

**الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية
كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء**

إعداد

أ/ افنان عبد الرحمن البريك

ماجستير توجيه وإرشاد نفسي - قسم التربية وعلم النفس

كلية التربية - جامعة الملك فيصل بالأحساء

د/ حسن بدري محمد بدري

أستاذ الصحة النفسية بقسم التربية وعلم النفس

كلية التربية - جامعة الملك فيصل بالأحساء

الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء

* أ/ افنان عبد الرحمن البريك ود/ حسن بدري محمد بدري

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى تعرف مستوى الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء، والتعرف على مستوى العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة البحث، والكشف عن العلاقة بين الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى أفراد العينة. والتحقق من وجود فروق في مستوى الأفكار التلقائية السلبية لدى عينة البحث تعزى الى (النوع والتخصص). استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي. ولتحقيق الأهداف استخدمت الباحثة مقياساً للكشف عن الأفكار التلقائية السلبية الذي أعده (الداحدة، ٢٠١٢)، ومقياساً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية من اعداد ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري تعريب الأنصاري. تكون مجتمع البحث من طلاب وطالبات جامعة الملك فيصل وتكونت عينة البحث من (٣٠٠) طالباً وطالبة من كلية الآداب والطب والتربية.

وتوصلت الباحثة إلى النتائج الآتية: وجود مستوى مرتفع في الأفكار التلقائية السلبية ومستوى مرتفع في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (يقظة الضمير، الانبساطية، التفصح، الطيبة، العصابية) كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً موجبة بين الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، ووجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء تعزى الى

* أ/ افنان عبد الرحمن البريك: ماجستير توجيه وإرشاد نفسي- قسم التربية وعلم النفس - كلية التربية- جامعة الملك فيصل بالأحساء
د/ حسن بدري محمد بدري: أستاذ الصحة النفسية بقسم التربية وعلم النفس - كلية التربية- جامعة الملك فيصل بالأحساء.

الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية
كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء

النوع والتخصص. وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات أبرزها: قيام ورش وتدريبات وأنشطة لطلبة الجامعة لزيادة الوعي وتبصرهم بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكيفية تجنب الأفكار التلقائية السلبية. على هيئة التدريس استخدام طرق وأساليب تدريس تساعد على التفكير العلمي المنظم ومساعدة الطلبة على تجنب الأفكار التلقائية السلبية.

الكلمات المفتاحية: الأفكار التلقائية السلبية، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، طلاب جامعة الملك فيصل بالأحساء.

Negative Automatic Thoughts and its Relationship with Five Major Personality Factors as perceived by Students of King Faisal University in Al-Ahsa

Abstract:

The research aimed to identify the level of negative automatic thoughts as perceived by the students of King Faisal University in Al-Ahsa, to identify the level of the five major factors of personality among the research sample, and to reveal the relationship between negative automatic thoughts and the five major factors of personality among the sample. And verifying the existence of differences in the level of negative automatic thoughts among the research sample due to (type and specialization). The researcher used the descriptive correlation method. To achieve the objectives, the researcher used a scale for detecting negative automatic thoughts prepared by (Al-Dahadah, 2012), and a scale for the five major factors of personality prepared by Costa and Makri (1992) and translated into Arabic by Al-Ansari (1997). The research community consists of male and female students from King Faisal University and the research sample consisted of (300) male and female students from the College of Arts and Medicine.

The researcher reached the following results: There is a low level of negative automatic thoughts and a high level of the five major factors of neurotic personality as perceived by students of King Faisal University in Al-Ahsa. , and the existence of a statistically significant positive correlation between negative automatic thoughts and the five major factors of personality, and statistically significant differences in negative automatic thoughts as perceived by students of King Faisal University in Al-Ahsa, due to type and specialization. In the light of the results reached,

The researcher presented a set of recommendations, most notably: the need to emphasize the importance of revealing the nature and content of automatic negative thoughts, especially for new students and in different disciplines. Conducting workshops, training and activities for university students to increase their awareness and insight into the five major factors of personality and how to avoid negative automatic thoughts. The teaching staff should use methods and ways of teaching that support organized scientific thinking and help students avoid negative automatic thoughts.

Key words: Negative automatic thoughts and their relationship to the five major factors of personality, students of King Faisal University in Al-Ahsa.

١. المقدمة:

لا شك أن معرفة طبيعة العلاقة بين الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات هي حاجة ملحة لخدمة البحث العلمي واثراء الدراسات النفسية؛ حيث وضحت الدراسات السابقة ارتباط الأفكار السلبية بالاكتئاب (الدحادحة، وسليمان، ٢٠١٢؛ Irfan et al, ٢٠١٢) والقلق الاجتماعي (عبد الخالق، والبناء، ٢٠٠٦) والتأثير على عمليات الذاكرة (محمد، والغانم، ٢٠١٩) ومهارات التواصل (Sirin Izgar, 2013).

أما العوامل الخمسة الكبرى للشخصية فهي تتمثل في عامل العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، الطيبة، وأخيرا يقضه الضمير. ويهدف نموذج العوامل الخمسة الكبرى الى تجميع أشتات السمات الشخصية المتناثرة ولا يمكن الاستغناء عنها بأي حال في وصف الشخصية الإنسانية. (كاظم، ٢٠٠١).

وترى الباحثة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تعتبر منطلقا هاما للدراسة الشخصية وتفسير أهم السلوكيات وردود الأفعال الصادرة من الأفراد وهي تعطينا صورة واضحة عن أهم الخصائص والميزات التي تجعل من الإنسان يتفرد في تفكيره وانفعاله وكذا في معايشة مع ذاته وتعامله مع المحيطين به.

١.١ مشكلة البحث وأسئلته:

يمكن تحديد مشكلة البحث بطرح تساؤلاً رئيساً ألا وهو:

ما العلاقة بين الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء؟ وينبثق من التساؤل الرئيسي للبحث عدة تساؤلات فرعية وهي:

١. ما مستوى الأفكار التلقائية السلبية لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء؟
٢. ما مستوى العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصابية، الانبساطية، النفتح، الطيبة، يقظة الضمير) كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء؟
٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء في الأفكار التلقائية السلبية تعزى الى النوع؟
٤. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء في الأفكار التلقائية السلبية تعزى الى التخصص (آداب/ طب/ تربية)؟

٢.١ أهداف البحث:

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

١. تعرف مستوى الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
 ٢. تعرف مستوى العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصائية، الانبساطية التفتح، الطيبة، يقظة الضمير) كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
 ٣. الكشف عن العلاقة بين الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
 ٤. التعرف على الفروق في الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء تعزى لمتغير النوع.
 ٥. تعرف الفروق في الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء تعزى لمتغير التخصص (آداب/ طب/تربية).
- ٣.١ أهمية البحث:** تكمن أهمية البحث في أهميته النظرية (العلمية) والأهمية التطبيقية (العملية) على النحو التالي:
- أولاً- الأهمية النظرية:**

١. يساعد البحث الحالي في إثراء جانب مهم من مجالات الدراسات النفسية والاجتماعية وهو الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
 ٢. يعدّ هذا البحث من البحوث النادرة الذي أجري في موطن الدراسة بالمملكة العربية السعودية لعدم تطرق الباحثين لموضوع الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة كلية التربية بجامعة الملك فيصل بالأحساء.
 ٣. تقديم إطار نظري واستعراض رؤى مختلفة وعدد من الدراسات السابقة حول الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة المرحلة الجامعية.
 ٤. المقارنة بين طلبة الجامعة حسب النوع والتخصص، وذلك في الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومعرفة طبيعة الفروق بينهم.
- ثانياً- الأهمية التطبيقية:**

١. قد تسهم نتائج هذا البحث في تقديم معلومات أوضح قد تساعد المختصين والمهتمين في تصميم وتطوير برامج الإرشاد للتعامل مع هذه المشكلة لدى طلبة الجامعة.
٢. قد يساعد هذا البحث على إجراء دراسات وبحوث مشابهة.
٣. قد يفيد هذا البحث المختصين في المجالات النفسية والاجتماعية والصحية على تقديم المساعدة الممكنة.

