

The Activity of a strategy of building optimism In The Development of Optimism The pupils of a fourth year average

فعالية استراتيجية بناء التفاؤل في تنمية سمة التفاؤل لدى تلاميذ سنة رابعة متوسط

دراسة ميدانية بمدينة سعيدة

منصوري مصطفى^{1*}، عينو عبد الله²،

¹ جامعة عبد الحميد بن باديس (الجزائر)

² جامعة الدكتور مولاي الطاهر – سعيدة (الجزائر)

تاريخ الاستلام: 2019/10/14؛ تاريخ القبول: 2020/06/10؛ تاريخ النشر: 2020/09/30

ملخص: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية استراتيجية بناء التفاؤل في تنمية التفاؤل لدى عينة من تلاميذ السنة رابعة متوسط عددها 36 تلميذ، ممن لديهم تدني في مستوى التفاؤل، اعتمد المنهج التجريبي بمجموعتين تجريبية وضابطة، أما أدوات الدراسة: مقياس التفاؤل والتشاؤم لسليجمان واستراتيجية بناء التفاؤل من إعداد الباحثين، وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام اختبارات " قد أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي، ولا توجد فروق بين الذكور والإناث بعد تطبيق الاستراتيجية على عينة المرحلة المتوسطة في القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية: استراتيجية بناء التفاؤل، التفاؤل، التشاؤم، التلاميذ متدني التفاؤل

Abstract: This study aimed to identify the effective strategy of optimism in the development of optimism In a sample of students fourth year average, torme sample Of the 36 pupils, those who have low in the level of optimism ,the experimental approach was adopted in two experimental and control groups, the study tools are: The scale of optimism and pessimism for Seligman and the result of building optimism from the numbers of researchers, After statistical processing using the "T" test , the results have resulted in statistically significant differences in the dimensional measurement, and not there are differences between males and females after the strategy is applied to the average phase sample in the dimensional measurement.

Keywords: Students low optimism - Optimism -pessimism -Optimism strategy building

I - تمهيد :

لا تزال الظاهرة الإنسانية من أعقد الظواهر على الإطلاق، فالشخصية عبارة عن خليط من التفاعلات التي تحدث على مستوى معين وفي مجال غامض وعميق سواء أدركه صاحبها أم لم يدركه، وقد تحدث تلك التفاعلات بشكل سلس أو قد يصيبها نوع من الاعتلال مما قد يؤثر على ذات الفرد فتحدث الاختلال والاضطرابات التي تتطلب التدخل العاجل، مع العلم أن تلك التفاعلات تحدث على المستوى الداخلي وتحدث تبادلات مع العالم الخارجي، الذي في كثير من الأحيان قد يؤثر عليها سلبا مما يساهم في إخراجها من دولها الطبيعي. تعتبر سمات التفاؤل والتشاؤم من السمات الراسخة في شخصية كل فرد وجزأين لا يتجزآن منها، حيث تعمل التنشئة الاجتماعية على تعزيز هاتين السمتين وتوظيفهما بشكل واسع ومكرر وفي كل المواقف والأحداث اليومية والخبرات التي تكثف الشخص إلى أن يصير أو يصير أحدهما سمة ملازمة لتلك الشخصية يحق لها في كل حدث تفسيره وتأويله، فتكون شخصية مزاجية فعلا. وبما أن سمات التفاؤل والتشاؤم من السمات الملازمة لكل شخصية إنسانية، فإن التلميذ ومساره الدراسي والمواقف الدراسية والتربوية التي يعيشها كل تلميذ تصطبغ بعامل التفاؤل والتشاؤم مما قد يؤثر سلبا أو إيجابا على أداءه الدراسي ككل، لاسيما في زمان كثرت فيه الجرائم والأفكار التشاؤمية والهدامة والتي تحط من المعنويات وتزرع التشاؤم واليأس والقنوط والنفور من الدراسة مع توفر الوسائل الإعلامية الحديثة والكثيرة والسريعة والتي أصبح سيلها أشد من التأثير الضعيف للأفكار الايجابية وللتفكير التفاؤلي.

II - إشكالية الدراسة:

الواقع يدل على مرأى ومسمع الجميع بأن المدرسة بوجه العموم والتلميذ وطالب العلم على وجه الخصوص يواجهان حملة شرسة، يسعى أصحابها من خلالها تحقيق أهدافهم وعلى رأسها ترك التلميذ للدراسة والمدرسة وطرح العلم والتهاون في طلبه، ولأن ذلك لا يتحقق إلا بالجهد والعمل الدقيق فيتطلب فريق من المختصين في عدة تخصصات منها التربوية والنفسية، ولقد يعلم هؤلاء بأن الشخصية الإنسانية أشد تأثرا بسمتي التفاؤل والتشاؤم ومزاجية إلى حد بعيد، فقد تم الدخول من هذا الباب إلى شخصية التلميذ، ولأنهم لا يستطيعون تحقيق أهداف بشكل مباشر، بأن يترك الطفل المدرسة هكذا فجأة ومن دون مبرر، بل يسوغون له المبررات لتحقيق ذلك كأن يزرع في نفوسهم التشاؤم والملل من الدراسة وكراهية التعلم والتشاؤم من جو المدرسة والدراسة ككل وزرع أفكار جرثومية مساعدة على التسرب الدراسي بمجموعة من الصور والقصص والنكت والمشاهد والمواقف والمقارنات والأخبار السلبية وغيرها كثير من الأساليب الذكية جدا، فمن هذا الوجه وهو وجه حاصل لا محالة ولا ينكره إلا من يريد دس رأسه في التراب كالنعامة، هذا وإن لتعدد الحياة العصرية وكثرة الضغوط انتشار الظواهر المختلفة وفي شتى المجالات والسلبية منها أثر على جميع أمزجة المجتمع ومن ذلك على سمتي التفاؤل والتشاؤم لدى التلاميذ، فيجب في المقابل مجابهته بسيل واسع ومحكم التصميم والتخطيط من الأفكار الايجابية وزرع التفاؤل وبنائه في شخصية التلميذ مند نعومة أظافره.

