر ولا يحكم إن كانت المعلومة صحيحة ام خطأ معقولة أم سخيصة حقيقة أم كذب إنه فقط يخزنها كالخادم الامين ليؤدي إلي سلوك موافق للمعلومة المخترنة في مرحلة لاحقة (سليمان، ٢٠١١، ١٥٧)

والتفكير الإيجابي بالتالي ليس مجرد مقارنة منهجية بل هو توجه يعبئ الطاقات ويستخرج الظاهر منها كما الكامن من أجل حل المشكلات" (حجازي، ٢٠٠٥، ٣٢٩)

وأكدت علي ذلك دراسة شيماء جمال محمد حسني (٢٠١٤) وكانت تهدف الي إختبار فعالية برنامج معرفي سلوكي في زيادة مستوى التفكير الإيجابي لدي الشباب الجامعي وأثبتت الدراسة بأنه توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلي البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية علي مقياس التفكير الإيجابي. (التفاوض-الضبط الانفعالي-الرضا العام-تقبل الاختلاف عن الاخرين-التقبل غيرالمشروط للذات-تقبل المسؤولية الاجتماعية) (حسني، ٢٠١٤)

فالمفكر الإيجابي يستعمل كلمات إيجابية للتعبير عن المشاعر والأفكار والنظر للأشياء بإيجابية والتركيز على النجاحات كما أنه لا يفكر بالخسارة ولكنه يبرمج نفسه للفوز دائماً (قطامي وآخرون، ٢٠١٠، ٤٤٨)

والتفكير الإيجابي هو بمثابة تنمية جوانب القوة في تفكير الفرد وسلوكه وإعانة الفرد على إكتشاف الجوانب الإيجابية التي تحقق له كثيراً من النجاح والسعادة والرضا عن النفس (إبراهيم: ٢٠١١، ص ١٩١ - ١٩٤)

فالتفكير الإيجابي يساعد على إيجاد الشخصية السوية المتوافقة التي تتمتع بمظاهر سلوكية إيجابية مثل الراحة النفسية، والطمأنينة، والكفاية في العمل، والإدراك الواقعي للقدرات ومستوى الطموح، والثقة بالنفس، والتفاوض، والحرص والاستقلالية، والإيثار، والإدراك الاجتماعي، والقدرة على التوافق مع الضغوط ( المرونة على التوافق)، والقدرة على التحمل، والأمل، والقدرة على ضبط الذات، وتحمل المسؤولية، والثبات الانفعالي والملائمة أو القدرة على تحمل الإحباط) (الأنصاري، كاظم، ٢٠٠٨، ١١٢ص)

والتفكير الإيجابي هو مفتاح البناء والنماء، والذي يحتاج إلى عملية ذهنية واعية ومصممة ومثابرة، أي إنه يحتاج إلى اليقظة الذهنية التي تترصد بقفز الرؤى السلبية إلى واجهه وعينا، والعمل المصمم على مجابتهها ولجمها، إفساحاً في المجال لرؤى إيجابية، وواقعا الراهن هو أحوج ما يحتاج إلى التغيير، بل علي العكس يكون الإنسان هو صانع التغيير وتبديل الواقع، وتدبر وسائل السير على درب تحقيق الأهداف والفاعلية في تنفيذها (حجازي، ٢٠١٢، ص ١١٣-١١٨)

كما يساعد التفكير الإيجابي على تحقيق التوافق النفسى وبناء الثقة بالنفس وذلك من خلال إحدائه للتغيير الإيجابي وكيفية التخطيط له وتدعيم الحياة ( Quilliam , Susan: 2008 , 72 )  
وتتفق دراسات كل من ( Altiero , Joann: 2007 ) ، ودراسة ( Keith , Dobson : 2010 )  
( على أن ممارسة التفكير الإيجابي والتدريب عليه يعد كوسيلة عقلية لتنمية المهارات المعرفية وتجعلها أكثر مرونة للتعامل مع الضغوط والمشكلات وتحقيق التوافق النفسى  
وللتفكير الايجابي عدة أبعاد منها الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا، والتقبل الايجابي للاختلاف عن الاخرين، وتقبل المسؤولية الشخصية والاجتماعية، المجازفة الايجابية ن تقبل غير مشروط للذات، ( عبدالخالق، ٢٠٠٣، ص٣٧)  
ومهارات التفكير الإيجابي من الاستراتيجيات التي من شأنها أن تجعل الفرد أكثر إيجابية ونجاحا ومسؤلية واحساس بالسعادة وأن الايجابيين من الناس الذين يتصفون بالسعادة لما يتبنون من الأفكار العقلانية التي تهديهم في توجهاتهم الشخصية والسلوكية والاجتماعية  
ويستخدم حديث الذات الايجابي كأداة للتعزيز والتقييم الذاتي، ويعد أهم مهارات التفكير الإيجابي فهو أداة تنظيمية تكسب الشباب القدرة والسيطرة علي انفعالاته  
وأكدت علي ذلك دراسة ( Capara , Gian , Steca , Patrizia: 2006 ) أن هناك علاقة بين الأفكار الإيجابية فى الشخصية وتقبل الذات وتحسين الضبط الإنفعالى وذلك من خلال إستخدام برنامج التفكير الإيجابي  
كما يوضح جون بروير (Broyer, Jone,2000) أن مهارة حل المشكلة من المهارات العامة التي تكون جوهر الذكاء الإنسانى والأداء الماهر وينبغي علي المدارس والجامعات تعليمها لطلابها في كافة المراحل، حتي ولو فصول خاصة (علي، ٢٠٠٧، ص٢٧)  
واعتبر (Vakil,etal,2010,91) حق الأفراد في اكتساب مهارات اتخاذ القرار حقا أصيلا لايسقط حتي للأفراد الذين يعانون من الإعاقة الفكرية لما له من أهمية وأثر في حياة الأفراد والمجتمعات والمنظمات ويشغل حيزا هاما من اهتمامات الباحثين في شتي فروع العلم (الخولي، ٢٠١٤، ص٢٠٦).  
ومن هنا كان اهتمام المجتمعات برعاية الشباب وتقديم الخدمات المتكاملة لهم من خلال كافة المؤسسات التي توفر له تلك الرعاية بتعاون كل المهن ومنها مهنة الخدمة الاجتماعية باعتبارها من اهم المهن العاملة في مجال رعاية الشباب متعاونة مع المهن الاخرى لتحقيق الرعاية المتكاملة للشباب ومساعدتهم في اشباع احتياجاتهم وحل مشكلاتهم في تلك المرحلة العمرية التي تحتاج الي تعامل خاص من جانب المهنيين لتحقيق اهداف المجتمع في اعداد جيل من الشباب قادر علي تحمل مسؤولية تنمية مجتمعه والنهوض به من كافة الجوانب الاقتصادية والاجتماعية (علي، ٢٠٠٣، ص٩)

والخدمة الاجتماعية كمهنة تتعامل مع الإنسان فى كل مراحل حياته وفى كافة المواقف الحياتية ولم تغفل من الاهتمام بالشباب ليس كمرحلة عمرية لها خصائصها واحتياجاتها والسعي نحو إشباعها بل وضعت أسساً علمية لتقديم أوجه الرعاية المختلفة لهم اجتماعياً وثقافياً وفنياً ورياضياً ودينياً وسلوكياً ومن خلال مجموعة برامج تقدم من خلال أنشطة وخدمات عن طريق مؤسسات أقامها المجتمع لتقديمها وأعد المتخصص الذى تساعده عملية الإعداد المهني لممارسة هذا الدور مع الشباب ويعمل فى نفس الوقت على تحقيق أهداف المجتمع والشباب معا فى منظومة علمية أساسها بناء معرفي ومهاري وقيمي فى نسق تكاملي. (رشوان، ٢٠٠٦، ص ٣)

وتسعى طريقة خدمة الجماعة إلى نمو الفرد والجماعة والمساهمة فى تغيير المجتمع وذلك من خلال إكساب أعضاء جماعات الشباب بصفة عامة والشباب الجامعي بصفة خاصة خبرات ومهارات جديدة تمكنهم من التفاعل مع الآخرين. (مرعي، ٢٠٠٣، ص ٦٣)

وبما أن طريقة العمل مع الجماعات تهدف إلى نمو الفرد وزيادة أدائه الاجتماعى وذلك بما تحدته فى شخصيته من إشباع لرغباته وحاجاته ومواجهة مشكلاته وغيرها وذلك من خلال البرامج والأنشطة التى يتم ممارستها مع الطلاب.

فالبرامج التدريبية التى يحصل عليها طلاب الخدمة الاجتماعية لابد وأن تسهم فى زيادة قدراتهم على توظيف الأساليب المهنية واكتساب المهارات وتحقيق الكفاءة المهنية؛ حيث أن النمو المهني يشير إلى أن الطالب فى حاجة مستمرة إلى المزيد من العلم والمعرفة مهما كان مستواه التعليمي ومهاراته وخبراته، وهو ما تأتى نتائجه من خلال البرامج التدريبية المستمرة (السيسي، ٢٠٠٥، ص ٢٠٣١)

وهذا ما أكدت عليه دراسة (عزة عبدالجليل ٢٠٠٦) بأن زيادة البرامج التدريبية فى مجال رعاية الشباب مع مراعاة الربط بين الجوانب التعليمية والجوانب التطبيقية الخاصة بممارسة العمل مع جماعات الشباب يؤدى إلى رفع كفاءة الأداء لدى الممارسين للعمل مع الجماعات، وأوصت الدراسة بضرورة زيادة عدد البرامج التدريبية فى مجال رعاية الشباب، مع مراعاة أن تتناسب الفترة المحددة للبرنامج مع أهدافه ومع الاحتياجات الفعلية للمتدربين. (عبدالجليل، ٢٠٠٦)

كما أشارت نتائج دراسة (البصير، ٢٠١٨) بعنوان فعالية برنامج لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لدى الطالبة الجامعية كمدخل لتحسين الحب والانتماء إلى فعالية البرنامج التدريبي فى تحسين الحب والانتماء لدى طالبات المجموعة التجريبية، وكذلك تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى مقدار التحسن على مقاييس (مهارات التفكير الإيجابي، الحب، الانتماء) بعد تعرض المجموعة الأولى للبرنامج التدريبي وبالنسبة لوسائل التعبير فى برنامج خدمة الجماعة، فإنها تعني الأدوات الخاصة التى يستخدمها أعضاء الجماعة للممارسة برنامجهم فى مجال رعاية الشباب مع ملاحظة أن كلمة " أدوات " هنا جمع كلمة "

