فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة المرحلة الثانوية

أمنية عزمي السيد عطية الجمال

معيدة بقسم المناهج وطرق تدريس وتكنولوجيا التعليم

كلية التربية_ جامعة الزقازيق

(تخصص علم النفس)

أ. د/ سامي محمد علي الفطايري

أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية

كلية التربية – جامعة الزقازيق

د\ مي مصطفي محمد يونس الشنيطي

مدرس المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية

كلية التربية – جامعة الزقازيق

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي إلى تحديد فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت عينة البحث من (٧٢) طالبًا وطالبة من طلبة الصف الثالث الثانوي، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية مكونة من (٣٦) طالبًا وطالبة (يتم التدريس لهم باستخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي)، والثانية ضابطة مكونة من (٣٦) طالبًا وطالبة (يتم التدريس لهم بالطريقة المعتادة)، وقد تضمنت أدوات البحث ومواده: اختبار مهارات التفكير المستقبلي، ودليل للمعلم يضم وحدة الشخصية وأساليب التوافق النفسي والاجتماعي مصاغة ببعض بفنيات علم النفس الإيجابي، وتم تطبيقها على المجموعتين قبليًا للتأكد من تكافؤ المجموعتين، وبعدياً لتحديد دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية، وتوصل البحث الحالي إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) بين متوسطات درجات طلبة كلاً من المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار مهارات التفكير المستقبلي لصالح المجموعة التجريبية، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) بين متوسطات درجات طلبة المجموعة التجريبية في التطبيقين

القبلي و البعدي لاختبار مهارات التفكير المستقبلي لصالح التطبيق البعدي، وأوصي البحث بضرورة توظيف فنيات علم النفس الإيجابي في تعليم علم النفس من قبل المعلمين والمشرفين، كما دعا إلي إجراء بحث حول استخدام فنيات علم النفس الإيجابي في تدريس مواد دراسية أخري لتنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى المتعلمين.

الكلمات المفتاحية: فنيات علم النفس الإيجابي – مهارات التفكير المستقبلي.

Abstract

The current research problem was determined in the weakness of secondary stage students future thinking skills to overcome this problem the current research utilized the positive psychology techniques it aimed at developing secondary stage stutends future thinking by utilizing the positive psychology the research participants were (٧٢)secondary stage third year studends .they were divided into two groups the experimental group (٣٦)students was taught by positive psychology techniques the control groups (٣٦) studentswas taught the regular method.the research instruments included the future thinking skills test and the teachers guide the unit of the character and social and psychological methods by positive psychology techniques, was included teachres guide the research instruments to both groups to assert the homogeneity between the tow groups they were also post-administered to determine the significance of differences between the mean scores of both experhmental and control groups.the research results there are statistically significant at level (٠١٠)between the average scores of students from both the experiental and control groups in the post-application of the future thinking test hn favor of the experimental. ،the researcher recommended the necessity of applying positive psychology techniques in teaching .she also recommended increasing the teachres awareness of applying future in teaching psychology.she recommended that the psychology books include activities and

exercises the researcher suggested conducting a research on utilizing the positive psychology techniques in teaching . developing future thinking skills among learn.

Key words; positive psychology techniques- future thinking skills.

مقدمة البحث:

تُعد المرحلة الثانوية من أهم المراحل التعليمية وأخطرها في حياة المتعلم، كونها أكثر ارتباطًا بمرحلة المراهقة، يتعرض فيها المتعلم للعديد من الصعوبات والضغوط والصراعات التي تؤثر في مختلف جوانب نموه وصولاً لمرحلة النضج، كما تُعد مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد، إذ ينتقل المتعلم من خلالها من الاعتماد على غيره إلى الاستقلالية والاعتماد علي ذاته، وقد أوجب ذلك الاهتمام بتنمية أنماط التفكير التي تساعد المتعلم على التكيف مع المتغيرات الفكرية والحياتية والمستقبلية استنادًا إلى التفكير المستقبلي لكل ما يتعرض له من مشكلات ذات تأثير في نمط شخصيتة.

والجدير بالذكر أن التفكير المستقبلي يمكن أن يساعد المتعلم في تحديد رؤيته المستقبلية بنظرة تفاؤلية إيجابية، يستطيع من خلالها التكيف مع الضغوط الحادثة في المجتمع، من خلال إعمال العقل وتنمية أنماط التفكير المتعددة لدى المتعلمين لكي يكونوا قادرين على مواجهة التحديات، وحل المشكلات بطريقة مستقبلية سليمة(**إيمان أبو موسى** ،٢٠١٧، ٧٠).

وهذا ما انعكس على العديد من الدراسات والأدبيات السابقة التي دعت إلى ضرورة تنمية التفكير المستقبلي كمكون رئيس يشغل مستقبل الأمم، ومن تلك الدراسات دراسة (عماد حافظ ،٢٠١٥) التي نادت بضرورة تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى الطلاب من خلال برامج معدة لذلك، و دراسة (fa_chung

chiu,2012) التي أكدت أهمية تنمية مهارات التفكير المستقبلي لطلاب المرحلة الثانوية كسبيل للتغلب على العديد من المشكلات ذات الصلة بالضغوط يمرون بها، وتمكنهم من فهم قضايا مجتمعهم، ودراسة (رشا عيسى،٢٠١٨) والتى دعت إلى ضرورة تنميه مهارات التفكير المستقبلي ضمن المناهج الدراسية، فقد نادت (إيمان موسي ،٢٠١٧) بضرورة تنمية التفكير المستقبلي لدى المتعلمين حتي يتمكنوا من رسم صورة مستقبلية عن حياتهم.

وبناءً علي ذلك فقد حدد عماد حافظ (٢٠١٢، ٤٨٨)، (Ferretti,2018, 88) أربع مراحل لبناء التفكير المستقبلي تتمثل في الآتى:

❖**الاستطلاع Looking around**: حيث يتم في هذه المرحلة تحديد القوى المؤثرة في موضوع البحث أو الدراسة والمشكلة.

❖**التطلع للأمام Looking Ahead**: يتم فيها تحديد المؤثرات التي ظهرت والتي تؤدي إلى تغير المستقبل.

❖**التخطيط planning**: يتم فيها عمل تخطيطى إستراتيجيي من أجل قيادة التغير والعمل على تخطي الفجوة بين الواقع الحالي والمستقبل.

❖**التنفيذ execution**: يتم فيها تطبيق الإستراتيجيات المخططة مع متابعة المؤشرات الناتجة عنها وعمل محادثات إستراتيجية مستمرة من أجل تحقيق هذا المستقبل .

وتماشيًا مع ما تم ذكره فإنه من الأهمية النظر إلي التفكير المستقبلي الذي يدفع المتعلم للتفاعل الإيجابي مع متغيرات الواقع، والإيجابية عند مواجهة المشكلات التي تقابله، مع إعمال النقد الإيجابي والانتقاء، حتى يتمكن من الوصول لرؤية مستقبلية إيجابية تمكنه من صنع مستقبل جديد. (محمد فرغلي، ٢٠١٥، ١٤ -١٥)

وفي هذا السياق أكدت دراسة خلود الزهراني (٢٠٢٠، ١٥٦) وجود علاقة بين علم النفس الإيجابي والتفكير المستقبلي إذ يقع التفكير الإيجابي تحت مظلة علم النفس الإيجابي والذي يختص ببث التفاؤل في نفوس المتعلمين، كما يساعد المتعلم علي

السعي والتوجه نحو المستقبل بشكل أفضل والتفكير في مستقبلهم بشكل إيجابي، والسعي نحو تحقيق أهدافهم وغاياتهم دون الالتفات لأي أفكار سلبية تشاؤمية.

والجدير بالذكر أن البدايات الأولى في ظهور علم النفس الإيجابي كانت على يد العالم الأمريكى مارتن سليجمان عام (١٩٩٨)، وهو يُعد الأب الروحي لذلك الفرع الحديث من فروع علم النفس وموضوعاته، ويعتبر سليجمان مدير مركز علم النفس الإيجابي في جامعة بنسلفانيا الأمريكية، فلم يعد علم النفس ينتظر وقوع المتعلم في القصور والضعف من أجل مساعدته للتغلب عليها، بل أصبح يعمل علي دراسة كيف يجعل المتعلم يعيش سعيدًا من خلال ما يملكه من إمكانيات وقدرات، وكيفية توظيفها لتحقيق السعادة له. (مصطفي حجازي،٢٠١٢، ٢٥)

وأشار مصطفي حجازي (٢٠١٢، ٩) إلي أن علم النفس الإيجابي بمثابة فرع حديث من فروع علم النفس، حيث إنه يدرس سلوكيات المتعلمين، وفهم خصائصهم وديناميةسلوكهم، وقد ظهر علم النفس الإيجابى لكي يدرس الإيجابيات الموجودة لدى المتعلمين، وتنمية إمكانياتهم بشكل خاص.