فقد أشارت دراسة مارشال سنة 1992 بعنوان "علاقة التشاؤم بالاكنتاب" عند طلاب جامعة كولومبيا لعلم النفس الأمريكية أشارت إلى أن العينة تعاني من التشاؤم المصاحب للاكنتاب والقلق، التوقعات السلبية، أما دراسة فريخ العنزي، وعود المشعان 1998 التي هدفت إلى معرفة تأثير كل من التفاؤل والتشاؤم في الشخصية الفصامية فقد وجدت ارتباطا سلبا دال بين التفاؤل

والشخصية الفصامية لكل من الذكور والإناث على انفراد، وجود ارتباط موجب دال بين التشاؤم والشخصية الفصامية لكل من الذكور والإناث⁽¹³⁾. هذه الدراسات تبوّنا بأن للتفاؤل تأثير قوي ويسري في النفس كسريان النار في الهشيم، مما ينجر عن التشاؤم المفرط والمستمر الكثير من الأمراض النفسية.

أما فيما يخص الدراسات التي استخدمت برامج واستراتيجيات تنموية وعملت على التأكد من فاعليتها، فقد أوضحت دراسة جهاد/عز الدين الهادفة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشاد جمعي في خفض التوتر والتشاؤم لدى أمهات الأطفال الأردنيين المصابين بالسرطان التي تلقى أفرادها برنامجا إرشاديا السلوكي، فقد أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وجود فروق ظاهرة بين متوسطات القياسين البعدي والتبعي لصالح التبعي على بعض المقاييس فقد ارتفعت الدرجات سلبا على مقياس التوتر في حين انخفضت إيجابيا على مقياس التشاؤم⁽¹⁴⁾، وذلك من خلال تتبع استراتيجيات وبرامج تنموية المساهمة في بناء التفاؤل، إذ يحاول الباحث من خلالها الإجابة على الإشكالية التالية:

1. هل هناك فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل؟ ويتفرع هذا السؤال إلى أسئلة فرعية وهي:

1.1. هل هناك فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس القبلي والبعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل؟

1.2. هل هناك فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل؟

1.3. هل هناك فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس البعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل تعزى لمتغير الجنس؟

2: أهمية الدراسة: للدراسة الحالية وموضوع التفاؤل والتشاؤم أهمية قصوى في حياة الفرد، فقد تعطل شؤون العديد من الناس بتعطل سمة التفاؤل، فالتفاؤل هو جوهر العمل والنشاط والمثابرة والدافعية، لولا التفاؤل لما كانت لدى التلميذ في أعلى مستوياتها، كما تبرز أهمية الدراسة في كون أن الاستراتيجية المطبقة هي جزء من التفاؤل وزرعها، قد يتم تغافل في كثير من الأحيان عن دور التفاؤل في حياة كل فرد فمن الأهمية بمكان إعادة التذكير وإبراز أهميته وفاعليته في الحياة ككل ومن ذلك حياة التلميذ والتأثير العميق للتفاؤل أو التشاؤم في أدائه الدراسي.

أهداف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى :

- قياس فاعلية إستراتيجية بناء التفاؤل في تنميته لدى التلاميذ المرحلة المتوسطة.

- معرفة فاعلية إستراتيجية بناء التفاؤل في تنميته لدى التلاميذ المرحلة المتوسطة بالاختلاف متغير الجنس.

- التأكد من صدق أداة الدراسة وهي إستراتيجية بناء التفاؤل.

3: مفاهيم إجرائية :

التشاؤم: عبارة عن استعداد وتعبؤ نفسي للتلميذ، وقد يكون سمة كامنة داخل شخصية التلميذ يؤدي به إلى التوقع السلبي للأحداث وتكوين صورة سلبية لما يستقبل حياته الدراسية .

التفاؤل: توقعات وتصورات الذات الايجابية لدى الفرد والتلميذ بالأخص عن كل ما يتعلق بمستقبله الدراسي وجوانب حياته المتعلقة به.

يقاس مستوى التفاؤل من خلال مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الفرد على مقياس التفاؤل والتشاؤم لسليجمان إذا كانت من (0-24) مستوى التفاؤل منخفض وبالتالي يطبق الاستراتيجية على هذه الفئة، والفئة التي تنال أكثر يعني درجاتها تكون بين من (25-48) كمؤشر التفاؤل فليس لديها الحق المشاركة في التدخل بالاستراتيجية .

الاستراتيجية: هي مجموعة الخطط، الوسائل، الأفكار، الإجراءات، الفنيات والمبادئ التي تستخدم في أحد الميادين التربوي والنشاط الإنساني بصورة شاملة ومتكاملة، لغرض الوصول إلى أهداف محددة مرتبطة بالمستقبل الدراسي للتلاميذ وأعلى درجات التوافق النفسي والدراسي.