أداة " وذلك باعتبار أن المناقشة الجماعية أداة، ولعب الدور أو أداء الدور أداة، والرحلة أداة، والمعسكر أيضاً أداة. وذلك لتنمية مهارات التفكير الإيجابي للشباب الجامعي (الجندي، ٢٠٠٤، ص ٥٨)

ومن منطلق نتائج الدراسات والبحوث السابقة، والتي تؤكد على أهمية التفكير الإيجابي بمهاراته المختلفة ومنها حديث الذات الإيجابي - مهارة حل المشكلات - مهارة اتخاذ القرارات لذلك يحاول الباحث العمل على تنمية المهارة في حديث الذات الإيجابي و مهارة حل المشكلات والمهارة في اتخاذ القرارات عن طريق البرنامج التدريبي، الأمر الذي أدى الي اهتمام الباحث بضرورة اختبار برنامج تدريبي باستخدام التصميم التجريبي الذي يعتمد علي جماعتين إحداهما (ضابطة والأخرى تجريبية ) من الشباب الجامعي لفترة زمنية معينة، بهدف تنميه مهارات التفكير الإيجابي وانطلاقاً مما سبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الآتي:-

" هل للبرنامج التدريبي في خدمة الجماعة دور في تنمية مهارات التفكير الإيجابي للشباب الجامعي(المهارة في حديث الذات الإيجابي -المهارة في حل المشكلات -المهارة في اتخاذ القرارات) ؟

### ثانياً: أهمية الدراسة:

- ١- يمثل الشباب الجامعي شريحة كبيرة تتميز بالنشاط والحيوية والقدرة علي الابتكار والإبداع والقدرة علي تحمل المسؤولية، لذلك وجب استثمارهم بما يحقق تنمية مهارات التفكير الإيجابي لديهم وغرس التقاؤل في نفوسهم.
- ٢- ترجع أهمية التفكير الإيجابي لأنه الذي يخرج الإنسان من حالة التوتر إلي التقاؤل ليصل به إلي حالة الهدوء والسكينة مع النفس، يساعد علي رؤية الامور من منظور ايجابي لها لا تخفي قيمته باعتباره سندا ضروريا للإنسان في مواصلة مسيرة حياته
- ٣- أن تنمية التفكير الإيجابي لدى الشباب الجامعي ينعكس إيجابياً على تحسين الضبط الإنفعالي، والتقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين ، و تقبل المسؤولية الإجتماعية لهم، مما يؤدي لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لديهم
- ٤- أهمية البرامج التدريبية لطريقة العمل مع الجماعات في مجال رعاية الشباب لكونها أساس الإعداد المهني المستمر للشباب الجامعي لتنمية مهارات التفكير الإيجابي لديهم ( مهارة حديث الذات الإيجابي - مهارة حل المشكلات - مهارة اتخاذ القرارات).

### ثالثاً: أهداف الدراسة:

(أ-الأهداف النظرية) التحقق من صحة أو خطأ الفرض الرئيسي للدراسة القائل بأنه يؤدي استخدام برنامج

ترببي في خدمة الجماعة لتنمية مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي

(ب-الأهداف العملية):- تصميم برنامج تدريبي للشباب الجامعي في خدمة الجماعة قد يفيد في:

١-تنمية مهارة حديث الذات الايجابي

٢-تنمية مهارة حل المشكلات

٣-تنمية مهارة اتخاذ القرارات

رابعاً: فروض الدراسة:

الفرض الرئيسي:-

يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلي تنمية مهارات التفكير الايجابي وينبثق من هذا الفرض الرئيسي الفروض الفرعية الآتية:-

١- يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلي تنمية مهارة حديث الذات الايجابي

٢- يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلي تنمية مهارة حل المشكلات

٣- يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلي تنمية مهارة اتخاذ القرارات

خامساً: مفاهيم الدراسة:

١- مفهوم البرنامج التدريبي: يعرف البرنامج التدريبي على أنه مجموعة من الإجراءات التي تصمم لمساعدة

الأفراد على اكتساب المهارات والاتجاهات اللازمة لتطوير أدائهم المهني عن طريق مجموعة التدريبات

المخططة الملائمة لاحتياجات المتدربين التي تهدف إلى تنمية مستوى أدائهم المهني وتضمن هذه التدريبات

إكساب المتدربين معارف نظرية لتنمية مهارات عملية وإكسابهم مهارات لزيادة أدائهم وتنمية قدراتهم في مجال

معيين (إمام، ٢٠٠٩، ص ١١١٥)

كما يعرف البرنامج التدريبي بأنه عبارة عن ربط كل موضوع من موضوعات المنهج التدريبي بمدرب وتاريخ،

وتوقيت، وترتيب الموضوعات لبعضها البعض في تسلسل منطقي، وهو ما يعبر عنه بالجدول الزمني لتنفيذ

البرنامج (حجازي، ٢١٠، ص ١١٠)

• ويعرف البرنامج التدريبي في إطار هذه الدراسة بأنه:-

- مجموعة من الأنشطة المخططة القائمة على تحديد دقيق للاحتياجات التدريبية للشباب الجامعي من

مهارات التفكير الايجابي والتي تتمثل في (حديث الذات الايجابي - حل المشكلات - اتخاذ القرارات)



-تعتمد هذه الأنشطة على تزويد الشباب الجامعي مجموعة من المعارف والخبرات وذلك بهدف تنمية مهارات التفكير الإيجابي لديهم.

-يستخدم الباحث أساليب للبرنامج التدريبي منها ( المحاضرة- الندوة- لعب الدور - المناقشة الجماعية- العصف الذهني )

-يمارس أخصائي خدمة الجماعة في هذا البرنامج التدريبي أدوار كثيرة منها دوره كمساعد- دوره كموجه- دوره كمنشط- دوره كمنسق- دوره كوسيط- دوره كملاحظ- دوره كمصدر للمعلومات- دوره كمقدم للمعلومات- دوره كقدوة شخصية- دوره كمرشد)

-يمارس أعضاء الجماعة أدوار كثيرة منها ( المبادئ - الباحث عن المعلومات - دور القائد )

٢- مفهوم مهارات التفكير الإيجابي: يعرف التفكير الإيجابي على أنه إستراتيجيات إيجابية فى الشخصية،

وأنة الميل والرغبة لممارسة سلوكيات أو تصرفات تجعل حياة الفرد ناجحة وتقوده إلى أن يكون إنساناً إيجابياً ( Yearley , L : 1990 , 13 )

والتفكير الإيجابي هو الأداة الأكثر فعالية فى التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها ويركز التفكير الإيجابي على وجود فنيات يمكن تعلمها تدفع باتجاه سيطرة الأفراد على عقولهم وطريقة تفكيرهم وتحقيق أحلامهم (wag, et al, 2012:48)

كما يعرف التفكير الإيجابي على أنه عملية إستخدام إستراتيجيات مختلفة التأثير على الذات لبناء سلوكيات وإتجاهات الفرد التى تقوده إلى الأداء الناجح ( Neck , Chris , Manx , Charles: 1992 , 681 ).

ويشير التفكير الإيجابي على أنه مجموعة من الإستراتيجيات فى الشخصية توجد عند البشر منها التفاؤل والذكاء الوجدانى والرضا وتقبل غير مشروط للذات والكفاءة الشخصية والإنجاز وتحقيق الذات والمشاركة الوجدانية والعطاء والتشجيع على المودة والحب ومهارات التفاعل الإجتماعى والإحساس بالجمال والتسامح والمتابعة والإبداع والحكمة والتطلع حول المستقبل والتلقائية التى من شأنها أن تجعل الفرد أكثر مسئولية وتحضراً ( حنان سعيد: ٢٠١٤، ٨٤ )

كما يشير التفكير الإيجابي على أنه قدرة الفرد على توقع النجاح فى الحياة ومعالجة المشكلات فى إطار من الضبط الإنفعالى وتحمل الضغوط والمسئولية الإجتماعية مع مزيد من التفاؤل والشعور الذاتى بالرضا ( شيماء جمال: ٢٠١٤، ٢٤ )

ويمكن تحديد المفهوم الاجرائي للتفكير الايجابي في إطار هذه الدراسة:

- قدرة الشباب الجامعي توقع النجاح في الحياة من خلال إدراكهم للايجابيات ومعالجة المشكلات

- قدرة الشباب الجامعي على الحديث الايجابي للذات، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات

-مهارات التفكير الإيجابي:-

تعرف مهارات التفكير بأنها سلسلة من الإجراءات التي يمكن ملاحظتها بصورة مباشرة أو غير مباشرة والتي يمارسها الشباب الجامعي بهدف تنمية حديث الذات الايجابي لديهم وحل المشكلات واتخاذ القرارات.

أ- **مهارة حديث الذات الايجابي**: يشير برودريك ناتلي (Broderick, Natali, 2001) بأنها أداة للتوجيه الذاتي في حل المشكلات المعرفية، كما يؤكد أنها نشاط ذاتي التنظيم بحيث أن الأطفال وربما البالغين يستخدمون حديث الذات لتركيز الانتباه والتوجيه، وكأداة للتحفيز الذاتي والتقييم، كما أن حديث الذات أداة للتنظيم الذاتي للانفعالات. (Broderick, Nataliem, 2001, pp615)

وتعد مهارة حديث الذات الايجابي أحد مهارات التفكير الايجابي ومن الطرق الفعالة في برمجة عقلنا الباطن علي النجاح فهي تصريح تأكيدي ذاتي يهدف إلي تعزيز فكرة معينة عن الذات والتأثير عليها، لذلك عندما نفكر في فكرة معينة مرارا وتكرارا فإننا نعززها ونؤكد عليها حتي تصير حقيقة كما أن الحديث الي الذات من المفاهيم الاساسية في النظرية العقلانية الانفعالية فإذا كان إيجابيا كانت الشخصية سوية، مرحة، إيجابية، أما إذا كان حديثا سلبيا هادما للذات، كانت الشخصية سلبية، مضطربة انفعاليا تقع فريسة للصراع والمرض النفسي، فالحديث الذاتي السلبى هو الطاقة المحركة للأفكار غير العقلانية وبالتالي هو ما يحمل الشخصية للإصابة بالاضطراب والإصابة بالقلق والإحباط والاكتئاب (منتصر، علام، ٢٠١٢، ٤٠)

وتعرف مهارة حديث الذات الايجابي في إطار هذه الدراسة- بأنها امتلاك الشباب الجامعي صورة ذاتية داخلية أكثر إيجابية عن أنفسهم، وفهم أنفسهم بشكل صحيح ورسم توقعات إيجابية عن أنفسهم -قيام الشباب الجامعي بالنظرة الي أنفسهم نظرة متفائلة، ويطلق القدرات التي تحقق الهدف وأن يملأ عقله بالأفكار الإيجابية

ب- **مهارة حل المشكلات** وتعرف بأنها: مجموعة الخطوات التي يتبعها الشباب الجامعي للوصول إلي حل للعقبات التي تعترضهم وتحول دون تحقيق أهدافهم.