ومن زوايا أخرى أكد سيد الوكيل (٢٠١١، ٢٢) أن علم النفس الإيجابي يقدم لنا دعوة مفاداها أن المتعلم يحمل بداخله مواطن القوة والضعف، كما أن الخبرات التي يمر بها المتعلم فى حياتة الدراسية تحدد سلوكياته، وهذه الخبرات قابلة للتغير وبعضها غير قابل للتغير، وتتركز جهود علم النفس الإيجابى على إثراء القوى القابلة للتعديل كمدخل لتحقيق السعادة الحقيقية.

واستنادًا إلى ما سبق كان لابد من توظيف فنيات علم النفس الإيجابي في عملية التعليم والتعلم، حيث نجد أن المنظومة التربوية تعاني من عدم أهلية المعلم في توفير حد معين من الإمكانيات والإستراتيجيات التي قد تحد من أداءه في المهام التعليمية بأحسن وجه، ويأتي علم النفس الإيجابي ليطرح معارف جديدة للمعلم لكي يتعامل التربويون مع المتعلمين وتساهم في البناء الفعال للمؤسسات التربوية.(أوميلي حميد،٢٠١٧، ١٣٠)

وبناء علي ذلك تبلورت أهمية علم النفس الإيجابي في تنمية التفكير المستقبلي على الصعيد التربوي من خلال ما له من دور قوي في العملية التعليمية، فهو يعمل على تنمية دافعية التلاميذ، وتعزيز ثقتهم بنفسهم، وتنمية الجوانب الإيجابية وجعلهم أكثر تفاؤلاً ومرونة وأملاً في المستقبل، وهذا بدوره سوف يؤثر على المتعلم تأثيرًا إيجابيًا، وبخاصة أن مساندة الطلاب بصفة عامة، وتنمية النواحي الإيجابية لديهم من قوة وتفاؤل وشجاعة وأمانة ومثابرة تكون أكثر فاعلية من التركيز على

السلبيات، وفي هذا السياق فإن علم النفس الإيجابى يسهم بدور كبير في تنمية شخصية المتعلمين وتنمية النواحي الإيجابية لديهم وتحصينهم مما يواجهونه من مشكلات تتعلق بالعملية التعليمية .(مصطفي عطاالله، وفضل عبدالصمد،٢٠١٣، ٦)

وهذا ما أكدته العديد من الدراسات والبحوث السابقة التي تنادي باستخدام علم النفس الإيجابي في دراستنا، وفي سلوكيات المتعلمين، وفي المجال التربوي، والعلمي، لما له من دور في سلوكيات المتعلمين والعملية التعليمية. منها دراسة (سيد الوكيل،٢٠١٠)، ودراسة (وسية روزالى ،٢٠١٦)، ودراسة (حميدة بقعة،٢٠١٨)، والعديد من الدراسات الأخرى التى أيدت الاتجاه الحديث من فروع علم النفس بعد أن ثبتت أهمية في سلوكيات المتعلم والمعلم وعلى العملية التربوية .

وخلاصة القول فإن الهدف الرئيس من نشأة علم النفس الإيجابي كما وضحها مصطفي عطاالله (٢٠١٤، ٤)، ووسايل وحيدة (٢٠١٧ ، ٤٦) هو الارتكاز على نقاط القوة بدلاً من التركيز على النظام السائد في المدارس التركيز على السلبيات، فقد جاء ليغير النظرة كما اتضح سابقًا، إلا أن جاء تطبيق إستراتيجيات علم النفس الإيجابي يتناسب مع البيئة التربوية، فالاهتمام بجوانب العجز قد يكون غير فعال في كثير من الأحيان، ولذلك فإن دوره يتمثل في توسيع الجانب الإيجابي والتركيز على الإيجابيات، كما إنه يركز على تحديد مواطن القوة والإبداع والإيجابية فى

سلوكيات المتعلمين مثل الرضا، والتفاؤل، وحب الاستطلاع، والإيثار، والمتعاطف، وتعزيز السعادة.

الإحساس بالمشكلة :

نبع إحساس الباحثة بالمشكلة من خلال الإطلاع على العديد من البحوث والدراسات السابقة كما يأتي:

_ هناك العديد من الدراسات والبحوث التربوية التي أكدت ضرورة الاهتمام بتنمية التفكير المستقبلي لدى المتعلمين في مختلف المراحل الدراسية، نظرًا لوجود خلل ملحوظ في تفكير المتعلمين كدراسة(صفاء علي ،٢٠١١)، و دراسة (شيماءعبد العليم ،٢٠١٧)، ودراسة(عمرو حسن ،٢٠١٩)، كما أشارت تلك الدراسات إلى وجود ضعفاً في امتلاك الطلاب لبعض مهارات التفكير المستقبلي.

_ كما أكدت بعض الدراسات والبحوث التربوية على أهمية تنمية التفكير المستقبلي نظراً لعدم معرفة الطلاب بقدراتهم التي تسمح لهم بالتكيف والتوافق مع الضغوطات والتفكير في المستقبل، وكذلك معتقداتهم حول جهدهم المبذول تكاد تكون تشاؤمية وغير واضحة، فكثيراً يشكو المتعلم بأنه غير قادر على مواجهة المصاعب وسوف يفشل ولا يستطيع أن يجتاز أي مرحلة تعليمية يقبل عليها، ومن تلك الدراسات دراسة (bananno et al,2011)، ودراسة(جمعة فرغلي ، ٢٠١٣) ، ودراسة أحمد (أبو زيد ،٢٠١٧)، ودراسة (أبو القاسم سعد الله ،٢٠٢١) .

_ وتأكيداً على مشكلة البحث الحالي قامت الباحثة بمقابلات غير مقننة مع عدد من موجهي علم النفس والاجتماع، ومعلميها بالمرحلة الثانوية، وتم المناقشة معهم حول الوضع القائم بتدريس علم النفس بالصف الثالث الثانوي وحول استخدام الإستراتيجات الحديثة وما تحققه هذه الإستراتيجيات في تنمية التفكير المستقبلي، حيث أشار الكثير منهم أن الطرق المتبعة في التدريس هي تلك الطرق المعتادة التقليدية، وأغلبها يميل إلى التلقين دون الاهتمام بشأن المتعلم ودون الالتفات إلى قدراته وإمكانياته، بالإضافة إلى الشكوى المتكررة من سوء تفكير المتعلمين وسوء

تصرفاتهم بشأن المستقبل والتعامل مع الضغوطات التي تلقيها عليهم المرحلة التعليمية، وكذلك الشكوى بفقدان الكثير من الطلاب ثقتهم بنفسهم عند أداء بعض المهام الموكلة لهم التي يتخللها بعض الصعوبات والضغوطات، وفقدان معرفتهم بقدراتهم وإمكانياتهم، ولا يمكن أن يتحسن الوضع الراهن بدون اللجوء إلى طرق وإستراتيجيات تربوية حديثة خاصةً ونحن في عصر الانفتاح المعرفي، والتقدم السريع.

_ إجراء دراسة استكشافية* حول واقع التفكير المستقبلي لدي طلاب المرحلة الثانوية من خلال بناء اختبار للتفكير المستقبلي(إعداد الباحثة) استنادًا إلي الرسائل والأدبيات التربوية والمراجع الخاصه بهذا الشأن؛ من أجل تحديد مدى امتلاك طلاب الصف الثالث الثانوي لمهارات التفكير المستقبلى، وتم تطبيق الاختبار على عينة عشوائية قوامها (٣٠) طالبًا وطالبه من طلاب الصف الثالث الثانوي بإحدى المدارس التابعة لإدارة دسوق التعليمية، وقد أشارت نتائج تطبيق الاختبار إلى أن النسبه المئوية لمتوسط درجات العينة بلغت في اختبار التفكير المستقبلي(٣٨٪) ويعتبر هذا مؤشرًا على وجود انخفاض وقصور لدى الطلاب في امتلاكهم لمهارات التفكير المستقبلي، وتأسيسًا علي ماسبق يتبين أن هناك ضعفاً ملحوظاً لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في ممارسة بعض الأنماط اللازمة لهم في هذة المرحلة العمرية وأهمها التفكير المستقبلي لكونه أكثر ارتباطاً بالمرحلة العمرية للطالب، نظراً لحاجة الطلاب الماسة لممارسته فى واقعهم التعليمى، ولكونه أحد السبل التي يمكن الإرتكاز عليها فى التخفيف من الضغوط النفسية الواقعة عليهم، والتى قد تؤدى بهم للكثير من الانحرافات النفسية والحياتية، وسوء التوافق مع المستجدات التي تفرضها مرحلتهم العمرية.

وبالرغم من أهمية تدريس علم النفس بالمرحلة الثانوية للارتقاء بالكثير من المشكلات التي يتعرض لها المراهقون والعمل علي حلها، إلا أن ما يتم الارتكاز عليه في العملية التدريسية مازال متمسكاً بالإطار التقليدي والروتيني الذي يتجاهل القضايا الملحة فى حياة المتعلم، ولذلك ظهر علم النفس الإيجابى، واهتمام مفكريه بتحديث إستراتيجيات متعددة الأوجه ومختلفة الزوايا، تفيد في تنمية مهارات التفكير المستقبلي، وتعمل علي التقليل من الضغوط النفسية للطلاب في هذة المرحلة العمرية،

وهذا ما يشكل بؤرة الاهتمام بالدراسات المستقبلية، ومن هنا نتج الإحساس بمشكلة هذا البحث.