٤. يمكن لنتائج هذا البحث أن يساعد التربويين في الاستفادة منه في وضع برامج ارشادية خاصة بمعالجة مشكلة الأفكار التلقائية السلبية لدى الطلبة.
٥. يمكن الاستفادة أيضاً من نتائج الدراسة في الاهتمام بمظاهر العوامل الخمسة الكبرى للشخصية المختلفة لدى الطلاب وارشادهم لتطبيقها واستثمارها في عملية التعلم والتدريب.

٤.١ مصطلحات البحث:

- الأفكار التلقائية السلبية (Negative Automatic Thoughts): "مجموعة من الأفكار اللاإرادية التي تبدو سلبية، وتحدث دون أدنى جهد وبشكل آلي، فهي المسؤولة عن معظم المشاعر السلبية، والقلق والمخاوف المرضية والاكئاب وغيرها" (الدحادحة، ٢٠١٢، ٢٢١). وتعرفه الباحثة إجرائياً: هو مجموع الدرجات التي تحصل عليها طلبة كلية الآداب والطب بجامعة الملك فيصل بالأحساء على مقياس الأفكار التلقائية السلبية (الدحادحة، ٢٠١٢).
- العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (The big five factors personality): عرفها كوستا وماكري (Costa & McCrae, 1992) بأنها: "تنظيم هرمي لسمات الشخصية يتضمن خمسة أبعاد وهذه الأبعاد هي (العصابية، الانبساطية، النفتح، الطيبة، يقظة الضمير)". وتعرفه الباحثة إجرائياً: هو مجموع الدرجات التي تحصل عليها طلاب كلية الآداب والطب بجامعة الملك فيصل بالأحساء على مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية كوستا وماكري (Costa & McCrae, 1992) تعريب بدر الانصاري (٢٠٠٢).

٥.١ حدود البحث:

يحدّد البحث بالحدود التالية:

- الحدود الموضوعية: سوف يركز البحث على تناول الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
- الحدود البشرية: ستقتصر الدراسة على طلاب وطالبات كلية الآداب والطب في جامعة الملك فيصل بالأحساء.
- الحدود المكانية: كلية الآداب والطب بجامعة الملك فيصل في مدينة الأحساء.
- الحدود الزمانية: سيتم تطبيق البحث في الفصل الدراسي الثاني من العام ١٤٤١/١٤٤٢ هـ.
- الحدود الديموغرافية: النوع، التخصص.

٢. الإطار النظري:

أولاً- الأفكار السلبية التلقائية: الأفكار السلبية التلقائية هي الأفكار الآلية او الادراكية التي يذكرها الفرد نتيجة لمخطط او معتقد معرفي يتم تفعيله في موقف معين وهذه نتيجة الانفعالات وعواطف سلوكية مترابطة، وتلعب الافكار السلبية دوراً فاعلاً في العلاج الطب النفسي لوصول الي النظام المعرفي، والمساعدة على الفهم والمعتقدات الاساسية التي هي اساس العديد من الاضطرابات (Direktor, 2017).

ومما لاشك فيه أن الأفكار السلبية التلقائية تلعب دوراً مركزياً في تطوير وديمومة الاضطرابات النفسية، وهذا ما تفترضه نظريات علم النفس المعرفي ،ولذلك تم تطوير أشكال عديدة من استبيانات التقرير الذاتي لقياس الأفكار السلبية ، إلا أن مقياس الأفكار السلبية الالية يسهل فهم عمليات التفكير السلبي، وكذلك تعرف اليات التغيير التي قد تطرأ على وظائف التفكير نتيجة الامراض النفسية وهذا التفكير هو الذي يخلق لهم مشاعر السلبية ويؤدي على السلوك غير الفعال فالمعتقدات السلبية التلقائية تؤدي إلى انفعالات سلبية وتساهم كذلك في جعله يصل إلى نتائج غير ايجابية في ما يتعلق بالأحداث التي يعيشها (الشريف، ٢٠١٣).

ومن أمثلة الاخطاء التي توصل الفرد إلى الأفكار السلبية التلقائية:

النظرة الجزئية. - السلم الزمني. - التمرکز حول الذات. - الانطباع الاولي (قويدري، ٢٢، ٢٠٢٠). - التطرف. - الفراغ وانعدام وجود الأهداف. - اتجاهات الحكم والتقدير - تأثير الحال العام. (قويدري، ٢٠٢٠) - القوالب او الأنماط المسبقة (ملحم، ٢٠٢١).

أعراض الأفكار السلبية التلقائية:

أولاً- اضطرابات التفكير وتظهر في الجوانب الشخصية الآتية: سباق التفكير - محتوى التفكير (قويدري، ٢٠٢٠). - اضطراب الذاكرة. - اضطراب الشعور. - اضطراب الانفعالي.

وعلى الرغم من التركيز على دور العوامل المعرفية، واساليب تعديل السلوك المعرفي الذي يزيد عدد على (١٥) استراتيجية، فإنه مازال هناك القليل من الجهود المبذولة لتقييم البني المعرفية المستخدمة من قبل المعالجين النفسيين.

ثانياً- نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية: "يعد نموذج العوامل الخمسة الاكثر ملائمة

والاكثر انتشاراً في علم النفس المعاصر، كونه مؤلف من خمسة متغيرات مختلفة تصف الشخصية وصفاً دقيقاً وهي الاكثر عامليه وقابلية للتطبيق ضمن المقاييس الموجودة في علم نفس الشخصية" (قويدري، ٢٠٢٠، ٢٣).

ويهدف نموذج العوامل الخمسة الكبرى الي تجميع اشتات السمات المتناثرة في فئات أساسية (هوادري، ٢٠١٥، ٣٤).

وقد عرفت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تعريفات عديدة، منها تعريف كوستا وماكري (١٩٩٢): "إنها العوامل التي اشتقت من العوامل الأساسية لنظرية (كانتل) بالتحليل العملي وتهدف هذه القائمة إلى قياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتي تشمل على خمسة عوامل وهي (العصابية، الانبساطية، التفتح، القبول، يقظة الضمير) (جاسم، ٢٠١٧، ١٤٢).

أولاً- العصابية: أطلق كانتل على العصابية اسم القلق، وقد ظهرت العصابية لديه كعامل من الرتبة الثانية وبالنسبة لكوستا وماكري فإن عامل العصابية يوصف بشكل عام على أنه متصل يقابل بين عدم الاتزان الانفعالي وبين الاتزان الانفعالي (الرباعي، ٢٠١٤).
سمات عامل العصابية: القلق: (McCrae & Costa, 2003, p47) - عدائية الغضب: (weiner & Greene, 2008, p327) - الاكتئاب: (هوارد، ٢٠١٤، ٣٨). - وعي الذات (McCrae & Costa, 2008, p48). - الاندفاعية. - القابلية للانجرار أو الحساسية: (Weiner & Greene, 2008, 328 McCrae & Costa, 2004, p48.)