4:الإطار النظري: من العجب والمدهش في تكوين الإنسان أنك تجد العالم كله قد انطوى فيه، فشخصية الإنسان عبارة عن مزيج من السمات التي لا يزال الكثير من الباحثين يوم بعد يوم يكتشفون خباياها وتفاعلاتها وتأثيرها، وقد تصاب تلك الشخصية باضطرابات ومعيقات تحول دون تحقيق النمو السليم، الاقتداء فهو أحد أساليب التعلم يفيد الذين يعانون من اضطرابات انفعالية، فمن خلاله يتعلم الفرد كيف يقلل الشعور السلبي وكيف يسترخي ثم إثارة الدافع لديه للتعامل مع الموقف. (عبد الحكيم، 2009)

وإذا انتقل التلميذ إلى الحياة المدرسية فيجد التربويون يكرسون ويؤكدون ما تعلمه الطفل من الأسرة فيجدهم يغلب عليهم الطابع السلبي في التفكير والتفاؤل المبعد المزاحم من قبل التشاؤم في كل شيء فيتيقن بأنه السلوك الصواب في هذه الحياة، وكذلك جماعة الأقران لدى التلميذ تفكيرها التشاؤمي ونبذها للتفاؤل في كل شيء يصعب بعدها التلميذ ترك التفكير السلبي والتشاؤم أو التوجه نحو التفاؤل وخاصة إذا لم يجد البديل الذي يعكس الصورة الحقيقية عن المتشائمين لا في الأسرة ولا المدرسة ولا جماعته الدراسية فماذا يحدث؟، تلقي هذه البرمجة المتواصلة بثقلها على النشاط الدراسي وعلى دافعية التلميذ للتعلم وعلى تدني التحصيل وذلك ما ذلت عليه العديد من الدراسات (عبد الستار 1993).

فعملية فهم سمة التفاؤل والتشاؤم في شخصية الفرد تتم بطرق مختلفة وتفسيرها يتم عن طريق نظريات عديدة فيمكن توضيح المعرفة بالتدقيق لعواقبه وآثاره العاطفية والسلوكية، وأحيانا تظهر على شكل أعراض متناقضة مجتمعة في الفرد وهذا كما يبدو ويظهر عن التفاؤل والتشاؤم في شخصية الفرد (عبد الهادي، 2013)، لكن الذات المتفائلة بالمستقبل والتي تحمل التفاؤل في جميع توجهاتها ترى بأنها فرصة لحياة جديدة ويفسر بعد كل ما يقع لها و يواجهها وفقا لنظرة تفاؤلية إيجابية .

مفهوم التفاؤل يفسر على أنه عكس التشاؤم أو يمكننا فهم مصطلح التفاؤل من خلال فهمنا لعكس هذه الكلمة وهو التشاؤم فإذا كان التشاؤم عبارة عن استعداد وتحيؤ شخصي لتوقع الأحداث السلبية والنظر إليها بشكل سلبي، فيمكن اعتبار التفاؤل عبارة عن استعداد وتحيؤ شخصي لتوقع الأحداث الإيجابية والتفكير في المستقبل بشكل إيجابي.

التفاؤل يحافظ على بقاء الإنسان، ويعد الأساس الذي يمكن الأفراد من وضع الأهداف أو الأولويات، إنه الأفعال والسلوكيات التي تجعل أفراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات والحن التي قد تواجههم في معيشتهم وفي المواقف الاجتماعية التي يتعرضون لها . والناس متفاوتون في التفاؤل فمنهم من ينمو هذا الشعور في نفسه ويقوى بالاعتقاد وشدة الانتباه ودقة الملاحظة حتى لا يكاد يفارقه في كل شؤونه ليتحول إلى نمط سلوكي في حياته ومنهم من يقل إحساسه ويضعف شعوره بملازمته حتى يكاد يتلاشى (سعد الدين، 2012، ص129). وقد لاقى مفهوم التفاؤل والتشاؤم إقبالا كبيرا في أوساط الباحثين في الوقت الراهن لما كشفت عنه الكثير من الدراسات التأثير الذي يمكن

أن تمارسه سمة التفاؤل وارتفاع التشاؤم على حياة الأفراد وأدائهم ومعدل إنتاجهم، كشفت بعض الدراسات بأن سمة التشاؤم تؤثر وتزيد من الإصابة بالأمراض العضوية فيما يعرف بالاضطرابات النفس جسدية

الشعور الجيد والمملوء بالمشاعر الإيجابية التي تظهر الصورة الجيدة للإنسان عن العالم، الذي بدوره ينمي تقدير الذات والثقة بالنفس وهذه العوامل والسمات النفسية تزيد من الصلابة النفسية تجاه الصدمات والأزمات النفسية التي يمكن أن تعصف بالفرد، وفهمنا لحقيقة التفاؤل يقوم على عكس المعنى وتحقيق التفاؤل من خلال الاستعداد دائم لدى الفرد لما يتوقعه ويحتمله للمستقبل بمخالفة مقتضيات الماضي، وأساسيات الحاضر وذلك في اتجاه المبالغة في العوائد الإيجابية. يفترض أن التشاؤم يمكن أن يؤثر تأثيراً سلباً في سلوك الإنسان وصحته النفسية والجسمية، بحيث استخلصت الدراسات أن سمي التفاؤل والتشاؤم عاملين قويين جدا في صعوبة اجتياز العقبات والعوائق الداخلية والخارجية المحيطة مما لزم الأمر النظر بجدية في كيفية مواجهة تلك العوائق والقضاء عليها من خلال توفير البرامج والمستلزمات الضرورية لتنمية التفاؤل والحد من استفحال التشاؤم في نفسية الإنسان، وتزيد البرمجة السلبية للفرد من قبل البنية الاجتماعية لتؤثر على السمات الشخصية له مثل التفاؤل من خلال كثرة الخوف والفرح أو الصدفة وكثرة تكرار المواقف والتجارب السلبية، أو الأحلام المزعجة السلبية والتصورات الذهنية السلبية فهي نذير شؤم وتأثير على شخصية الفرد (مُجد عبد الخالق، 1996).