كما تعرف مهارة حل المشكلات بأنها امتلاك الشخص اتجاه ايجابي في التفكير، مثابر، يؤمن بقدراته، يستطيع مواجهة العقبات، حريص علي فهم الحقائق والبحث عن مصادرها، ويقوم بتغليب التحليل والتجزئة علي التخمين والتوقع غير المستند إلي معلومات حقيقية (معوض، ٢٠١٣، ١٢)

**خطوات حل المشكلات**: (ابو النصر، ٢٠٠٨)

١- تحديد واستكشاف المشكلة

٢- التخطيط لحل المشكلة

٣- تنفيذ الخطة

٤- طرح الحلول اختيار الحل والاستراتيجيه المناسبة لتنفيذ خطة التدخل

٥-تقييم الخطة. ( حبيب، ٢٠٠٤، ٢٠٠٩ )

**ج-مهارة اتخاذ القرارات:** هي التمكن من تحديد وتحليل الموقف المطلوب واتخاذ القرار بشأنه والبحث عن القرارات المناسبة والمتاح تنفيذها وتقويم البدائل ثم اختيار القرار الملائم القابل للتنفيذ دور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية مهارات التفكير الإيجابي للشباب الجامعي:-

### فوائد التفكير الإيجابي

يعرض(عبدالخالق، ٢٠١٠) لأهم فوائد التفكير الإيجابي علي النحو التالي:-

-الأفكار الإيجابية تمحو السلبية

- ستصبح لديك القدرة علي تحقيق أحلامك فالإنسان الإيجابي يستطيع أن يضع أهدافه موضع التنفيذ.

-الأفكار الإيجابية تسمح بالتعديل والتطوير: حيث أن الإنسان الإيجابي يضع في حسابه العوائق التي قد

تصادف تحقيق طموحاته مما يساعده علي تحقيق التوازن والنجاح في مختلف نواحي حياته

- الأفكار الإيجابية تعطيك النموذج الأمثل لحياتك

- الأفكار الإيجابية ترتبط بالمشاعر الجميلة وتحفزها

### مراحل التفكير الإيجابي:

تتمثل مراحل إكساب الشخص التفكير الإيجابي فيما يلي (السيد، خليفة: ٢٠٠٣، ٢٢٣-٢٣١):

المرحلة الأولى: مساعدة الفرد على أن يتعرف على أفكاره السلبية، ويمكن أن يتم من خلال القيام بسلسلة

مناقشات معه حتى نعمل على تغيير هذه الأفكار السلبية

المرحلة الثانية: توضيح الفرق بين الأفكار المفيدة وغير المفيدة للعميل، فعلينا توضيح أن التفكير السلبي غير

مفيد يتضمن أفكار غير صحيحة وأن هذه الأفكار سوف تؤثر على سلوكه بشكل سيئ

المرحلة الثالثة: مساعدة الشخص على تعلم خطط لتغيير الأفكار السلبية ويمكن أن يتم ذلك من خلال تقديم

نماذج للأفكار الإيجابية وتشجيع العميل على تبنى الأفكار الإيجابية

### أبعاد التفكير الإيجابي للشباب الجامعي :

تتمثل أبعاد التفكير الإيجابي فيما يلي:

أ- التفاوض: هو موقف الفرد وإتجاهاته نحو الحياه بصورة عامة حيث نجده يركز على الجوانب المضيئة

لأى شئ (عز الدين، ١٩٩٠، ١٧١)

ب- الضبط الإنفعالي: ويشير إلى مدى قدرة الفرد على ضبط النفس والتحكم فى المواقف التي تثير

الإنفعال، وبعده عن التهور والاندفاع، وتتناسب الإنفعالات مع المثيرات وأن تكون الإنفعالات

معتدلة وسطاً لا هي ضعيفة تجعله متبلداً ولا هي جامحة، وأن تكون حياته الإنفعالية ثابتة فلا تكون

عرضة للتقلب لأسباب تافهة وأن يكون تعبيره عن إنفعالاته بصورة متزنة (عبد الخالق، ٢٠٠٣، ٣٧)

ج- الشعور بالرضا العام عن الحياة: حيث يؤثر بشكل إيجابى على تحسين معنى الحياة والسعادة والتفاؤل (Richard , Owen: 2011 , 184).

د- التقبل الإيجابى للاختلاف عن الآخرين: هو تحديد أنماط التفكير المنطقى وغير المنطقى، ومساعدة الفرد على فهم الأثر السلبى لأنماط التفكير. (الخطيب، ٢٠٠٣، ٣٣)

هـ- التقبل غير المشروط للذات: ويعنى تعديل العقل للنجاح، وإدراك القصور والعجز الذى يعيق النجاح، والرضا بما يملك من إمكانيات، وتجنب عدم تحقير الذات أمام الآخرين (Blanton , Smiley: 2003 , 35).

و- تقبل المسؤولية الاجتماعية: هى القدرة على تحمل المسؤولية وأداء الأفعال والسلوك نحو نفسه أو الآخرين أو المجتمع (Scott , J , Marshall , G: 2009 , 678)

وفى هذه الدراسة يتم التركيز على مهارات التفكير الإيجابى وهى ( مهارة حديث الذات الإيجابى - حل المشكلات - اتخاذ القرارات )

**دور طريقة العمل مع الجماعات فى تنمية حديث الذات الإيجابى:** تسعى طريقة خدمة الجماعة إلى تحقيق نمو الفرد والجماعة وتغيير المجتمع من خلال إكساب الأعضاء مهارات التفكير الإيجابى ( حديث الذات - حل المشكلات- اتخاذ القرارات)

١- دور طريقة العمل مع الجماعات فى تنمية الجانب المعرفى للشباب الجامعي الخاص بمهارة حديث الذات الإيجابى ويتمثل فى اعطاء الشباب مجموعه من المعارف والمعلومات حول حديث الذات الإيجابى ويساعد أخصائى الجماعة أعضاء الجماعة على ذلك من خلال المناقشة الجماعية والعصف الذهنى والندوة والمعسكرات وورش العمل وغيرها من أساليب البرنامج التدريبي.

٢- دور الطريقة فى تنمية الجانب القيمي والاتجاهات الخاصة بمهارة حديث الذات الإيجابى ويتمثل فى تنميته وتدعيم الاتجاه الإيجابى نحو الافكار الإيجابية ومواجهه الاتجاه السلبى نحو الافكار السلبية ومساعدته الشباب الجامعي على التغلب على ذلك حيث يتم إكساب الشباب الجامعي عينة الدراسة ذلك من خلال الأساليب المستخدمة فى البرنامج التدريبي

٣- دور الطريقة فى تنمية الجانب المهاري الخاص بمهارة حديث الذات الإيجابى وذلك من خلال مساعده الشباب الجامعي على التدريب والممارسه على التحدث الإيجابى مع الذات وذلك من شأنه تنمية أفكارهم الإيجابية وذلك من خلال لعب الأدوار وورش العمل حيث يمكن للأعضاء بعد التدريب على مهارة حديث الذاتى الإيجابى من خلال ورش العمل ولعب الأدوار أن تنمي لديهم المهارة فى حديث الذاتى الإيجابى

**دور طريقة العمل مع الجماعات فى تنمية المهارة فى حل المشكلات:**

١- دور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية الجانب المعرفي للشباب الجامعي الخاص بمهارة حل المشكلات ويتمثل في اعطاء الشباب المجموعه من المعارف والمعلومات حول أسباب المشكلة وطرح الحلول البديلة واختيار الحل المناسب، حيث يتم إكسابهم معارف حول القدرة علي كيفية حل المشكلات

٢- دور الطريقة في تنمية الجانب القيم و الاتجاهات الخاصة بمهارة حل المشكلات ويتمثل في تنميه وتدعيم الاتجاه الايجابي نحو التعرف علي أسباب المشكلة وطرح الحلول واختيار الحل المناسب ومواجهه الاتجاه السلبي نحو عدم القدرة علي حل المشكلات

٣- دور الطريقة في تنمية الجانب المهاري الخاص بمهارة حل المشكلات ويتمثل في مساعده الشباب الجامعي علي التدريب والممارسة علي كيفية حل المشكلات وذلك من شأنه أن ينمي فيهم القدره علي معرفة أسباب المشكلات واختيار الحل المناسب.

#### دور طريقة العمل مع الجماعات في تنميه المهاره في إتخاذ القرارات:

١- دور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية الجانب المعرفي للشباب الجامعي الخاص بمهارة اتخاذ القرارات حيث يقوم أخصائي الجماعة بمساعدة أعضاء الجماعة علي اكتساب مجموعه من المعارف والمعلومات حول القرارات وكيفية اتخاذ القرارات، حيث يتم إكسابهم معارف حول القدرة علي كيفية اتخاذ القرارات.

٢- دور الطريقة في تنمية الجانب القيمي و الاتجاهات الخاصة بمهارة اتخاذ القرارات ويتمثل في تنميه وتدعيم الاتجاه الإيجابي نحو اتخاذ القرارات من خلال مساعده الشباب الجامعي علي كيفية اتخاذ القرارات.

٣- دور الطريقة في تنمية الجانب المهاري الخاص بمهارة اتخاذ القرارات وذلك من خلال مساعده الشباب الجامعي علي التدريب والممارسه علي كيفية الاستعدادات علي اتخاذ القرارات

#### سادسا:- الإجراءات المنهجية للدراسة

##### ١- نوع الدراسة:-

تعتبر هذه الدراسة من الدراسات شبه التجريبية التي تهتم بدراسة العلاقة بين متغيرين: أحدهما: مستقل وهو (استخدام برنامج تدريبي في خدمة الجماعة)، والآخر تابع وهو (تنمية مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي).

##### ٢- المنهج المستخدم في الدراسة:-

تعتمد هذه الدراسة على المنهج شبه التجريبي وهو عبارة عن إجراء بحثي يقوم فيه الباحث بتحديد الموقف بما يتضمنه من شروط وظروف محددة.