ويعتبر عامل العصابية ثنائي القطب بين مظاهر حسن التوافق والنضج أو الثبات الانفعالي وبين اختلال هذا التوافق أو العصابية، والعصابية ليست العصاب، ولكن الاستعداد للإصابة به عند توفر شروط الضغوط والمواقف العصابية. (SinghM, 2010, p45)
وترى الباحثة أنه بين طرفي المتصل تقع الفئة الأكبر من الناس والذين يمثلون مزيج من سمات الانفعالية والمرونة، ولديهم القدرة على تغيير سلوكهم حسب مقتضيات الموقف الذين يتعرضون له. بينما نجد قلة من الأفراد التي توجد على طرفي المتصل (العصابية-المرونة).
ثانياً- الانبساطية يعد هذا العامل ثنائي القطب حيث يمكن تسميته (الانبساط - الانطواء) (عبدالعزيز، ٢٠١٢، ٦٧)

سمات الشخصية لعامل الانبساطية:

-الدفء: (Weiner & Greene, 2008, p329) - الاجتماعية: (Weiner Greene,)
2008) - توكيد الذات: (Thomas, 2012) - النشاط: (Weiner & Greene, 2008).
- البحث عن الاثارة (Costa & McCrae, 1992). - الانفعالات الإيجابية. (Greene & Weiner, 2008).

ثالثاً- الانفتاح على الخبرة: ربطه البعض بالحاجة للمعرفة عند موارد، بينما ربطه آخرون بمفهوم الدافع المعرفي.

سمات عامل الانفتاح على الخبرة:

ويورد كوستا وماكري ستة أوجه يتضمنها هذا العامل هي كالتالي: الخيال. - الجمالية. - المشاعر. - النشاط أو الفعل. - الأفكار. - القيم: "(weiner & Greene 2008, 332).
رابعاً- عامل الطيبة أو الموافقة:

يتسم الذين يتصفون بالطيبة بالتسامح والثقة، وحسن الطبع والتعاون والقبول بحيث يحترمون ويقدرّون الآخرين (الشمالى، ٢٠١٥، ٤٨).

السمات الشخصية لعامل الطيبة: الثقة. - الإيثار. - معتدل الرأي.

خامساً- عامل يقظة الضمير: يشمل هذا العامل جوانب متنوعة من الصفات المتصلة بنزوع الشخص واستعداداته في مجال العمل، والكفاح من أجل الإنجاز، وتحقيق النجاح. (الرباعي، ٢٠١٤).

ويذكر كوستا وماكري ستة أوجه لهذا العامل وفق ما يلي: الكفاءة. (الرباعي، ٢٠١٤). - النظام. (Weiner & Greene, 2008). - التزام بالواجب أو الإحساس بالواجب. - السعي للإنجاز. (الرباعي، ٢٠١٤، ٨٨). - ضبط الذات. - التروي. (McCrae & Cost, 2003)
ثالثاً- النظريات المفسرة للدراسة:

نظرية الأفكار التلقائية السلبية لآرون بيك: قامت نظرية آرون بيك في العلاج النفسي على محاولة تعديل الأفكار والاعتقادات والافتراضات التي تكون ضد الواقع بحسب الدكتور آرون تي بيك Aaron T. Beck هذا هو الثالث المعرفي السليبي وهي أفكار سلبية تلقائية تشكلت منذ الطفولة عن أنفسنا والعالم والمستقبل. كوري جيرلاد، (٢٠١١)

ويعتبر بيك الأب الروحي لمنهجية العلاج المعرفي Cognitive Therapy وهي طريقة جديدة لعلاج الأمراض النفسية. توصل بيك مع عالم آخر يدعى ديفيد بيرنز David Burns الى تحديد عدد من أخطاء التفكير والتشوهات المعرفية وهي وجهات نظر متحيزة تأخذها عن أنفسنا والعالم من حولنا. كوري جيرلاد، (٢٠١١)

أهم أنماط التفكير الخاطئة على النحو التالي:

١- كل شيء او لا شيء/ التفكير القطبي All-or-Nothing Thinking / Polarized Thinking.

٢- التعميم المفرط Overgeneralization .

٣- التصفية العقلية Mental Filter .

٤- التقليل من شأن الأحداث الايجابية Disqualifying the Positive .

٥- القفز الى الاستنتاجات Jumping to Conclusions – Mind Reading .

٦- التضخيم والتهويل أو التصغير Magnification (Catastrophizing)

٧- الاستدلال العاطفي Emotional Reasoning

٨- عبارات الوجوب Should Statements كوري جيرلاد، (٢٠١١)

٩- إطلاق الألقاب والتسمية: Labeling and Mislabeling

١٠- الشخصية Personalization

نظرية العوامل الخمسة للشخصية: ظهرت العديد من النظريات في مجال الشخصية التي استخدمت تفسير ظواهر إكلينيكية مثل: حالات الهستيريا أو مشكلات التكيف عند الطلاب. فكان يطلق عليها "نظريات الكرسي ذو ذراعين، فهي نتاج للعديد من الملاحظات والقياسات العلمية والتجريبية. ففي المرحلة الأولى من العلم تبدأ بالملاحظة العامة عندما يكون غير واضح ما يجب قياسه. وتستخدم الشخصية على إنها سمات متعددة والتي أصبحت أكثر تميزاً عن طريق العلاقات الاجتماعية، والعادات وصورة الذات Images – Self. فقد رأى دان ماك ادامس Dan McAdams الشخصية تتكون من ثلاثة مستويات هي: السمات النزعية Dispositional Traits، والاهتمامات الشخصية Concerns Personal وتتضمن: الأهداف الحالية، الخطط، القلق، والخبرات الحياتية Narratives – Life وتتضمن: مفهوم الذات عن الأشخاص. ورأى ماك أدامس أن النزاعات ثابتة إلى حد ما، أما مكونات الشخصية والخبرات الحياتية فهي تتغير بتغير الموقف. ثم قام ماك ريه وكوستا بالتعامل مع المكونات الثلاث للشخصية ك نظام للشخصية متداخل متصل Interconnected، ليس كما تعامل معها نموذج ماك أدامس كمكونات منفصلة. وظهر العديد من العلماء والكثير من الأبحاث التي أوضحت أن كل هذه المكونات تتداخل وتتضاءل مع بعضها البعض بما يحقق نظرية العوامل الخمسة للشخصية.

المنحى التي اهتمت بدراسة نماذج العوامل الخمسة للشخصية:

استخلصت نماذج العوامل الخمسة المفسرة للشخصية من خلال منحيين هما: المنحى المعجمي، ومنحى قوائم العبارات، سنوردهم بإيجاز فيما يلي:
أولاً- المنحى المعجمي: وفيه يقدم للمفحوص كلمات تعبر عن صفات، مستمدة من القواميس اللغوية.

ثانياً- منحى قوائم العبارات: ويقوم هذا المنحى على صياغة عبارة تعبر عن سلوك معتاد يتصف به الفرد (يونس، ٢٠٠٧).