تحديد مشكلة البحث :

تتمثل مشكلة البحث الحالي في ضعف مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي، مما دفع الباحثة للتصدي لهذه المشكلة من خلال محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس الأتي:

كيف يمكن تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدي طلبة المرحلة الثانوية باستخدام فنيات علم النفس الايجابي؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

- ما مهارات التفكير المستقبلي اللازم تنميتها لدى طلبة الصف الثالث الثانوي؟
- ما صورة وحدة (الشخصية وأساليب التوافق النفسي الاجتماعي) المعاد صياغتها باستخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي من أجل تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي؟
- ما فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي لتنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة المرحلة الثانوية ؟

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى:

١ - تحديد مستوى مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي.

٢ - إعادة صياغة وحدة (الشخصية وأساليب التوافق النفسي الاجتماعي) في مادة علم النفس للصف الثالث الثانوي باستخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي.

٣ - الكشف عن فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي لتنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

أهمية البحث:

تتجلى أهمية هذا البحث فيما يمكن أن يقدمه من إسهامات في مجال تدريس علم النفس قد تفيد هذه الفئات:

- **الطلبة:** حيث يتوقع أن ينمي علم النفس الإيجابى مهارات التفكير المستقبلي لدى طلاب الصف الثالث الثانوى، قد يفيد ذلك في تحسين تعاملاتهم مع المواقف الحياتية اليومية.
- **المعلمين:** يزودهم البحث الحالى بدليل إجرائى لفنيات علم النفس الإيجابي، من الممكن أن تفيد السادة القائمين بعملية التدريس على تطوير أداء معلمي مادة علم النفس، وتقديم ما يسهل على المتعلمين اكتساب المعارف والمهارات بطرق وأنشطة متنوعة.
- **الباحثين:** قد يساهم البحث الحالى في إثراء البحوث والدراسات المرتبطة بعلم النفس الإيجابي والذى من شأنه أن يعمل على فتح مجالات عديدة من البحوث والدراسات التي تستهدف تنمية مهارات التفكير المستقبلي.
- **مصممي المناهج والقائمين علي وضع وتطوير وتدريس مقررات علم النفس بالمرحلة الثانوية:** حيث يقدم لهم فنيات وإستراتيجيات لعلم النفس الإيجابي التي يمكن الاستفادة منها واعتمادها ضمن المهارات المستهدف تحقيقها في المرحلة الثانوية كما يقدم لهم دليلاً إجرائياً لكيفية تنمية مهارات التفكير المسقبلي.
- **الباحثين:** قد يساهم البحث الحالى في إثراء البحوث والدراسات المرتبطة بعلم النفس الإيجابي والذى من شأنه أن يعمل على فتح مجالات عديدة من
- **البحوث والدراسات التي تستهدف تنمية مهارات التفكير المستقبلي.**

حدود البحث:

اقتصر البحث على الحدود الآتيه:

أولًا: حدود بشرية: يقتصر البحث على عينه عشوائية من طلبة الصف الثالث الثانوى، نظراً لانهم يدرسون مادة علم النفس في هذا الصف.

ثانيًا: حدود موضوعية: وتتمثل في:

- بعض مهارات التفكير المستقبلي المستقاه من البحوث والدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات البحث، وهي (**التفكير الايجابي بالمستقبل - التوقع المستقبلي - التصور المستقبلي - اتخاذ القرارات**) لأنها تتفق و الدراسة الحالية.
- يقتصر البحث علي بعض فنيات علم النفس الإيجابي من خلال الإطلاع علي الدراسات والبحوث والأدبيات وهم: (**التفكير الايجابي - التدفق - التفاؤل والأمل - حل المشكلات - الصلابة النفسية**)
- يقتصر البحث الحالى على وحدة (**الشخصية وأساليب التوافق النفسي والاجتماعي**) في مادة علم النفس للصف الثالث الثانوي؛ لأنها تتفق و متغيرات البحث الحالي.

ثالثا: حدود مكانية: يطبق البحث في بعض مدارس المرحلة الثانوية التابعة لإدارة دسوق(مدرسة أحمد زويل ، ومدرسة الشهيد حسن هيكل)؛ وذلك لقربها من محل إقامة الباحثة، ولتعاون إدارة هذه المدارس مع الباحثة.

رابعا: حدود الزمانية: تم تطبيق البحث في الفصل الدراسي الثاني لعام ٢٠٢٤ .

منهج البحث ومتغيراته :

منهج البحث :

- **المنهج الوصفى:** وذلك من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة الخاصة بمتغيرات البحث وتحديد مهارات التفكير المستقبلي.
- **المنهج التجريبى:** ذو التصميم شبه التجريبى القائم على تقسيم عينة البحث لمجموعتين تجريبية تدرس فنيات علم النفس الإيجابي ومجموعة ضابطة تدرس باستخدام الطريقة المعتادة.

متغيرات البحث :

- **المتغير المستقل:** فنيات علم النفس الإيجابي.
- **المتغير التابع:** ويتمثل فى مهارات التفكير المستقبلي.

أدوات البحث :

- اختبار مهارات التفكير المستقبلي . (من إعداد الباحثة)

فروض البحث: للإجابة عن أسئلة البحث الحالي تم وضع الفروض التالية موضع الاختبار:

١ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لاختبار التفكير المستقبلي ككل وفي مهاراته الفرعية علي حده.

٢ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي و البعدي لاختبار التفكير المستقبلي ككل وفي مهاراته الفرعية علي حده.

مصطلحات البحث :

علم النفس الإيجابي :

عرفه مصطفي حجازي (٢٠١٢ ، ٢٩) بأنه " تيار حديث في علم النفس يقدم منظورًا جديدًا في النظرة للمتعلمين وسلوكياتهم، حيث إنه يهتم بدراسة أوجه الإيجابيات لدى المتعلم والتحقق من قدراته وإمكانياته ويهدف علم النفس الإيجابي إلى تعزيز السعادة في سلوكيات المتعلم"

وتعرف الباحثة علم النفس الإيجابي إجرائياً بأنه:

هو فرع حديث من فروع علم النفس يركز على السمات والمشاعر الإيجابية داخل سلوكيات المتعلم التي تؤدي دورًا مهمًا في عملية التعليم لدى الطلاب، كما أنه يعمل علي إعادة التوازن لعلم النفس السلوكي وتحسين الأداء النفسي للطلاب والبحث عن

مكامن السعادة البشرية حتى يوصل الإنسان لحياة مرضية يستطيع أن يحقق بها أهدافه.

التفكير المستقبلي:

عرفة عماد حافظ (٢٠١٥، ٤٨٢) بأنه" القدرة على صياغة فرضيات جديدة والتوصل إلى ارتباطات جديدة باستخدام المعلومات المتوفرة والبحث عن حلول جديدة وتعديل الفرضيات وإعادة صياغتها عند اللزوم ورسم بدائل مقترحة وصياغة النتائج"، وأضاف (jones et al,2012,88) بأنه" عبارة عن استكشاف منظم للمستقبل وهو يشجع على التحليل والنقد والتقييم والتصور والتوصل إلى حلول أفضل للمستقبل.

وتعرف الباحثة التفكير المستقبلي إجرائيًا على أنه:

هو عبارة عن مجموعة من المهارات والقدرات التي ينبغي تنميتها لدى المتعلم حتى يستطيع مواجهة التحديات والتغيرات التي تطرأ عليه في المستقبل من خلال استحداث خبرات الماضي وتنميتها في المستقبل بما يتناسب معها وتنمي لديه القدرة على حل المشكلات التي تواجهه وفهمها فهمًا جيدًا مع وضع حلول لها.

الإطار النظري للبحث:

المحور الأول: علم النفس الإيجابي:

أولاً: نشأة علم النفس الإيجابي:

يحظى طلبة المرحلة الثانوية العامة باهتمام ملحوظ من قبل الجهات المعنية بالتربية والتعليم، حيث يدرس الطلبة في المرحلة الثانوية العامة مادة علم النفس، وهي المادة التي تأتي في مقدمة المواد التي تتفق طبيعة تدريسها وأهدافها مع طبيعة أهداف المرحلة الثانوية العامة، لما بها من مفاهيم وقيم ونظريات ومهارات تفكير عليا.(محمد أحمد، ٢٠٠٧، ٢٣ -٢٤)

فلدراسة علم النفس ضرورة تربوية لطلبة المرحلة الثانوية العامة، فالطالب بحاجة إلي تثقيف نفسه بطريقة تساعده على التعامل مع الآخرين بإيجابية ونجاح،

كما أن دراسة الطالب لمادة علم النفس بما فيها من نظريات تعلم تساعده على التحصيل الدراسي وتنمية مهارات التفكير والتذكر، كما أنها تساعده علي التوافق والتكيف، وتحمل المسؤلية وحل المشكلات اليومية.

علي الرغم من الاهتمام الملحوظ بدراسة مادة علم النفس لطلبة المرحلة الثانوية العامة، إلا أن يسرا السيد(٢٠٠٧) أثبتت في دراستها تقليدية مادة علم النفس في الواقع التعليمي والتربوي، فعلم النفس المعاصر معتمد علي الحفظ والتلقين دون مشاركة المتعلم في العملية التعليمية، ويعتمد علي الأساليب والإستراتيجيات القديمة؛ فهذا بشأنه يحيل مادة علم النفس أن تصبح مادة تقليدية في محتواها.