### (أ) نوع التصميم التجريبي المستخدم:-

هو استخدام التصميم التجريبي الذى يعتمد على القياس القبلي البعدي لجماعة واحدة هي الجماعة التجريبية الذي يتدخل معها الباحث

### (ب) خطوات إجراء التجربة:-

تتلخص الخطوات التي قام بها الباحث فى إجراء تجربة هذه الدراسة فيما يلي:-

١- اعتمد الباحث علي جماعة تجريبية واحدة مكونة من طلاب التدريب الميداني (الفرقة الرابعة) بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالشرقية الذين يتم تدريبهم في رعاية الشباب بالمعهد تحت اشراف اكايمي للباحث حيث كان العدد الفعلي للطلاب المشرف عليهم ٢٠ طالب ولكن تم استبعاد خمسة منهم نظرا لعدم انتظامهم في حضور التدريب.

٢- التعرف على مهارات التفكير الايجابي التي يحتاجها الشباب الجامعي و ذلك من خلال مقياس تنمية التفكير الايجابي المطبق علي أفراد عينة الدراسة.

٣- الاطلاع على الإطار النظرى لطريقة خدمة الجماعة وما تتضمنه من أساليب حديثة ومهارات ونظريات تساعد فى تنمية التفكير الايجابي ودور خدمة الجماعة فى تنميتها.

٤- اختار الباحث عينة عمدية مكونة من (١٥) من الشباب في الفرقة الرابعة تنطبق عليهم شروط العينة.

٥- استخدم الباحث التصميم شبه التجريبي بإستخدام جماعه واحدة تجريبية

٦- قام الباحث بتطبيق القياس القبلي لمقياس تنمية التفكير الايجابي ، وهو من إعداد الباحث بعد أن تأكد من ثباته وصدقه على الجماعة التجريبية، ثم قام الباحث بتطبيقه مرة ثانية عقب انتهاء فترة إجراء التجربة على نفس الجماعة التجريبية (القياس البعدي).

٧- تم ضبط الظروف التي قد تؤثر على جماعة ( عينة الدراسة) فى أثناء التجربة، حيث قام الباحث باختيار أعضاء الجماعة متجانسين قدر الإمكان بالإضافة إلى التأكد من ثبات وصدق أداة المقياس، حيث إنها الأداة الأساسية المستخدمة للمقارنة بين القياس القبلي والبعدي وذلك للتعرف على التغيرات التي طرأت على أفراد عينة الدراسة فى أثناء تطبيق برنامج التدخل المهني وقد تم توضيح هذه الملاحظات من خلال التقارير الدورية التي قام الباحث بتسجيلها عقب اجتماعه مع الجماعة التجريبية.

٨- تم تحديد فترة إجراء التجربة بثلاثة شهور، بواقع إجتماعين أسبوعياً بدءاً من (٢٠/٢/٢٠٢٢) حتى (٢٠/٥/٢٠٢٢) وقام الباحث خلال فترة التدخل المهني بتطبيق برنامج التدخل المهني لتحقيق الهدف من الدراسة وهو تنمية مهارات التفكير الايجابي لأفراد عينة الدراسة من الشباب الجامعي حيث ركز الباحث خلال هذا البرنامج على أساليب خدمة الجماعة ومنها المناقشة الجماعية وورش العمل والمعسكرات وغيرها

**ج) وصف عينة الدراسة:** - فيما يتعلق بعينة الدراسة فقد وقع الإختيار على (١٥) من طلاب التدريب الميداني للفرقة الرابعه

#### د - ضوابط التجربة: -

- هناك مجموعة من الضوابط والمعايير التى راعاها الباحث عند إجراء التجربة وهى ما يلى:-
- (١) المقياس المستخدم على قدر مقبول من الصدق و الثبات بحيث يمكن الإعتماد على نتائجه.
  - (٢) فترة إجراء التجربة ليست بالفترة الطويلة و ليست بالفترة القصيرة وذلك بهدف الوصول إلى نتائج موضوعية.
  - (٣) حجم الجماعة مناسب لإجراء التجربة حيث يتيح للباحث إجراء الملاحظات الدقيقة فى أثناء فترة التجربة.
  - (٤) وجود قدر كبير من التجانس بين أعضاء الجماعة التجريبية

#### ٣- أدوات الدراسة: -

استخدم الباحث مجموعة من الأدوات البحثية والتي تساعده على تحقيق أهداف دراسته والتي تتناسب مع الدراسة من حيث طبيعة مشكلة الدراسة والمنهج المستخدم وهى كما يلى:-

#### (١) مقياس تنمية التفكير الايجابي :-

قام الباحث بإعداد هذا المقياس والذي يعد الأداة الرئيسية فى جمع البيانات متبعاً فى ذلك الأسس والخطوات العلمية المتعلقة بكيفية إعداد المقاييس وتصميمها حيث تم وضع المقياس فى ضوء الخطوات الآتية:-

- ١- مرحلة اختيار عبارات المقياس.
- ٢- مرحلة التحكم.
- ٣- مرحلة الصياغة النهائية للمقياس.
- ٤- مرحلة التأكد من ثبات وصدق المقياس.

#### (١) مرحلة اختيار عبارات المقياس:-

وفيهما قام الباحث بالآتى:- أ- تحديد موضوع المقياس وهو مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي  
ب- تحديد أبعاد المقياس والتي ترتبط بتنمية مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي أفراد عينة الدراسة وهى: البعد الأول: حديث الذات الايجابي البعد الثاني: مهارة حل المشكلات البعد الثالث: مهارة اتخاذ القرارات

ج- تحديد التعريف الإجرائى لكل بعد من أبعاد المقياس استرشاداً بالإطار النظري للدراسة.  
د- اطلع الباحث على العديد من المراجع وكذلك الدراسات والبحوث التى أجريت فى الخدمة الاجتماعية والعلوم النفسية والاجتماعية والتي تضمنت المقاييس التى تناولت مهارات التفكير الايجابي وقد أفادت الإطلاعات السابقة فى صياغة عبارات المقياس.

ه- قام الباحث بصياغة عبارات المقياس بما يتلاءم مع أبعاده وقد راعى الباحث أن تكون عبارات المقياس واضحة وبسيطة وبعيدة عن الغموض ولا تحمل أكثر من معنى.

**(٢) مرحلة التحكيم: أ-** قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين الذين ينتمون إلى تخصصات مختلفة فى المعهد العالى للخدمة الاجتماعية بالمنصورة والشرقية، كلية التربية- جامعة الزقازيق وذلك للتأكد من مصداقية العبارات فى قياس الأبعاد ومدى سهولة العبارات من حيث الصياغة ومدى ارتباط كل عبارة بالبعد المراد قياسه

ب- بعد عرض المقياس على المحكمين قام الباحث بحذف العبارات التى جاءت نسبة الاتفاق عليها أقل من ٨٠% كما قام بإجراء التعديلات فى ضوء الاقتراحات التى وردت فى عملية التحكيم.

ج- بعد أخذ آراء المحكمين على المقياس تم عرضه على عدد من أعضاء الجماعة التجريبية للتأكد من فهم أفراد عينة الدراسة لعبارات المقياس ومعانيه وقد تم تعديل صياغة بعض العبارات بناء على ذلك.

**(٣) مرحلة الصياغة النهائية للمقياس:** -وقد تم فيها تحديد الشكل النهائى للمقياس فى ضوء الملاحظات التى تمت خلال المرحلة السابقة حيث اشتمل المقياس فى شكله النهائى على الأبعاد الآتية:  
البعد الأول: حديث الذات الايجابي      البعد الثانى: حل المشكلات      البعد الثانى: اتخاذ القرارات

**(٤) مرحلة التأكد من ثبات وصدق المقياس: أ-** ثبات المقياس: - استخدم الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار للتأكد من ثبات المقياس، حيث قام الباحث بتطبيق المقياس على عشرة من أعضاء الجماعة التجريبية ، ثم إعادة الاختبار (المقياس) على نفس المجموعة بعد مضي خمسة عشر يوماً، وقام الباحث برصد الدرجات مرة أخرى ثم استخدم معامل ارتباط سبيرمان لتحديد معامل الثبات من المعادلة الآتية:

$$r = 1 - \frac{6F}{n(n-1)}$$

$$n(2-1)$$



جدول رقم (١) يوضح نتائج معاملات الثبات لمقياس مهارات التفكير الايجابي وأبعاده الثلاثة لدى الشباب الجامعي

| م | أبعاد المقياس                          | معامل الارتباط | القيمة الجدولية للارتباط عند ٠.٠٥ | الدالة الإحصائية |
|---|--|----------------|-----------------------------------|------------------|
| ١ | البعد الأول: مهارة حديث الذات الايجابي | ٠.٨٨           | ١.٧٦١                             | دالة             |
| ٢ | البعد الثاني: مهارة حل المشكلات        | ٠.٨٩           | ١.٧٦١                             | دالة             |
| ٣ | البعد الثالث: مهارة اتخاذ القرارات     | ٠.٨٧           | ١.٧٦١                             | دالة             |
| ٥ | الدرجة الكلية للمقياس                  | ٠.٨٨           | ١.٧٦١                             | دالة             |

وتشير نتائج الجدول إلى أن المقياس على درجة عالية من الثبات والذي له دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥٠٥ ودرجة حرية (ن-١) (١٤)

**(ب) صدق المقياس: (١) الصدق الظاهري:** - قام الباحث بعرض المقياس في صورته المبدئية على

عدد عشرة من السادة المحكمين من أصحاب التخصصات العلمية المختلفة فى (المعهد العالى للخدمة الاجتماعية بالمنصورة والشرقية ، كلية التربية - جامعة الزقازيق ")، وذلك للتأكد من سلامة المقياس وصلاحيته للتطبيق، حيث تم استطلاع آرائهم فى العبارات المكونة للمقياس من حيث الجوانب الآتية:-  
مدى ارتباط كل عبارة بالبعد الذي يقيسه

- الحكم على مدى سلامة كل عبارة من حيث الصياغة والمضمون.
  - مدى الحاجة إلى حذف بعض العبارات أو إضافة عبارات أخرى جديدة.
- وبعد العرض عليهم وتجميع آرائهم اختار الباحث العبارات التى وافق عليها (٨٠%) فأكثر من السادة المحكمين من خلال القانون التالي:-

عدد مرات الاتفاق

$$\frac{\text{الصدق الظاهري}}{\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات الاختلاف}} \times 100 =$$

عدد مرات الاتفاق + عدد مرات الاختلاف

- وقد تم الاعتماد على نسبة اتفاق لا تقل عن (٨٠%) وقد أسفرت هذه الخطوة عن إجراء التعديلات الآتية:
- حذف عدد عشرة عبارات والتي لم يتفق عليها نسبة (٨٠%) من السادة المحكمين.

تعديل الصياغة اللغوية لبعض عبارات المقياس. -إضافة عبارات أخرى بديلة عن العبارات التي تم استبعادها.