بنية نظرية العوامل الخمسة لكوستا وماكري: المكونات المركزية: تتضمن المكونات المركزية ما يلي: النزعات الأساسية، التعديلات أو التكيفات الشخصية، مفهوم الذات. **النزعات الأساسية:** تتضمن النزعات الأساسية كل من القدرات المعرفية، المواهب الفنية، الاتجاهات الجنسية، والعمليات النفسية المتضمنة كإكتساب اللغة، إضافة لسمات الشخصية. **التعديلات أو التكيفات الشخصية:** تتضمن التعديلات البنية الشخصية المكتسبة، والتي تطورت نتيجة تكيف الناس مع المحيط الذي يعيشون فيه.

مفهوم الذات: يرى كل من كوستا وماكري أن مفهوم الذات هو عبارة عن تعديل شخصي فعلياً، لكنه أخذ حياز، ويتضمن مفهوم الذات (المعرفة، ووجهات النظر، و خاصاً أهميته التقييمات) حول الذات. (McCrae & Costa, 2008)

المكونات المحيطة: تتألف المكونات المحيطة مما يلي: الأسس البيولوجية، سيرة الحياة الموضوعية، المؤثرات الخارجية.

الأسس البيولوجية: تعتمد نظرية (FFT) على مؤثر سببي وحيد على سمات الشخصية إلا وهو البيولوجيا (علم الاحياء) والميكانيزمات البيولوجية التي تؤثر على النزعات الأساسية هي (الجنات، والهرمونات، والبنى العقلية).

سيرة الحياة الموضوعية: تشير سيرة الحياة الموضوعية إلى ما حدث في حياة الناس (بشكل موضوعي) أكثر من نظرتهم أو أدراكهم لتجاربيهم الخاصة (نظرية شخصية).

المؤثرات الخارجية: تتضمن المؤثرات الخارجية كل ما يحيط بالإنسان وله بعض التأثير على نظام الشخصية.

مسلمات نظرية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

توجد لنظرية العوامل الخمسة مجموعة من المسلمات والتي تتعلق بكل مكون من مكونات نظام الشخصية وهي كالتالي:

المسلمات المتعلقة بالنزعات الأساسية: يوجد أربع مسلمات في هذا المجال هي: مبدأ الفردية.

- مبدأ الأصل أو النشأة. - مبدأ التطور أو النمو. - مبدأ البنية. (Feist & Feist, 2006)

المسلمات المتعلقة بالتعديلات الشخصية: تقوم التعديلات الشخصية على مجموعة من المسلمات أو المبادئ وهي كالتالي: مبدأ التكيف. - مبدأ سوء التكيف. - مبدأ الليونة

(McCrae & Costa, 2003).

المسلمات المتعلقة بمفهوم الذات: توجد مسلمان يقوم عليهما مفهوم الذات هما: نموذج الذات: يحافظ الأفراد على نظرة معرفية/ شعورية لذواتهم والتي يمكن للوعي الوصول إليها.

والإدراك الانتقائي: فالفرد ينتقي المعلومات التي تكون متناسقة مع سماته الشخصية والتي تعطيه إحساس بالتماسك والوضوح. (Feist & Feist, 2006)

المسلمات المتعلقة بالمؤثرات الخارجية: توجد ثلاث مسلمات تقوم عليها المؤثرات الخارجية وهي: التفاعل. - الإدراك بالترابط. - التبادلية.

العمليات الديناميكية: يوجد مبدأ ان يحكمان العمليات الديناميكية هما: الديناميكية العامة: إن استمرار الأفراد في خلق تعديلات والتعبير عنها هو أمر منظم جزئياً من خلال آليات معرفية وشعورية وإرادية عامة. والديناميكية الفردية: تتأثر بعض العمليات الديناميكية بشكل مختلف من خلال النزعات الأساسية للفرد بما في ذلك سمات الشخصية.

وترى الباحثة انه من الممكن إجمال مزايا العوامل الخمس في نقاط:

الفروق الفردية. - الثبات والصدق. - سهولة اللغة. - الشمولية. - متوسطة المدى. - تعتمد النظرية على تراث ممتد وله جذوره الراسخة عبر فترة غير قصيرة. - يعتبر نموذج العوامل الخمسة ذا فائدة في البحث والتعلم، حيث يشير مؤيدو نموذج العوامل الخمسة الي أن التحليل العملي يعتبر جسراً مساعداً بين النظريات الإكلينيكية والنظريات السلوكية.

قياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية:

تعتمد طرق القياس الكمي لسمات الشخصية وعواملها على التحديد الكيفي لهذه العوامل والسمات ومن أهم طرق اكتشاف العوامل الخمس الكبرى في الشخصية والبحث فيها كما يلي: معاجم اللغة. - مقاييس التقدير. - الاستخبارات. - ملاحظة السلوك الفعلي. - الوصف الذاتي الحر للشخصية (العميري: ٢٠١٥):

يعد نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية أحد أهم التصنيفات في وقتنا الحاضر، وهذه الأهمية تكمن في إمكانيته على وصف الشخصية الإنسانية بشكل ملائم وتحديد اضطراباتها، فضلا عن نموذج قابل للتصنيف وله القدرة على التنبؤ بالنتائج التجريبية بمستوى عال من الثبات ويتصف بالشمولية من حيث اعتماده على دراسات كثيرة أجريت عبر حضارات متعددة و مواقف مختلفة، كما تتجلى أهميته في قدرته على التنبؤ بالسلوك عموماً، إذا ظهرت دراسات متعددة ارتباطات دالة بين طبيعة الشخصية وسماتها وبين مختلف الأنواع من السلوك المتوافق والمضطرب.

٣. الدراسات السابقة:

أولاً- دراسات تناولت الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية: ستعرض الباحثة لبعض من الدراسات التي تحصلت عليها للاستفادة منها في تفسير وتحليل النتائج ويمكن تصنيفها حسب متغيرات الدراسة من الأحدث إلى الأقدم كما يلي:

ثانياً- دراسات تناولت الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

- دراسة عبد الخالق والبناء (٢٠٠٦) هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين الخوف من الأماكن المتسعة والخوف الاجتماعي والتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب جامعة الكويت.
- دراسة ونغ (Wong, 2008)، هدفت الدراسة الى ايجاد العلاقة بين الثالث المعرفي لكل من الاتجاهات السلبية، والأفكار السلبية الآلية، والأفكار اللاعقلانية مع قلق الامتحان.
- دراسة الدحاحة وسليمان (٢٠١٢) هدفت الدراسة الى استكشاف العلاقة بين الأفكار الآلية السلبية والاكنتاب حسب متغير النوع والمستوى الدراسي والتخصص والتحصيل، وعدد ساعات استخدام الإنترنت.
- دراسة ماجدة خميس علي (٢٠١٢): هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في اليأس، والأفكار السلبية بين مرتقي ومنخفضي القلق والمخاوف الاجتماعية من طلاب جامعة سوهاج من الجنسين، وتفسير العلاقة بين هذه المتغيرات.
- دراسة سيرين وليزر (Şirin, Izgar, 2013) هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين مهارات التواصل ونقاط تكرار التفكير التلقائي السلبي من حيث بعض المتغيرات الديموغرافية لدى الطلبة الجامعيين بتركيا.
- دراسة عرفان واخرون (Irfan, etal, 2019) هدفت الدراسة الى استكشاف الدور الوسيط للأفكار التلقائية السلبية في علاقة التعلق بالأمهات والاعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتأخرين في باكستان.