5:الدراسات السابقة: فيما يلي مجموعة من الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع هذه الدراسة

1. دراسة سومر 1991 هدفت لمعرفة الآثار المترتبة على البرنامج الإرشادي التعليمي للتفاؤل، استخدم المنهج شبه التجريبي بمجموعتين تجريبية وضابطة، استخدم اختبار "ت" وتحليل الانحدار المتعدد، أشارت الدراسة إلى أن معتقدات التفاؤل يمكن تنفيذها خلال فترة زمنية محدودة وفاعلية البرنامج في زيادة معتقدات التفاؤل وأن الحالة الاجتماعية والمعتقدات والعمر والجنس لها تأثير أقل في التفاؤل.
2. دراسة هيو ولي 2010 هدفت للتحقق من العوامل التي تفسر الرضا عن الحياة، تكونت العينة من 193 فرد أظهرت النتائج أن التفاؤل يتنبأ بالرضا عن الحياة.
3. دراسة شاهين 2010 هدفت إلى تنمية كل من الأمل والتفاؤل ومن ثم الصمود النفسي لدى أفراد العينة، بعينة تجريبية مكونة من 10 تلاميذ ممن حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الدراسة، أشارت النتائج إلى أنه حقق أفراد العينة تحسناً في درجات الأمل والتفاؤل والصمود النفسي في القياس البعدي، كما أنه لا توجد فروق بين متوسطي رتب القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية على مقياس الأمل والتفاؤل والصمود النفسي.
4. دراسة مقبوله 2014 هدفت الدراسة إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية التفاؤل وخفض التشاؤم لدى الأحداث الجانحين بدار الإصلاح بالسجن المركزي، استخدمت المنهج شبه التجريبي بتصميم موجوعة واحد تجريبية على عينة قوامها 15 فرداً، أظهرت نتائج اختبار ويلكوكسون وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في درجات التفاؤل والتشاؤم على القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي تعزى لبرنامج الإرشادي، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة بين أفراد المجموعة التجريبية في درجات التفاؤل والتشاؤم لدى أفراد المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والمتابعة.

5. دراسة سوزان هدفت للتعرف على العلاقة بين كل من التفاؤل والتشاؤم ومتغيري الانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة تكونت العينة من 343 طالبة من كلية التربية أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطالبات الجامعيات على مقياس التفاؤل ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي (الحري، 1430).
6. دراسة غادة مُجَّد كامل 2014 صالح فاعلية برنامج تدريبي لتنمية التفاؤل المتعلم لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي العجز المتعلم، استخدمت الباحثة مقياس العجز المتعلم وبرنامج تدريبي لتنمية التفاؤل أسفرت النتائج بأن للتفاؤل أثر كبير في تحسين سلوكيات تلاميذ المرحلة الابتدائية وانخفاض مستوى العجز لديهم وأن التفاؤل المتعلم يقاوم الإحباط والاكتئاب لدى التلاميذ دون العجز المكتسب.
7. دراسة أجريت على 118 من الأشخاص واعتمدت على مقياس المواجهة، وقد أشارت النتائج إلى أن التفاؤل ووجهة الضبط يمثلان منبئات مستقلة للتقييم الأول والثانوي للضغوط، حيث أشارت إلى أن التقييم الأول والثانوي للضغوط يكون أفضل في حالة وجهة الضبط الداخلية، وفي حالة المستويات المرتفعة من التفاؤل (عز الدين، 2011، ص371).
8. دراسة رضوان هدفت للتعرف على العلاقة بين الاكتئاب والتشاؤم وبعض المتغيرات على عينة مكونة من 1134 طالب كشفت النتائج عن وجود علاقة بين الجنس والاكتئاب فيما لم يرتبط الجنس بالتشاؤم كما لم يظهر ارتباط بين السن وكل من الاكتئاب والتشاؤم.
- 6:تعقيب على الدراسات:** الدراسات التي تم عرضها استخدم فيها التصميم التجريبي بمجموعتين تجريبية وضابطة مثل دراسة سومر ومقبوله، ومنها من اعتمدت فقط على مجموعة تجريبية فتتفق مع تصميم الباحث في استخدام المنهج الشبه تجريبي، كما اعتمدوا على المقارنات قبلية وبعديّة ومنها من استخدمت المقارنة التبعية مثل دراسة مقبوله، بعض الدراسات اهتمت بأثر سمة التفاؤل على متغير الجنس ودراسة رضوان ودراسة سومر، وأخرى استخدمت البرنامج الإرشادي في تنمية التفاؤل كدراسة مقبوله، ودراسة سومر، وقد أكدت من خلال النتائج الدلالة الإحصائية على وجود أثر وفاعلية لتلك البرامج على تنمية التفاؤل وتتفق مع هذه الدراسة في كون الباحث يستخدم استراتيجية من إعدادة لتنمية سمة التفاؤل لدى التلاميذ، بعض الدراسات اختارها للعينة كان قصدياً وقد وافقت في ذلك اختيار الباحث في هذه الدراسة كدراسة شاهين، الأساليب الإحصائية استخدمت اختبار "ت" أو التباين كدراسة شاهين وسومر، ومنها من استخدمت معامل ويلكوكسون مثل دراسة مقبوله وشاهين، وقد وافقت هذه الدراسة تلك الدراسات في استخدام اختبار "ت" لكن خالفت في معامل التباين تلك الدراسات، اختلفت الدراسات في حجم العينة فالبعض منها استخدم عشر تلاميذ مثل دراسة شاهين ومنها من اختار 15 فرداً مثل دراسة مقبوله وإن كان العينة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي إذا كانت أقل من 30 لاشك أنها سوف تؤثر على استخدام اختبار "ت" في المقارنات، وبعض الدراسات كانت العينة فيها أكبر، لكن عدد التلاميذ في عينة هذه الدراسة فقد تجاوز جميع الدراسات في ذلك، كما أن بعض الدراسات كانت تجربتها وأثر برامجها التنموية على فئة التلاميذ مثل دراسة شاهين وغادة مُجَّد كامل على فئة التلاميذ في المرحلة الابتدائية، وفئة الطلبة للجامعة في دراسة سالم، وهي بذلك توافقت دراسة الباحث حيث اختار تلاميذ المرحلة المتوسطة كعينة تجريبية، وقد ركزت بعض الدراسات ذات التصميم الشبه التجريبي على تقنيات وفنيات العلاج المعرفي والعقلاني