(٢) **الصدق الذاتي الإحصائي:** والذي تمثل في قيام الباحث بحسابه عن طريق الجذر التربيعي

لمعامل ثبات المقياس

$$\frac{\text{الصدق الذاتي الإحصائي}}{\text{معامل الثبات}} =$$

جدول رقم (٢) يوضح نتائج معاملات الثبات لمقياس مهارات التفكير الإيجابي وأبعاده الثلاثة لدى الشباب الجامعي

| م | أبعاد المقياس                    | معامل الارتباط | القيمة الجدولية للارتباط عند ٠.٠٥ | الدلالة الإحصائية |
|---|----------------------------------|----------------|-----------------------------------|-------------------|
| ١ | البعد الأول: حديث الذات الإيجابي | ٠.٩٣           | ١.٧٦١                             | دالة              |
| ٢ | البعد الثاني: حل المشكلات        | ٠.٩٤           | ١.٧٦١                             | دالة              |
| ٣ | البعد الثالث: اتخاذ القرارات     | ٠.٩٣           | ١.٧٦١                             | دالة              |
| ٥ | الدرجة الكلية للمقياس            | ٠.٩٣           | ١.٧٦١                             | دالة              |

ج- صدق المحتوى، حيث قام الباحث بمراجعة ما كتب عن التفكير الإيجابي، وذلك من خلال الاطلاع على بعض المراجع العلمية التي تناولها من زوايا متعددة، وأيضاً بعض المقاييس التي ارتبطت بها.

(٢)-الملاحظة بالمشاركة: لأعضاء الجماعة أثناء الاجتماعات وعلى مدى ثلاثة شهور

(٣)-تحليل مضمون التقارير الدورية:-

قام الباحث بتحليل محتوى التقارير الدورية التي سجلها عقب كل اجتماع مع أفراد عينة الدراسة من حيث تحليل محتوى التقارير الدورية التي قام الباحث بتسجيلها بعد كل اجتماع مع الجماعة التجريبية لمعرفة مدى التغيير الذي حدث نحو تنمية مهارات التفكير الإيجابي نتيجة لممارسة برنامج التدخل المهني باستخدام وسائل التعبير في برنامج خدمة الجماعة وذلك بهدف قياس مدى تنمية مهارات التفكير الإيجابي بجانب التعرف على مدى استفادتهم من برنامج التدخل المهني وتنمية مهارة ( حديث الذات الإيجابي- حل المشكلات - اتخاذ القرارات )

تم استخدام المقاييس الإحصائية التالية:- (١) مقاييس النزعة المركزية ومنها الوسط الحسابي

(٢) مقاييس التشتت ومنها الانحراف المعياري. (٣) اختبارات T-test (٤) معامل ارتباط سبيرمان

#### ٤ - مجالات الدراسة:-

##### المجال المكاني:-

أ. المجال المكاني: تم تطبيق الدراسة بمكتب رعاية الشباب بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالشرقية، حيث مقر التدريب الميداني لطلاب المعهد تحت اشراف اكايمي من الباحث وذلك للأسباب التالية:

١- موافقة إدارة المعهد علي إجراء التجربة

٢- توافر الامكانيات والموارد المتاحة اللازمة لتنفيذ برنامج التدخل المهني

##### المجال البشري:-

اعتمد الباحث علي جماعة تجريبية واحدة مكونة من ١٥ عضو من طلاب التدريب الميداني بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالشرقية المنتظمين في حضور التدريب بمكتب رعاية الشباب المعهد تحت اشراف اكايمي من الباحث حيث يقدر عدد الذكور ٤ وعدد الاناث ١١ عضوات. ، اما العدد الفعلي للطلاب المشرف عليهم ٢٠ طالب ولكن تم استبعاد ٥ منهم لعدم الانتظام في حضور الاجتماعات نتيجة لغيابهم المتكرر

##### المجال الزمني:-

استغرقت فترة اجراء التجربة ثلاثة شهور بداية من ٢٠٢٢/٢/٢٠ وحتى ٢٠٢٢/٥/٢٠ واستغرقت التجربة اثني عشر اجتماعات دورية واربعه وعشرون اجتماع فردي لكل عضو بهدف دراسة تأثير البرنامج علي الطلاب بواقع اجتماعين أسبوعياً مع الجماعة التجريبية واجتماع تقويمي جماعي وكانت مدة الاجتماع ساعة ونصف.

#### سابعاً: برنامج التدخل المهني في إطار هذه الدراسة:-

يقصد ببرنامج التدخل المهني في هذه الدراسة: مجموعة الأنشطة والجهود المخططة والمنظمة التي مارسها أعضاء الجماعة و قام بها الباحث خلال تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام اساليب خدمة الجماعة لإكسابهم مهارات التفكير الايجابي ( حديث الذات الايجابي - حل المشكلات - اتخاذ القرارات )

##### (أ) - أهداف برنامج التدخل المهني:- يمثل الهدف العام التحقق من صحة أو خطأ الفرض

الرئيسي للدراسة القائل بأنه يؤدي استخدام برنامج تدريبي في خدمة الجماعة لتنمية مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي ويتم تحقيقه من خلال تصميم برنامج تدريبي للشباب الجامعي في خدمة الجماعة قد يفيد في: ١- تنمية مهارة حديث الذات الايجابي لدى الشباب الجامعي

٢- تنمية مهارة حل المشكلات لدى الشباب الجامعي

٣- تنمية مهارة اتخاذ القرارات لدى الشباب الجامعي

### (ب) - الأسس التي يقوم عليها برنامج التدخل المهني :-

- ١- مراعاة تناسب محتوى البرنامج التدريبي مع الهدف الرئيسي للدراسة الحالية وما ينبثق عنه من أهداف فرعية
- ٢- فهم السمات والخصائص التي يتميز بها أعضاء جماعة الشباب الجامعي
- ٣- التعرف علي احتياجات أعضاء جماعة الشباب الجامعي من مختلف النواحي الاجتماعية والنفسية و العقلية
- ٤- الرجوع إلي النظريات العلمية و الكتابات النظرية ذات الصلة بموضوع البرامج التدريبية في خدمة الجماعة وتنمية مهارات التفكير الايجابي.
- ٥- الاطلاع علي الإطار النظري لطريقة خدمة الجماعة، وما يتضمنه من أساليب حديثة ومهارات لتنمية مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي
- ٦- نتائج الدراسات السابقة التي تناولت موضوع البرامج التدريبية في خدمة الجماعة وتنمية مهارات التفكير الايجابي.
- ٧- مراعاة الإمكانيات المادية والبشرية الموجودة بالمجتمع والتي يمكن الاستفادة منها

### (ج) - محتوى البرنامج:

- أ- **المحتوى المعرفي:** ويتمثل في المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة حديث الذات الايجابي وحل المشكلات واتخاذ القرارات من خلال الانشطة التي تمارس في البرنامج التدريبي وهي
  - **الأنشطة الاجتماعية:** وتتمثل في المعسكرات - والمناقشات الجماعية - ومشروعات الخدمة العامة - وحفلات السمر .
  - **الأنشطة الرياضية:** وتتمثل في كرة القدم - تنس الطاولة - المسابقات الرياضية.
  - **الأنشطة الدينية والثقافية:** وتتمثل في المحاضرات - الندوات - وورش العمل - المسابقات الثقافية - ومجلات الحائط - العصف الذهني.
  - **الأنشطة الفنية:** وتتمثل في الرسم - الغناء - المعارض الفنية - التمثيل - لعب الدور .
- ب- **محتوى الاتجاهات والخبرات:** من خلال محاولة تغيير اتجاهات الشباب الجامعي وإكسابهم الخبرات والمهارات عن طريق حديث الذات، والمشاركة الاجتماعية لفهم الحياة الاجتماعية واكتساب السلوكيات الإيجابية، وفهم القيم الاجتماعية.
- ج- **محتوى المهارات:** أي تنمية مهارة حديث الذات الايجابي وحل المشكلات واتخاذ القرارات من خلال البرنامج التدريبي
- د- **اساليب البرنامج التدريبي**

١) **المحاضرة:** المحاضرة هي وسيلة يتكلم فيها المحاضر وينصت فيها المحاضرون لذلك فهي تعتمد على عنصرين أساسيين هما: المادة العلمية، شخصية المحاضر التي تبدو في طريقة الإلقاء. (فهيم، ص ١٩٥) وهي من أكثر الأساليب استخداماً في البرامج التدريبية والتي يتم فيها عرض الحقائق والمعلومات عن موضوع معين على عدد معين من المتدربين في وقت واحد ويقوم المدرب بالدور الرئيسي ولا يساهم المتدربون في المحاضرة إلا بالاستماع وقد يكون لهم الحق في أن يسألوا بعض الأسئلة ليستوضحوا بعض البيانات في نهاية المحاضرة أو قبل نهايتها، وتعتمد المحاضرة على المدرب الكفاء وعلى تخطيطه للمحاضرة وإعداده الجيد لها في ضوء الهدف المحدد منها (علي، ٢٠٠٠، ص ٣٧)

ولما كان التدريب على المهارات يتضمن إكساب الطلاب جوانب نظرية ومعرفية بالإضافة إلى زيادة خبراتهم العملية والتطبيقية. فتأتى المحاضرة كوسيلة للتعامل مع الجانب المعرفي النظري وتوصيله للطلاب بأسلوب علمي مبسط وبطريقة مشوقة وجذابة تساهم في عملية الفهم والاستيعاب. (مرعي، ٢٠٠٦، ص ١٨٤) وهناك صعوبة في التعرف على مدى استيعاب المتدربين للمادة أثناء المحاضرة نتيجة عدم إشراكهم في التفكير والمناقشات (سعيد، ٢٠٠١، ص ١٦٦)

وفي هذه الدراسة استخدم الباحث المحاضرة في البرنامج التدريبي كوسيلة لعرض المعارف المرتبطة بمهارة (حديث الذات الايجابي - حل المشكلات - اتخاذ القرارات) للشباب الجامعي عينه الدراسة. **٢) المناقشة الجماعية:** وتعرف المناقشة على أنها نشاط جماعي يأخذ طابع الحوار الكلامي المنظم الذي يدور حول موضوع معين أو مشكلة معينة. (منقربوس، ٢٠٠٥، ص ٢٣٢)

وكذلك هي التعاون المقصود بين أشخاص يفكرون ويتناقشون معاً وجهاً لوجه كأفراد وكجماعات تعمل معاً تحت إشراف قائد الجماعة، وتعتبر من الوسائل الأساسية لدراسة المشكلة ومعرفة الأبعاد الأساسية. (نجم، ٢٠٠٠، ص ١٠٩)