ثالثاً- دراسات تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

- دراسة المساوي وابن حسين (٢٠١٧) "هدفت الدراسة إلى معرفة الاتجاهات. والفروق في الاتجاه وفقا لمتغيري الجنس والتخصص نحو استخدام أدوات التواصل الاجتماعي كما هدفت إلى معرفة العلاقة بين الاتجاه نحو استخدام أدوات التواصل الاجتماعي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية.
- دراسة الحميري ووزير (٢٠١٨) هدفت الدراسة الكشف عن إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

- دراسة الدرويش (٢٠١٨) هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وأساليب التفكير لدى طلبة كلية التربية في جامعة حماه، وكذلك معرفة العامل الشخصي وأسلوب التفكير السائد بين الطلبة، ومعرفة الفروق لديهم في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وأساليب التفكير وفقا لمتغير الجنس، والتخصص /معلم صف-رياض أطفال/،.
- دراسة الزعبي والخاميسة (٢٠١٩) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على القدرة التنبؤية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية بدرجة الإيجابية لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية، بالإضافة إلى الاختلافات في الإيجابية وفقا لاختلاف الجنس والتخصص والمعدل التراكمي ومستوى الدخل..
- دراسة مشاعل الشهري (٢٠٢٠) هدفت الدراسة إلى التعرف على التنظيم الذاتي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبدالعزيز بمدينة جدة

التعقيب على الدراسات السابقة: (وأوجه الشبه والاختلاف مع الدراسات السابقة):

أولاً- من حيث الأهداف: يلاحظ من عرض الدراسات السابقة أن أغلب الدراسات هدفت إلى تناول علاقة الأفكار السلبية التلقائية مع متغيرات أخرى مثل دراسات عرفان وآخرون (Irfan, et al, 2019) التي تناولت علاقته بالتعلق بالأمهات والاعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتأخرين في باكستان، ودراسة محمد والغانم (٢٠١٩) تناولت علاقته في عمليات الذاكرة لدى طلاب جامعة الكويت، سيرين وليزقر (Şirin, Izgar, 2013) التي تناولت علاقته مع مهارات التواصل من حيث بعض المتغيرات الديموغرافية لدى الطلبة الجامعيين بتركيا، دراسة الدحادحة وسليمان (٢٠١٢) التي تناولت علاقته بالاكنتاب حسب متغير النوع والمستوى الدراسي والتخصص والتحصيل، وعدد ساعات استخدام الإنترنت، ودراسة ماجدة خميس علي (٢٠١٢) التي هدفت إلى التعرف على الفروق في اليأس، والأفكار السلبية بين مرتفعي ومنخفضي القلق والمخاوف الاجتماعية من طلاب جامعة سوهاج من الجنسين، دراسة ونغ (Wong, 2008) التي تناولت علاقته بالأفكار اللاعقلانية مع قلق الامتحان، ودراسة عبد الخالق والبناء (٢٠٠٦) التي هدفت الى الكشف عن علاقته مع الخوف من الأماكن المتسعة والخوف الاجتماعي طلاب جامعة الكويت.

بينما دراسات هدفت إلى تناول العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مع متغيرات أخرى مثل دراسات مشاعل الشهري (٢٠٢٠) تناولت علاقته بالتنظيم الذاتي لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بمدينة جدة، ودراسة الزعبي والخمايسه (٢٠١٩) تناولت علاقته بدرجة الإيجابية لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية، بالإضافة إلى الاختلافات في الإيجابية وفقا لاختلاف الجنس والتخصص والمعدل التراكمي ومستوى الدخل، ودراسة الحميري ووزير (٢٠١٨) تناولت علاقته مع إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة، ودراسة الدرويش (٢٠١٨) تناولت علاقته مع أساليب التفكير لدى طلبة كلية التربية في جامعة حماه، ودراسة المساوي وابن حسين (٢٠١٧) هدفت إلى معرفة الاتجاهات. واستفادت الباحثة من الدراسات السابقة في تحديد اهداف البحث الحالي. وفي الكشف عن العلاقة بين الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، والتعرف على الفروق في الأفكار التلقائية السلبية تعزى لمتغيري النوع والتخصص.

ثانياً- من حيث المنهج: جاءت معظم الدراسات متبعة المنهج الوصفي الارتباطي مثل دراسات الدحادحة وسليمان (٢٠١٢)، عرفان وآخرون (Irfan, et al, 2019)، الزعبي والخمايسه (٢٠١٩)، محمد والغانم (٢٠١٩)، مشاعل الشهري (٢٠٢٠)، التي تتفق مع البحث الحالي الذي اتبعت المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن. واختلفت الدراسة مع الدراسات التي استخدمت المنهج التجريبي مثل دراسة محمد والغانم (٢٠١٩).

ثالثاً- من حيث العينة: اختلفت بعض الدراسات السابقة مع البحث الحالي في استهداف عينة البحث فنجد دراسات ماجدة خميس علي (٢٠١٢)، ونغ (Wong, 2008) استهدفت عينة الطلاب فقط، بينما دراسات عرفان وآخرون (Irfan, et al, 2019) استهدفت المراهقين والمراهقات فقط. واتفق البحث الحالي مع دراسات عبد الخالق والبناء (٢٠٠٦)، الدحادحة وسليمان (٢٠١٢)، سيرين وليزقر (Şirin, Izgar, 2013)، المساوي وابن حسين (٢٠١٧)، الحميري ووزير (٢٠١٨)، الدرويش (٢٠١٨)، الزعبي والخمايسه (٢٠١٩)، محمد والغانم (٢٠١٩)، مشاعل الشهري (٢٠٢٠)، استهداف عينة طلاب وطالبات الجامعة وهو ما سيتم تطبيقه في عينة البحث الحالي.

رابعاً- من حيث الأدوات: يتفق البحث الحالي مع العديد من الدراسات السابقة في استخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات مثل دراسات الدحادحة وسليمان (٢٠١٢)، عرفان وآخرون (Irfan, et al, 2019)، الزعبي والخمايسه (٢٠١٩)، مشاعل الشهري (٢٠٢٠). كما اختلفت البحث الحالي مع دراسة محمد والغانم (٢٠١٩) التي استخدمت المقياس كاختبار

لمجموعتين تجريبية وضابطة. واستفاد الباحثة من دراسة الدحادحة (٢٠١٢) في استخدام أداة البحث للأفكار التلقائية السلبية، واستفادت من دراسة المساوي وابن حسين (٢٠١٧)، الحميري ووزير (٢٠١٨)، الدرويش (٢٠١٨) في استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

خامساً- من حيث النتائج: لقد تفاوتت النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسات حسب المتغيرات التي تناولتها كل دراسة وعلاقتها بالأفكار التلقائية السلبية. وتفاوتت النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسات حسب المتغيرات التي تناولتها كل دراسة وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

موقع الدراسة الحالية بين الدراسات السابقة: من خلال استقراء الدراسات السابقة التي استطاعت الباحثة حصرها تبين على حسب علم الباحثة بأنه لا توجد دراسة جمعت المتغيرين معاً، ومن خلال نتائج الدراسات السابقة استفادت الباحثة من نتائج الدراسات السابقة في أن مستوى الأفكار التلقائية السلبية قد جاء بدرجة متفاوتة وأن هناك ضرورة ملحة قد أقرتها هذه الدراسات إلى ضرورة إجراء مزيد من البحث حول الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

٤. إجراءات البحث:

٤.١ منهج البحث: بناءً على مشكلة البحث، وبعد الاطلاع على الادبيات والبحوث السابقة، ومراجعة العديد من المناهج البحثية، وجدت الباحثة أن المنهج الملائم للبحث الحالي هو المنهج الوصفي الارتباطي، حيث يعتبر من أكثر أساليب البحث العلمي استخداماً، خاصة في مجال العلوم الإنسانية، ويمكن بواسطته معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين متغيرين أو أكثر، ومن ثم معرفة درجة تلك العلاقة. (العساف، ٢٠١٠)

٤.٢ مجتمع البحث: مثل مجتمع البحث من طلاب وطالبات كليات الآداب والطب والتربية بجامعة الملك فيصل بالأحساء المنتظمين في الدراسة بعام ١٤٤١/١٤٤٢ هـ والذي بلغ أربعة عشرة ألف طالباً وطالبة (مركز الإحصاء والمعلومات جامعة الملك فيصل بالأحساء).