والجدير بالذكر أنه منذ ظهور علم النفس التقليدي اهتم علماء النفس بدراسة السلوكيات السلبية، والعمل علي تعديلها، حيث كان الاهتمام مُنصب فقط ولفترات طويلة على دراسة المتعلمين الذين يعانون من القلق، والخوف، والاكتئاب، والعدوان وغيرها من الأساليب غير السوية والإستراتيجيات التقليدية؛ وبهذا انحدر بل انعدم الاهتمام بالشخصية السوية الإيجابية والخصال السوية، ولهذا قرر علماء العلوم النفسية والتربوية - بقيادة العالم مارتن سليجمان - أنه قد حان الوقت لظهور علم جديد يهتم بالمشاعر الإيجابية للمتعلم أفضل من السلبية فقط.

ويتفق هذا مع دراسة نشوة عبدالمجيد(٢٠١٤)، ودراسة سيمون فرج(٢٠١٦) حيث أكدوا ضرورة اتباع واستحداث أساليب تربوية جديدة في تدريس مادة علم النفس والاهتمام بشخصية المتعلم الايجابية، ودراسة مجدي سليمان(٢٠١٥) التي أكدت أن الأساليب الحالية في مادة علم النفس لطلبة المرحلة الثانوية العامة لا تنمي عند الطلبة التفكير الإبداعي، ولا مهارات التفكير العليا، وبالتالي تؤثر بالسلب علي التحصيل.

نشأ علم النفس الإيجابي في البداية كرفض للتيارات القديمة الأخرى مثل: التحليل النفسي، والسلوكية وغيرها، وانعكاسًا لمنحى علم النفس التقليدي؛ لهذا عقد مارتن سليجمان أول مؤتمر دولي لعلم النفس الإيجابي سنة ١٩٩٩م بعد توليه منصب رئيس الجمعية الأمريكية سنة١٩٩٨ م الذي نادى حينها بعلم جديد هو علم

النفس الإيجابي، وتم عقد المؤتمر للعمل على تطوير وترسيخ علم النفس الإيجابي، ومنذ هذه اللحظة فصاعداً أصبح عامة الناس مهتمين بشكل متزايد بالاكتشافات حول هذا الموضوع، والتي كانت مدفوعة بشكل أساسي من قبل سيليجمان.
(laura,m.ckinnery,2021)

حيث اتفق كل من بشير معمرية (٢٠١٠، ١٠٠)، وزين الدين محمودي وفاتن الباشا (٢٠١٦، ٣٠٥)، و عبدالله بن عبدالسلام (٢٠٢٠، ٢٠٨ -٢١٠) أن علم النفس الإيجابي هو فرع من فروع علم النفس يسعى لدراسة السلوكيات الإيجابية ويهتم بتجويد الحياة النفسية للمتعلم التي لها قيمة مثل السعادة، والرضا، والارتياح، وكذلك مستويات الفرد الثلاثة (الماضي والحاضر والمستقبل)، واتفقت هذه الدراسات أن علم النفس الإيجابي ظهر وبشكل أكثر دقة في أواخر التسعينات و منتصف القرن العشرين سنة (1998) علي يد العالم والفيلسوف الأمريكي" مارتن سليجمان" بعد الحرب العالمية الثانية عندما تولي مارتن سليجمان رئيسًا للجمعية الأمريكية (الأب الروحي لعلم النفس الإيجابي).

وعندما لاحظ انحدار السلوكيات الإيجابية وتدهور الحالة نادى مارتن سليجمان حينها أن أوربا تحتاج إلي علم جديد يسمى علم النفس الإيجابي، فهو يُعد مدخل الاستثارة والتوازن والوقاية من الضغوط التي تمثل عبء على سلوكيات المتعلم؛ ولهذا اهتم علماء النفس بهذا المنحى الجديد من علم النفس ودراسة السلوكيات الإيجابية حتى يمكن الوصول إل ما سماه أرسطو الحياة الطيبة.

ثانيًا : فنيات علم النفس الإيجابي :

تُعد فنيات علم النفس الإيجابي مجموعة المعارف والفضائل والقيم الإيجابية التي اكتسبها الطالب من خلال المواقف التدريبية والذاتية، وإدارة الوقت بإيجابية، والحديث الإيجابي مع الذات، التي تتجاوز تجارب الفشل، وتدفعه للتعلم بثقة ونشاط، مثل: التفاؤل، والأمل، والسعادة، وفعالية الذات، والوعي بالذات، والتفكير الإيجابي، والدافعية. (محمد عبد اللطيف ،٢٠٢١)

و تعرف الباحثة علم النفس الإيجابي بأنه فرع واتجاه حديث من اتجاهات علم النفس، يركز علي السمات والمشاعر الإيجابية داخل سلوكيات المتعلم التي تؤدي دورًا مهمًا في عملية التعليم والتعلم لدى الطلاب، وتُكسب الطلاب مهارات المرونة النفسية للتعامل مع المواقف التعليمية الصعبة، كما أنه يعمل علي إعادة التوازن لعلم النفس المعاصر، وتحسين الأداء النفسي للطلاب والبحث عن مكامن السعادة البشرية، والقوة والفضائل داخل الشخصية الإيجابية.

وتستخدم الباحثة في البحث الحالي بعض فنيات علم النفس الإيجابي التي تتمثل في (التفكير الإيجابي - التدفق - التفاؤل والامل - حل المشكلات - الصلابة النفسية) ذلك لارتباط تلك الفنيات بمتغيرات هذا البحث، ويمكن تفصيل هه الفنيات كما يلي:

(١) التفكير الايجابي:

تشير دراسة محمد عبدالعزيز(٢٠١٠) أن التفكير الإيجابي يُعد الوعي بأهمية استخدام العقل بطريقة أكثر فعالية وإيجابية واستغلال الطاقات والإمكانيات بطرق إيجابية، وعرفته دراسة فريال الشخوت(٢٠٢٠) أن التفكير الإيجابي هو الوسيلة المضمونة لتعديل السلوك، كما أنه الأداء الفعَّال لحل المشكلات بطرق إيجابية، فكلما كان التفكير الإيجابي نشطًا و فعالاً كان الوصول للحل أكثر نجاحًا.

وتعرف الباحثة التفكير الإيجابي إجرائيًا بأنه عملية عقلية عليا يقيم فيها المتعلم معتقداته وأفكاره، ويستخدم المتعلم عقله بطرق إيجابية لحل المشكلات اليومية.

(٢) التفاؤل والأمل:

يعرف التفاؤل بأنه توقع أشياء جيدة في الحياة، ويرتبط ذلك بشخصية الفرد الإيجابية القادرة علي مواجهة المواقف الضاغطة. (carver,2009,303)، وعرفته هاجر حسن(٢٠٢٠، ٢٠) أن يرى الطالب الجانب الإيجابي للأحداث ويتوقع النتائج الإيجابية.

وعرفته الباحثة إجرائيًا بأنه الطريقة التي يتوقع الطلبة من خلالها الأحداث والمواقف المستقبلية بشكل إيجابي كما يتمتع الطلبة من خلالها بالشعور بالسعادة والقدرة علي مواجهة المواقف الضاغطة.

(٣) التدفق النفسي:

يعرف التدفق بأنه شعور راقي وعلامة مميزة، يشعر الفرد من خلالها بالسعادة والإيجابية، ويعد التدفق بمثابة مكافأة تدعيمية للمتعلم بعد انماجه الكامل في عمل ما . (رياض نايل، ٢٠١٥، ١٦)، وعرفته دراسة وسيم الجعافرة (٢٠٢٢) بأنه الاستغراق والانشغال بأداء مهمة ما حتى يصل إلى ذروته.

ويعرف أيضًا بأنه الحالة النفسية التي يتدمج فيها الطلاب في عمل ونشاط ما يحبونه ويفضلونه باستخدام مهارات شخصية إلى أقصى حد تمكنهم من مواجهة الظروف الصعبة.(هاجر حسن،٢٠٢٠، ٢٢)

وعرفته الباحثة إجرائيًا بأنه حالة من الانغماس والاستمتاع الإيجابي التي يقوم بها الطلاب عند القيام بعمل أشياء يحبونها، دون الاعتبار للزمان ولا المكان حتى يصل إلى الإحساس بالسعادة.

(٤) حل المشكلات:

تعرف دراسة هناء شريفي، وآسيا بن شعبان(٢٠١٧) حل المشكلات علي أنها الطريقة أو ردود الأفعال التي ينتهجها بعض الأفراد للوقوف أمام الأزمات والضغوط التي تواجههم في حياتهم بطرق أكثر فعالية وتكيفية.

وتعرفها الباحثة إجرائيًا بأنها مجموعة من الخطوات التي يسلكها الطلاب لمواجهة المشكلات التربوية والحياتية بطرق أكثر إيجابية ومرونة.