السلوكي والانفعالي مثل دراسة سومر، ودراسة مقبوله، أما باقي الدراسات فقد أدرج الباحث دراسات ذات العلاقة والارتباط التي تستخدم في الغالب المنهج الوصفي وعينات أكثر سعة مثل دراسة رضوان لعينة تحمل أكثر من ألف منتخب لمعرفة العلاقة بين الاكتئاب والتشاؤم وقد وجدت علاقة دالة إحصائيا بينهما، وبالتالي لها علاقة بهذه الدراسة في التأثيرات المسمومة والعميقة لسمة التشاؤم، فهي تمهد لدور استراتيجية تنمية التفاؤل على تغيير جميع الأنماط النفسية للتلاميذ ودفعهم نحو النجاح بخلاف لو تركوا يصارعون الأزمات وتبدأ في نخرم شيئا فشيئا حتى يصبحوا خارج الحياة المدرسية والاجتماعية ككل، وهذا المرمى الذي تتجه إليه باقي الدراسات التي أدرجها الباحث لاسيما دراسة سوزان التي هدفت للتعرف على العلاقة بين كل من التفاؤل والتشاؤم ومتغيري الانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة، فهي إن دلت على شيء فتدل على مدى أهمية ودور سمة التفاؤل على الحياة المدرسية للتلاميذ .

8:الفرضية العامة:

- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل.

8-1:الفرضيات الفرعية:

- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس القبلي والبعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل.

- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل.

- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس البعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل تعزى لمتغير الجنس.

II - الطريقة والأدوات :

المنهج: وظف المنهج تجريبي بتصميم شبه تجريبي في هذه الدراسة لملائمته للبحث وأهدافه، والتصميم وطبيعة العينة واختيارها.

مجتمع الدراسة: مجتمع هذه الدراسة كل تلاميذ سنة رابعة متوسط بمدينة سعيدة -الجزائر المسجلين للسنة الدراسية 2013-2014.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط من متوسطة رفاص إبراهيم تم اختيار 72 تلميذا أجري عليهم مقياس التفاؤل، وقد تم بعد إختيار 36 تلميذ كعينة تجريبية 21 إناث و15 ذكور من لديهم تديني في التفاؤل حسب نتائج المقياس، الاختيار تم

بطريقة المعاينة القصدية لملائمتها للبحث الشبه التجريبي

الحيز المكاني: أما عن الحيز المكاني فتم إجراء الدراسة في متوسطة رفاص إبراهيم بمدينة سعيدة

الحيز الزمني: تم إجراء هذه الدراسة من بداية شهر أكتوبر إلى نهاية منتصف شهر ماي من سنة 2013-2014

تم إجراء القياس القبلي ثم تطبيق استراتيجية بناء التفاؤل ثم إجراء القياس البعدي للتأكد من الأثر الاستراتيجية على تلاميذ سنة رابعة متوسط من متوسطة رفاص إبراهيم بمدينة سعيدة وذلك كله بعد التأكد بمقياس سليجمان التفاؤل والتشاؤم من تديني سمة التفاؤل للعينة التي تم اختيارها من المرحلة المتوسطة في التعليم، الإجراء الشبه التجريبي الذي تم في هذه الدراسة هو تطبيق الاستراتيجية على عينة تجريبية

مؤلفة من 36 تلميذ، وعينة ضابطة متجانسة مع التجريبية للتأكد من عدم تدخل متغيرات أخرى دخيلة لمعرفة أثر استراتيجية تنمية التفاؤل التي أعدها الباحث على العينة التجريبية دون الضابطة، وعلى نتائج الفروق بين القياسين.

أدوات الدراسة: قد استخدم الباحث أداتين في هذه الدراسة ألا وهما مقياس التفاؤل والتشاؤم لسليجمان، واستراتيجية تنمية التفاؤل .

1-مقياس سليجمان: هو مقياس يقيس سمي التفاؤل والتشاؤم أعده الباحث الباحث سليجمان بإعداد مقياس التفاؤل والتشاؤم باللغة الإنجليزية توجد فيه فقرات تقيس سمة التفاؤل وأخرى تقيس التشاؤم، وقد تمت ترجمة هذا المقياس إلى العربية وهو يتمتع بخصائص سيكومترية عالية، يتألف المقياس من 48 فقرة، أما بالنسبة لطريقة تصحيح الاستبيان، الاستبيان يتكون من 48 بنداً يجب عنها ضمن بدليلين أو اختياريين هما: أ، ب. وبالتالي تتراوح الدرجة الكلية للمفحوص بين (0-48). وتم تحديد الدرجات (0-24) كمؤشر على سمة التشاؤم. والدرجات من (25-48) كمؤشر التفاؤل. وقد تم تقنين هذا المقياس على البيئة الجزائرية من قبل الباحث بشير معارمية، ولقد قام بلاستكين سنة (1991) بدراسة لتأكد من صدق وثبات مقياس سليجمان على عينة من طلبة الكليات الجامعة مقارنة من نتائج اختبار المشاجرة والعدوانية وتوصل إلى معاملات صدق وثبات مقبولة كما تم استخراج معامل ثبات لهذا المقياس بطريقة إعادة الاختبار وبالطريقة التجزئة النصفية، إذ تراوحت معاملات الثبات على الطرفين بين (3,71_6,46) على التوالي. يعتبر مقياس (سليجمان) لسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم صادق لما وضع لقياسه وذلك من خلال دراسة بركات سنة (1998) حيث قام باستخراج الصدق التلازمي من خلال مقارنة نتائج 34 طالب وطالبة على هذا المقياس من نتائجهم على اختبار ومقياس (إيزنك) للشخصية حيث وصل معامل الارتباط بينهما إلى (0,73) وهو جيد من الأغراض الدراسة كما تم عرض المقياس على المحكمين من جامعات الوطن المختلفة، أما الخصائص السيكومترية في هذه الدراسة فقد تم إجراء دراسة للتأكد من صدق وثبات المقياس ومدى صلاحية في الدراسة، قام الباحث بتطبيقه على عينة مكونة من 31 فرداً على عينة من المتعلمين بمدينة سعيدة، الجزائر، فحساب الثبات تم عن طريق التجزئة النصفية وكانت النتيجة في معامل الارتباط مقدرة ب0,55 وهي دالة عند مستوى 0,05 أما عن الصدق فتم استخدام صدق المقارنة الطرفية فكانت النتيجة مقدرة باستخدام اختبار "ت" ب2,76 دالة عند مستوى 0,05 وبالتالي فالمقياس صادق وثابت لما وضع له .