٤.٣ عينة البحث: تكونت عينة البحث من (٣٠٠) طالباً وطالبة من جامعة الملك فيصل بالأحساء من كلية الآداب والطب والتربية، بواقع (١٠٠) طالباً وطالبة من كل تخصص، وتم اختيار عينة الدراسة من الطلاب والطالبات بالطريقة القصدية.

٤.٥ خصائص مجتمع وعينة البحث:

١-النوع:

جدول (١-١) توزيع أفراد عينة البحث وفقاً لمتغير النوع

النسبة المئوية	التكرارات	الجنس
50%	150	ذكر
50%	150	انثى
100.0	300	الإجمالي

يوضح الجدول رقم (١-١) توزيع أفراد الدراسة وفقاً لمتغير النوع، حيث أن هناك (١٥٠) من أفراد الدراسة من الاناث يمثلون ما نسبته (٥٠%)، في حين أن هناك (١٥٠) من أفراد الدراسة ما يمثلون ما نسبته (٥٠%) من الذكور.

٢-العمر:

جدول (١-٢) توزيع أفراد عينة البحث وفقاً لمتغير العمر

النسبة المئوية	التكرارات	العمر
40%	120	من ٢٥ سنة فأقل
33,3%	100	من ٢٥ إلى أقل من ٣٥ سنة
26,7%	80	من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة
100.0	300	الإجمالي

يوضح الجدول رقم (١-٢) توزيع أفراد الدراسة وفقاً لمتغير العمر، حيث أن هناك (١٢٠) من أفراد الدراسة أعمارهم من ٢٥ سنة فأقل يمثلون ما نسبته (٤٠%) في حين أن (١٢) من أفراد الدراسة أعمارهم من ٢٥ سنة وأقل من ٣٥ سنة يمثلون ما نسبته (٣٣.٣%) وأخيراً هناك (٨٠) من أفراد الدراسة تتراوح أعمارهم من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة يمثلون ما نسبته (٢٦.٧%).

٣-التخصص:

جدول (١-٣) توزيع أفراد عينة البحث وفقاً لمتغير التخصص

النسبة المئوية	التكرارات	التخصص
33,3%	100	تربوية
33,3%	100	طب
33,4%	100	اداب
100.0	300	الإجمالي

في الجدول (٣-١) يوضح توزيع أفراد الدراسة وفق لمتغير التخصص حيث إن هناك (١٠٠) من أفراد الدراسة يدرسون في كلية التربية يمثلون ما نسبته (٣٣.٣%)، في حين إن هناك (١٠٠) من أفراد الدراسة يدرسون في كلية الآداب يمثلون ما نسبته (٣٣.٣%) وأخيراً هناك (١٠٠) من أفراد الدراسة يدرسون في كلية الآداب يمثلون ما نسبته (٣٣.٤%).

٦.٤ أدوات البحث:

قامت الباحثة باستخدام الأدوات التالية:

أولاً- مقياس الأفكار الآلية السلبية:

قام محمد الدحادحة بإعداد مقياس الأفكار الآلية السلبية؛ لما لاحظته الباحثة من عدم توفر أداة لقياس مقياس الأفكار الآلية السلبية تتناسب مع أهداف الدراسة وتساؤلاتها. وفي هذه الدراسة جري استخراج معامل الثبات كرونباخ الفا حيث بلغ (٠.٩٤) كما أن المقياس يحتوي على تدرج خماسي لتصنيف ليكرت وذلك على النحو التالي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) حيث تعطي الدرجات كالتالي (٥) دائماً (٤) غالباً، (٣) أحياناً، (٢) نادراً (١) ابداً، ويتراوح مدي الإجابة عن هذا المقياس من ٣٠ - ١٥٠ وفي ما يتعلق بطريقة التصحيح، فقد تم اعتماد نقطة الوسط في التدرج لتحديد الذي لديهم أفكار سلبية آلية من الذين ليس لديهم أفكار سلبية آلية، إذ تعتمد هذه الطريقة على المنطق كما تم استشارة المختصين في مجال القياس والتقويم بهذا الشأن، فالمبحوث الذي يحصل على درجة فوق الوسط يكون لديه أفكار سلبية آلية، وذلك من خلال حاصل جمع التدرج الخماسي (١+٢+٣+٤+٥) مقسوماً على عدد فئات التدرج وهي (٥) فيكون الناتج (٣) مضروباً بـ (٣٠)، عند فقرات المقياس فيكون الناتج (٩٠) حيث تعد هذه الدرجة هي درجة الأفكار السلبية الآلية المتوسطة، فكل من حصل على درجة (٩٠) فما فوق يعد لديه أفكار سلبية آلية بدرجة عالية، وبالمقابل فإن كل من يحصل على درجة أقل من (٩٠) يعد لديه أفكار سلبية آلية بدرجة أقل.

الصدق والثبات:

تحققت الباحثة من صدق المحتوى وصدق البناء وللتحقق من صدق المحتوى تم عرض المقياس على (٧) محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات التربية وعلم النفس، والصحة النفسية والقياس والتقويم ممن يعملون في الجامعات السعودية المختلفة انظر الملحق رقم (١) حسب تخصصاتهم وذلك لأبداء آرائهم في المقياس من حيث وضوح الفقرات، وسلامة الصياغة اللغوية، ومدي انتماء الفقرات للمقياس ككل.

جدول (٤-١) الاتساق الداخلي لمقياس الأفكار التلقائية السلبية

العبرة	معامل الارتباط بين الفقرات والمقياس الكلي	العبرة	معامل الارتباط بين الفقرات والمقياس الكلي
1	0,61	16	0,51
2	0,72	17	0,65
3	0,57	18	0,69
4	0,47	19	0,45
5	0,39	20	0,56
6	0,54	21	0,69
7	0,57	22	0,62
8	0,60	23	0,39
9	0,64	24	0,53
10	0,50	25	0,62
11	0,59	26	0,29
12	0,66	27	0,57
13	0,71	28	0,56
14	0,57	29	0,45
15	0,63	30	0,59

ثبات المقياس: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من كليات الطب والآداب والتربية من كل كلية ١٠ طلاب حيث جري استخراج معامل ثبات الاتساق الداخلي (التجانس) باستخدام معادلة كرونباخ الفا، وقد بلغت معامل ثبات كرونباخ الفا (٠.٩٤) وهي قيمة مناسبة لثبات المقياس ولأغراض الدراسة الحالية تم احتساب مستوى الأفكار السلبية الآلية على النحو الآتي: الحد الأعلى للبدائل (٥) الحد الأدنى (١) ويطرح الحد الأعلى من الحد الأدنى يساوي (٤)، ومن ثم قسمة الفرق بين الحدين على ثلاثة مستويات كما هو موضح في المعادلة:

$$٣ \div ٤ \text{ يساوي } ٠.٧٥ \text{ وعليه يكون الحد الأدنى يساوي } ١ + ٠.٣٣ \text{ يساوي } ١.٣٣$$

$$\text{الحد المتوسط يساوي } ١.٣٣ + ٢.٣٤ \text{ يساوي } ٣.٦٧ \text{ - الحد الأعلى يساوي } ٣.٦٨$$

ثانياً - مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية: اختارت الباحثة مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري عام (١٩٩٢) تعريب الأنصاري عام (١٩٩٧). لما لاحظته الباحثة من عدم توفر أداة لقياس مقياس العوامل الخمسة الكبرى تتناسب مع أهداف الدراسة ونسأولاتها، وقد قامت الباحثة بالاطلاع على الأطر النظرية التي تناولت العوامل الخمسة الكبرى، والمتمثلة بالدراسات العربية والأجنبية في هذا المجال، وكذلك الاطلاع على مقياس كل من: الانصاري (٢٠٠٠) لكوستا وماكري عام (١٩٩٢) تعريب الأنصاري عام (١٩٩٧).