ثالثًا: الأهمية التربوية لعلم النفس الإيجابي:

يعد علم النفس الإيجابي من العلوم النفسية التي لها أهمية تربوية كبيرة في عمليتي التعليم والتعلم، وهذا ما أكدته الأدبيات والدراسات والبحوث التي أثبت

دوره الفعَّال في العملية التربوية والتي تتضح في دراسة كل من أميلي حميد(٢٠١٧) ، ودراسة جمعة فرغلي (٢٠١٧) حيث أكدوا أن علم النفس الإيجابي يسهم في الآتي:

- زيادة دافعية المتعلم و ثقته بنفسه، وتنمية الجوانب الإيجابية لديه.
- يجعل المتعلمين أكثر مرونة وتفاؤلاً مما ينعكس إيجابيًا علي التفكير في المستقبل والتحصيل الدراسي.
- يعمل علي تعزيز حياة المتعلم بشكل أفضل، وبناء القوة والفضائل، كما أنه يعمل على تنمية التفكير وتعزيز السعادة ومقاومة الاضطرابات لدى المتعلمين.
- يعظم الصمود النفسي والمرونة النفسية ، حيث هما من الأساسات الكبرى لعلم النفس الإيجابي.
- يقوي الفضائل الإيجابية داخل المتعلم باعتبارها قوى أصلية مقابل المناحي السائدة التي تدعم الضعف والاضطرابات.
- يساعد المتعلم علي غرس الأمل والتفاؤل، وزيادة الكفاءة الذاتية للمتعلم.

رابعًا : العلاقة بين تدريس علم النفس وعلم النفس الإيجابي :

بعد الإطلاع علي الدراسات والبحوث السابقة المتعلقة بعلم النفس الإيجابي، وأهداف تدريس مادة علم النفس للمرحلة الثانوية ثمة علاقة وثيقة تربط بين طبيعة علم النفس الإيجابي وطبيعة تدريس مادة علم النفس يكمل كلاً منهما الآخر، حيث تتمحور الأهداف حول المتعلم من خلال تنمية شخصية إيجابية قادرة على مواجهة الصعوبات التربوية التي تواجهه، وتكوين شخصية تتمتع بالمرونة النفسية، ومساعدة المتعلم أن يعيش حياة هادفة تنعم بالسعادة قادرة على تحقيق أهدافه.

ويتفق ذلك مع ما أوضحته دراسة سامية عبدالجواد(٢٠١٦)، ودراسة نادية حسين(٢٠١٦) على ضرورة الاهتمام بعلم النفس من أجل تنمية مهارات التفكير العليا لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة، وجعل المتعلم مفكرًا ومبدعًا وشخصية سوية إيجابية، قادرًا علي حل المشكلات التربوية بطرق إيجابية، وهذا هو الأساس في علم النفس الإيجابي.

المحور الثاني :التفكير المستقبلي :

أولاً : تعريف التفكير المستقبلي :

خلق الله عز وجل الإنسان وأنعم عليه بنعم عديدة وميزه عن سائر المخلوقات الأخرى بنعمة التفكير، فالمشكلات التي تواجه المتعلم باستمرار تتطلب التدريب على التفكير الذي يُعد أعلى مراتب الذكاء العقلي، وكذلك اكتساب مهارات التفكير المختلفة للوصول إلى حلول إيجابية لما يواجهه من ضغوطات وصعوبات، ويعتبر التفكير هو القدرة العقلية للمتعلم، وتظهر تلك القدرة في النشاط الذي يقوم به، فعندما يواجه المتعلم مشكلة معينة يقوم بالتفكير الذي يعد بمثابة عملية عقلية بهدف حلها، ولقد شغل التفكير في المستقبل عقل الفرد منذ بداية ظهوره.(Cotton, 2002,33)، (أميرة فؤاد،٢٠٢١، ٧١).

وعرفت أميرة فؤاد(٢٠٢١، ٧٣) التفكير المستقبلي بأنه إتقان السلوك الذي يقوم به الطالب بهدف إدراك المشكلات والوصول إلى فرضيات جديدة تتعلق بتلك المشكلات، والتنبؤ بما سيحدث فى المستقبل باستخدام المعلومات المتوفرة له في الحاضر، والبحث عن حلول مبدئية لها، ورسم الأفكار المستقبلية والاستفادة منها.

ثانيًا : مهارات التفكير المستقبلي :

تم عمل قائمة تضم مهارات التفكير المستقبلي، وقد أسفرت نتائج وآراء السادة المحكمين على أن تضمن مهارات التفكير المستقبلي أربع مهارات رئيسة يندرج تحتهم مجموعة من المهارات الفرعية المناسبة لطبيعة البحث الحالي كما يلي:

١ - **مهارة التفكير الإيجابي المستقبلي:** وتضمنت مجموعة من المهارات الفرعية كما يأتي:(الضبط الانفعالي - التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين - السماحة - المجازفة الإيجابية)

٢ -**مهارة التصور المستقبلي:** وتضمنت مجموعة من المهارات الفرعية كما يأتي:(تحديد الأولويات -التعرف علي وجهات النظر - الاستقراء)

٣ - **مهارة التوقع المستقبلي:** وتضمنت مجموعة من المهارات الفرعية كما يأتي: (التوقع الاستكشافي - التوقع المعياري - التوقع الحدسي - التوقع المحسوب)

٤ -**مهارة اتخاذ القرارات:** وتضمنت مجموعة من المهارات الفرعية كما يأتي: (فهم الموضوع وتحديده - طلب المساعدة من الآخرين - توليد البدائل والمفاضلة بينهم - اختيار البديل المناسب).

ثالثًا: العلاقة بين تدريس مادة علم النفس والتفكير المستقبلي:

علم النفس كمادة دراسية لها ضرورتها للمرحلة الثانوية العامة، تلك المرحلة التي ينمو فيها الطلاب من جميع النواحي، حيث تساعد مادة علم النفس في تنشئة طلاب لهم شخصية سوية قادرين على تفسير الأحداث بطريقة إيجابية، كما تساعد الطلاب علي امتلاك مهارات وقدرات عقلية تسمح لهم بالتوافق النفسي، وهذا هو الدور الذي يهدف إليه التفكير المستقبلي في

إعداد طلاب يتدبروا أمر مستقبلهم بشكل أكثر واعيًا وفعالية، وتنمية أجيال لديهم روح المغامرة والتحدي لمواجهة المستقبل دون إغفال للماضي والحاضر.(أميرة صميدة، ٢٠١٧، ١٢٠).

رابعًا: العلاقة بين التفكير المستقبلي وعلم النفس الإيجابي:

قد أوضحت دراسة(Julie L. Ji,et,Al, 2021) أن هناك علاقة بين التفكير المستقبلي والتفاؤل والسعادة التي تعد من أهم فنيات علم النفس الإيجابي، حيث أوضحت أن التفاؤل يساعد علي التفكير المستقبلي بشكل إيجابي ويحمي الطلاب من التفكير السئ والمزاج السلبي، وجد علاقة بمدى امتلاك المرء للتفاؤل يؤثر علي امتلاكه للصور الذهنية الإيجابية عند التفكير تلقائيًا في المستقبل.

إجراءات البحث:

أولاً: لتحديد مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة المرحلة الثانوية، تم اتباع الآتي:

(١) إعداد قائمة بمهارات التفكير المستقبلي التي يجب تنميتها لدي طلبة الصف الثالث الثانوي، وذلك من خلال:

- الإطلاع على الأدبيات والبحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت مهارات التفكير المستقبلي.
- دراسة خصائص طلبة المرحلة الثانوية العامة.
- إعداد قائمة مبدئية لمهارات التفكير المستقبلي تضمنت(٨) مهارات رئيسة و(٤٠) مهارة فرعية، وتم عرض القائمة على مجموعة من الأساتذة المحكمين تخصص مناهج وطرق تدريس علم النفس وعلم النفس التربوي، واتفق معظم الأساتذة المحكمين على الاقتصار علي أربع مهارات رئيسة فقط يندرج تحتهم بعض المهارات الفرعية فقط .

(٢) إعداد اختبار مهارات التفكير المستقبلي:

- تم تصميم اختبار التفكير المستقبلي فى صورته الأولية، وذلك بالإطلاع على بعض الدراسات والأبحاث، وقد تم صياغة مفردات الاختبار فى صورة مواقف تمثلث في (٣٠) موقف.
- عرض الاختبار على مجموعة من المحكمين (تخصص مناهج وطرق تدريس علم النفس) وذلك لإبداء الرأى حول مدى صحة الصياغة اللغوية لمفردات الاختبار.
- التجربة الاستطلاعية للاختبار: تم تطبيق الاختبار على عينة استطلاعية من التلاميذ عددها (٣٠) طالبًا وطالبة من طلبة الصف الثالث الثانوي بمدرسة (الشهيد حسن هيكل) بإدارة دسوق التعليمية بخلاف عينة البحث فى العام الدراسي، وتم حساب ثبات الاختبار باستخدام معادلة ألفا كرونباك، وباستخدام طريقة التجزئة النصفية بلغ معامل ثبات الاختبار (٠,٨٩٣) وهو معامل دال إحصائيًا ويدعو للثقة فى صحة النتائج.
- الصورة النهائية لاختبار التفكير المستقبلي: من خلال الإجراءات السابقة تأكد للباحثة ثبات وصدق المقياس وصلاحيته لقياس مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي، وبذلك أصبح الاختبار صالحاً للتطبيق، وقد

اشتمل الاختبار (٣٠) سؤالًا ، والدرجة النهائية من (٣٠) والزمن اللازم للإجابة (٣٠) دقيقة.