2-استراتيجية: تم تصميم استراتيجية بناء التفاؤل لدى التلاميذ من قبل الباحث استناداً إلى المراجع والمصادر وأساليب فعلية في الأدب النفسي من خلال ما تم تطبيقه في الدراسات السابقة والبرامج المختلفة في مجال الوقاية، ومن المبادئ التي تركز عليها نظرية العلاج المعرفي السلوكي وعلم النفس الإيجابي، وتم التأكد من صدق الاستراتيجية من خلال الصدق التجريبي للباحث لبعض فنياتها على عينات سابقة، وتم تحكيم هذه الاستراتيجية من قبل مجموعة من الأساتذة في علوم الاجتماعية بالجامعة (الدكتور مولاي الطاهر، وجامعة عبد الحميد ابن باديس) وكانت الموافقة إجماعهم عموماً. تتألف الاستراتيجية من 12 فنية يتم تطبيقها موزعة على اثني عشر جلسة على مدار المدة المقررة، والفنيات والجلسات على هذه النحو: أولها لقاء وإنصات، عرض قصص للمتشائمين، التخيلية من المعتقدات السلبية والكلمات والتوقع السلبي، التخيلية من الأفعال السلبية التشاؤمية وأعراضها الجسمية، عرض صور عن التفاؤل، عرض بالصور ومقاطع الفيديو قصص المتفائلين ومن تحدوا كل المعوقات، عرض قصص علماء تحدوا للوصول، بناء الحديث الإيجابي مع الذات، جلسات التخيل التفاؤلية، العلاج الوهمي، التعريض لمواقف سلبية والنظر في طريقة التكيف معها، نادي المتفائلين. تم تنفيذ وتطبيق الاستراتيجية في قاعة مخصصة لذلك في

مدرسة المتوسطة، وكان الباحث يطبق حصتين إلى ثلاث على الأكثر في الأسبوع ويتم الاستعانة في ذلك ببعض الأدوات الضرورية بجهاز عرض البيانات وبعض الصور ومقاطع فيديو. ما تم التطبيق من قبل الباحث بالاستعانة بمستشارة تربوية مختصة في علم النفس بعد تدريبها وتوجيهها في كيفية التطبيق من قبل الباحث، وبعد الانتهاء من جلسات تطبيق الفنيات أشعر الباحث مباشرة في القياس البعدي ثم معالجة البيانات.

المعالجة الإحصائية للبيانات: لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من فرضياتها تم استخراج المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية وتم استخدام اختبار "ت" للمقارنة.

III- النتائج ومناقشتها :

أولا :نتائج الفرض الأول: لا توجد فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس القبلي والبعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول يتبين بأن الفرق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس القبلي غير دالة إحصائية (0,8). الفرق بين القياس القبلي والبعدي لدى عينة المتوسطة قدر ب 3,44 الفرق دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,05، فقد تم قبول الفرض البديل ورفض الصفري يرجع هذا الفرق لفاعلية الاستراتيجية على أفراد العينة وتفاعل أفرادها مع فنياتها والأثر الإيجابي الذي أحدثته.

نتائج الفرض الثاني: توجد فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل.

الفرق بين التجريبية والضابطة في القياس البعدي دالة إحصائية عند 0,01، وهذا يدل على تأثير استراتيجية تنمية التفاؤل المطبقة على أفراد العينة التجريبية، فقد تم قبول الفرض البديل ورفض الصفري.

ثانيا: نتائج الفرض الثالث: لا توجد فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس البعدي ترجع إلى تطبيق استراتيجية لبناء التفاؤل تعزى لمتغير الجنس.

لا توجد فروق في القياس البعدي بين الذكور والإناث للعينة التجريبية في سمة التفاؤل لأنها غير دالة عند مستوى 0,25 وإن كانت قد قدرت ب 1,18، مما يدل على عدم وجود التباين بين الذكور والإناث في التفاعل والتأثر بالاستراتيجية التنموية للتفاؤل لدى التلاميذ. **تفسير النتائج:** قد بينت النتائج فاعلية هذه الاستراتيجية على تنمية التفاؤل لدى العينة وهو موضح كالتالي:

بخصوص نتائج الفرض الأول والثاني، فيما يخص الفرض الأول فإنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعة تلاميذ المتوسط في القياس القبلي، فلم يتحقق الفرض الأول في الفرق بين التجريبية والضابطة في القياس القبلي، وقد أوضحت النتائج الفرق بين القياس القبلي والبعدي لعينة تلاميذ المرحلة المتوسطة حيث قدر ب 3,44، والفرق دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,05، وبالتالي يوجد فرق حقيقي بين القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية في بعد التفاؤل، الفرضية قد تحققت وأن أثر تطبيق الاستراتيجية كان واضحا، فكما يمكن أن يكون المجتمع يميل إلى سمة التفاؤل أو التشاؤم فالمدرسة طلابها يتأثرون بهذا الميل، وهذا ما أوضحته دراسة عوض التي هدفت لمعرفة نسبة شيوع التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى التي أجريت على عينة (263) طالب، أسفرت النتائج على شيوع التفاؤل بنسبة 60,66 بالمائة وشيوع التشاؤم بنسبة 41 بالمائة لدى الطلبة، وقد وافقت هذه الدراسة دراسة علاء الدين إبراهيم