طريقة تصحيح المقياس:

ويوضح الجدول التالي الفقرات لكل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

جدول (٥-١) توزيع الفقرات على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

العامل	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة
العصابية	6، 11، 21، 26، 36، 41، 51، 56	1، 16، 31، 46
الانقباض	2، 7، 17، 22، 32، 37، 47، 52	12، 27، 42، 57
التفتح (الانفتاح على الخيرة)	13، 28، 43، 53، 58	3، 8، 18، 23، 33، 38، 48
الطيبة (القبول)	4، 19، 34، 49	9، 14، 24، 29، 39، 44، 54، 59
يقظة الضمير (الاتقان)	5، 10، 20، 25، 35، 40، 50	15، 30، 45، 55

الجدول رقم (٥-١) يشتمل قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على (٦٠) بنداً، يضم

كل عامل (١٢).

الخصائص السيكومترية لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالبحث الحالي:

- تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس العوامل الخمسة الكبرى عن طريق معامل ارتباط بيرسون، ومعامل ثبات الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وذلك على النحو التالي:
- صدق الاتساق الداخلي لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي طبقت الباحثة المقياس على العينة الاستطلاعية مكونة من (٣٠) طالب وطالبة وتم حساب الارتباط بين الدرجات في كل عبارة من عبارات المقياس مع الدرجة الكلية لعبارات العامل التي تنتمي إليه والجدول يوضح معاملات ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للعامل الذي ينتمي إليه في قائمة العوامل الخمسة.

جدول (٦-١) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات أبعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى

بالدرجة الكلية لكل بُعد من الأبعاد (ن = ٣٠)

العصابية		الانقباضية		التفتح		الطيبة		يقظة الضمير	
معامل الارتباط	العبارة								
0.543**	1	0.383**	2	0.395**	3	0.347**	4	0.498**	5
0.502**	6	0.123	7	0.404**	8	0.360**	9	0.431**	10
0.559**	11	0.513**	12	0.510**	13	0.480**	14	0.644**	15
0.317**	16	0.523**	17	0.424**	18	0.452**	19	0.463**	20

يقظة الضمير		الطيبة		التفتح		الانبساطية		العصابية	
معامل الارتباط	العبرة								
0.615**	25	0.570**	24	0.451**	23	0.615**	22	0.654**	21
0.585**	30	0.505**	29	0.477**	28	0.595**	27	0.603**	26
0.507**	35	0.384**	34	0.351**	33	0.396**	32	0.374**	31
0.529**	40	0.494**	39	0.545**	38	0.541**	37	0.560**	36
0.540**	45	0.494**	44	0.360**	43	0.554**	42	0.722**	41
0.536**	50	0.541**	49	0.488**	48	0.592**	47	0.434**	46
0.550**	55	0.519**	54	0.513**	53	0.417**	52	0.641**	51
		0.625**	59	0.350**	58	0.450**	57	0.389**	56

** دال عند مستوى ٠.٠٠١ .

يتضح من خلال الجدول رقم (٦-١) أن جميع العبارات لمقياس العوامل الخمس الكبرى دالة عند مستوى (٠.٠٠١) حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط لبُعد العصابية ما بين (٠.٣١٧، ٠.٧٢٢)، ولُبُعد الانبساطية ما بين (٠.٣٨٣، ٠.٦١٥)، ولُبُعد التفتح ما بين (٠.٣٦٠، ٠.٥٤٥)، ولُبُعد الطيبة ما بين (٠.٣٦٠، ٠.٦٢٥)، ولُبُعد يقظة الضمير ما بين (٠.٤٣١، ٠.٦٤٤)، وجميعها معاملات ارتباط جيدة، وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة الحالية.

-ثبات مقياس العوامل الخمس الكبرى:

قامت الباحثة بقياس ثبات مقياس العوامل الخمس الكبرى باستخدام معامل ثبات الفاكرونباخ، والتجزئة النصفية، والجدول رقم (٧-١) يوضح معامل الثبات لمحاور أداة الدراسة وهي:

جدول (٧-١) معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

لقياس ثبات مقياس العوامل الخمس الكبرى = ن (٣٠)

معامل الثبات		المحور	م
التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ		
0.716	0.778	العصابية	1
0.713	0.739	الانبساطية	2
0.727	0.703	التفتح	3
0.785	0.763	الطيبة	4
0.801	0.769	يقظة الضمير	5

الأفكار التلقائية السلبية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية
كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء

يوضح الجدول رقم (٧-١) أن مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية يتمتع بثبات مقبول إحصائياً، حيث تراوحت معاملات ثبات المقياس ما بين (٠.٧٠٣ ، ٠.٧٧٨)، بمعامل ألفا كرونباخ، وتراوحت ما بين (٠.٧١٣ ٠.٨٠١) بالتجزئة النصفية، وهي معاملات ثبات مرتفعة يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة البحث الحالي.

ملخص النتائج:

- يوجد مستوى مرتفع في الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
- يوجد مستوى مرتفع في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الأفكار التلقائية السلبية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وهي يقظة الضمير، التبساطية، التقفح، الطيبة، العصائية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء تعزى الى النوع لصالح الاناث.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار التلقائية السلبية كما يدركها طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء تعزى الى التخصص (آداب/طب/ التربية). لصالح طلبة كلية الطب.