- تطبيق الاختبار علي عينة من طلبة لصف الثالث الثانوي من غير أفراد العينة الأساسية للبحث، وقد أسفرت هذه الخطوة علي وضع قائمة بمهارات التفكير المستقبلي التي وجد الطلاب صعوبة في أداء جوانبها، وذلك مثل(التفكير الإيجابي بالمستقبل - التوقع – التصور - اتخاذ القرارات).

ثانيًا: وضع صورة وحدة (الشخصية وأساليب التوافق النفسي والاجتماعي) المعاد صياغتها باستخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي :

وتتمثل فى دليل المعلم فى صورته الأولية وفقًا لبعض فنيات علم النفس الإيجابي، حيث تم إعداد صياغة محتوى الوحدة الثالثة (الشخصية) للصف الثالث الثانوي الفصل الدراسى الثاني لتوضيح كيفية تدريس الوحدة باستخدام بعض فنيات علم النفس الايجابي وقد اشتمل الدليل الجوانب الآتية:

(١) مقدمة الدليل:

تم إعداد هذا الدليل خصيصًا لطلبة علم النفس للصف الثالث الثانوي العام؛ لذلك فقد تم كتابة مقدمة للدليل تتضمن الإشارة إلي الهدف منه، وأهمية استخدام علم النفس الإيجابي وبعض فنياته في عملية التعلم لتنمية مهارات التفكير المستقبلي.

(٢) فلسفة الدليل وفائدته:

تم عرض فلسفة الدليل والتي تقوم على تحسين نوعية المُنتَج التعلميي بعد تدريس وحدة " الشخصية وأساليب التوافق النفسي والاجتماعي " باستخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي، وكذلك الإشارة إلى فائدة الدليل بصفته المساعد لطلبة علم النفس في تدريس وحدة (الشخصية وأساليب التوافق النفسي والإجتماعي)، باستخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي من أجل تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الصف الثالث الثانوي، ويقوم بدور الموجه للمعلم في كيفية إعطاء الدروس للطلبة بدون أي تعقيدات.

(٣) ضبط الدليل:

بعد إعداد دروس الدليل، تم التحقق من صدق وصلاحية الدليل فى تحقيق أهدافه من خلال عرضه على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين فى مجال المناهج وطرق تدريس علم النفس، واتفق الأساتذة المحكمين على صلاحية دليل المعلم ومناسبة تدريسه للصف الثالث الثانوي وتم إعداد الدليل في صورتة النهائية.

ثالثاً: تحديد فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية مهارات التفكير المستقبلي، وذلك من خلال:

(١) تحديد عينة البحث:

تم اختيار عينة بحث من طلاب الصف الثالث الثانوي بالطريقة العشوائية من مدرستي الشهيد حسن هيكل وأحمد زويل بإدراة دسوق التعليمية، وقد بلغ عددها (٧٢) طالبًا وطالبة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين علي النحو الآتي (أ) وهى المجموعة التجريبية وتتكون من (٣٦) طالبًا (وهى التى تدرس باستخدام فنيات علم النفس الإيجابي)، و(ب) وهي المجموعة الضابطة وتتكون من (٣٦) طالبًا وطالبة درسوا بالطريقة المعتادة، وقد استخدمت بيانات هذه العينة فى التحقق من فروض البحث.

(٢) ضبط المتغيرات :

نظراً لوجود العديد من العوامل التي تؤثر علي تجربة البحث، فقد راعت الباحثة عند اختيارها لعينة البحث مجموعة من العوامل منها:

- **العمر الزمني**: تم اختيار عينة البحث من نفس السن تقريبًا، حيث تراوحت أعمار طلاب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ما بين (١٧ -١٨) سنة.
- **التجانس بين الطلبة**: حيث تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية من طلبة المدارس المحددة سابقاً، ونظراً لأن توزيع الطلبة على الفصول يتم في المدارس دون تمييز بين الطلاب على أساس مستوى التحصيل أو درجة الذكاء، فقد اعتبرت الباحثة وجود تجانس بين طلبة المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.

- **المستوى الاقتصادي والاجتماعي**: نظراً لاختيار عينة البحث من نفس البيئة ونفس المنطقة السكنية، فنجد أنهم تقريبًا من نفس المستوي الاجتماعي والإقتصادي.
- **المحتوى التعليمي**: تم الإلتزام أيضًا بالمحتوى التعليمي الذي جاء في وحدة (الشخصية وأساليب التوافق النفسي والاجتماعي)، بالنسبة لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.
- **القائم بالتدريس**: قامت الباحثة بعملية التدريس للمجموعة التجريبية (بنات - بنين) حرصًا منها على تدريس الوحدة المقررة باستخدام فنيات علم النفس الإيجابي دون أي إخلال في خطوات تنفيذه، كما قامت بالتدريس للمجموعة الضابطة (بنات - بنين) باستخدام الطريقة المعتادة.
- **الوسائل التعليمية**: تم مراعاة استخدام نفس الوسائل التعليمية أثناء التدريس لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وبالتالي لم يؤثر عامل اختلاف الوسائل التعليمية على نتائج البحث .

(٣) الإعداد لتجربة البحث(التطبيق الميداني):

قامت الباحثة بالإعداد لتطبيق تجربة البحث الميدانية من خلال الحصول على موافقة الجهات المسئولة بإجراء التجربة، كما قامت بإعداد أداتي البحث وكذلك مراعاة الظروف اللازمة لتطبيق تجربة البحث من حيث:

- تجهيز حجرة الدراسة من حيث توفير الإضاءة الجيدة، وتنظيم أماكن جلوس الطلاب وغلق النوافذ للابتعاد عن الضوضاء.
- توفير الوسائل التعليمية اللازمة في دراسة وحدة (العمليات المعرفية) .
- تحديد وإعداد الأنشطة التعليمية التي سيُطلب من الطلاب تنفيذها.

رابعًا: التطبيق القبلي لأدوات البحث :

تم تطبيق أدوات البحث والمتمثلة في (اختبار مهارات التفكير المستقبلي) تطبيقاً قبلياً على مجموعتي البحث.

● **وأسفرت نتائج هذة الخطوة عن النتائج الآتية:**

باستخدام برنامج (SPSS.Ver. ٢٤) لاختبار وجود فروق دالة إحصائيًا بين كلاً من مجموعتي البحث التجريبية والضابطة من طلبة الصف الثالث الثانوي، وذلك في التطبيق القبلي لاختبار مهارات التفكير المستقبلي ككل وفي مهاراته الفرعية، عن طريق استخدام " T. Test " ويُبين الجدول الآتي هذه النتائج:

جدول (١) نتائج اختبار " ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق القبلي لاختبار مهارات التفكير المستقبلي

البيان / المهارة	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية عند مستوي(٠,٠٥)
التفكير الإيجابى فى المستقبل	الضابطة	٣٦	١.٤١٧	١.١٨٠	٧٠	٥٧١.	٥٧٠.	غير دال إحصائيا
	التجريبية	٣٦	١.٥٨٣	١.٢٩٦				
التصور المستقبلى	الضابطة	٣٦	١.٢٧٨	١.٣٤٤	٧٠	١.١٨٢	٢٤١.	غير دال إحصائيا
	التجريبية	٣٦	١.٦٣٩	١.٢٤٦				
التوقع المستقبلي	الضابطة	٣٦	١.٢٧٨	١.٠٠٣	٧٠	٢٢٧.	٨٢١.	غير دال إحصائيا
	التجريبية	٣٦	١.٣٣٣	١.٠٦٩				
اتخاذ القرار	الضابطة	٣٦	١.٤١٧	٩٩٦.	٧٠	٣٢٣.	٧٤٧.	غير دال إحصائيا
	التجريبية	٣٦	١.٥٠٠	١.١٨٣				
التفكير المستقبلى ككل	الضابطة	٣٦	٥.٣٨٩	١.٩٦١	٧٠	١.٣١٨	٠.١٩٢	غير دال إحصائيا
	التجريبية	٣٦	٦.٠٥٦	٢.٣١٧				

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق القبلي لاختبار التفكير المستقبلى ككل ولكل بعد رئيس على حده؛ مما يعنى أن المجموعتين ينطلقان من

نقطة بدء واحدة في هذه الأبعاد للتفكير المستقبلي مما يدل على تكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات.