يوسف نجمة، عنوانها "مدى فعالية برنامج إرشادي نفسي للتخفيف من أعراض الاكتئاب عند طلاب المرحلة الثانوية تكونت العينة التجريبية من 13 طالبا وقد أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى العينة لصالح القياس البعدي مما دل على أثر البرنامج الإرشادي، ودراسة ولاء إسحاق حسان 2009 في دراسة بعنوان "فعالية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة" حصلن على درجات أدنى في استبانة مرونة الأنا وقد أوجدت الباحثة فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على استبانة مرونة الأنا في الاختبار القبلي والبعدي، ويقصد بمرونة الأنا التفاعل الايجابي مع ظروف الحياة المتغيرة- الضاغطة مواجهة التحديات، وافقت هذه الدراسة دراسة ضفاف عدنان مصطفى لمعرفة أثر برنامج إرشادي في تخفيف العزلة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الاجتماعية-مع العلم أن العزلة من آثارها انخفاض التفاؤل وارتفاع سمة التشاؤم-أظهرت نتائج الدراسة ارتفاع العزلة الاجتماعية لدى الطالبات وكذلك أن للبرنامج الإرشادي أثرا في خفض العزلة الاجتماعية، ترتبط هذه النتائج في هذه الدراسة مع دراسة الباحث بطرق غير مباشرة من حيث أن تأثير سمة التشاؤم وانخفاض التفاؤل لدى الأفراد يساهم في عزلهم عن مجتمعاتهم، وبالتالي يؤثر على تواصلهم وعلى طرق تلبية حاجاتهم اليومية، فبالاستراتيجيات الميدانية كما فعل الباحث في هذه الدراسة أو البرامج الإرشادية كما قام بها الكثير من الباحثين على غرار دراسة جهاد وعز الدين الهادفة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشاد جمعي في خفض التوتر والتشاؤم لدى أمهات الأطفال الأردنيين المصابين بالسرطان أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة وجود فروق ظاهرة بين متوسطات القياسين البعدي والتبعي لصالح التبعي.

مناقشة الفرض الثالث الفرق غير دال في القياس البعدي تبعا لمتغير الجنس بين الذكور والإناث، وهذا إن دل على شيء فهو يدل على أن أثر الاستراتيجية كان فعالا على جميع أفراد العينة باختلاف الجنس وأن كلاهما يتأثر بالظروف السلبية والأزمات النفسية التي يمكن أن يتعرض لها الجنسين في البيئة الاجتماعية والمدرسية، وأن سمة التفاؤل لدى الإناث والذكور سمة متقاربة في بناء الشخصية، كما دلت الكثير من الدراسات منها دراسة قد خالفت دراسة مقارنة أجراها كولتكين سنة 1994 بهدف التعرف على الفروق بين الأفراد بخصوص عدد من المتغيرات وسمات الشخصية ومن النتائج أن الطالبات أكثر نزوعا نحو سمة التشاؤم مقارنة بالطلبة الذكور الذين أظهروا ميلا أكبر نحو سمة التفاؤل، كما وافقت نتائج هذه الدراسة دراسة كوزمي 1995 للتحقق من مدى توفر سمة التفاؤل والتشاؤم لدى عينة الطلبة باستخدام مقياس سليجمان أسفرت النتائج عن انخفاض التفاؤل وارتفاع سمة التشاؤم ولم يجد فرق دال بين الذكور والإناث في ذلك، وقد خالفت نتائج هذه الدراسة دراسة الباحث كولتكين في دراسة مقارنة أجراها سنة 1994 بهدف التعرف على الفروق بين الأفراد، وقد استخدم مقياس سليجمان للتفاوت والتشاؤم كأداة للبحث أفرزت النتائج على أن الطالبات أكثر نزوعا نحو سمة التشاؤم مقارنة بالطلبة الذكور الذين أظهروا ميلا أكبر نحو سمة التفاؤل، وقد يرجع السبب لاختلاف البيئة الاجتماعية أو إلى تركيبة الذكور والإناث عند كل مجتمع ونظرة الإناث للذات لدى الطالبات أحيانا تكون مغايرة تماما للذكور وحض الذكور في مختلف المجالات في المجتمعات المتقدمة قد يختلف عن المجتمعات العربية، وخالفت كذلك النتائج هذه نتائج دراسة ادوارد 1996 هدفها المقارنة بين مجموعتين من الطلبة الأمريكيين على بعد الشخصية التفاؤل- التشاؤم، استخدم مقياس سليجمان، من بين النتائج أظهرت بأن الذكور في كلا المجموعتين أكثر ميلا لسمة التفاؤل من الطالبات، فلكذلك وافقت نتائج هذه الدراسة دراسة عوض معرفة نسبة شيوع التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة

الأقصى ، أجريت الدراسة على عينة (263) طالب ، أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث، ولاشك أن هذا الاختلاف يرجع إلى الفرق الكبير بين المتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والسياسية والأسرة والتربية لعينة هذه الدراسة من الذكور والإناث ومن عينة دراسة الباحث باختلاف الجنس كان له الأثر الجلي على النتائج.