المراجع

- إبراهيم، زيزي السيد (٢٠٠٥) *العلاج المعرفي للاكتئاب: أسسه النظرية وتطبيقاته العملية وأساليب المساعدة الذاتية*، القاهرة: دار غريب.
- الأنصاري، بدر (٢٠٠٢). *المرجع في مقاييس الشخصية*، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
- بركات زياد (٢٠٠٦) *التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات*، جامعة القدس المفتوحة.
- بلان، كمال يوسف. (٢٠١٤). *نظريات الإرشاد والعلاج النفسي*. عمان: دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- البناء، حياة خليل، وعبد الخالق، أحمد محمد. (٢٠٠٦). الفلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب من جامعة الكويت. دراسات نفسية: *رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية (رأثم)*، ١٦(٢)، ٢٩١-٣١٢.
- الحميري، عبده فرحان محمد خالد، ووزير، عبد الرحمن علي راشد (٢٠١٨). "التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة." *مجلة الآداب: جامعة ذمار -كلية الآداب ١* (٦)، ١٥٥.
- الخولي، هشام محمد. (٢٠١٩). دور الملل والإرجاء كوسيطين بين تأثير العبء المعرفي على استراتيجيات المواجهة الفعالة لدى مرتفعات ومنخفضات القدرة على التحصيل الدراسي. *مجلة كلية التربية: جامعة كفر الشيخ -كلية التربية*، ١٩(٤)، ٢٤٥-٣٤٦.
- الدحادحة، باسم محمد علي أحمد. (٢٠١٢). الأفكار السلبية الآلية وعلاقتها بالاستجابات العصابية لدى طلبة جامعة نزوى في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية: جامعة الكويت -مجلس النشر العلمي*، ٣٨ (١٤٥)، ٢١١ - ٢٥٨.
- الدحادحة، باسم محمد علي أحمد. (٢٠١٢). الأفكار السلبية الآلية وعلاقتها بالاستجابات العصابية لدى طلبة جامعة نزوى في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية: جامعة الكويت -مجلس النشر العلمي*، ٣٨ (١٤٥)، ٢١١ - ٢٥٨.
- الدرويش، لمى، ورناء عبد الرحمن قوشحة (٢٠١٨). "العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وأساليب التفكير لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة حماة." *مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية: جامعة البعث*، ٤٠ (٩٩)، ٣٩ - ٨٠.
- الرباعي، سعاد ياسين (٢٠١٤) *الشعور بالسعادة وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق*، رسالة ماجستير في علم النفس التربوي، غير منشورة، جامعة دمشق، كلية التربية، قسم علم النفس.

الزربي، أحمد محمد، وعمر سعود الخمايسة (٢٠١٩). "القوة التنبؤية للعوامل الخمسة الكبرى وبعض المتغيرات في الإيجابية لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية." *مجلة العلوم التربوية: جامعة الملك سعود - كلية التربية ٣١ (١٨)*، ٣٣٩ - ٣٦١.

السيد، فاطمة. خياط، عبير (٢٠١٨) التطرف الفكري وعلاقته بأحادية الرؤية والأفكار الالية السلبية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز في ضوء الفروق بين الجنسين والتخصص العلمي، *مجلة العلوم التربوية*، المجلد الثاني.

الشريف، بسمة (٢٠١٣) فاعلية برنامج توجيه جمعي يستند الي نظرية اليس Ellis في التفكير اللاعقلاني في خفض الاكتئاب وتحسين مستوي التكيف، *مجلة البلقاء للبحوث والدراسات*.

الشمالي، نضال عبد اللطيف (٢٠١٥) *العوامل الخمسة للشخصية وعلاقتها بالاكتئاب لدى المرضى المترددين على مركز غزة المجتمعي* - برنامج غزة للصحة النفسية، رسالة ماجستير غير منشورة الجامعة الإسلامية، كلية التربية، قسم علم النفس والإرشاد النفسي. غزة، فلسطين.

عبد الخالق، أحمد محمد، والبناء، حياة خليل. (٢٠٠٦). الخوف من الاماكن المتسعة وعلاقته بالخوف الاجتماعي والتفكير السلبي التلقائي. دراسات نفسية: *رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية (رأثم)*، ١٦ (٤)، ٦٧٥-٦٩٢.

عبد العزيز، حنان (٢٠١٢) *نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ابي بكر بلقايد تلمسان، الجزائر.

علي، ماجدة خميس (٢٠١٢). *الفروق بين مرتفعي ومنخفضي القلق والمخاوف الاجتماعية في اليأس والأفكار السلبية الآلية*. رسالة ماجستير كلية التربية، جامعة القاهرة، مصر.

العميري، نجاح بنت عامر مطلق (٢٠١٥): *أنماط التعلق وعلاقتها بالعوامل الخمس الشخصية الكبرى لدى طلبة جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات*، مذكرة ماجستير في علم النفس، تخصص إرشاد نفسي، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

القريطى، عبد المطلب (٢٠٠٥) *الموهوبين والمتفوقون خصائصهم واكتشافهم ورعايتهم*، القاهرة: دار الفلكلور العربي. دار الفكر العربي.

قويدري، على (٢٠٢٠) علاقة التفكير السلبي بالاكتئاب لدى عينة من مرضى الضغط الدموي -دراسة ميدانية بولاية الاغواط الجزائر، جامعة عمار تليجي، *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، الجزائر.

- كوري جيرلاد، (٢٠١١) ترجمة، الخفش وديع سامح، *النظرية والتطبيق في الإرشاد*، ط ١، الأر دن، دار الفكر ناشرون وموزعون
- ليهى، روبرت (٢٠٠٥) *دليل عملي تفصيلي لممارسة العلاج النفسي المعرفي في الاضطرابات النفسية*، (ترجمة) جمعة سيد يوسف، محمد نجيب الصبوة، القاهرة: إيتراك للطباعة والنشر.
- ملحم، احمد (٢٠٢١) الأفكار السلبية الآلية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى الطلبة العاديين والتميزين في الأردن، جامعة مؤتة، *مجلة العلوم التربوية*، المجلد (٤٨) العدد (٣) ٢٠٢١م.الأردن.
- نايف، الحمد. حازم، المومني (٢٠١٤) دور الارشاد والعلاج بالواقع في خفض الشعور بالاكئاب النفسي لدى المراهقين، *مجلة المنارة*، المجلد ٢٠ العدد (١) جامعة اربد، الأردن.
- يونس، محمد (٢٠٠٧) سيكولوجيا الدافعية والانفعالات (ط١) عمان: دار المسيرة.
- Batmaz, Sedat & Yuncu, Ozgur & Kocbiyik, Sibel. (2015). *Assessing Negative Automatic Thoughts: Psychometric Properties of the Turkish Version of the Cognition Checklist. Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*. 9. 10.17795/ijpbs-344
- Beck JQ (2011) *Cognitive Therapy: Fundamentals and Beyond*. New York: Gilford Press
- Director, Creamlike & Huseyinzade Simsek, Anjelika & Bulut Serin, Nergüz. (2017). Negative Automatic Thoughts, Emotional Intelligence and Demographical Different Variables Affecting University Students. *College student journal*. 51. 391-39
- Feist, J., & Feist, G. (2006). *Theories of Personality* (6th.ed). New York: McGraw Hill.
- McCrae, R. (2004). Human Nature and Culture: A trait Perspective. *Journal of Research in Personality*, 38, 3-14.
- McCrae, R. (2009). *The Five –Factor Model of Personality Traits: Consensus and Controversy*. In P. Corr & G. Matthews (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personality Psychology* (148-161), New York: Cambridge University Press.
- McCrae, R., & Costa, P. (2008). *The Five-Factor Theory of Personality*. In O. John, R. Robins & L. Previn (Eds.), *Handbook of*

Personality: Theory and Research (3rd.ed. 160-181), New York: Guilford Press

Singh, M. (2010). *College Student's Perceived Happiness and Involvement in Stress, Social Connections, and Spirituality. Master Dissertation, Cincinnati University, Ohio.*

Singh, M. (2010). *College Student's Perceived Happiness and Involvement in Stress, Social Connections, and Spirituality. Master Dissertation, Cincinnati University, Ohio*

Thomas, S.(2012). *Situational Contingencies of Anxiety: What Anxieties Are Associated with Each of the Big Five? .Master Thesis, Wake –Forest University, North Carolina.*

Weiner, I.B., & Greene, R.L. (2008). *Hand Book of Personality Assessment* .New Jersey: Wiley.