خامسًا: نتائج التطبيق البعدي لأدوات البحث (للتحقق من صحة فروض البحث):

١ - التحقق من صحة الفرض الأول الذي ينص على: **أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيه بين متوسطات درجات طلاب المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في التطبيق البعدى لاختبار التفكير المستقبلي ككل وفي كل مهاراته الفرعية على حده.**

وللتحقق من صحة هذا الفرض، وللكشف عن الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية والضابطة بعدياً، تم استخدام اختبار (ت) (t-test) للمجموعات المستقلة عن طريق حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة ببرنامج (Spss V ١٨)، والتي يحددها الجدول الأتى:

جدول(٢) نتائج اختبار "ت" وقيمة مربع إيتا وقيمةd لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في التطبيق البعدي للاختبار وقوة وحجم تأثير المعالجة التجريبية فى تنمية مهارات التفكير المستقبلي ككل ومهاراتة الفرعية علي حده بدرجات حرية (٧٠)

البيان / المهارة الرئيسية	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة "ت"	مربع إيتا	حجم التأثير	التفسير
التفكير الإيجابى	التجريبية	٣٦	٧.٤٤٤	٦٩٥.	١٦.٥٧١ **	٧٩٧.	٣.٩٦١	كبيرجدا
	الضابطة	٣٦	٣.٦٩٤	١.١٦٧				
التصور المستقبلى	التجريبية	٣٦	٦.٦١١	٥٤٩٢.	١٨.٨٨١ **	٨٥٦.	٤.٥١٣	كبيرجدا
	الضابطة	٣٦	٣.٤٤٤	٨٤٣٣.				
التوقع المستقبلي	التجريبية	٣٦	٦.٧٢٢	٥١٣٣.	١٨.٥١٤ **	٨٣٠.	٤.٤٢٦	كبيرجدا
	الضابطة	٣٦	٣.٣٦١	٩٦١.				
اتخاذ القرار	التجريبية	٣٦	٧.٥٨٣	٦٩١٨.	١٩.٨٥٣ **	٨٤٩.	٤.٧٤٦	كبيرجدا
	الضابطة	٣٦	٣.٤١٧	١.٠٥٢				
التفكير المستقبلى ككل	التجريبية	٣٦	٢٨.٣٦١	١.٣٧٦	٣٢.٤٨٩ **	٩٣٨.	٧.٧٦٦	كبيرجدا
	الضابطة	٣٦	١٣.٩١٧	٢.٢٨٥				

◆◆ دال عند مستوى(٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود فرق دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار التفكير المستقبلى (ككل ولكل مهارة فرعية) لصالح المجموعة التجريبية؛ وهذا يدل على تفوق طلاب المجموعة التجريبية على طلاب المجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لاختبار التفكير المستقبلى، مما يعنى أن دراسة طلاب المجموعة التجريبية بفنيات علم النفس الإيجابى قد أثر تأثيرًا إيجابيًا في تنمية التفكير المستقبلي، ولذلك تم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل.

- أشارت قيم إيتا التي امتدت من (.٧٩٧) إلى (.٩٣٨) إلى وجود حجم وقوة تأثير كبير جداًالاستخدام فنيات علم النفس الإيجابى– فى جميع المهارات الفرعية، والدرجة الكلية لاختبار التفكير المستقبلي، كما تشير قيم مربع إيتا إلى أنه يمكن تفسير (٧,٧٩٪، ٦,٨٥٪ ، ٠,٨٣٪،٩,٨٤٪، ٨,٩٣٪) من التباين فى درجات(مهارة التفكير الإيجابى - التصور المستقبلى - التوقع المستقبلى - اتخاذ القرار - الاختبار ككل للتفكير المستقبلي) على الترتيب، وهى كميات كبيرة من التباين المفسر لدرجات المهارات الفرعية لاختبار التفكير المستقبلي.

- كما أن قيم حجم التأثير التي امتدت من (٩٦١,٣) إلى (٧٦٦,٧) إلى وجود حجم تاثير كبير جداً في جميع المهارات الفرعية، والدرجة الكلية لاختبار التفكير المستقبلي.

- وفي ضوء النتائج السابقة يتضح أن بعض فنيات علم النفس الايجابي ذو تأثير قوي على طلاب المرحلة الثانوية في تنمية مهارات التفكير المستقبلي ككل وفي مهاراته الفرعية علي حده، وبالتالي تم رفض الفرض الصفري الذي ينص على لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيه بين متوسطات درجات طلاب المجموعة الضابطة والمجموعة

التجريبية فى التطبيق البعدى لاختبار مهارات التفكير المستقبلي ككل وفي مهاراته الفرعية على حده.

- وتم قبول الفرض البديل الذي ينص علي توجد فروق دالة إحصائيه عند مستوي دلالة(٠,٠١) بين متوسطات درجات طلاب المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية فى التطبيق البعدى لاختبار مهارات التفكير المستقبلي ككل وفي مهاراتة الفرعية على حده لصالح المجموعة التجريبية.

٢ - التحقق من صحة الفرض الثاني الذي ينص علي: **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لاختبار التفكير المستقبلي ككل وفي كل مهاراته الفرعية علي حده**، تم استخدام برنامج SPSS . Ver . ٢٧ في حساب قيمة (ت) لدلالة الفرق بين مجموعتين مرتبطتين ويوضح ذلك جدول (٣)

جدول (٣) نتائج اختبار "ت" وقيمة مربع ايتا وقيمةd لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلى والبعدى للاختبار وقوة وحجم تأثير المعالجة التجريبية فى تنمية مهارات التفكير المستقبلي ككل ومهاراته الفرعية على حده بدرجات حرية (٣٥)

البيان المهارة الرئيسية	القياس	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة "ت"	مربع إيتا	حجم التأثير	التفسير
التفكير الإيجابى	القبلى	٣٦	١.٥٨٣	١.٢٩٦	٢١.٨٩٣**	٩٣٢.	٧.٤٠١	كبيرجدا
	البعدى	٣٦	٧.٤٤٤	٦٩٥.				
التصور المستقبلى	القبلى	٣٦	١.٦٣٩	١.٢٤٦	٢١.٥٦٧**	٩٣٠.	٧.٢٩١	كبيرجدا
	البعدى	٣٦	٦.٦١١	٥٤٩٢.				
التوقع المستقبلي	القبلى	٣٦	١.٣٣٣	١.٠٦٩	٢٧.٤٥١**	٩٥٦.	٩.٢٨٠	كبيرجدا
	البعدى	٣٦	٦.٧٢٢	٥١٣٣.				
اتخاذ القرار	القبلى	٣٦	١.٥٠٠	١.١٨٣	٢٦.٨٣٥**	٩٥٤.	٩.٠٧٢	كبيرجدا
	البعدى	٣٦	٧.٥٨٣	٦٩٢.				
التفكير المستقبلى ككل	القبلى	٣٦	٦.٠٥٦	٢.٣١٧	٤٧.٠١٣**	٩٨٤.	١٥.٨٩٣	كبيرجدا
	البعدى	٣٦	٢٨.٣٦١	١.٣٧٦				

❖❖ دال إحصائيا عند مستوى مستوى (٠.٠١) .

ويتضح من الجدول السابق:

- وجود فرق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلى والبعدي لاختبار التفكير المستقبلى (ككل ولكل مهارة فرعية) لصالح التطبيق البعدي؛ وهذا يدل على تفوق طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي عن التطبيق القبلى لاختبار التفكير المستقبلى، مما يعنى أن دراسة طلاب المجموعة التجريبية لاستراتيجية المقترحة القائمة على علم النفس الإيجابى قد أثر تأثيرًا إيجابيًا في تنمية التفكير المستقبلى لديهم.

- أشارت قيم إيتا التي امتدت من (٩٣٠،) إلى (٩٨٤،) إلى وجود حجم و قوة تأثير كبير جداً للاستراتيجية المقترحة القائمة على علم النفس الإيجابى فى جميع المهارات الفرعية، والدرجة الكلية لاختبار التفكير المستقبلى، كما تشير قيم مربع إيتا إلى أنه يمكن تفسير (٢,٩٣٪، ٠,٩٣٪ ، ٦,٩٥٪،٤,٩٥٪، ٤,٩٨٪) من التباين فى درجات(مهارة التفكير الإيجابى - التصور المستقبلى - التوقع المستقبلى - اتخاذ القرار - الاختبار ككل للتفكير المستقبلي) على الترتيب، وهى كميات كبيرة من التباين المفسر لدرجات المهارات الفرعية لاختبار التفكير المستقبلي.

- كما أن قيم حجم التأثير التي امتدت من (٢٩١,٧) إلى (٨٩٣,١٥) إلى وجود حجم تاثير كبير جداً للاستراتيجية المقترحة القائمة على علم النفس الإيجابى فى جميع المهارات الفرعية، والدرجة الكلية لاختبار التفكير المستقبلى.

- وفي ضوء النتائج السابقة يتضح أن فنيات علم النفس الإيجابي ذو تأثير قوي على تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلاب المرحلة الثانوية وبالتالي يتم رفض الفرض الصفري الثاني الذي ينص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لاختبار التفكير المستقبلي ككل وفي كل مهاراته الفرعية على حده.

- تم قبول الفرض البديل الذي ينص على: توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوي دلالة (٠,٠١) بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التفكير المستقبلي ككل وفي كل مهاراته الفرعية على حده لصالح التطبيق البعدي.