IV- الخلاصة:

لقد بينت نتائج هذه الدراسة بصورة قاطعة الدور الذي أدته الاستراتيجية في بناء سمة التفاؤل لدى التلاميذ المرحلة المتوسطة هذا إن دل على شيء فهو يدل على مستوى تعطش هذه الفئة لمثل هذه التدخلات الميدانية التي تركز على خطط دقيقة وخطوات ثابتة وأهداف واضحة تماما، لأن سمة التفاؤل كما بينت النتائج وغيرها لكثير من الدراسات لها تأثير كبير خفي على فكر ونفسية وأداء التلاميذ قد يغفل عنه الكثير من الممارسين للمجال التربوي، ولكي تعزز النتائج بصدق أكبر بتطبيق الاستراتيجية على عينات أخرى وإن كان هذا الأمر تحقق لدى عينة المرحلة الثانوية والجامعية التي أجراها الباحث في دراسة امتدادية.

توصيات:

- يوصي الباحث بعد هذه النتائج بإعادة تطبيق الاستراتيجية على عينات أخرى ومن مستويات تعليمية مختلفة لمعرفة فاعلية الاستراتيجية على اختلاف السن والمستوى التعليمي .
- كما يوصي الباحث بتطبيق هذه الاستراتيجية ومعرفة أثرها على أفراد المجتمع أو مؤسسات غير تربوية.
- يمكن تطبيق الاستراتيجية على الجنسين في مستويات تعليمية مختلفة لمعرفة الأثر الذي يمكن أن تحدثه على الذكور والإناث.
- التأكد أكثر من صدق الاستراتيجية على عينات أخرى كثيرة ولو بالاختيار القصدي.
- أن أهمية إعادة تطبيق الاستراتيجية التنموية تكمن في معرفة نقاط الضعف والقوة فيها .

- الإحالات والمراجع :

- نفين صابر وعبد الحكيم(2009). ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لتعديل السلوك اللاتوافقي للأطفال المعرضين للانحراف. مجلة كلية حلوان. عدد 26 .
- عبد الستار وعبد العزيز ورضوان (1993). العلاج السلوكي للطفل. الكويت: عالم المعرفة.
- بن محمد عبد الهادي (2013). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر. جامعة البحرين: البحرين
- بوطبال سعد الدين(2012). دور التفاؤل غير الواقعي في ارتكاب الحوادث المرورية لدى السائقين الشباب. مخر تطوير الممارسات النفسية والتربوية. العدد 9.
- عوض عون (2012). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض التغيرات :مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية. المجلد (20). 2 .
- عبد الكريم إيمان والدوري ربا(2012). التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات. مجلة كلية التربية الأساسية. العدد25-27 .
- بوطبال سعد الدين(2012). دور التفاؤل غير الواقعي في ارتكاب الحوادث المرورية لدى السائقين الشباب. مخر تطوير الممارسات النفسية والتربوية. العدد 9 .
- ناديا سميج والآخرين(2014). مستوى التشاؤم لدى طلبة كلية العلوم التربوية التابعة لوكالة الغوث الدولية في الأردن وعلاقته بدافعيتهم للتعلم. المجلة الدولية التربوية المتخصصة. 3 (3)
- أحمد محمد عبد الخالق (1996). دليل تعليمات القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم. الكويت: مكتبة الإسكندرية.
- الحربي عبدالله (1430). أساليب التنشئة الأسرية وعلاقتها بكل من التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية بمنطقة جازان. جامعة أم القرى: السعودية
- عز الدين عبد الرحمان وجهاد(2011). فاعلية برنامج إرشاد جمعي في خفض التوتر والتشاؤم لدى أمهات الأطفال الأردنيين المصابين بالسرطان. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. 7 (4) .
- عبد العزيز سوزان(ب، ت). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. جامعة أم القرى: السعودية
- السيد نجوى(2011). التفاؤل واستراتيجيات مواجهة الضغوط لمعلمي التربية الخاصة. مجلة البحث العلمي في التربية. العدد (12).

الجدول (1) يوضح المنهج التجريبي بتصميم الشبه التجريبي

نتائج الفرق ؟	قياس بعدي	استراتيجية تنمية التفاؤل	قياس قبلي (مقياس التفاؤل لسليجمان)	المجموعة التجريبية
	قياس بعدي	/	قياس قبلي (مقياس التفاؤل لسليجمان)	المجموعة الضابطة

المصدر: من إعداد الباحثين

جدول (2) يوضح الفرق بين القياس القبلي بين التجريبية والضابطة لعينة المرحلة المتوسطة

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت" الجدولية	قيمة "ت"	عدد أفراد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة التجريبية / الضابطة (التفاؤل)
0.87	35	1,68	0.15	36	7.52831	0.19444	القبلي

المصدر: من إعداد الباحثين

جدول (3) بين نتائج الفرق بين القياس القبلي والبعدي لسمة التفاؤل لدى عينة تلاميذ المرحلة المتوسطة

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت" الجدولية	قيمة "ت"	العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة التجريبية (التفاؤل)
0,05	35	2,04	3,44	36	7,36	67,72	القبلي
				36	6,30	73,52	البعدي

المصدر: من إعداد الباحثين

جدول (4) نتائج الفرق في القياس البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت" الجدولية	قيمة "ت"	العينة	الانحراف المعياري	المتوسط	العينة التجريبية / الضابطة (التفاؤل)
0.01	35	1,68	2.497	36	18.08944	7.52778	القياس البعدي

المصدر: من إعداد الباحثين

جدول (5) يوضح الفرق في القياس البعدي لسمّة التفاؤل بين الذكور والإناث لدى العينة التجريبية

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت" الجدولية	قيمة "ت"	الخطأ الانحراف	الانحراف المعياري	المتوسط	العينة التجريبية (التفاؤل)
0,25	14	1,34	1.185	3.37	13.07	4	القياس البعدي

المصدر: من إعداد الباحثين