المناقشة الجماعية وسيلة أساسية وهامة في طريقة العمل مع الجماعات، فهي تعتبر نشاط تعاوني يشترك فيه أعضاء الجماعة في جو يسوده الحرية والشعور بالمساره، وهي تأخذ طابع الحوار الكلامي المنظم لإيجاد حل لمشكلة معينة أو لمناقشة موضوع معين. (عميرة، ٢٠٠٧، ص ٩٧-٩٨)

وفي هذه الدراسة استخدم الباحث المناقشة الجماعية خلال البرنامج التدريبي كالاتي:

- المناقشة الجماعية باستخدام الصور: تعتبر الصور بمثابة مثير للشباب الجامعي تجعلهم يركزون تفكيرهم عليه وليصبح منطلقاً للتفكير والتعبير والبحث عن الخيارات حيث يتم توزيع بعض الصور على أعضاء الجماعة من الطلاب وبعد فترة تقدر بربع ساعة يسمح لكل منهم بالتعبير عن رأيه خلال مناقشة جماعية - المناقشة الجماعية باستخدام العصف الذهني

واستخدمه الباحث لأنه وسيلة فعالة لتوليد الأفكار للطلاب وتشجيعهم علي التعبير عن آرائهم حيث قام الباحث بالاستماع إلي أكبر عدد ممكن من الأفكار واختيار أفضل الأفكار وتشجيع الطلاب علي كتابة الافكار في ورقة وقد ساعد هذا الاسلوب في تنمية مهارات التفكير الايجابي لأعضاء الجماعة التجريبية

- المناقشة الجماعية العامة: حيث اعتمد الباحث من خلال هذه الطريقة علي سرد قصة معينة علي أعضاء الجماعة التجريبية والتي ساعدتهم علي تنشيط التفكير الايجابي واقتراح البدائل وسؤالهم حول القصة.

(٣): **الندوة:** وهي عبارة عن مناقشة متكاملة بين مجموعة من المتخصصين (المدرسين) في موضوع معين وجمهور معين في جوانب مختلفة من هذا الموضوع.

وتعرف الندوة بأنها " مجموعة من الأحاديث، والكلمات، أو المحاضرات، يعرضها أشخاص معينين عن أطوار أو زوايا متعددة لموضوع مشكلة واحدة، وتبرز أهميتها في أنها تتيح نوعاً من التغيير المنظم والكامل نسبياً للأفكار، وأنها تتيح تقسيم موضوعات لمشكلات معقدة، بكل سهولة إلى عناصر جزئية منطقية (مبروك، ٢٠٠١، ١١٥)

(٤): ورش العمل: تعتبر ورش العمل من الأساليب المهنية التي تستخدم للعمل مع الجماعات بأنواعها المختلفة وإن كانت ترتبط بإنجاز المهام والتخطيط للبرامج والأنشطة التي تمارس مع العملاء. ليس ذلك فحسب بل كذلك تستخدم لتنمية المهارات الاجتماعية وتنشيط التفاعل وتنمية القدرة على العمل التعاوني المشترك. (محفوظ، مرعي، ص ١٨٧)

وفي هذه الدراسة استخدم الباحث ورش عمل تدريبية لمساعدة الشباب الجامعي علي معرفة خطوات تصميم البرنامج التدريبي.

- استخدم الباحث ورش العمل التدريبية في تدريب الأعضاء علي المهارة في حديث الذات الايجابي.

- استخدم الباحث ورش العمل التدريبية في تدريب الأعضاء علي المهارة في حل المشكلات

- استخدم الباحث ورش العمل التدريبية في تدريب الأعضاء علي المهارة في اتخاذ القرارات.

- وقد أعد الباحث ورش عمل لتنمية مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي حيث كان المحتوى التدريبي في ورشة العمل يتضمن مايلي:

-تكلم بوضوح عن نفسك ورؤيتك لذاتك - اختبر حديثك الذاتي واكتشف عاداتك الايجابية والسلبية

- حدد هدفك في الحياة - هل أنت واثق من ذاتك ومؤمن بقدراتك وإمكاناتك

- فكر في قرار اتخذته سابقا - كن مسؤولاً عن نفسك

- تخيل نفسك وقد حققت أهدافك - هل أنت قادر علي حل مشكلاتك

(٥): **الملاحظة:** فن يرتبط بقدرة الأخصائي الاجتماعي على أداء نشاطه المهني، فاستخدام أسلوب الملاحظة يساعد الأخصائي على تحليل المواقف المختلفة التي تواجهه أثناء أدائه لعمله، إلى جانب استخدام معارفه ومهاراته استخداماً خلاقاً وفعالاً لتحقيق أهداف الملاحظة، ويجب أن تكون الملاحظة على درجة عالية من

الكفاءة والقدرة على الأداء، بالإضافة إلى القدرة على تطبيق المعلومات النظرية بفاعلية، وبذلك يصبح أسلوب الملاحظة من الأساليب الأساسية للممارسة المهنية فى الخدمة الاجتماعية وكذلك أحد أساليب التدريب المستخدمة فى البرامج التدريبية. (خليفة، ٢٠٠٥، ص ١١٣)

٦) لعب الدور: هو مصطلح عام يرمز إلى التمثيل التلقائي للمواقف التي تحتوى على العلاقات الإنسانية، ولا يحتاج إلى نصوص مكتوبة ودون تدريبات طويلة (غباري، ١٢٧)

ويستخدم تمثيل ولعب الدور على نطاق واسع فى التدريب على تنمية المهارات الاجتماعية فى التعريف بمشكلة ما، ويستعان بتمثيل الأدوار كنقطة بداية لبرنامج تدريبي حيث يستخدم هذا الأسلوب فى مساعدة الطلاب على فهم أدوارهم الاجتماعية، ذلك من خلال فهم مشكلاتهم الاجتماعية التي تناقشها الجماعة التدريبية. (مرعي، ص ١٤٢)

ويتطلب لعب الدور أن يقوم الأعضاء بأداء الأدوار المكلفين بها فى حدود الوقت الزمني المحدد لذلك ويمكن للأخصائي أن يتدخل وقت اللزوم لمساعدة الأعضاء على أداء أدوارهم بشكل إيجابي. (محفوظ، سليمان، ٢٠١٠ ص ٧٠)

#### ٦- الرحلات والزيارات:-

والرحلة هى كل جولة تعاونية منظمة تقوم بها الهيئة أو المؤسسة لتحقيق هدف معين، فهى انتقال العملاء من مؤسستهم لمشاهدة الواقع المطلوب دراسته فى مكانه، ويتم الانتقال وفق خطة وضعت بالتعاون فيما بينهم وبين المؤسسة التي ينتمون إليها، مع الالتزام بهذه الخطة قبل وأثناء وبعد تنفيذ الرحلة بقصد تحقيق هدف يهتمهم. (أحمد، ٢٠٠٠، ص ١١٢)

ج- تعتبر الرحلات أحد محتويات البرنامج وهى وسيلة وليست هدفاً فى حد ذاتها، لأن الهدف يكمن فيما يحصل عليه عضو الرحلة من خبرات ومهارات حين ينتقل من مكان إلى مكان، ليزداد علماً، أو يكتسب خبرة، أو يستمتع بما فى الطبيعة من جمال ومتعة. (العوضي، ٢٠٠٢، ص ٢٩١)

٧- المعسكرات:- تعتبر المعسكرات من وسائل التعبير الهامة فى البرنامج فهى عبارة عن خبرة لحياة الجماعة فى بيئة طبيعية ولفترة معينة وتحت إشراف قيادة مؤهلة، ويحقق المعسكر لأعضائه أغراضاً مختلفة، منها اللياقة البدنية والصحة العامة، والتكيف الاجتماعى، والمعرفة والخبرة، وإشباع الهواية، وتكوين العادات الصالحة. (الجبالي، ٢٠٠١، ص ٣٢)

٨- السوسيو دراما:- هى طريقة يقوم الأفراد فيها بأداء عرض مسرحي لبعض الأدوار الاجتماعية الهامة بهدف اكتساب معرفة متصلة بثقافة جماعة اجتماعية أخرى، أو التعرف على توقعات اجتماعية مختلفة، أو لإنتاج واختبار حلول بديلة لصراعات الجماعة أو للصراعات الاجتماعية، وفيها يقوم الأخصائي بمساعدة الجماعة وأعضائها على مواجهة المشكلات الاجتماعية التي تواجههم. وعلى الرغم أن البعض يعتبر السوسيو دراما مرادفاً للعب الأدوار أو تمثيل الأدوار إلا أن الواقع يقول أن لعب الدور أشمل إذ أنه مزيج من

السيكودراما التي تتعامل مع المشكلات الفردية أو الشخصية للأفراد، وأن السوسيوودراما تتعامل مع المشكلات الاجتماعية المتنوعة (السيد، ٢٠٠٤، ص ص ٩٩٢-٩٩٣)

- (٥) - أدوار الباحث في البرنامج والتي تمثلت في الآتي: دور المرشد:- تقديم النصح والارشاد لأعضاء الجماعة. - دور الملاحظ:- لملاحظة العلاقات والتفاعلات بين أعضاء الجماعة بعضهم البعض وبينهم وبين الباحث. - دور الموجه للتفاعل:- بتوجيه التفاعل بين أعضاء جماعة الطلاب أثناء ممارستهم للبرنامج - دور المنشط:- العمل على تنشيط العلاقات بين أعضاء جماعة الشباب الجامعي
- (و) مرحلة تقييم برنامج التدخل المهني:- تعتبر هذه المرحلة النهائية والتي انتهى عندها الوقت المحدد لتنفيذ البرنامج حيث تم القياس البعدي على الجماعة التجريبية ، كما تم التعرف على أثر المتغير التجريبي المتمثل في استخدام برنامج تدريبي في خدمة الجماعة على المتغير التابع وهو تنمية مهارات التفكير الإيجابي للشباب الجامعي" وبالتالي معرفة التغيرات التي حدثت لأعضاء الجماعة بعد ممارستهم وتنفيذهم لبرنامج التدخل المهني بمساعدة الباحث وأهم الأدوات التي استخدمها الباحث لتحقيق هذا الهدف هي:
- ١- مقياس مهارات التفكير الإيجابي ، حيث تم القياس البعدي لأعضاء الجماعة، ثم قام الباحث بمقارنته بالقياس القبلي لها لمعرفة مدى تأثير استخدام برنامج تدريبي في خدمة الجماعة في تنمية مهارات التفكير الإيجابي للشباب الجامعي بعد تعرضهم لبرنامج التدخل المهني.
- ٢- تحليل محتوى التقارير الدورية التي تم تسجيلها عقب اجتماعات الجماعة التجريبية.