سادسًا: مناقشة النتائج وتفسيرها:

من خلال الجداول السابقة يتضح وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوي دلالة (٠,٠١) بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التفكير المستقلي ككل وفي كل مهاراته الفرعية على حده لصالح التطبيق البعدي وبين المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية لاختبار مهارات التفكير المستقبلي ككل وفي كل مهاراته الفرعية على حده، وأيضًا حجم وقوة تأثير بعض فنيات علم النفس الإيجابي لاختبار التفكير المستقبلي ومهاراتة ككل وفي كل مهاراته الفرعية على حده كبيرة و يرجع ذلك إلى:

١ - بعض فنيات علم النفس الإيجابي ساعدت على تنمية مهارات التفكير المستقبلي.

٢ -جعل عملية التدريس جذابة للطلبة من خلال إثراء الوحدة ببعض الأنشطة والمهام التي تتطلب ممارسة الطلبة لمهارات التفكير المستقبلي.

٣ - ساعد تدريسهم لفنيات علم النفس الإيجابي لمساعدتهم على حل مشكلاتهم المستقبلية بطريقة إيجابية.

٤ -خطوات التدريس بفنيات علم النفس الإيجابي جعلت الطالب مفكرًا إيجابيًا لم يعد يتلقى المعلومة فقط.

٥ - تنوع الأساليب التدريسية وإستراتيجيات التدريس بطريقة إيجابية أدت إلى جعل الطلاب أكثر إيجابية وقدرة على تحمل المسؤلية وحل المشكلات بطريقة إيجابية .

٦ - مراعاة المعلم للفروق الفردية بين الطلاب وتحفيز الطلاب وعدم الشعور بالملل من الدراسة واستغلال ذلك في تدريبهم على مهارات التفكير المستقبلي.

٧ -أساليب التقويم المستخدمة ساعدت الطلاب على ممارسة مهارات التفكير المستقبلي بوجود الكثير من الأسئلة التي كانت تحس الطلبة على ممارسة التفكير وحل المشكلات المستقبلية ووضع تصورات مستقبلية للأحداث.

توصيات البحث:

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها؛ تم وضع بعض التوصيات التي تساعد على تحسين عملية التعليم بواسطة فنيات علم النفس الإيجابي، ومن هذه التوصيات ما يأتي:

١ - الاهتمام بتطوير العلوم الإنسانية حيث يؤخذ في الاعتبار التعليم بواسطة بعض فنيات علم النفس الإيجابي.

٢ -عقد الدورات والندوات التي تشجع المعلمين على استخدام نماذج تدريسية حديثة قائمة على علم النفس الإيجابي.

٣ - تدريب الطلاب على كيفية ممارسة مهارات التفكير العليا بشكل عام، ومهارات التفكير المستقبلي بشكل خاص من خلال المواد الدراسية المستقلة.

٤ - مساعدة الطلاب على ضبط انفعالتهم وتشجيعهم على حل مشكلاتهم بطريقة إيجابية من خلال برامج في علم النفس الإيجابي تعد لهذا الغرض.

٥ - الدعوة إلى السعادة والتفاؤل والحث على الأمل بطريقة إيجابية تجاه المستقبل وتنمية مهارات التفكير المستقبلي .

مقترحات البحث:

في ضوء ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج وتوصيات تقترح الباحثة الموضوعات البحثية الآتية:

١ -أثر استخدام نظرية التحليل النفسي في تدريس علم النفس لتنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

٢ - تطوير منهج علم النفس للمرحلة الثانوية في ضوء فنيات علم النفس الإيجابي.

٣ - استخدام فنيات علم النفس الإيجابي لتنمية اليقظة العقلية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٤ -وحدة مقترحة في ضوء فنيات علم التفس الإيجابي لتنمية مهارات اتخاذ القرار لدى طلبة المرحلة الثانوية.

٥ -فاعلية برنامج مقترح قائم علي فنيات علم النفس الايجابي لتنمية الضبط الانفعالي لدي طلبة المرحلة الثانوية.

المراجع

أولا: المراجع العربية:

اسيل رئيف قنازع، وصالح حسن عبدالعزيز(٢٠٢٢). فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لتحسين التوافق الزواجي وخفض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في الأردن. ***مجلة العلوم النفسية والتربوية***، ١٠٦ -١.

أميرة محمود فؤاد(٢٠٢١). *وحدة مطورة في ضوء معايير العلوم للجيل القادم لتنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى تلاميذ المرحلة لإعدادي*(**رسالة ماجستير غير منشورة**). كلية التربية، جامعة الزقازيق.

أوميلي حميد(٢٠١٧). الصحة النفسية للمعلم في ظل مفاهيم علم النفس الإيجابى . ***مجلة العلوم النفسية والتربوية***،(٧) ديسمبر، ١٤٢ -١٣١

إيمان حميدأبو موسي(٢٠١٧). *فاعلية بيئة تعليمية إلكترونية فى توظيف إستراتيجيات التعلم النشط في تنمية مهارات التفكير المستقبلي في التكنولوجيا لدى طالبات الصف السابع*(**رسالة ماجستير غير منشورة**). كلية تربية ، الجامعة الأسلامية، ص ص٢١٤_١

بشير معمرية (٢٠١٠). علم النفس الإيجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية . مركز البصيرة للبحوث والاستثارات والخدمات التعليمية.(٢)، ص ص١٥٨ -٩٧

جيهان أحمد الشافعي(٢٠١٧). *فاعلية مقرر مقترح في العلوم البئية قائم على التعلم المتمركز حول المشكلات في تنمية مهارات التفكير المستقبلي والوعى البيئى لدى طلاب كلية التربية* جامعة حلوان (**رسالة ماجستير في التربية وعلم النفس**)،(٤٦) فبراير، ص ص ٢١٣_١٨٠

حميدة بقعة(٢٠١٨). التدفق النفسي من منظور علم النفس الإيجابي. **مجلة الحكمة للدراسات**

التربوية والنفسية، مؤسسة كنوز للحكمة للنشر والتوزيع، ع١٦ديسمبر، ٢٢٧ - ٢٣٧

رشا أحمد عيسى(٢٠١٨). برنامج مقترح قائم على القضايا البيئية المحلية لتنمية المفاهيم البيئية ذات الصلة بها ومهارات التفكير المستقبلي لدى طلاب شعبه البيولوجي بكلية التربية بدمياط، **المجلة المصرية للتربية العلمية**،٢١(٧)، ٤٦_١

سيد أحمد الوكيل(٢٠١٠). *فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى عينة من مرضى السكر*. **مجلة كلية التربية**، جامعة بور سعيد، ع(٧)يناير، ١١٨ -١٦٥

سيمون سعيد فرج (٢٠١٦). *علاج بعض صعوبات تعلم مادة علم النفس لدى طلاب المرحلة الثانوية من خلال استراتيجية تدريس قائمة على الذكاءات المتعددة* (**رسالة ماجستيرغير منشورة**).كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.

عماد حسين حافظ (٢٠١٥).**التفكير المستقبلي (المفهوم والمهارات والإستراتيجيات)(ط٢)**.القاهره: دار العلوم للنشر والتوزيع.

محمد سيد فرغلى (٢٠١٥). نموذج تدريسى مقترح فى ضوء نظرية التعلم المستند إلى المخ لتنمية التفكير المستقبلى وإدارة الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية الدارسين لعلم الاجتماع. **مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية**، ٢(٧٥)، ٢٠٥ -٢٣٠

محمد سيد عبد اللطيف(٢٠٢١). فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي في خفض العجز المكتسب وتنمية التدفق النفسي لطلاب الجامعة المتأخرين دراسياً. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، مج٥ ،ع١٤، ١٥٤ - ١٨٦ .

مصطفي علي حجازي (٢٠١٤).**اطلاقات طاقات الحياة قراءات فى علم النفس الإيجابى** .القاهرة: دار التنوير للطباعة والنشر

مصطفي خليل عبدالله، وفضل إبراهيم عبدالصمد.(٢٠١٣).علم النفس الإيجابي وتأثيره في الممارسات والخدمات النفسية رؤية مستقبلية لدوره في التدخلات العلاجية.**مجلة البحث في التربية** ،جامعة المنيا.

ثانياً المراجع الاجنبي:

Alam, A (2022) . *Positive psychology goe t school: conceptualizing* students' happiness in stcentury while minding theming'!are we thereyet ،positive psychology in terventions .*ECS Transactions*. (1).1-7

Bonanno GA. (2004) . *Loss trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversi*ve events? Am psychol. (59),20-28

Changfeng Gao،, Xiaojun Li ، Juan Peng ،and Meichen Liu . (٢٠٢٢)*Application of Virtual Reality with Positive Psychology inAdjusting Methods of College Student*s' Mental

Cotton, K.(2002) . **Teaching thinking skills** .school reacearch series,1-28

Fa-chung kuo chiu.(2022).(fit between future thinking and future orient at on creative imagination thinking skills and creativity.***journal of human sttudies*** .(7)،234-245

Ferretti, F., Chiera, A., Nicchiarelli, S., Adornetti, I., Magni, R ،.Vicari ،S ،.ValerG & ،.Marini, A. (2018) .*The d evelopment of episodic future thinking in middle childhood* .***journal of*** **Cognitive processing**. (1)19,87-94

Shabnam Homayoun Rad AND OTHER. (2021). *Evaluation ofthe Positive Psychology Training Effectiveness on rumination and* Depression in Women with Type ٢ Diabete.**journal of psychological and educational** October,(13),15-23