ثامنا: نتائج الدراسة الميدانية:- جدول رقم (٣) يوضح خصائص الجماعة التجريبية

| م | البيانات الأولية | التكرار | النسبة |
|---|------------------|---------|--------|
| ١ | ذكر              | ٤       | ٢٦.٦   |
| ٢ | أنثي             | ١١      | ٧٣.٣   |
|   | المجموع          | ١٥      |        |

يتضح من الجدول السابق أن نسبة الاناث ٧٣.٣% أكبر من الذكور ٢٦.٦%  
 جدول رقم (٤) يوضح دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للجماعة التجريبية للبعد الاول لمقياس مهارات التفكير الإيجابي وذلك باستخدام اختبار T. TEST (ن=١٥)



| م | الأبعاد                           | القياسات      | ن  | الدرجة في المقياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة(t) المحسوبة | قيمة(t) الجدولية    | الدلالة |
|---|-----------------------------------|---------------|----|-------------------|-----------------|-------------------|------------------|---------------------|---------|
| ٢ | البعد الأول (حديث الذات الإيجابي) | القياس القبلي | ١٥ | ٤٠٧               | ٢٧.١٣٣٣         | ١.٦٨٥             | ٤١.٢٤٣           | ١.٧٦١<br>(٠.٠٥، ١٤) | دال     |
|   |                                   | القياس البعدي | ١٥ | ٧٨٥               | ٥٢.٣٣٣٣         | ١.٦٣٢٩٩           |                  |                     |         |

\*\* معنوية عند (٠.٠١) \* معنوية عند (٠.٠٥)

يتضح من الجدول السابق مايلي: -توجد فروق معنوية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لاجتماعه الجماعة التجريبية علي مقياس مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي " بالنسبة للبعد الاول وذلك عند مستوي معنوية ٠.٠٥ . حيث أن قيمة (ت) المحسوبة (٤١.٢٤٣) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١.٧٦١) وهذا يدل علي فعالية برنامج التدخل المهني

جدول رقم (٥) يوضح دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للجماعة التجريبية للبعد الثاني لمقياس

مهارات التفكير الايجابي " وذلك باستخدام اختبار T. TEST (ن=١٥)

| م | الأبعاد                    | القياسات      | ن  | الدرجة في المقياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة(t) المحسوبة | قيمة(t) الجدولية        | الدلالة |
|---|----------------------------|---------------|----|-------------------|-----------------|-------------------|------------------|-------------------------|---------|
| ٣ | البعد الثاني (حل المشكلات) | القياس القبلي | ١٥ | ٤٢٨               | ٢٨.٥٣٣          | ١.٤٥٧٣            | ٤١.٥٥٨           | ١.٧٦١<br>(١٤)<br>(٠.٠٥) | دال     |
|   |                            | القياس البعدي | ١٥ | ٧٣٧               | ٤٩.١٣٣          | ١.٠٦٠١            |                  |                         |         |
|   |                            |               |    |                   |                 | ٣                 |                  |                         |         |

\*\* معنوية عند (٠.٠١) \* معنوية عند (٠.٠٥)

يتضح من الجدول السابق مايلي: -توجد فروق معنوية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لاجتماعه الجماعة التجريبية علي مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي " بالنسبة للبعد الثاني وذلك عند مستوي معنوية ٠.٠٥ . حيث أن قيمة (ت) المحسوبة (٤١.٥٥٨) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١.٧٦١) وهذا يدل علي فعالية برنامج التدخل المهني

جدول رقم (٦) يوضح دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للجماعة التجريبية للبعد الثالث لمقياس

مهارات التفكير الايجابي " وذلك باستخدام اختبار T. TEST (ن=١٥)

| م | الأبعاد                       | القياسات      | ن  | الدرجة في المقياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (t) المحسوبة | قيمة (t) الجدولية   | الدلالة |
|---|-------------------------------|---------------|----|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------|---------------------|---------|
| ٤ | البعد الثالث (اتخاذ القرارات) | القياس القبلي | ١٥ | ٣٧٥               | ٢٥.٠٠           | ١.٦٤٨             | ٥١.٧١٤            | ١.٧٦١<br>(٠.٠٥، ١٤) | دال     |
|   |                               | القياس البعدي | ١٥ | ٧٣٧               | ٤٩.١٣٣٣         | ٠.٦٣٩٩٤           |                   |                     |         |

\*\* معنوية عند (٠.٠١) \* معنوية عند (٠.٠٥)

يتضح من الجدول السابق مايلي:-توجد فروق معنوية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لاعضاء الجماعه الجماعة التجريبية علي مقياس مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي " بالنسبه للبعد الثالث وذلك عند مستوي معنوية ٠.٠٥ . حيث أن قيمة (ت) المحسوبة (٥١.٧١٤) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١.٧٦١) وهذا يدل علي فعالية برنامج التدخل المهني

جدول رقم (٧) يوضح دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للجماعة التجريبية لمقياس مهارات التفكير

الاجباري للشباب الجامعي ككل وذلك باستخدام اختبار T. TEST (ن=١٥)

| م | الأبعاد  | القياسات      | ن  | الدرجة في المقياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (t) المحسوبة | قيمة (t) الجدولية   | الدلالة |
|---|--|---------------|----|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------|---------------------|---------|
| ١ | أبعاد مقياس مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي " ككل | القياس القبلي | ١٥ | ١٢١٠              | ٨٠.٦٧           | ٢.٢٢٥٣٩           | ٧٩.٨٨٦            | ١.٧٦١<br>(٠.٠٥، ١٤) | دال     |
|   |  | القياس البعدي | ١٥ | ٢٢٥٩              | ١٥٠.٦٠          | ٢.٥٢٩٨٢           |                   |                     |         |

\*\* معنوية عند (٠.٠١) \* معنوية عند (٠.٠٥)

توجد فروق معنوية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لاعضاء الجماعه الجماعة التجريبية علي مقياس مهارات التفكير الايجابي للشباب الجامعي " بالنسبه للمقياس ككل وذلك عند مستوي معنوية ٠.٠٥ . حيث أن قيمة (ت) المحسوبة (٧٩.٨٨٦) أكبر من قيمة (ت) الجدولية (١.٧٦١) وهذا يدل علي فعالية برنامج التدخل المهني

### مناقشة النتائج العامة للدراسة:-

توصلت الدراسة الي صحة الفرض الرئيسي الذي وضع لاختباره وهو يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلي تنمية مهارات التفكير الايجابي، حيث اظهرت النتائج الكمية الناتجة

عن تطبيق القياس القبلي والبعدي لمقياس التفكير الايجابي صحة الفروض سواء مايرتبط بالبعد الأول وهو يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلى تنمية مهارة حديث الذات الايجابي وأيضاً البعد الثاني يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلى تنمية مهارة حل المشكلات وأيضاً البعد الثالث يؤدي استخدام برنامج تدريبي للعمل مع جماعات الشباب الجامعي إلى تنمية مهارة اتخاذ القرارات

واتفقت نتيجة القياس الكمي مع ملاحظات الباحث وما قام بتسجيله من تقارير دورية عقب اجتماعه

مع الجماعة.

## مراجع البحث

## (أ) -المراجع العربية

- ١- مرعى، إبراهيم بيومى، محفوظ:، ماجدى عاطف، (٢٠٠٦): النماذج والنظريات العلمية والمهارات الإشرافية فى خدمة الجماعة، الرياض، مكتبة الرشد، ص ١٨٤.
- ٢- مرعى، إبراهيم بيومى، محفوظ، ماجدى عاطف: مرجع سبق ذكره، ص ١٨٧.
- ٣- مرعى، إبراهيم بيومى وآخرون، (٢٠٠٣): أسس ومجالات العمل مع الجماعات، جامعة حلوان، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعي، ص ٦٣
- ٤- عبد الخالق، أحمد، (٢٠٠٣): أصول الصحة النفسية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ٣٧
- ٥- عبد الخالق، أحمد، (١٩٩٠): المؤشرات الذاتية لنوعية الحياة لدي عينة من طلاب جامعه الكويت، مجلة دراسات نفسية، المجلد (٢٠) العدد ص ص ٢٢٧-٢٤٦<sup>١</sup> عادل عز الدين الأشول: موسوعة التربية، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية
- ٦- ماهر، أحمد: مرجع سبق ذكره، ص ٣٤٥.
- ٧- عميرة، أشرف محمد العربى، (٢٠٠٧): استخدام أسلوب النمذجة السلوكية فى طريقة العمل مع الجماعات، الإسكندرية، المكتب الجامعى الحديث، ص ص ٩٧: ٩٨.
- ٨- أعضاء هيئة التدريس بقسم خدمة الجماعة، (٢٠٠٠): العمليات المهنية فى العمل مع الجماعات، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعى، ص ٧٩.
- ٩- أعضاء هيئة التدريس بقسم خدمة الجماعة، (٢٠٠٢): عمليات الممارسة فى خدمة الجماعة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، مطبعة العمرانية للأوفست،، ص ١٧٩.
- ١٠- الانصاري، بدر، (٢٠٠٤): دراسة القلق لدى الشباب فى بعض الدول العربيه، دراسة ثقافية مقارنة، القاهرة، رابطة الأخصائين النفسيين، مجلة دراسات نفسية، مجلة ١٤، عدد ٣، يوليو.
- ١١- الأنصاري، بدر محمد، وكاظم، علي مهدي ، (٢٠٠٨): قياس التناؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة، دراسة ثقافية مقارنة بين الكويتيين والعمانيين، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، جامعة البحرين،
- ١٢- الخطيب، جمال وآخرون، (١٩٩٢): إرشاد أسر الأطفال ذوى الحاجات الخاصة، عمان: دار حنين للنشر والتوزيع
- ١٣- حجازي، مصطفى، (٢٠٠٥): الإنسان المهودر، ط١، المركز الثقافي العربي، بيروت- لبنان.
- ١٤- السيد، حنان سعيد، (٢٠١٤): سكولوجية السلوك الإيجابى، الإسكندرية: مطبعة المحمدية للنشر والتوزيع

- ١٥- السيد، حنان شوقي، (٢٠٠٤): التدخل المهني بأسلوب المناقشة الجماعية والسوسيودراما في خدمة الجماعة وإعادة التوافق للشخصيات ذات الطابع العدواني، المؤتمر العلمي السابع عشر، المجلد الثاني، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ص ص ٩٩٢: ٩٩٣.
- ١٦- علي، رباب طه (٢٠٠٧): أثر برنامج لتنمية مهارة حل المشكلات باستخدام بعض الوسائط التكنولوجية عند أطفال ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعه عين شمس.
- ١٧- مبروك، سحر فتحي، آخرون، (٢٠٠١): الدليل العلمى لمهارات الخدمة الاجتماعية، المعهد العالى للخدمة الاجتماعية ببنها، ص ١١٥.
- ١٨- العوضى، سعيد يمانى، (٢٠٠٢): محاور الممارسة المهنية لطريقة العمل مع الجماعات، القاهرة، بدون ناشر، ص ٢٩١
- ١٩- سليمان، سناء محمد (٢٠١١): التفكير أساسياته وأنواعه تعليمه وتنمية مهاراته، القاهرة، عالم الكتب.
- ٢٠- أحمد، شيماء جمال محمد حسنى، (٢٠١٤): فعالية برنامج معرفى سلوكى لزيادة مستوى التفكير الإيجابى لدى الشباب الجامعى، رسالة دكتوراه، غير منشورة، القاهرة: كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان
- ٢١- حسنى، شيماء جمال محمد، (٢٠١٤): فعالية برنامج معرفى سلوكى لزيادة مستوى التفكير الإيجابى لدى الشباب الجامعى، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعه حلوان
- ٢٢- نجم، ضياء الدين إبراهيم، (٢٠٠٠): الجماعات الاجتماعية مداخل نظرية ومواقف تطبيقية، بدون ناشر، ص ١٠٩.
- ٢٣- إمام، عائشة عبد الرسول، (٢٠٠٩): العلاقة بين تطبيق برنامج تدريبي وتنمية الممارسة المهنية للأخصائيين الاجتماعيين ومشرفي الأديوار بالمدارس الخاصة، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، العدد السادس والعشرون، الجزء الثالث، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ص ١١١٥.
- ٢٤- إبراهيم، عبد الستار، (٢٠١١): عين العقل دليل المعالج النفسى للعلاج المعرفى الإيجابى، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية
- ٢٥- رشوان، عبد المنصف حسن على، (٢٠٠٦): ممارسة الخدمة الاجتماعية فى مجال رعاية الشباب وقضاياهم ( اسوان: ص ٣
- ٢٦- أحمد، عبدالمجيد سيد، الشربيني، زكريا أحمد، (٢٠٠٥): الشباب بين صراع الأجيال المعاصر و الهدى الإسلامى ( المشكلات - القضايا - مهارات الحياة ) ، القاهرة، دار الفكر العربى، ص ٣٣

- ٢٧- العتوم، عدنان يوسف وآخرون )، (٢٠٠٩) تنمية مهارات التفكير نماذج نظرية وتطبيقات عملية، ط٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان \_ الاردن.
- ٢٨- عبد الله، عزه عبد الجليل عبد العزيز، (٢٠٠٦): نحو برنامج تدريبي مقترح لرفع كفاءة الأداء لدى الممارسين للعمل مع الجماعات بمراكز الشباب بالمناطق النائية، الواحات البحرية بحث منشور في المؤتمر العلمي الثامن عشر 'المجلد الثالث'
- ٢٩- حلمى، على: دور الشباب فى التنمية الاجتماعية والاقتصادية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، د.ت، ص: ١٢٢
- ٣٠- فتحي فتحي السيسى: مدى فعالية البرامج التدريبية فى رفع مستوى الأداء المهني للأخصائيين العاملين مع الأطفال الصم والبكم، بحث منشور في المؤتمر العلمي الثامن عشر، المجلد الرابع، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ٢٠٠٥، ص ٢٠٣١.
- ٣١- أبو زيد، فوزى محمد، (٢٠٠٩): قضايا الشباب المعاصر، القاهرة، دار الإيمان و الحياة، ص ١٥
- ٣٢- الجندي، كرم محمد وآخرون، (٢٠٠٤): طريقة العمل مع الجماعات العملية المهنية ومجالات الممارسة، جامعة حلوان، كلية الخدمة الاجتماعية، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعى، ص ٥٨.
- ٣٣- الجندي، كرم محمد حمد، وآخرون (٢٠٠٣): العمل مع الجماعات النظرية والتطبيق، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، مركز توزيع ونشر الكتاب الجامعى، ص ٥٢ : ٥٣.
- ٣٤- محفوظ، ماجدي عاطف، سليمان، شريف محمد (٢٠١٠): مهارات الممارسة المهنية فى خدمة الجماعة، ص ٧٠
- ٣٥- على، ماهر أبو المعاطى، (٢٠٠٣): الخدمة الاجتماعية فى مجال رعاية الشباب (معالجة علمية من منظور الممارسة العامة ) ، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق، ص ٩
- ٣٦- على، ماهر أبو المعاطى، (٢٠٠٠): دليل التدريب الميدانى لطلاب الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعى، ص ٣٧.
- ٣٧- الصافي، محمد البدوي خليفة، (٢٠٠٥): المهارات المهنية للأخصائى الاجتماعى، الإسكندرية، المكتب الجامعى الحديث، ٢٠٠٥، ص ١١٣.
- ٣٨- عبد الرحمن، محمد السيد، خليفة، منى (٢٠٠٣): تدريب الأطفال ذوى الإضطرابات السلوكية على المهارات النمائية، القاهرة: دار الفكر العربى
- ٣٩- غبارى، محمد سلامة محمد، عطية، السيد عبد الحميد (١٩٩١): لاتصال ووسائله بين النظرية والتطبيق، الإسكندرية، المكتب الجامعى الحديث، ص ١٢٧.

- ٤٠- فهمى، محمد سيد: تكنولوجيا الاتصال فى الخدمة الاجتماعية، الإسكندرية، المكتب الجامعى الحديث، بدون سنة نشر، ص ١٩٥.
- ٤١- الأسعد، محمد مصطفى، (٢٠٠٠): مشكلات الشباب الجامعى و تحديات التنمية، بيروت، المؤسسة الجامعية للدراسات و النشر و التوزيع ، ص ١١
- ٤٢- حجاب، محمد منير، وهب، سحر محمد: المداخل الأساسية للعلاقات العامة المدخل الاتصالى، القاهرة، دار الفجر للنشر والتوزيع، بدون سنة نشر، ص ١٨٨.
- ٤٣- الخولي، منال علي محمد (٢٠١٤): أثر برنامج تدريبي قائم علي تحسين التفكير الايجابي في مهارات اتخاذ القرار ومستوي الطموح الأكاديمي لدي طالبات الجامعة المتأخرات دراسيا، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد ٤٨، الجزء الثاني
- ٤٤- علام، منتصر، (٢٠١٢): الارشاد النفسي العقلاني الانفعالي السلوكي، القاهرة، المكتب الجامعي الحديث
- ٤٥- سعيد، نادية زغلول وآخرون، (٢٠٠١): إدارة مؤسسات الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعى، ص ١٦٦.
- ٤٦- أحمد،: نبيل ابراهيم، (٢٠٠٠): أساسيات خدمة الجماعة، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق، ص ٢٥٠.
- ٤٧- أحمد،: نبيل ابراهيم، (٢٠٠٠) الاتصال فى طرق ومجالات الخدمة الاجتماعية، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق، ص ١١٢.
- ٤٨- منقريوس، نصيف فهمى، (٢٠٥): الاتصال بين الجوانب الإنسانية والتكنولوجية المعاصرة، جامعة حلوان، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعى، ص ٢٣٢.
- ٤٩- معوض، موسى،: ٢٠١٣ مفهوم حل المشكلات، دب، شبكة الالوكة، ص. ١٢، ١١.
- ٥٠- هشام الطالب: دليل التدريب القيادى، سلسلة التنمية البشرية، فلسطين، دار المستقبل، ١٩٩٨، ص ٣١٢.
- ٥١- الجبالي، هند قباري خميس، (٢٠٠١): استخدام وسائل التعبير في برنامج خدمة الجماعة وتنمية وعي الشباب بالمشروعات الصغيرة، مرجع سبق ذكره، ص ص ٢٧ : ٢٨.
- ٥٢- الجبالي، هند قباري خميس، (٢٠٠١): استخدام وسائل التعبير في برنامج خدمة الجماعة وتنمية وعي الشباب بالمشروعات الصغيرة، مرجع سبق ذكره، ص ٣٢.
- ٥٣- حجازي، وجدي حامد، (٢٠١٠): التدريب في القرن الحادي و العشرين' الإسكندرية ، دار التعليم الجامعي ،
- ٥٤- حبيب، جمال شحاته (٢٠٠٩): الممارسه العامه منظور حديث فى الخدمة الاجتماعيه (الاسكندريه: المكتب الجامعى الحديث، ص ص ٢٩١ - ٢٠٤

٥٥- البصير، ناجية رحومة سالم (٢٠١٨): فعالية برنامج لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لدى الطالبة الجامعية كمدخل لتحسين الحب والانتماء، جامعه عين شمس، كلية البنات، ٢٠١٨.

### (ب)-المراجع الأجنبية

- 1- Quilliam , Susan: Positive Thinking , Britain , Dorling Kindersley , 2008
- 2- Altiero , Joann: No More Stinking Thinkig , a work Book for Teaching Children Positive Thinking , London , England , Jessicakingley Publishers ,2007
- 3- Keith , Dobson: Hand Book of Cognitive Behavioral Therapies , Third Edition , New York , The Guilford Press , 2010
- 4- Capara , Gian , Steca , Patrizia: Looking for Adolescents Well - Being: Self - Efficacy Beliefs as Determinats of Positive Thinking and Happiness Epidemiologia , Sichiatria Social , Journal Epidemiologia Epsichiatria Social , Vol 15 (1) , Jan - Mar , 2006
- 5- Yearley , L : Mencius and Ajuinas: Theories of Virtue and Conceptions of Courage Albany , NY: State University of New York Press , 1990
- 6- Neck , Chris , Manx , Charles: Thought Self Leadership: The Influence of Self Talk and mental Imagery on Performance , Journal of Organization Behavior , Vol (13) , 1992.
- 7- Wang,H.chag,w,Lai,y.(2012)Astudy on the relation between thinking styles ( attitudes) and collaboration ( attitudes of college students in Taiwan.
- 8- 1 Broderick,Natalie,Yvonne(2001): AnInvestion of the Relationship Between private Speech and Emotion in preschool age Children the Science and Engineering , vol, 61( 11-B) May, pp6125
- 9- Blanton , Smiley: The Mazing Results of Positive Thinking ,New York Fireside , 2003Richard , Owen : Do Positive Thinking and Meaning Mediate the Positive Effect Life Satis Faction Relationship , Canadion , Journal of Behavioral Science , 2011
- 10- Scott , J , Marshall , G: Dictionary Sociology , Oxford University Press , 2009